

始めよう!

まちから やまへの アクション

都市に暮らしながらも、「やま」に関わる方法はいろいろあります。普段の生活の中でできること、やまへ出かけて、訪れた先でできることなど、まずは興味をもったものや楽しそう!と思ったことから始めてみましょう。

アクション1

自宅から見える景色や通勤中に見える山の色・田畑の色など、普段見過ごしがちな近くの景色の中に、自然の変化を見つけてみましょう。

森の中で開催されるヨガレッスンなどのイベントに参加してみたり、カフェやレストランへ行ってみるのもいいでしょう。

■滋賀県観光情報

滋賀県の公式観光サイト。お出かけに役立つ様々な情報が掲載されています。

<https://www.biwako-visitors.jp>



公園で散策や
森林浴をして
自然を感じよう

アクション2

滋賀県産の 旬の食材を 選んで食べよう

滋賀のやまの恵みを感じるため、できるだけ滋賀県内で採れたもの、栽培されているものを選びましょう。また、近郊の産地からの旬のものを食べて、季節の変化を感じましょう。

アクション3

食器やおもちゃなど 木でできた製品を 使ってみよう

日々の生活の中で、木でできた食器を取り入れてみましょう。お箸にスプーン・フォーク・お皿など、たくさんある中から自分のお気に入りを見つけるのも楽しいものです。

商業施設などにある「木育広場」を利用して、木のおもちゃに触れてみてはいかがでしょうか。きっと人肌のような暖かみを感じることができるでしょう。



アクション4

親子で森に入り様々な体験をする中で、いつもとは違う子どもたちの表情を感じ、やま・森への見方が変わるかもしれません。

滋賀県内の「森のようちえん」については、Facebookページ「びわ湖の森のようちえん」内で案内されています。

■びわ湖の森のようちえん (Facebook)

<https://www.facebook.com/biwakonomori/>



子どもと一緒に
自然体験の活動に
参加しよう



アクション6

やまの中で 自由なライフ スタイルを楽しもう

森の中で体を動かしたり食事を作ったり食べたりすることは、とても気持ちのいいものです。まずは近くのやまに、日帰りのピクニックに行くことからチャレンジしてみましょう。慣れてくれば、宿泊やテレワークも、夜は星空を眺めたり、焚き火を囲むなど、特別な体験ができるでしょう。



滋賀 キャンプ場

検索

アクション5

やまに出かける ツアーやイベントに 参加しよう

滋賀県のやまでは、自然を学ぶイベントがたくさんおこなわれています。県の広報誌・ホームページでのお知らせから、興味のあるものを探してみましょう。

■森づくりネット・しが (滋賀県)

<https://www.pref.shiga.lg.jp/moridukurinet/>

