

## 森のセラピー



ヘルスツーリズム認証プログラム

信州木曾  
開田高原

溪流沿いの清涼な空気に包まれながら、自然溢れる森の中をウェルネストレーナーがご案内。  
五感を開き心身ともにリフレッシュできる森林浴。迫力ある滝にも癒されます。  
お客様のご希望の日程で行うプライベートプラン！！

## 【プログラム概要】

- 開催日 お客様のご希望の日程※都合により受付できない場合がございます。
- 時間 約3時間 ※お客様のご都合により短縮も可能  
◎開始時間は9:00～13:00の間となります。
- 場所 尾ノ島自然公園 滝と溪流コース
- 料金 通常価格7,000円/人（保険料込）※通常4名様よりお申込み
- 定員 4～30名（9名様以上の場合、複数のガイドで対応）
- その他 ・ガイド1名につき最大8名までご案内可能  
（9名様以上でお申込みの場合は複数グループとなります。）  
・オプションで開田高原旬彩弁当1,500円付き可能  
・冬期積雪がある場合はスノーシューで歩きます。  
別途スノーシューレンタル料1,500円/セット

★申込期限：開催希望日の5日前まで！！



## 《参加について》

- ◎動きやすく調節しやすい服装で参加ください。
- ◎スニーカーやトレッキングシューズで参加ください。  
雨天時は防水のものや長靴、冬期はスノーブーツ等がおすすめ。
- ◎基本的には現地集合・現地解散となります。
- ◎水またはお茶をご持参ください。
- ◎雨具（傘や合羽）をご用意ください。
- ◎冬期は防寒対策をしてご参加ください。
- ◎稀に他グループと一緒にいる場合がございます。

## 《木曾町の取組》

木曾町では、「木曾町ヘルシータウン構想21」を掲げ、木曾町が持つ豊かな自然と地域資源を活用した自然療法により、こころとカラダの健康を回復・維持することを目標としています。

「木曾町ブランドの充実」「観光交流人口の拡大」「医療費削減」の3つを柱とした構想の取り組みが進められています。

## 《おんたけウェルネスラボとは》

「木曾町ヘルシータウン構想21」の実行部隊。健康づくりを通じた交流を積極的に進め、地域の人々、木曾町に訪れる人々が木曾で元気になれることを目指し、開田高原ウェルネスプログラムの開発、提供をしております。

## 《ウェルネストレーナーとは》

人材育成事業において、「自然と健康の関わり」「森・自然が持つ力」「安全管理・救急法」を学び、自然の中で五感を開き心身ともにリフレッシュできる森のセラピーを提供する認定ガイドです。

“木曾おんたけウェルネストレーナー” 通称「ウェルネストレーナー」

～・～・尾ノ島自然公園アクセス～・～・

木曾福島駅から車で約45分

GoogleMAP「尾ノ島自然公園」で検索！

※お車がない方はおんたけウェルネスラボまでお問合せください。



= 企画運営 =

一般社団法人おんたけウェルネスラボ

TEL 0264-24-0870 FAX 0264-24-0871

URL <https://ontakelabo.jp/>

定休日 毎週火曜日（年末年始もお休み）

営業時間 8:30～17:00

ONTAKE WELLNESS LABO  
おんたけウェルネスラボ