

「癒される」「わくわくする」7つのスポット!!

伊東市健康保養地づくり実行委員会

# セラピー スポット巡り!!

スポット  
1

渚橋下の河口付近  
～入り江

## なぎさ公園



妙栄寺

伊東公園

伊東駅

松原大黒  
天神の湯

東海館

松川遊歩道

音無神社

葛見神社



スポット  
1

なぎさ公園

渚橋

松川

川口公園

按針  
メモリアル  
パーク

伊東市役所

スポット  
2



かもめ、とんび、鴨などが  
川辺に集まっています。

スポット  
3



## 渚橋下の渚の小路

スポット4~7の詳細は裏面をご覧ください

# セラピースポット巡り!!

「セラピースポット」とは・・・

ワクワク感やリラックス感などの情動的な心の動きを、脳科学の視点から科学的に分析し、「癒し」や「ワクワク感」を得られるスポットのことです。セラピースポットを巡って、心と体をリフレッシュしてみたいいかがですか？

## 川口公園の松川沿い遊歩道



スポット  
5

## 松川遊歩道

スポット  
4



金銀赤の錦鯉やシラサギ、カルガモなどが良く見られるポイントです。

桜の季節はとくに川沿いの景が「癒し」のスポットです。



スポット  
6

## 音無神社の大木



理化学研究所/片岡チームリーダー推奨  
「癒しのセラピースポット7」

理化学研究所の片岡洋祐チームリーダーが開発したアプリ「KOKOROスケール」で、ココロの「見える化」が実現。



スポット  
7

## 葛見神社の大クス



樹齢1000年の大クス。この地点は「パワースポット」でもあります。