

大阪市立大学理学部附属植物園

植物園市民講座シリーズ:植物と私たちの生活

第4回 植物園の森における森林浴が心身に及ぼす効果について

森の中を散策すると気分がリフレッシュする感覚は多くの方が体験していることでしょう。2014年度、植物園では初めての試みとして、神戸女学院大学との共同研究で、森林浴が心身に及ぼす効果を調査しました。市民や学生の皆さんが被験者として参加して下さった貴重な調査結果をご報告します。性格傾向を把握する試験も体験していただけます。

日時:2015年3月17日(火)13:00~15:00(雨天実施)

場所:大阪市立大学理学部附属植物園 研究棟講義室

参加費:350円(入園料のみご負担下さい。中学生以下無料)

定員:35名(先着順)

アクセス:京阪交野線私市(きさいち)駅より徒歩約6分

JR学研都市線河内磐船駅より徒歩約20分



森林浴のコースとなった植物園内の散策路

プログラム

13:00 開会の挨拶と森林浴コースの概要紹介
(大阪市大植物園 講師 植松千代美)

13:10 「森林浴に対する身体の反応」
神戸女学院大学人間科学部 環境・バイオサイエンス学科
教授 高岡素子

13:40 「性格傾向と森林浴の効果」
神戸女学院大学人間科学部 心理・行動科学科
専任講師 須藤春佳

休憩

14:30 実習「あなたの性格傾向は? - 調査で使った性格検査の体験 -」

参加申込方法

☆来園、電話、ハガキ、FAXまたは電子メールにて下記の情報をお送りください。

(1)氏名(ふりがな)、(2)住所、(3)電話番号、

(4)差し支え無ければ職業または勤務先(任意)を下記宛お送りください。

〒576-0004 大阪府交野市私市 2000 FAX 072-891-2101

大阪市立大学理学部附属植物園「第4回植物園市民講座」係

☆メールの場合は件名を「第4回植物園市民講座参加希望」として(1)~(4)を
b-garden@sci.osaka-cu.ac.jp へお送りください。

問い合わせ:大阪市立大学理学部附属植物園・佐々木 電話 072-891-2059

ここにご紹介する研究成果は神戸女学院大学研究所総合研究助成を受けて実施した研究課題「森の癒し効果の検証」によるものです。