

山形県小国町・森林セラピー基地「ブナの森<sup>ぬくみだい</sup>温身平」  
森林セラピー日帰りプランのご案内

森林散策やマタギの学校などを1日で楽しめるプランです。温身平の森を知りつくした森林セラピーアテンドたちが、特別な時間の流れる癒しの森へご案内します。

— 日程 —

1 日目	8:45 ~9:45	森林セラピー基地周辺案内（国民宿舎飯豊梅花皮荘集合） 地元をよく知る森林セラピーアテンドが、森林セラピー基地内のおすすめスポットをご案内します。天気がよければ樽口峠で飯豊連峰の大パノラマをお楽しみいただけます。
	9:45 ~10:45	マタギの学校 ~伝統のマタギ文化にふれる~ 森林セラピー基地がある小玉川地区には、厳しい山の戒律を守りながら自然とともに生活するマタギと呼ばれる人々がいます。森を愛し、森に感謝する心を持ち続けてきた彼らの話しに耳を傾け、今なお伝わるマタギの世界をイメージしてみませんか。
	11:00 ~16:00	森林散策 森林セラピー基地に認定された温身平の森で散策をお楽しみ下さい。ご案内するのはベテランマタギや森林インストラクターなどの森林セラピーアテンド。森のプロフェッショナルばかりですので、初めての方でも安心です。飯豊山荘でオリエンテーションとセルフチェックを行った後、アテンドおすすめスポットで癒しのひとときをお過ごし下さい。（バス時刻に合わせて時間変更可。）
	16:00~	温泉浴 <オプション・予約不要> 森林散策の後には、温泉浴で1日の疲れを流してください。森林セラピー基地「ブナの森温身平」には2つの天然温泉があり、古くから湯治場として親しまれてきました。効能高い人気の湯をお気軽にお楽しみください。 <飯豊温泉> 800年前にマタギによって発見されたと伝えられる歴史ある温泉です。県内屈指のラジウム含有量で知られ、古くから湯治場として親しまれてきました。セラピーロードからすぐの飯豊山荘、飯豊連峰を一望できる絶景の露天風呂がある川入荘、展望大浴場がある飯豊梅花皮荘などで楽しむことができます。 <泡の湯温泉> 全国に数ヶ所しかないといわれる非常に珍しい天然の炭酸温泉です。温度は38度程度と低めですが、お湯に溶け込んだ炭酸ガスが皮膚を刺激して血行を促進し体の芯から温めてくれます。内川のほとりにたたずむ秘湯の宿・三好荘でお楽しみいただけます。

— 温泉 —

- 国民宿舎 飯豊梅花皮荘（TEL0238-64-2111）
- 飯豊温泉 川入荘（TEL0238-64-2138、冬季は休業のため飯豊梅花皮荘へ）
- 飯豊温泉 飯豊山荘（TEL090-5234-5002、冬季は休業のため飯豊梅花皮荘へ）
- 泡の湯温泉 三好荘（TEL0238-62-2220）

いずれも入浴料は500円（小人300円、三好荘のみ小人250円）で、ご予約は不要です。