

森林セラピーを活用したメンタルヘルス対策

日本は国土の70%近くが森林であり、その森林が有する多様な機能によってこれまで独自の文明文化を築いてきました。1980年代に生まれた“森林浴”は、これまでたいへん多くの人々に親しまれてきました。近年、より科学的な実証を取り入れた“森林セラピー”という新しいカタチが生まれ、現在、全国で53箇所の森林セラピー基地が認定されています。ますます複雑化する情報化時代を迎え、企業や団体に働く社員や職員の高ストレス、疲労、メンタルヘルスの問題が社会的に大きくクローズアップされ、『労働安全衛生法』などの法律も改正されようとしています。森林の持つストレスの軽減や癒しの効果などを活用して、メンタルヘルスの予防や改善、さらに意欲やモチベーションの向上に向けた取り組みも幾つかの基地で進められています。このことについて、今回、『森林セラピーを活用したメンタルヘルス対策』と題して、より詳しく皆様にご紹介したいと思います。奮ってご参加ください。

受講無料

■ プログラム ■

○基調講演：森で気づく心身一如 ～情報社会を生き抜くために～ (60分)
講師：長井 聡里 氏 (産業医)

○セラピー基地の取り組み
①鳥取県智頭町 (30分)
②滋賀県高島市 (30分)

○パネルディスカッション (80分)
パネラー 長井 聡里 氏 (産業医)
 山中 章弘 氏 (鳥取県智頭町山村再生課課長補佐)
 藤原 明文 氏 (総合環境支援プランナー)
 赤居 実花 氏 (森林セルフケアサポーター)
コーディネーター 姜 永根 (生物多様性・森林研究部会副会長・森林セラピスト)

■ 日 程 ■

平成26年
3月5日(水)
13:30～17:00

交流会
17:10～18:30
(参加費2,000円)

【交流会】会費制(希望者のみ:お一人様2,000円) 当日、受付でお支払い下さい

- 主催 おおさかATCグリーンエコプラザ生物多様性・森林研究部会
- 共催 「森の風ネットワーク」@大阪
- 会場 ビオトープ・プラザ (ATCビル ITM棟 11F おおさかATCグリーンエコプラザ内)
- 定員 80名(先着順)
- お問い合わせ おおさかATCグリーンエコプラザ セミナー係
〒559-0034 大阪市住之江区南港北2丁目1-10
06-6615-5887
- 委託先 NPO法人イー・ビーイング

お申し込みは、ホームページからどうぞ。 Eメール・FAXでもお申し込いただけます。必要事項(下記)をご記入の上、下記宛先までお送りください。
ホームページ: <http://www.ecoplaza.gr.jp> Eメール: seminar03@ecoplaza.gr.jp FAX: 06-6615-5890
※受付確認は、10日前までにFAXまたはEメールでお送りします。

フリガナ			貴社名 (所属団体名)	
ご芳名			所属部署名	
住所	○をつけてください		〒	
	会社・自宅			
交流会への参加(○をつけて下さい)			参加する (参加費2,000円 当日お支払下さい)	参加しない
電話番号			FAX番号	
Eメール			@	
今後の情報提供の希望	□希望する □希望しない			
今回のセミナーを何でお知りになりましたか	□FAX □Eメール □WEB検索 □各種団体・社内からの情報 □紹介 □新聞広告 □その他()			

■個人情報の取り扱いについて お申し込み頂いた個人情報は、今回のセミナーへの出欠確認及び関連資料作成等、今回のセミナーで必要な範囲でのみ使用いたします。必要に応じて、委託会社に情報を提供することがあります。ご希望の方には、今後のセミナー・イベントのご案内をお送りいたします。

H26.03.05「森林セラピーセミナー」