

中滝森林セラピーロード

中滝森林セラピーロードA

止滝駐車場～中滝～中滝ふるさと学舎～面内林道（約1.3km 20分）

中滝森林セラピーロードB

国道104号～錦見の滝～銚子の滝～湯の又の滝（約1.4km 20分）



止滝発電所

止滝

乙女の泉

中滝

中滝ふるさと学舎

中滝親水空間
中滝もぐり橋

面内林道

中滝もぐり橋



弥助の滝



錦見の滝

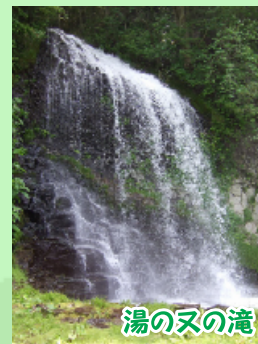
103

中滝森林セラピーロードB

銚子発電所

銚子の滝

104



湯の又の滝

森林セラピーとは

森の中に入ると人は自然にリラックスすることができます。この効果を「森林浴」といい、私たちは永く親しんできましたが、その効果については感覚的なものでしかありませんでした。

そこで、この「森林浴」の効果を科学的に解明し、こころと身体の健康に活かそうという試みが「森林浴」から一歩進んだ「森林セラピー」です。

鹿角市は森林の持つ癒し効果が科学的に実証されたことから、森林セラピー基地【森と水の癒し里かづの】として、認定されております。