

# 森林セラピー®

## に対する助成事業について

本組合では精神的ストレスの軽減や予防医療としての効果が実証されている森林セラピーに対する助成事業を行っています。



### 森林セラピーとは

森林セラピーは、ハイキングでも登山でもありません。癒し効果が科学的に検証された、一步進んだ森林浴です。森林の中に身をおき、経験を持つインストラクター「美林案内人」の指導のもと、レクリエーションなどを行い、楽しみながら心と身体のストレスの軽減や健康維持・病気の予防などを目指します。



**費用** 2名以上 …… 共済組合特別料金 **7,650円** \*10月から変更となりました。  
(1人あたり、弁当代・途中の移動・地域協力金などを含む)

※1名でのお申し込みの場合は共済組合特別料金 **13,500円**となります。  
\*10月から変更となりました。

※共済組合特別価格の対象は組合員・被扶者・および同行者です。

※組合員・被扶者の方は「森林セラピー利用助成券」をご利用いただけます。  
(助成額は1人あたり2,000円です。)

事前に共済事務担当課にお申し出の上、助成券の交付を受けてください。

詳しくは(一社)吉野ビジターズビューローまたは本組合福祉課までお問い合わせください。

**お申込み** 〒639-3111 吉野郡吉野町上市77-1

(一社)吉野ビジターズビューロー ☎ **0746-34-2522**

**お問い合わせ** 奈良県市町村職員共済組合 福祉課 ☎ **0744-29-8267**

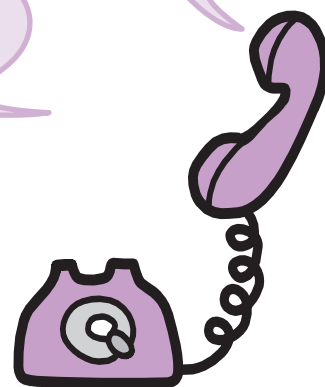
健康生活を  
サポートする

## 健康相談事業

平成30年度 利用状況

相談は無料!!

平成30年度に寄せられました相談件数については、下表のとおりです。  
これらの相談事業は、組合員はもちろん、ご家族の方も健康やこころのお悩みについてご利用いただけます。しっかりとした知識をもち経験豊富な相談員が対応し、個人情報保護法の遵守と相談者のプライバシーを厳守し機密を保持いたします。



利用件数	電話健康相談	メンタルヘルス相談		
		ハートランド しぎさん	大学院連合 メンタルヘルスセンター	合計
平成28年度	77	3	73	76
平成29年度	74	5	56	61
平成30年度	46	15	66	81