

健康づくり村～東丹沢七沢温泉郷～ 豊かな自然 散策の里 七沢

厚木市 森林セラピー®基地 「健康づくり村～東丹沢七沢温泉郷～」

厚木市は、神奈川県中央部に位置し、都心から近くまた交通の便が良く、東丹沢七沢温泉郷や飯山温泉郷もあることから、気軽に日帰りで森林セラピー体験がしたいという方、またゆっくり宿泊しながら森林セラピーを体験したいという方、どなたにでもお楽しみいただけます。

約1,500ヘクタールある森林セラピー基地は、宿泊施設や病院、森林公園やキャンプ場など沢山の施設に恵まれています。

さらに、認定された3本のセラピーロードがあるほか、いくつものハイキングコースが点在しております。

森林セラピー®とは

森林セラピーとは、森林の生命力などを五感を通じて感じたり、森林環境を効果的に活用することで、心と身体健康維持・増進を図っていく取り組みの総称です。

森林セラピー®基地認定について

森林セラピー基地とは、リラックス効果が森林医学の面から専門家に実証され、さらに周辺施設等においても優れていると認められた地域のことです。

平成18年8月に東京農業大学厚木キャンパス在校生の協力の下、本厚木駅東口付近を都市部、県立七沢森林公園を森林部の座観場所として、生理実験等を行いました。

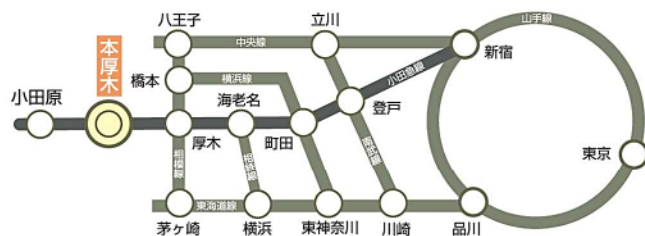
それぞれを科学的に分析したところ、都市部に比べ森林部においてストレス緩和効果やリラックス効果が実証されるなどの実験結果が得られ、さらに本市の豊かな自然や病院、宿泊施設等の豊かな環境条件・社会条件が認められたことにより、平成19年3月に認定されました。



森林部

都市部

交通のご案内



公共機関をご利用の方

- 新宿駅→小田急線特急で本厚木駅まで約45分
- 横浜駅→相鉄線急行で海老名駅まで約30分。小田急線に乗り換えて本厚木駅まで約55分
- 小田原駅→小田急線急行で本厚木駅まで約40分

小田急線「本厚木駅」から
神奈川中央交通バス「七沢または広沢寺温泉」行き
「広沢寺温泉入口」または「七沢病院入口」下車

お車をご利用の方

- 東京から46km、横浜から32km→厚木
- 東名高速厚木ICから県道603号(上粕屋厚木)、県道64号(伊勢原津久井)を経由約20分



健康づくり村～東丹沢七沢温泉郷～ 豊かな自然 散策の里 七沢

厚木市 産業振興部 観光振興課
〒243-8511 神奈川県厚木市中町3-17-17
TEL (046) 225-2464 FAX (046) 223-0174
E-mail 3850@city.atsugi.kanagawa.jp



健康づくり村～東丹沢七沢温泉郷～ 豊かな自然 散策の里 七沢



森林セラピー®基地

厚木市