

ちづちょう 鳥取県智頭町地域

智頭町森林セラピー® ～鳥取砂丘を育む源流の森～

企業
研修

健康

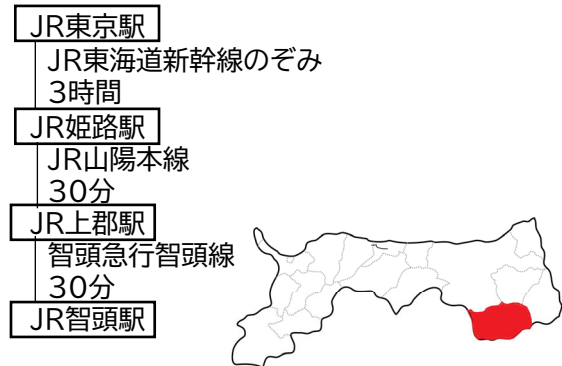
観光

▲ 位置・東京からのアクセス

◆位置

鳥取県の東南に位置する岡山県境地帯で、周囲に1,000メートル級の中国山脈が連なる。

◆東京からのアクセス



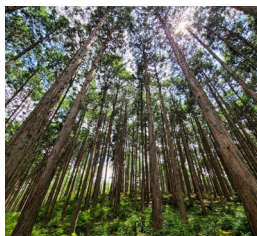
▲ 地域の特徴

智頭町のキャッチフレーズは「みどりの風が吹く“疎開”のまち智頭」。

ゆったり深呼吸できる豊かな自然空間と人々のつながりを育むまちづくりに取り組んでいます。

智頭町は、町の総面積の93%が山林で、長い年月をかけてあの鳥取砂丘を育んだ“源流の森”が広がります。

智頭町では“森林は町の大切な財産”としてとらえ、森の持つ癒し効果に着目し「森林セラピー」をまちづくりのメインテーマの一つとして取り組んでいます。



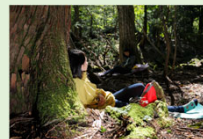
- 山と人が森を介して繋がり、長い時間をかけて育まれた智頭の「暮らし」からヒントを得た多様なプログラムを提供しています。

※ 掲載情報は、2025年1月現在の情報です。また、料金はすべて税込表示です。

▲ 提供プログラム例

◆チームで実感 メンタルヘルス(ストレスとの向き合い方) 日帰りコース

森林セラピー5.5時間(グループワーク含む)
セラピー弁当1食付き



◆共同生活で気付く ストレスとの向き合い方 & チームビルディング 1泊2日コース

間伐体験3時間
森林セラピー5.5時間
セラピー弁当2食付き
民泊(民家宿泊代と夕・朝食付き)



◆その他オプション・体験メニュー

ココロのバランスチェック、ネイチャーゲーム、植物観察・樹木観察、ポール・ウォーキング、ハンモック体験、アロマオイル・フローラルウォーター抽出体験、ヨガ、間伐体験、ツリークライミング、木工ワークショップ、農業体験、郷土料理づくり体験、シャワークライミング(夏期限定)、スノーシュー(冬期限定)など

～ 1泊2日 モデルスケジュール ～

Day1

09:00 チェックイン
間伐体験
シェアリング
12:00 昼食
グループワーク
シェアリング
17:00 民泊

Day2

09:00 森林セラピー
12:00 昼食
森林セラピー
15:00 シェアリング
16:00 クロージング

▲ 利用可能な近隣施設

◆民泊(約20軒)

一般の家庭で宿泊を受け入れています。ホテルや旅館、民宿との大きな違いは、宿泊の受け入れを通じた宿泊者と民泊家庭との交流にあります。



◆旅館

- ・割烹旅館 林新館
- ・河内屋旅館

◆ゲストハウス

- ・ナギノ森ノ宿
- ・楽之 みんなのゲストハウス

◆一棟貸

- ・森の古民家 かろり
- ・Chizu明日の家
- ・R373やまさとセミナールーム「若杉」
- ・智頭やどり木の家

◆グランピング

- ・智頭の林間学校

◆プログラムの活用に関するお問合せ先

一般社団法人智頭町観光協会

☎ 0858-76-1111

✉ therapy@chizukankou-kurashiya.jp

HP https://www1.town.chizu.tottori.jp/chizu/sanson_saisei/therapy/

◆推進地域の窓口

智頭町森林セラピー推進協議会(智頭町役場山村再生課内)

☎ 0858-75-3117

✉ s-saisei@town.chizu.tottori.jp

