

県立 座間谷戸山公園

# きらめく新緑！ 五感で味わう森林浴

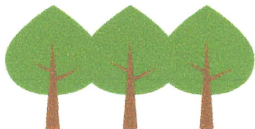
2026年 5月 10日 (日)

参加者募集！

セラピー弁当  
「ざまみず」、健康茶付き

9:20~13:30 森林浴の健康効果で、ココロも体もすっきり爽快！

森が輝く初夏！ 植物の香りに満ちた緑の中をゆっくり歩く。立ち止まって鳥のさえずりに耳をすまし、風にゆらぐ青葉を眺め、木漏れ日の下に寝ころぶ……。心がほどける癒しの時間を一緒にいかがですか！



参加者の声：「時間を忘れてリラックスできた」「頭が冴え気持ちよかった！」  
「五感をひらく体験が新鮮でよかった」「その日、久しぶりに熟睡できた」  
……森林浴の心身への健康効果は科学的に実証されています。

○集合場所と時間：県立座間谷戸山公園 パークセンター前 9:20集合 (9:00より受付開始)  
座間市入谷東1-6-1 \*小雨実施。中止の場合 2日前までにご連絡します。

**※アクセス：小田急線・相武台前駅から徒歩約15分 駐車場あり**

○募集人数：15名(先着順) 18歳以上

○参加費：1名様 3,500円(税込) セラピー弁当、「ざまみず」、健康茶付き。\*当日、現金でお支払いいただきます。

○持ち物：リュック、寝転がれるシート、タオル、雨具、飲み物

○服装：長袖、長ズボン、長靴下、履き慣れた運動靴、帽子

○申し込み方法：「5/10森林浴申込み」と記載し、氏名、性別、住所、年齢、電話番号、メールアドレスを  
下記のアドレスかQRコードを読み取り 5月6日(水)までにメールでお送りください。

※グループの場合は代表者のアドレスをお知らせください。\*キャンセルは5月7日(木)までに。

○申し込み先：フォレストリズム倶楽部 [forest.rhythm.club@gmail.com](mailto:forest.rhythm.club@gmail.com)

○問い合わせ先：090-2251-6923 担当/青木(フォレストリズム倶楽部)



○主催：  五感が人生を面白くする

フォレストリズム倶楽部

○共催:(公財)神奈川県公園協会 県立座間谷戸山公園

座間市観光協会