

森林セラピスト(森林健康指導士)として
実践活動、基地・ロード紹介
自然環境の中でのヨガやウォーキングによる
健康促進効果

温泉浴・メディカルハーブ

：[全国山の日協議会公式サイト](http://yamanohi.net)
(yamanohi.net)

♥ **Toshimi** ♥





- ✿ 一般社団法人日本森林医学会会員
- ✿ 特定非営利活動法人 森林セラピーソサエティ 認定 森林セラピスト(森林健康指導士)一級
- ✿ 日本赤十字特別社員(JRC~)
- ✿ 一般財団法人 全国山の日協議会 賛助会員
- ✿ 一般社団法人 日本産業カウンセラー協会認定 産業カウンセラー会員
- ✿ AJYA ヨガアドバンスインストラクター
- ✿ 特定非営利活動法人日本メディカルハーブ協会(JAMHA)認定メディカルハーブコーディネーター
- ✿ 消防救命技能認定 ハーブ&ライフコーディネーター等

☆出身地：熊本県

☆現住地：東京都

☆大好物：海(小型船舶免許一級所持)、山さんぽ、空ごはん、旅、温泉浴

※週末は関東近郊森林セラピー基地認定ガイドとして参加者へ森林セラピーや、都市公園にて森林セラピー体験を企画・運営。関西圏などへも足を延ばして森を楽しむ。山歴はハイキング歴約 20 年を活かしリーダーとして山さんぽを企画。おもしろそうだなあ~と思われる方、どうぞ今後ともよろしく願いいたします。<(_)>