

ここから（心・体）一歩

野蒜復興の森を散策しながら、ご自身の体と対話する時間にしたいと思っています。ご自身の今の状態を把握し、より健康に過ごせるよう一緒に活動をしてみませんか？歩き方のアドバイス、森での活動（森作りのお手伝い、野鳥の観察）や馬とのふれあいなど、自然との関わりで心身ともにリフレッシュしましょう。

日 時：平成26年3月23日（日）

受付開始 9:30～（プログラムは10:00～12:30予定）

場 所：野蒜市民センター前集合し受付（野蒜復興の森を予定）

参加費：無料

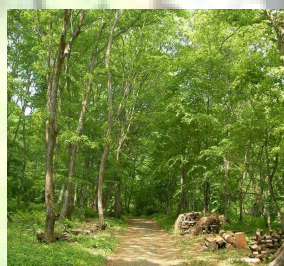
持ち物：水分・屋外活動できる服装（防寒対策）

上下セパレートタイプの雨具・軍手

申 込：事前にお電話にて申し込みをお願いします ※ 定員15名（先着順）
小雨決行しますが、悪天候の場合はご連絡いたしますので必ず申し込みをお願いします。

申込先：0225-86-1181（祝日を除く月～土曜日 9:00～17:00）

北原ライフサポートクリニック東松島



一般財団法人 C.W.ニコル・アフアの森財団

将来の豊かな森のために...

森で過ごす人は癒され元気を取り戻せます。

一緒に森作りを行って森も人も健康を取り戻しましょう。

いま、荒廃した森であっても人の手によって、豊かな森へと再生できるのです。



一般社団法人 美馬森Japan

ダイちゃんの魔法の絨毯

馬車や丸太を引くことのできる大きな馬と一緒に自然を感じてみませんか。



医療法人社団KNI 北原ライフサポートクリニック東松島

プログラム実施にあたり体調面のサポートをします。

日常生活における「こころとからだ」の整え方をお伝えします。

主 催：（医）KNI 北原ライフサポートクリニック東松島

共 催：一般財団法人C.W.ニコル・アフアの森財団・一般社団法人美馬森Japan

ご参加お待ちしております