

## 森林セラピーツアー【プログラム】

コース名	“五感で味わう癒しの特別プラン” 早朝森林セラピーツアー	
日時	令和3年1月17日(日) 7:00~11:00	
料金	お一人様あたり 5,500円 (各コース先着 3組) お子様(小学生) 2,500円 (食事は大人と同じメニューが付きます)	
時間	内容	場所
07:00	道の駅ゆいゆい国頭 観光案内所前集合 ・ぬちぐすいの森セラピーガイドと合流 ・コース別に出発(比地大滝・森林公園)	道の駅ゆいゆい国頭 観光案内所前
07:30	『森林セラピー開始』 森林セラピープログラム ・インテーク(健康チェック) ・心と身体をほぐすストレッチ ・五感で森を感じる ・森林散策	セラピーコースについて ・国頭村森林公園 ・比地大滝 上記二か所から好きなコースを選んでいただけます。  ～コースの特徴～ ・国頭村森林公園 やんばるを代表する木々や四季折々の草花を鑑賞できます。体力に自信のない方にもおすすめです。
10:00	各コース休養施設にてガイドと一緒に特別メニューの朝食(お弁当)タイム  ・ツアーふりかえり	・比地大滝 やんばるの亜熱帯林に囲まれた溪流沿いの遊歩道を利用します。起伏のある散策路は体力的な充実感と程よい運動のリラックス効果も得られます。
11:00	終了◇◆◇お疲れ様でした◇◆◇	
ガイド	国頭村認定ガイド「ぬちぐすいの森セラピーガイド」が案内します。	
雨天時の対応	多少の雨であればツアー実施いたします。雨の森ならではの気づきや音を楽しんでいただくことが可能です。着替えや雨具(カッパ)は持参をお願いいたします。	
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>・滑りにくい靴(スニーカー、トレッキングシューズなど)をご用意ください。</li> <li>・ブヨ等の虫さされに弱い方は、虫除けの準備と明るい色の長袖、長ズボンをご用意ください。</li> <li>・飲み物をご用意ください。</li> <li>・天候状況によっては、雨具などをご用意ください。</li> <li>・十分な体調管理をお願いします。</li> <li>・新型コロナウイルス感染症対策ガイドラインを遵守しツアーを実施いたします。 (<a href="http://www.kunigami-forest-therapy.jp/?p=1115">http://www.kunigami-forest-therapy.jp/?p=1115</a>)</li> </ul>	
申込・問い合わせ先	受付窓口:(一社)国頭村観光協会 TEL:0980-41-2420 <b>※申込み受付は、1/7日までの事前予約です。当日は受け付けておりません。</b> <b>※観光案内所は1月1日休館となります</b>	

～命薬(ぬちぐすい)の森でお待ちしております。～