

伊豆元気わくわくの森公園

鉢の山森林セラピーロード

森林などの自然環境が、医療や療養、生活習慣病の予防に期待できると解り、平成16年に林野庁などによって取り組みが始まったのが、森林セラピーである。森の自然があやなす風景や香り、音色や肌触りなど、森のいのちや力を実感することによって、私たちの心身に元気を取り戻させようとするもの・・・、それが森林セラピーである。

セラピーロードとは専門家によるフィールド実験によってリラックス効果が実証され、審査が行われて認定された道路である。セラピーロードは一般の道路よりも道幅が広くとり、緩い傾斜で歩きやすさが考慮された道路である。

森林セラピーロードは、静岡県で初めて認定を受けた森林セラピーロードである。山頂からは天城連山や伊豆七島が一望でき、樹齢100年のヒノキ林や植物も豊富で自然観察・森林浴も楽しめる。



- ◆車利用モデルコース (休憩・見学時間を含まない)
- A) 第一駐車場・・・桜の小道・・・森の小道・・・セラピーロード・・・山頂広場・・・山頂周遊路一周・・・山麓周遊路・・・第二駐車場・・・第一駐車場 (所要時間約2時間30分)
 - B) 第二駐車場・・・セラピーロード・・・山頂広場・・・山頂周遊路一周・・・山麓周遊路・・・第二駐車場 (所要時間約1時間30分)

コースタイム (参考)



※歩程 約4時間45分

