

造形アーティスト小林千鶴
さんの「森の家」近くの丘。
自然の中は、毎日のように
違った発見がいっぱいだ。

／特集／

五感を 癒して、 すこやかに 生きる

photo: Chizu Kobayashi

世の中の大きな変化が続く中、
生活スタイルも日々、
変わってきている。
疲れがたまってきた身体や
心を癒し、リラックスする
ことが必要のようだ。
さまざまなアプローチで
「五感」をメンテナンスする
方法を考えてみたい。