



面積の九割を森林が占める豊かな自然環境と

山村文化をもつ日之影町

木々の香りを嗅ぎながら

頬をなでる風を感じ

鳥のさえずりや

川のせせらぎに癒され

落ち葉やどんぐりを拾う

空を見上げると、

白い雲がかたちを変えて

楽しませてくれる

五感を総動員させて

自分に帰る旅

そんな時間を日之影の森

で過ごしてみませんか？



世界農業遺産
高千穂郷・椎葉山地域
GIAHS Takachiho - Shibayama

世界農業遺産 高千穂郷・椎葉山地域

in日之影町

マインドフル森林セラピーツアー

日程: 2023年11月18(土)~19日(日) 1泊2日・現地集合・解散

代金: お一人様10,000円(税込) 定員: 20名様(先着順/最少催行人員5名)

宿泊: 日之影町内の宿泊施設、食事: 3回(夕1、朝1、昼1)、集合場所: 日之影町役場

スケジュール

1日目

- 11:30~ 日之影町役場受付開始
- 12:30~ オリエンテーション
- 13:30~ 男淵橋へ移動
- 14:00~ 森林セラピーウォーク & マインドフルネス体験
- 17:00~ キャンプ場到着、休憩
- 17:30~ 夕食準備
- 18:00~ 夕食 & 交流会
- 21:00~ 就寝

2日目

- 07:00~ 朝食
- 08:30~ ヨガ体験
- 10:00~ キャンプ場出発
- 10:30~ 飲み比べ体験(一心園)
- 12:00~ 道の駅へ移動
- 12:30~ 昼食・お買い物
- 13:30~ マインドフル・セラピー講話
- 14:30~ 日之影町役場へ移動、解散

お申し込み、お問合せ先: 一般社団法人日之影町観光協会

〒882-0401 宮崎県西臼杵郡日之影町七折8705番地12

TEL 0982-78-1021 FAX 0982-78-4168

E-Mail: toiwase@ma.wainet.ne.jp

旅行実施: (有)南阿蘇観光日之影出張所 熊本県知事第3-249

一般社団法人日之影町観光協会 宮崎県知事登録旅行サービス手配業第5号

企画協力: 日之影町・株式会社マインドフルヘルス