

A. 私たちの団体は、鹿角市が森林セラピー基地に認定された翌年の平成21年に発足しました。森林セラピーステーションである「中滝ふるさと学舎」と「八幡平ふれあいやすらぎ温泉センターゆらら」の運営に携わるとともに、周囲に広がる豊かな森林資源と、渓流や滝などの親水空間を活かした森林セラピーメニューを提供しています。

Q. かづのふるさと学舎の活動について教えてください。
A. 昔ながらの木造校舎を活用して大切なものだと考えています。中滝ふるさと学舎と八幡平ふれあいやすらぎ温泉センターゆららの魅力は、森林セラピーにとって大切なものです。

Q. 今後どのような活動をしていくのかを教えてください。
A. 最近、従業員50人以上の企業にストレスチェックが義務化され

Q. かづのふるさと学舎の活動について教えてください。
A. 私たちは、鹿角市が森林セラピーの担い手として特定非営利活動法人かづのふるさと学舎 理事長 湯瀬 政弘さん



また、日帰り温泉施設「八幡平ふれあいやすらぎ温泉センターゆらら」では、心を癒す森林浴だけでなく、身体の疲れを癒す温泉浴や地産地消にこだわった食事など、八幡平ならではの癒しを総合的に体感できる場所であるように心がけています。

さらに、かづの森林コンダクターが相談対応を行う「コンダクタースペース」を設けて、利用者の皆さまから気軽に相談していただけます。本市がより多くの人たちの心のふるさと、またはよりどころとなる森林セラピーのさらなる普及に取り組んでいきます。



中滝ふるさと学舎

旧津軽街道の湯瀬渓谷沿いの細道を散策路として整備したコースです。全長4.7kmのコースのうち、湯瀬ホテル前から笹ノ渡駐車場までのコースは、だんぶり長者物語にちなんで「吉祥橋」と命名された吊り橋を

③湯瀬渓谷森林セラピーロード

渡り、米代川の渓流沿いの木製散策路を進む

親水空間です。新秋田三十景にも選ばれた湯瀬渓谷の景観美と、米代川のせせらぎの音に

触れ、癒しの時間をお過ごしください。



など、心のケアが重要視される時代になつてきました。

森林セラピーの持つ心理・医学的なヒーリングの効能は、時代の需要に合致したものになつていくと考えています。

八幡平ビジターセンターの正面に広がる大沼のほとりを周回する2kmのコースでは、ブナの森の中を散策しながら、森と水のヒーリング効果を肌触れ、癒しの時間をお過ごしください。

②大沼森林セラピーロード



新緑の大沼のほとりを散策

Q. かづのふるさと学舎の活動について教えてください。
A. 私たちは、鹿角市が森林セラピーの担い手として特定非営利活動法人かづのふるさと学舎 理事長 湯瀬 政弘さん

Q. 本市ならではの森林セラピーリーに対するこだわりはありますか。
A. 昔ながらの木造校舎を活用して大切なものだと考えています。中滝ふるさと学舎ロードでは、柔らかなウッドチップを散策路に敷き詰め、景観だけでなく足元からも木の癒しを感じただけるよう気を配っています。

Q. 今後どのような活動をしていくのかを教えてください。
A. 最近、従業員50人以上の企業にストレスチェックが義務化され

するまちとして認知されるよう、森林セラピーのさらなる普及に取り組んでいきます。



中滝ふるさと学舎



森林セラピー基地

「十和田八幡平の恵みに抱かれた森と水の癒し里かづの」 ～祝10年。身近な森に秘められた癒しの効果を再発見しに出かけよう～

森林セラピーとは、日々の生活の中で蓄積した精神的な疲労を、身近にある自然の力を活用してリフレッシュし、心のバランスの維持や疾病予防を目指すものです。

本市の森林セラピーは、歴史ある八幡平温泉郷や十和田湖の玄関口である大湯温泉郷、美人の湯との呼び声高い湯瀬温泉郷など、効能豊かな温泉資源との組み合わせにより、森林浴と温泉浴による癒しの相乗効果が期待できることが特徴で、平成20年に秋田県内で唯一の森林セラピー基地に認定され、今年で10年目を迎えました。

中滝セラピーロード

森林セラピーロードを紹介

①中滝森林セラピーロード Aコース



森のCafé こもれび

全長1.3kmのコースの途中には、国道103号線沿いのビュースポットである中滝や止滝などの親水空間もあり、「森と水の癒し里かづの」を表すコースです。

散策の後に森のCafé こもれびでのランチタイムがおすすめです。木造校舎の温もりを感じながらほっとする時間をお楽しみください。

八幡平大沼は、6月ごろからさまざまの高山植物が咲き誇り、9月上旬には水面に映り込む鮮やかな鏡紅葉を見ることができます。八幡平屈指のビュースポットです。

②大沼森林セラピーロード



新緑の大沼のほとりを散策

かづの森林コンダクターのオススメ

森林セラピーロードを気軽に体感できる