



News Release

雪に育まれた「森林セラピー®基地 樽田の森」で 自分の元気点に還るリトリート 参加者募集！

舞台は新潟県津南町。科学的検証のもと、血圧低下やストレス緩和作用が確認されている森の中で自分自身と向き合う時間を作りませんか？

樽田（たるだ）の森では自然の音や香り、風を感じることで五感が研ぎ澄まされ、参加者は自分と向き合う準備を整えていきます。森に入り、普段意識することの無い素直な気持ちに耳を傾け、自分の原点に立ち還ることで日々の生活の中で蓋をしている自分の本当の気持ちをブナの森で開放し、気持ちをスッキリさせるリトリートプランです。

既にリトリート経験のある方にはもちろん、「雪国リトリート」とは何か？というご興味のある方、雪国リトリートが初めての方も大歓迎。森の力を借りて、自分の原点に思いを巡らせる・・・そんな時間を過ごしていただきます。

また、2025年5月17日～7月6日はの2泊3日のリトリートプラン「【水のリトリート】大源太山の恵「水」と向き合って～人間の源「水」を五感で味わう3日間～」も開催予定。
【雪国観光圏エリアは絶好のリトリートフィールド】

「雪国リトリート」とは、日本有数の豪雪地でもあるこの雪国観光圏エリアで、日常から離れて自分と向き合い、心と体をリラックスさせる新しい旅のスタイル。圧倒的な大自然、雪国に育まれた独特の雪国文化など異日常の空間に身を置きながら、様々なプログラムを通して自分をじっくり見つめ直すことができます。



◇お申込み・お問い合わせ先◇

(一社)雪国観光舎

新潟県知事登録旅行業 第2-433号

電話：025-785-5353 メール hosoya@yuzawaonsen.gr.jp

営業時間：9:00～17:00 定休日：水曜日

【募集概要】

■商品名: 雪に育まれた「森林セラピー®基地 樽田の森」で自分の元気点に還るリトリート

■日程 2024.11/02(土)・2024.11/23(土) * 2日とも同じプログラムです。

■場所 越後田中温泉 しなの荘

新潟県中魚沼郡津南町上郷上田乙2163(TEL:025-765-2442)

* JR飯山線 越後田中駅より徒歩5分

■行程 9:00 しなの荘集合 受付後、バスでリトリート会場へ移動

樽田の森・森林セラピー®基地到着

ブナの森でリトリート開始

種まき(オリエンテーション)

森林セラピー®ウォーク

(リトリートのお話、津南町・雪国のご紹介、セラピーのご紹介)

12:15頃ソロタイム+昼食(おにぎり)※飲み物は各自でご用意ください。

振り返りの時間

13:30 バス移動

14:00頃 しなの荘到着 解散

※ご希望の方は別料金で温泉にご入浴も可能です。

■定員 8名(最少催行人数4名)

■参加費 7,000円※1名様料金<料金に含まれるもの>

交通費、食事代(昼1回)、ガイド代、保険

※集合場所まで及び解散場所からの交通費は含まれておりません。

※飲み物代、お土産代等は含みません。

■申込締切 催行日4日前

■その他

・「雪国リトリート」のWEBサイトは <https://snow-country.jp/retreat/retreat/>

・「本ツアー」のWEBサイトは <https://snow-country.jp/retreat/retreat/tsunanshinrin/>

【募集概要】

■商品名： 【水のリトリート】

大源太山の恵「水」と向き合って～人間の源「水」を五感で味わう3日間～

リトリートが行われる湯沢町大源太エリアは、そのシンボルである大源太山(だいげんたやま・標高1598メートル)にちなんで名付けられました。この山は、その形から東洋のマッターホルンとも呼ばれています。山の麓には大源太川をせき止めてできた大源太湖があり、かつてこの地域に大きな苦難をもたらした大洪水を防いできました。この地域は現在、ウォーキングやパドルスポーツの人気スポットとなっています。豊富な雪解け水が地中にしみ込んで湧き出る地元の水は、人々と土地に水を供給し、ここで栽培されるおいしい野菜や米を育てています。

陶芸やノルディックウォーク、カヤックなどのアクティビティや農家レストランでの食事などを楽しみながら、この魅力的なエリアの豊かな歴史、人々の生活、自然の美しさ、そして人間の生命にとって欠かすことができない「水」の大切さを五感で味わい、自分の原点に立ち返っていただき、自分にとって本当に大切なものを見つめていただく雪国リトリートのプログラムとなっています。

■日程 2025年5月17日～2025年7月6日の間の2泊3日のツアーです。

※リクエストによる予約受付。 ※設定除外日:ガイドの都合がつかない日

■場所 ゆづりリゾート

新潟県南魚沼郡湯沢町土樽 6643-1

TEL(050) 5809-9394

<https://yuzkyuresort.com/en/>

■定員 6名(最少催行人数3名)

■参加費 170,000円 ※1名様料金

■その他 ・「雪国リトリート」のWEBサイトは <https://snow-country.jp/retreat/retreat/>

・「本ツアー」のWEBサイトは <https://snow-country.jp/retreat/retreat/daigenta2025/>

