

北海道森林療法研究会シンポジウム2020

森のチカラ

北海道森林療法研究会では、with corona時代の健康づくりをテーマに森林療法シンポジウムを開催致します。

2020年の2月以降は外出の機会が減り、閉じこもりがちになっていませんか？

日頃の運動不足、ストレス解消に身近な自然環境を健康づくりに活用してみてもはどうでしょうか？

森林浴の医学的な効果の検証データを示しながらwith Corona時代の健康づくりへの応用や

森のチカラを街のチカラにつなげるアイデアを皆さんと考えたいと思います。

テーマ 「with Corona時代の健康づくりと地域づくり」 ～森林を利用した個人の健康づくりとワーケーションへの応用～

期 日：2020年9月5日(土) 14:00～17:00

会 場：マルウンホール 4F

所 在 地：〒070-0030 北海道旭川市宮下通10丁目3-2 無料駐車場あり

電 話：0166-23-1212

参 加 費：無料

お 申 込：下記URLのお申し込みフォームからご利用ください。

<https://forms.gle/WSj8HdDnzJmjRuye7>



講演内容

- ・森林療法による住民の健康づくり ■ 東北医科大学 地域医療学・総合診療科 / 旭川医科大学 内科学講座
循環・呼吸・神経病態内科学分野 (旧1内) 地域医療再生フロンティア研究室 / 森林療法研究会 理事長 住友 和弘 ■
- ・企業の健康経営の実践 ■ サイバートラスト株式会社 顧問 眞田 勉さん ■ Zoom参加
- ・ワーケーションの普及と森林療法 ■ 北海道議会議員 安住 太伸さん ■
- ・機能性アロマによるオフサイト森林浴の可能性 ■ 仙台オープン病院 橋本 貴尚さん ■ Zoom参加
- ・全体討論

Zoom参加ご希望の方へ

Zoomでの視聴をご希望される方は事前にお申し込みをお願い致します。お申し込み後にIDをお送り致しますのでメールアドレスを下記フォームに必ずご記入下さい。

当日のZoom参加申し込みはお受けできませんのでご了承下さい。

お申し込みは先着順とさせていただきます定員になりしだい締め切らせていただきます。

もし、通信トラブルが発生した場合、当方では対応が困難です。ご了承下さい。

会場参加される方へのお願い

コロナ感染防止のために

- ・当日朝検温をお願いします。37.5℃以上の方は参加をお断り致します。
- ・参加される方は必ずマスク着用をお願いします。
- ・入室前の手指の消毒を必ずお願いします。
- ・3密を避けて着席して下さい。

お問合せ先E-mail: forest.laboratory@gmail.com

当研究会ホームページ: <https://forest-labo.info/>

北海道森林療法研究会シンポジウム2020

森のチカラ プログラム

在宅での仕事が増え新たなストレスが源になっています。
遠隔での仕事の普及は、都市から地方へオフィス、人を移動させワーケーションという働き方が生まれています。

13:30 開場

14:00 開会の挨拶

14:10~14:40 森林療法による住民の健康づくり

■東北医科薬科大学 地域医療学・総合診療科/旭川医科大学 内科学講座 循環・呼吸・神経病態内科学分野（旧1内）

地域医療再生フロンティア研究室/森林療法研究会 理事長 住友 和弘 ■

14:40~15:10 企業の健康経営の実践

■サイバートラスト株式会社 顧問 眞田 勉さん ■Zoom参加

15:10~15:25 休憩 機能性アロマの試供

15:25~15:55 ワーケーションの普及と森林療法

■北海道議会議員 安住 太伸さん ■

15:55~16:15 機能性アロマによるオフサイト森林浴の可能性

■仙台オープン病院 橋本 貴尚さん ■Zoom参加

16:15~16:50 全体討論 座長 住友 和弘

16:50 閉会の挨拶

17:00 閉会



北海道森林療法研究会

