

## 参考

### 1 森林浴コース

市町村	コース名（距離）	見どころ	連絡先
甲府市	マウントピア黒平 （2.5 km）	てんぐ岩、オオルリ（日本三名鳥）	甲府市観光開発課 055-237-1161
甲府市	滝戸山御殿滝遊歩道 （2.0 km）	アオギリ群生林、シラカシ純林、御殿滝	甲府市観光開発課 055-237-1161
大月市	矢立の杉自然観察路 （0.8 km）	笹子峠矢立の杉（天然記念物）	大月市産業観光課 0554-22-2111
南アルプス市	夜叉神峠コース （2.5 km）	5本松、南アルプス展望、夜叉神峠	南アルプス市観光商工課 055-282-1111
南アルプス市	平成峡遊歩道 （5.5 km）	アヤマ大群落、八千代の滝	南アルプス市観光商工課 055-282-1111
甲斐市	ふるさと自然観察路 （6.0 km）	雑木林、荒川ダム	甲斐市敷島庁舎地域課 055-277-3113
笛吹市	岩堂峠ハイキングコース （1.5 km）	桃の花、紅葉、甲府盆地の眺望	笛吹市春日居支所 0553-26-3111
北杜市	八ヶ岳横断自然歩道 （3.5 km）	川俣西沢・東沢、美し森展望台 八ヶ岳牧場	北杜市観光商工課 0551-42-1351
北杜市	信玄原自然歩道 （6.0 km）	小荒間番屋跡、女取湧水	北杜市観光商工課 0551-42-1351
北杜市	精進ヶ滝遊歩道 （2.5 km）	精進ヶ滝、紅葉	北杜市観光商工課 0551-42-1351
甲州市	竜門峡遊歩道 （1.5 km）	竜門峡、日川渓谷レジャーセンター	甲州市観光商工課 0553-48-2111
市川三郷町	四尾連湖遊歩道 （1.0 km）	烽火台跡、四尾連湖、リョウメンヒノキ	市川三郷町役場 055-272-1101
増穂町	平和泉山ハイキングコース （3.3 km）	山の神のホコラ、炭焼き小屋	山梨県森林総合研究所 0556-22-8001
鯉沢町	大柳川渓谷遊歩道 （2.5 km）	吊り橋、天淵の滝、十谷温泉	鯉沢町役場 0556-22-2151
早川町	七面山参道 （15.0 km）	大イチイの木（天然記念物）、羽衣白糸の滝	早川町役場 0556-45-2511
富士河口湖町	青木ヶ原樹海遊歩道 （2.5 km）	青木ヶ原樹海、溶岩洞窟	富士河口湖町役場 0555-72-1111
富士河口湖町	三つ峠ハイキングコース （11.0 km）	シャクナゲ、マツムシソウ、三つ峠山	富士河口湖町役場 0555-72-1111
小菅村	大菩薩ハイキングコース （10.0 km）	白糸の滝、大菩薩峠	小菅村役場 0428-87-0111
丹波山村	グリーンロード （2.0 km）	村営釣り堀、ローラー滑り台	丹波山村役場 0428-88-0211

「森へおいでよ ～やまなし森林の体験マニュアル～」(財)山梨県緑化推進機構)から

## 2 県内の森林公園

### ・森林体験プログラムを実施している県・市町村の施設

名称	位置	面積	主な施設	見どころ	連絡先
武田の杜	甲府市	2,500 ha	遊歩道、自由広場、 森林学習展示館等	春の桜、秋の紅葉、 遊歩道からの眺望	管理事務所 (055)251-8551
県民の森	南アルプス 市	953ha	遊歩道、自由広場、 森林科学館等	アヤメの群落、コメツガ ・カラマツ原生林	管理事務所 (055)283-5718
金川の森	笛吹市	36ha	遊歩道、霞・桜 堤、芝生広場等	コナラ・クヌギの平地 林、桜の森	管理事務所 (0553)47-2805
南アルプス邑 野鳥公園	南巨摩郡 早川町	2.5ha	野鳥観察棟、バンガ ロー、キャンプ場等	ヤマセミ、カワセミなどの バードウォッチング	管理事務所 (0556)48-2288
なかとみ青少年 自然の里	南巨摩郡 身延町	0.8ha	宿泊管理棟、キャン プ場、伝統工芸工房	オリエンテーリングなどの 自然体験	管理事務所 (0556)42-3181
河口湖フィールド センター	南都留郡 富士河口湖町	2.0ha	管理棟、自然散策路、 クラフト体験工房	自然散策路周辺の溶岩樹形 やバードウォッチ	管理事務所 (0555)72-4331
都留いきもの ふれあいの里	都留市	6.4ha	展示室、自然観察路、 観察小屋等	小動物や野鳥の観察、クラ フト体験など	管理事務所 (0554)45-6222
ゆずりはら 青少年の里	上野原市	3.3ha	宿泊施設、研修室、 キャンプ場等	周辺フィールドでのネイチ ャーゲームなど	管理事務所 (0554)67-2333
オオムラサキ 自然公園	北杜市	5.0ha	学習展示施設、観察 歩道、観察池等	雑木林で暮らす昆虫、野鳥、 植物の観察	管理事務所 (0551)32-6648

「森へおいでよ ～やまなし森林の体験マニュアル～」(財)山梨県緑化推進機構)から

### 3 森林文化の森

「森林文化の森」は、山梨県が森林環境教育の推進、身近な森林での多様な活動の実践、森林づくりへの参加などを目的に設定したエリアです。県有林を中心に設定された県内各地のエリアでは森林の自然的、文化的特性を生かすことを基本に、歩道、駐車場、トイレ等、最小限の施設整備が行われています。

#### 「森林文化の森」一覧

	箇所名	対象市町村	面積( ha )	テーマ	森の概要
1	釜無水源の森	北杜市白州町	400	豊かな溪流と山の幸に出会う森	雨乞岳中腹の県有林。平久保の池を中心とした区域はカラマツの人工林が多いが、尾根筋を雨乞岳方面に登ると樹齢150年前後のコメツガ、カラマツ、ウラジロモミ等の天然林も見られる。市営施設であるヴィレッチ白州を中心に、駐車場、トイレ、遊歩道等が整備され、山頂付近では眺望が楽しめる。
2	ハヶ岳の森	北杜市長坂町、小淵沢町、大泉町	2,300	鹿や蝶と共生し、星空を楽しむ森	権現岳を頂点に、西は編笠山、東は三ツ頭を経て天女山への稜線とハヶ岳横断道とに囲まれたハヶ岳南麓に位置。エリア内は、カラマツの人工林をはじめ、ミズナラ、シラカバ、ツガなどの天然林が広がり、観音平、三味線滝、天女山には、駐車場、トイレ等が整備され、これらを遊歩道が結んでいる。
3	瑞牆の森	北杜市須玉町	1,600	瑞牆山とシラカバ林に人が集う森	瑞牆山を中心とした県有林で、カラマツの人工林をはじめ、ツガ、シラベ、シラカバ、ミズナラ等の天然林も広がっている。エリア内にある全国植樹祭開催地には、芝生広場や駐車場、トイレ、遊歩道等が整備されている。
4	乙女高原の森	山梨市牧丘町	760	レンゲツツジと山野草とふれあう高原の森	乙女高原を中心とした県有林で、カラマツの人工林を中心に、ミズナラ、クリ等の天然林が広がり、レンゲツツジ等も見られる。乙女高原には、市営施設のグリーンロッジをはじめ、駐車場や林間広場、遊歩道等が整備されている。
5	兜山の森	笛吹市春日居町	120	ヤマナシの森再生とふるさとの眺望を楽しむ森づくり	甲府盆地のほぼ中央に位置する兜山を中心に、アカマツ、ヒノキ等の人工林とクヌギ、コナラ等の天然林とが広がる県有林で、エリア入口には、駐車場やトイレ、四阿、遊歩道等が整備され、山頂付近では眺望が楽しめる。
6	大菩薩の森	甲州市塩山上萩原	1,200	日川源流とブナ・モミ原生林に親しむ森	大菩薩嶺を頂点とした日川の両岸に広がる県有林。大菩薩峠への登山口には、駐車場やトイレ、ロッジなどがあり、付近に広がるウラジロモミ、ブナ林は、やまなし森林百選になっている。エリア内は、カラマツの人工林が中心で、下流の上日川ダムの水源地として重要な地域にもなっている。
7	小金沢シオジの森	大月市七保町	500	シオジの純林と富士のパノラマに出会える森	雁が腹摺山を頂点に、葛野川支流小金沢の両岸に広がる県有林で、黒岳やマミエの滝のほか、やまなし森林百選の一つで学術的にも貴重なシオジの群生地がある。大峠には、駐車場やトイレ、四阿等が設置され、シオジ群生地周辺にも駐車場や遊歩道が整備されている。
8	稲山ケヤキの森	笛吹市八代町	120	ケヤキの巨木林と五本松に憩う森	甲府盆地の南、御坂山塊の春日山中腹から山麓にかけての四ツ沢流域に広がる県有林で、エリア内には、県内最大規模を誇る樹齢約100年のケヤキ林があり、駐車場やトイレ、親水施設、四阿、遊歩道等が整備され、自然と親しむことができる。
9	河口の森	南都留郡富士河口湖町	340	富士の眺望と文学にふれあえる森	黒岳から御坂峠にかけての県有林で、峠からの眺めは、甲斐の富士見三景の一つになっている。エリア内は、アカマツ、カラマツの人工林が中心で、稜線沿いには樹齢80年を超える見事なブナ林も見られ、林内に整備された遊歩道では、四季折々の美しさを楽しむことができる。
10	十谷の森	南巨摩郡鯉沢町	1,600	渓谷散策とヒノキの美林を体験する森	源氏山を源流とする大柳川の両岸に広がる森林。エリア内は、スギ、ヒノキ、カラマツなどの人工林が主体で、源氏山付近には、ブナやコメツガ、ウラジロモミ、ダケカンバ等が混交した樹齢150年を超える天然林も残存している。水量が豊富で景観にも優れた大柳川渓谷沿いには、遊歩道等が整備されている。
11	本栖の森	南巨摩郡身延町、南都留郡富士河口湖町	700	本栖湖の悠久の自然と峠道文化をたどる森	本栖湖南岸に広がる県有林で、山梨百名山の一つ竜ヶ岳からは富士の眺望が楽しめる。エリア内は、ブナ、ミズナラを主体とする天然林が中心で、樹齢100年を超える貴重な森林も残存し、四阿や遊歩道等が整備され、川尻金山、石仏などの史跡も点在する。
12	思親山の森	南巨摩郡南部町	470	駿河湾の眺望と山の幸に出会う森	県の南西部、富士川左岸に位置し、思親山を中心として南北に広がり、ヒノキ、スギ等を主体とする人工林が大半を占めている。エリア内には、駐車場、四阿、遊歩道等が整備され、思親山山頂からは富士山、駿河湾の眺望を楽しむことができる。

資料（山梨県森林環境部県有林課）

## 策定の経緯

### 【山梨県森林セラピー研究会の開催】

#### 第1回研究会

開催日：平成17年 8月22日（月）

研究事項： 森林セラピーの現状等について  
森林セラピーの導入及び普及・啓発方法について

#### 第2回研究会

開催日：平成17年 10月12日（水）

研究事項： 森林セラピーの導入及び普及・啓発について

#### 第3回研究会

開催日：平成17年 12月14日（水）

研究事項： 森林セラピー推進プログラムの概要について

#### 第4回研究会

開催日：平成18年 2月1日（水）

研究事項： 森林セラピー推進指針（案）について

#### 山梨県森林セラピー研究会設置要綱

##### （目的）

第1 山梨県において、森林を活用した健康づくりを推進するため、森林セラピーの目的や効果、具体的な取り組みの手法を明らかにすることを目的に、山梨県森林セラピー研究会（以下「研究会」という。）を設置する。

##### （検討事項）

第2 研究会は、次の各号に定める事項について研究を行う。

- （1）本県への森林セラピー導入に関する調査・研究
- （2）森林セラピー推進プログラムの検討と策定
- （3）前2号のほか必要とする事項

##### （組織）

第3 研究会は、別紙に掲げる委員で組織する。

##### （会長）

第4 研究会に会長を置き、委員の互選によりこれを定める。

- 2 会長は、会務を総理し、研究会を代表する。
- 3 会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、あらかじめ会長の指名する委員がその職務を代理する。

##### （会議）

第5 会議は、会長が召集する。

- 2 会長が必要と認めたときは、会議に委員以外の者の出席を求め、意見を聴くことができる。

##### （庶務）

第6 研究会の庶務は、森林環境部森林環境総務課において行う。

##### （解散）

第7 研究会は、その任務が達成されたときに解散する。

##### （その他）

第8 この要綱に定めるもののほか、研究会の運営に関し必要な事項は、別に定める。

##### 附 則

この要綱は、平成17年7月20日から施行する。

## 山梨県森林セラピー研究会委員

所管分野	氏 名	経歴・役職等
観 光	おおすみ かずし 大隅 一志	(財)日本交通公社主任研究員
行政(市町村・森林)	かいふく よしひと 海福 芳人	南アルプス市みどり自然課長
医療・福祉	かわかみ よしのり 川上 純範	リハビリテーション山梨温泉病院院長 山梨県リハビリテーション病院・施設協議会会長
医療(精神保健福祉行政)	こんどう なおじ 近藤 直司	山梨県精神保健福祉センター所長
行政(市町村・観光)	つのだ ひろし 角田 寛	山梨市観光課長
地域振興	なかだ ひろひさ 中田 裕久	(財)山梨総合研究所調査研究部長
医療・福祉	なかむら たけし 中村 雄	健康科学大学教授(作業療法学科)
医療(研究)	ながい まさのり 永井 正則	山梨県環境科学研究所特別研究員
森林管理	ひかわ ひろふみ 樋川 弘文	山梨県森林組合連合会専務理事
医療	ほんま しょうこ 本間 請子	日本呼吸器学会専門医・日本アロマセラピー学会理事
自然体験・環境教育	ますだ なおひろ 増田 直広	(財)キープ協会環境事業部事業課長

研究会会長

### 引用文献：

森と健康「自然がくれる心とからだの癒し」 ((社)全国林業改良普及協会)

森林療法ハンドブック(降矢英成:東京堂出版)

森林療法のすすめ方(上原 巖編著 (社)全国林業改良普及協会)

森林浴が人の心身に及ぼす効果—その医学的実証—(本間 請子 フレグランスジャーナル社)

「ドイツにおけるレジャー研究とその実践～スポーツ地域開発論～」

(Universität Bielefeld Prof.Dr.Wolfgang Nahrstedt

編・訳 筑波大学大学院体育研究科 中田裕久)

この用紙は、日本の森林を育てるために間伐材を積極的に使用しています。(間伐材10%+古紙90%)