

ドクターと行くネイチャーコミュニケーションプログラム

五感で自然を楽しむ 山之内ハーブ 秋ツアー

自然療法医のDr.森寫と耳鼻科医であり森林セラピストでもあるDr.北西がご案内する「心身の健康」をテーマにしたネイチャーコミュニケーションプログラムのお知らせです。

行先は、兵庫県姫路市にある山間の夢前町山之内。ここで自然との共生を目指し、自然栽培のハーブで地域活性化の活動を行っている山之内楽農倶楽部さんとのご縁を頂き、“五感で自然を楽しむ”というテーマで今回のツアーを企画しました。

自然を見て、触れ、嗅ぎ、味わい、聴く。全ての感覚が満たされるような充実の内容となっております。

忙しい日々の中で忘れ去られている自分の感覚を呼び覚ましませんか？

一緒に自然を感じ、楽しみましょう。ご参加お待ちしております。



Dr.森寫

医療法人ふじいやさか
ラ・ヴィータ メディカルクリニック



Dr.北西

きたにし耳鼻咽喉科

2017 11.3 (金祝) Koderia Herb Garden
香寺ハーブ・ガーデン

参加費:8,000円(姫路駅からの交通費・食事代込み) 定員:20名(※先着順)

Time Schedule

- 12:20 姫路駅 北口 バス停(山之内行き)集合
- 12:35 姫路駅出発
※姫路駅までは各自集合をお願いします。
また、公共交通機関を利用して現地まで行くので、時間厳守をお願いします。
- 13:20 山之内バス停着
- 13:30-14:30 農家レストラン且緩々(しゃかんかん)にてランチビュッフェ
地元で採れた新鮮で安全な食材を使ったこだわりの食事が楽しめます。
食事療法プログラムとしても利用されているレストランですので、健康志向の方にもお勧めです。
- 14:30-15:00 健康チェック&ハーブ商品買い物タイム
今回のツアーに参加された前後でお体がどのように変化したかを検査するために健康チェックを実施します。お待ち頂いている方は、レストラン併設のショップで自然栽培のハーブから作られた商品をご覧ください。
- 15:00-16:30 香寺ハーブ・ガーデン工場見学➡ハーブ畑散策
ハーブの商品を作っている工場では、レモンマートルなどの香りを抽出している工程をご覧ください。新鮮な香りを楽しんで頂けます。時期的にハーブは少ないのですが、有名な「目薬の木」の紅葉が見頃かもしれません。
- 16:30-17:00 健康チェック&ハーブ商品買い物タイム
- 17:15 山之内バス停出発
- 18:00 姫路駅解散



Herb Garden Tour

日時	2017年11月3日(金・祝)
参加費	8,000円(姫路駅からの交通費・食事代込み)
行先	山之内楽農倶楽部 兵庫県姫路市夢前町山之内甲619番地
定員	20名(※先着順)
応募締切	10月27日(金)まで ※最低催行人数の8名に達しない場合、開催を見送りする場合があります。
応募方法	電話またはメールにてご応募ください。
お支払い方法	10月27日(金)までにお振込み頂きます。 振込先は申込終了後にご案内します。尚、お振込み頂いた参加費はご返金できかねますことをご了承ください。

