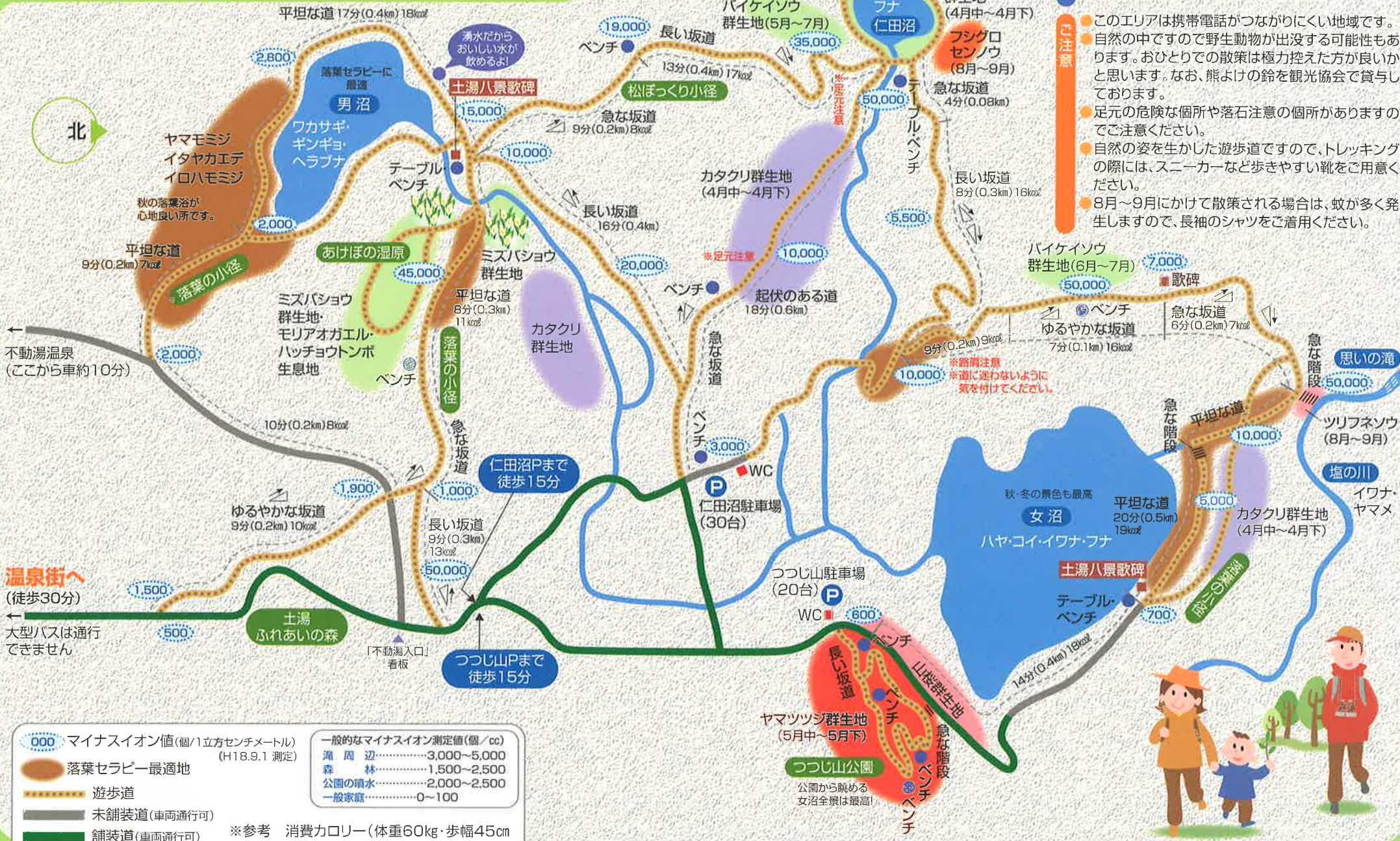


# 土湯温泉 森林セラピーマップ

男沼・女沼・仁田沼  
マイナスイオンいっぱいの  
森林セラピー体験



**散策時のお願い**

- 散策前にトイレはお済ませください。
- 散策時に花や植物は取らないでください。ここは国立公園ですので罰せられる事があります。
- 写真撮影される場合は足元の植物にご注意ください。
- ゴミは必ずお持ち帰りください。

**ご注意**

- このエリアは携帯電話がつながりにくい地域です。
- 自然の中ですので野生動物が出没する可能性もあります。おひとりでの散策は極力控えた方が良いでしょう。なお、熊よけの鈴を観光協会でご貸与しております。
- 足元の危険な箇所や落石注意の箇所がありますのでご注意ください。
- 自然の姿を生かした遊歩道ですので、トレッキングの際には、スニーカーなど歩きやすい靴をご用意ください。
- 8月～9月にかけて散策される場合は、蚊が多く発生しますので、長袖のシャツをご着用ください。

温泉街へ  
(徒歩30分)  
大型バスは通行  
できません

000	マイナスイオン値(個/1立方センチメートル) (H18.9.1 測定)	一般的なマイナスイオン測定値(個/cc)
落葉セラピー最適地		滝周辺.....3,000~5,000
遊歩道		森林.....1,500~2,500
未舗装道(車両通行可)		公園の噴水.....2,000~2,500
舗装道(車両通行可)		一般家庭.....0~100
のぼり坂		
くだり坂		

※参考 消費カロリー(体重60kg・歩幅45cm  
基準で測定)男沼～仁田沼～女沼～つつじ山  
を散策すると約160kcal(脂肪燃焼量13g)。  
個人差により異なります。

