

国定公園の一部である松原湖やその周辺の湖・森林・高原地帯などの自然をフィールドに、セラピーウォークやヨガ、星空・焚き火体験等を行う“Re・Designセラピー”を通して、小海町の豊かな自然の中で五感を解きほぐしながら環境について学びます。ゼロカーボンシティを目指す小海町で、小水力発電施設の見学を通してクリーンエネルギーを学び、近年の地球温暖化や暖冬の影響で全面結水することが少なくなっている松原湖から、次世代に残したい景色について考えます。

day1	day2	day3
<p>11:30 各自移動・JR小海線小海駅集合</p> <p>12:00 オリエンテーション・ランチ ウェルカムドリンクをご提供。今回の企画や小海町のご説明、全員の自己紹介、顔合わせを行います</p> <p>14:00 セラピーウォーク 松原湖畔にて五感をひらくセラピーウォークを実施し、自然(森)が持つ癒し効果を体感</p> <p>17:00 自由時間</p> <p>18:00 夕食会・宿泊 小海リエックスホテルにて懇親会と宿泊</p> 	<p>09:00 マインドフルネスヨガ 植物が色づきはじめる季節に屋外でヨガを行います</p> <p>10:30 水力発電施設視察 CO₂の排出が最も少なく、安定に供給が可能な注目の小水力電力施設を視察</p> <p>13:00 ランチ</p> <p>14:30 ワークーション 湖畔のワークーション施設「たぬきや」にてワークーション</p> <p>18:00 夕食会・焚き火セラピー・星空鑑賞 標高が高く、空気が澄んだ星空のホットスポットで、夕食に引き続き異業種交流</p> 	<p>07:00 朝食</p> <p>09:00 ディスカッション 2日間を通しての気づきや自然環境と自分の関係についてディスカッションし、小海町におけるSDGsモデルの提案を行います</p> <p>11:30 閉会式・記念撮影</p> <p>12:00 小海駅に移動・お土産タイム</p> <p>13:00 JR小海線小海駅 解散</p> 