

世界有数の森林大国であるわが国では、森林療法や問題など、様々な視点で森林への関心が高まっています。この講座では、四季それぞれの樹木を座学と実地の両方で学びます。



植物療法を普及している日本フィットセラピー協会が実施している「森林ソムリエ・ジュニア」の認定をお持ちの方は、四季の4回すべて受講すると「森林ソムリエ」になることができます。

#### <講座内容の紹介>

- \* 里山の樹木編(4~5月)~私たちの普段暮らしている「里山」と呼ばれる標高の低い地域に見られる樹木(コナラ、クヌギ、ケヤキ、ミズキなど)を学びます。
- \* 奥山の樹木編(9~10月)~高原地帯、避暑地などの「奥山」と呼ばれる標高の高い地域に見られる樹木(ブナ、ホウノキ、トチノキなど)を学びます。
- \* 針葉樹編(11~12月)~里山、奥山の広葉樹に対してスギ、ヒノキなどの常緑の針葉樹だけでなく、落葉する針葉樹も含めて学びます。
- \* 常緑樹編(2~3月)~日本の東北地方までは常緑樹が潜在植生だといわれています。照葉樹ともいわれるシイ、タブ、カシなどを学びます。

#### ◎申し込み方法

件名を「樹木講座受講申込みの件(氏名)」とし、下記の項目をメールまたはファックスでお送りいただき、お振込み下さい。振込みをもって正式受付とさせていただきます。

- ① 講座名② 日程③ 氏名(ふりがな)④ 住所⑤ 連絡先(当日つながる電話番号)⑥ メールアドレス

■ 受講料: 各 11,000 円 (3時間/座学と実地)

■ 講師: 森林療法専門家

■ 対象: 樹木について学びたい方に。日本フィットセラピー協会認定の「森林ソムリエ」資格が取得できます(森林ソムリエ・ジュニア資格を経て)。

■ 日程:

- ・25'3/1(土)13:00~16:00 常緑樹編
- ・25'5/6(祝)13:30~16:30 里山の樹木編
- ・25'9/20(土)13:30~16:30 奥山の樹木編
- ・12/15(日)9:30~12:30 針葉樹編

#### <テキスト、各回の日時、場所>

◎テキスト「葉で見わける樹木」林将之、小学館フィールドガイド23(各自で用意下さい)

#### \* 3/1 常緑樹編(自然教育園)

13:00 自然教育園入り口集合。種々のカシ、シイ、そしてタブノキや、見事なクスノキなど香りのある三行脈の樹木を学びます。

#### \* 5/6 里山の樹木編(砧公園)

14:00 砧公園「正門」集合。里山の代表的なコナラ、クヌギ、ミズキ、イヌシデなどの“武蔵野”の「里山」(いわゆる雑木林)の樹木を学びます。

#### \* 9/20 奥山の樹木編(小石川植物園)

13:30 小石川植物園「正門」集合。奥山のカツラ、ヤマボウシ、ハリギリなどのほか、ホウノキ、トチノキなどの大きな葉っぱの樹木を学びます。

#### \* 12/15 針葉樹編(神代植物公園)

9:30 神代植物公園「正門」集合。スギ、ヒノキ、マツ、モミなどのほか、香りのすばらしいカヤなどの常緑のもの、落葉のメタセコイヤ、ラクショウも学びます。

■ 主催・お問い合わせ: (有)ホリスティックヘルス情報室

Eメール: hic@a7.rimnet.ne.jp FAX: 03-5572-8219

URL: <http://holistichealthinfo.web.fc2.com/index.html>

◎ お振込先

三菱UFJ銀行虎ノ門中央支店 普通5832950 (有)ホリスティックヘルス情報室

