

憩うまちこうみ Re・Design セラピスト 4 期生を募集します！

憩うまちこうみ事業を支える 町民セラピストになりませんか？

説明会 令和 2 年 7 月 2 日 (木) 13:30-14:30

説明会終了後、引き続き養成講座を 16 時まで開催します。

会場 小海町役場大会議室

小海町が推進している憩うまちこうみ事業の中心となるプログラム 「Re・Designセラピー」の担い手であるセラピストの養成講座を開催します。

小海町では、平成 28 年度よりまちづくりの施策である憩うまちこうみ事業に取り組んでおり、小海町の資源を活用した「Re・Designセラピー」の展開による都市部企業との連携と、それに伴うまちづくり施策により、町の活気や新たな価値を創出することを目指しています。

事業の中心となる小海町オリジナルのヘルスツーリズムプログラムである「Re・Designセラピー」は、リラックス、瞑想、

コミュニケーション、デトックスの 4 つの要素を組み合わせたセラピープログラムで、多くの町民セラピストの皆さんが活躍しており、企業の皆さまからも高い評価をいただいています。

今回は Re・Designセラピーを支える町民セラピストの四期生を募集いたします。都市部企業の方々と交流をしつつ、社員が憩い、町民が元気になるまちづくりに一緒に取り組みませんか？たくさんのご参加をお待ちしております。

憩うまちこうみ Re・Design セラピーとは

Re・Design セラピーは松原湖でのセラピーウォークを中心としたリラックスメニュー、ヨガを中心とした瞑想メニュー、焚き火などのコミュニケーションメニュー、デトックスを意識した健康食の 4 つの要素を組み合わせたセラピープログラムです。

リラックス

Relax

松原湖高原セラピーウォークや
ハンモック、岩盤浴
(森林セラピー／呼吸法／温泉療法)

瞑想

Meditate

ヨガや座禅

コミュニケーション

Communication

星空ナイトウォークや
焚き火、フィッシング

デトックス

Detox

新鮮な高原野菜や
ハーブを使った
料理や飲み物



Re・Designセラピープログラムを支えるセラピストの第4期養成講座を開催します。

今年度のRe・Designセラピスト養成講座は、セラピーワークのセラピスト募集を行います。養成講座を受講した方を対象に、セラピストの認定を行う予定です。Re・Designセラピープログラムでは、ほかにもヨガセラピスト、デトックスを支える飲食店、宿泊施設や、個人の技能を活かしたコミュニケーションを担当するセラピストが活躍中です。今回募集するセラピーワーク以外のプログラムでの参加をご希望の方は別途事務局までお問い合わせください。

養成する担い手とサービス

Re・Designセラピストは、森林や湖、小海の自然の癒しの力を紹介しながら利用者と一緒に森や湖を歩き、特に都心で生活する人にとっては日常であり意識する機会が少ない豊かな自然の中で「五感」を開放させ、呼吸法や免疫療法など心と体に効果的なセラピーを実施します。

セラピストとして責任をもって利用者をお迎えできる方を歓迎します。専門的な知識やセラピーについて不安な点などあれば、経験豊かな講師や先輩セラピストがサポートしますのでご安心ください。

憩うまちこうみ Re・Designセラピスト 養成講座（全4回）

カリキュラム

憩うまちこうみ形成事業の概要と狙い
松原湖で森林セラピー体験（実技）
自然環境の癒し効果について
傾聴とファシリテーション
思いと意図、意識と心構え、おもてなし
ガイドワークの心得や安全管理
呼吸法や免疫療法など

日 程

7月2日（木） 13:30~16:00
7月28日（火） 10:00~16:30
8月6日（木） 10:00~16:30
8月25日（火） 10:00~16:30

別途、先進地視察（信濃町）
も予定しております。

認定方法

認定を受けたい方は、小海町が主催する養成講座を受講後、レポート等にて一定のサービスレベルが確保できると認められた場合、憩うまちこうみ事務局よりセラピスト認定が行われます。



協定企業のご感想

- なかなか自然と触れることのないままに育ってきたので、今回の滞在はとても新鮮なものでした。松原湖の風景や湖畔に流れる風、森の中で見た夜空に輝く満月などに癒されました。
- 都会のビル群では決して味わうことのできない風景や空気、そして小海町の人々との温かくも楽しい時間は、私の生涯の宝物になると思います。

受講資格

以下の受講資格を一つでもクリアできる方とします。

- ・小海町在住の方、小海町に存在する各施設の経営者や従業員
- ・小海町で働く予定の方またはこれを機会に小海町で働いてみたい方
- ・その他、憩うまちこうみ事務局が特別に求めた方

講 師



信濃町森林メディカルトレーナー／アフンの森心の森トレーナー
高力一浩氏

長野県信濃町で日本一多くの森林セラピーガイドを実践している森のスペシャリスト



信濃町森林メディカルトレーナー／精神保健福祉士
河西 恒氏

C.W ニコル・アフンの森「アフン」心の森プロジェクト等にてメンタルヘルス・マネジメントに携わる。

参加をご希望の方は、申込書をご記入の上、電話またはFAXでお申し込みください。

お名前		ご所属		性別	男 女
ご住所	〒				
電話番号		e-mail		@	

憩うまちこうみ事務局（小海町役場内 担当：渉外戦略係）

※電話、Eメールでお申込みの場合は、上記申込書の各項目をご連絡ください。

Tel 0267-92-2525



Fax 0267-92-4335

E-mail ikoumachi-koumi@koumi-town.jp

主 催：小海町

憩うまちこうみ事務局