



(左上から時計回りに)
クリの木につくられた熊糞
見た目からその名が付いたマムシグサ(諸説あり)
ハマキガの仲間
シロシタホタルガの幼虫
リスの食痕(半分に割って食べる)
アカネズミの食痕(穴を開けて食べる)

観察する

普段見られないものや
発見がたくさん

歩く

歩くだけで、身体も心もリフレッシュ



季節ごとに移り変わる景色を楽しみながら、ゆっくりと歩くだけでリフレッシュに。
自然からパワーと安らぎをもらえます。

感じる

五感で森を感じてリラックス



(左上)目を閉じ、耳を澄ませて音の種類を数えるネイチャーゲーム「音いくつ」。自然の音に癒されると同時に不思議な感覚になります。
(右上)爽やかな癒しの香りのクロモジとキャラメルのように甘い香りのカツラの落葉。

遊ぶ

葉っぱや木の枝は、
遊び道具に早変わり！



(下中央)コシアブラで作った刀。皮の部分をぐるりと切って枝を軽くたたくと、するっと鞘から刀を抜くように芯が抜けます。
(右下)アオダモの枝を水につけてブラックライトを当てると青い蛍光色に。

他にも楽しみ方はたくさん。興味のあるイベントに参加してみよう！



秋の自然観察会

時：令和6年10月5日(土)
9:00~14:00
所：小倉フィールド蔵王こまくさ分校
(中川小学校蔵王分校跡)
問：蔵王緑の騎士団
Tel.080-6053-2708



Check! やまがた緑環境税を活用したイベント

蔵王古道を辿る東のお山詣り

時：令和6年9月28日(土)
6:00~
所：山形市上宝沢
費：熊野岳コース 6,000円
鳥兜山コース 5,000円
問：東沢古道保存会ホームページ(申込は8/19~)

森林セラピー基地「温身平」ミニツアー

時：令和6年8月~10月の日曜・祝日(予約不要)
9:30~/13:00~
所：小国町小玉川
問：小国町森林セラピーアテンドメントミーティング事務局 Tel.0238-62-5130

P6-7にも情報が
もりだくさん

紅葉の鶴間池探訪

時：令和6年10月12日(土)
8:30~15:00
所：酒田市八幡総合支所集合
費：1,000円
問：鳥海やわたインテークリタ協会 Tel.090-2953-5022

*イベントの詳細は問い合わせ先(主催者)にご確認ください。



森のスペシャリスト 森の案内人が お待ちしております！

県内4箇所の県民の森では「森の案内人」の方々が、訪れる人たちの案内や木工等の体験活動の指導を行っています。ぜひお出かけください。
→P6-7のイベント情報もチェック



行ってみよう！



森の時間

Forest Time



森に出かける前に

- 〈服装・持ち物〉
- ・長袖、長ズボン、帽子
 - ・スニーカーや長靴
 - ・リュックサック
 - ・水筒、タオル、雨具、軍手など
- 〈危険な植物等〉に注意
- ・ウルシなど触れるとかぶれたりする植物に注意する
 - ・ハチや毒ヘビには近づいたり刺激しない
 - ・クマとの遭遇を避けるため音の出るもので人の存在を知らせる

私たちに豊かな時間をもたらしてくれる森へ、出かけてみませんか。

やわらかな木漏れ日、樹木の香り、野鳥のさえずり、虫の羽音、風が枝葉を揺らす音。

森で過ごすひとときは、時間の流れもゆっくりと感じられます。過ごし方も十人十色。森には癒しも遊びも学びも詰まっています。