

心地よい森での体験

森の世話人：NPO 法人 Peace&Nature
活動日：平成28年3月6日（日）

天候に恵まれた活動日、3歳の子供も含む老若男女32名が主役となり、3グループに分かれて植樹・伐採・ネザサ刈りを行いました。森づくりインストラクターの指導のもと「ヒサカキ」を伐採し、地面まで光が届くようになりました。植樹では24本の苗木を斜面に植えました。

活動後はソフトエクササイズ&リラクゼーションヨガを体験し、ゆったり座って呼吸に集中すると、小鳥の春を喜ぶ鳴き声が心地よく感じられました。



代表からの挨拶



道具類を持ちいざ活動地へ



無心でヒサカキを伐採



植樹を開始



斜面での植樹



森の中でヨガ体験



ナイスバランス



集合写真

