

# 森林セラピー基地“平尾の森”での日帰り森林散策プログラム

実施日：平成29年5月8日（月）～平成29年10月31日（火）

（実施日の7日前までに予約をしてください）

集合場所：佐久平ハイウェイオアシス「パラダ」

平尾温泉みはらしの湯 森林セラピー室

参加対象：介助なしで森の散策ができる方。それ以外の方は、要相談

催行人員：10名～40名（1団体）※10名未満の場合は要相談

料金：1名様 2,600円

内容：①森の案内人（ガイド）付き森林セラピー

②血圧測定、ストレス度測定（森林セラピー前後各1回）

③昼食（佐久鯉そぼろ弁当）

④平尾温泉みはらしの湯 入浴

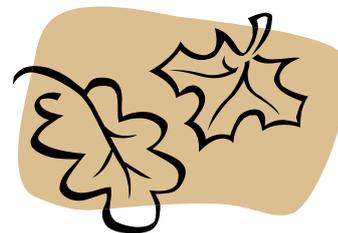


上信越自動車道「佐久平スマートIC」から直結でアクセス抜群！！  
森林セラピーと絶景のみはらしの温泉入浴で疲れを癒して下さい。



## 【スケジュール】

- 10:00 集合（佐久平ハイウェイオアシス「パラダ」平尾温泉みはらしの湯 森林セラピー室）
- 10:00～ 血圧測定、ストレス度測定  
注意事項の説明等  
森の案内人付き森林セラピーツアー（約1.5時間）  
血圧測定、ストレス度測定
- 12:30～ 昼食
- 13:30～ 入浴
- 15:00頃 解散



## オプション（別料金）

○温熱健康浴・リラクゼーションコーナー（高校生以上） 500円

○トレーニングルーム（中学生以上） 400円

※室内用シューズ、ウェア、水分補給用の水筒を持参

## ＜お問い合わせ・お申し込み先＞

佐久平ハイウェイオアシス「パラダ」

住所：長野県佐久市下平尾 2681

電話：0267-67-8100

URL：<http://www.saku-parada.jp>