

秋の横瀬溪谷 ～森林セラピー×アロマ抽出体験～



清流の音を聞きながら杉林を歩く「横瀬溪谷コース」は、舗装路がある福祉森林セラピーロードが特徴で、車椅子でも利用が可能です。

紅葉シーズンに当たる11月中旬はコース内のモミジが黄色く紅葉します。

今回は一般社団法人山郷地区振興協議会主催で横瀬溪谷の森林セラピーと、山郷地区で採れたクロモジを使ったアロマ抽出体験を行います。

【日時】11月7日(土) 午前9時～午後3時

【講師】智頭町森のガイド

【定員】18人程度(先着順)

【参加費】大人 1,500円

子ども(小学生以下) 1,000円

※昼食代・保険料含む

【期限】10月30日(金)まで

※悪天候の場合等、講座を中止又は内容を変更する場合があります。



申込はこちら

申込み・問合せ

(一社)山郷地区振興協議会

☎75-0221

10月

～食品ロス削減月間～ 10月30日は「食品ロス削減の日」

日本では、本来食べられるのに捨ててしまう食品＝食品ロスが、年間461万トンで(令和6年度推計)、このうち半数が家庭から発生しています。日本人の1人当たりの食品ロス量は、1年で約37kgになります。これは、毎日おにぎり1つつ分(100g程度)の食べ物に相当します。

飢餓や栄養不足に苦しんでいる国や人々がたくさんいます。日本でも9人に1人の子どもが十分に食べることができていないなど、食の支援を必要としている状況にあります。また、貧困だけではなく、大量の食品ロスはごみ処理等環境問題にも影響します。食べるものを大切に、無駄なく消費しましょう。

食品ロスを減らそう!



“食品ロス削減”のためにあなたにもできること

買い物をするとき

- 必要な分だけ購入する
- すぐに食べるような商品は、手前のもの(賞味期限の近いもの)から購入する

調理をするとき

- 食べられる分だけ作る
- 食材にあった保存方法で、長持ちさせる工夫を行う

外食をするとき

- 食べきれない量を注文する
- 苦手な食べ物が入っていないかを事前にチェックする
- 「30・10運動」を心がける
※会食などで、最初の30分と最後の10分は料理を楽しんで食べ残しを減らそうという運動

問合せ先

保健センター福祉課

☎75-4101