

## 智頭町の森林セラピー®

### 森林セラピーとは

森林セラピーとは、森林浴を一步進めたもの、医学に裏付けされた森林浴効果をいいます。

### 主なプログラム

- 地域貢献活動などのアクティビティ
- 民泊体験による生活習慣の見直し
- 森林セラピーで心の充電



**企業の自然を活用した複合型ビジネス研修として、  
実際にご利用いただいています。**

### 研修を体験された企業担当者からの声

- A社 本セラピーは、心身のバランス管理の大切さについて大きな気付きを与えてくれます。
- B社 マインドフルネスや内省型ワークショップができそうだと感じるなど、色々な可能性を感じさせてもらえるプログラムでした。



## 鳥取県との多様な関わり方をご紹介します

とっとり歓迎  
案内所  
ウェルカム



ボランティア活動や地域を知る滞在プログラム、ふるさと納税やクラウドファンディングなど、鳥取県内の地域に関わる様々な方法をご紹介します！鳥取県のホームページからもご確認いただけます。

<https://www.pref.tottori.lg.jp/285421.htm>



## 鳥取県内のボランティア・地域イベント情報など

- ・公益財団法人とっとり県民活動活性化センター



鳥取県内でのボランティア活動、地域づくり活動、NPO活動などに関するご相談をお受けします。

とっとり県民活動活性化センターHP <http://tottori-katsu.net/>



- ・鳥取県ボランティア総合情報サイト「ボランとり」



ボランティアをしたい方とボランティアを募集したい団体等をマッチングするサイトです。サイトに登録いただき、ボランティア情報をご活用ください。

ボランとりHP

[http://reiwashinzidai.pref.tottori.jp/volunteer\\_bank\\_top.php](http://reiwashinzidai.pref.tottori.jp/volunteer_bank_top.php)



お問合せ先

鳥取県交流人口拡大本部ふるさと人口政策課関係人口推進室

〒680-8570 鳥取県鳥取市東町1丁目220

TEL 0857-26-7648 FAX 0857-26-8196 E-mail [jinkouseisaku@pref.tottori.lg.jp](mailto:jinkouseisaku@pref.tottori.lg.jp)



## Tori-Work —Workation in Tottori—



とっとりでWorkも！Vacationも！実現してみませんか！？

- ・都会の喧騒から離れて静かな場所で仕事がしたい
- ・地域の体験活動しながら仕事に取り組みたい
- ・家族とゆっくり休暇を楽しみたい

## 鳥取県はワーケーションの適地！

温泉地がたくさん！様々な効果のある名湯が10箇所も

食のみやこ鳥取県！自然豊かで四季がはっきりしている鳥取県は、優れた食の産地です  
各種体験活動も充実！砂丘や浦富海岸、大山など鳥取ならではの体験活動が豊富



詳しくは・・・

鳥取県観光案内「とっとり生の旅情報」<https://www.tottori-guide.jp/>



# ストレスフリーな鳥取でワーケーション

# 鳥取県内で利用可能なコワーキングスペース・レンタルオフィス・シェアオフィスのご紹介

- ・ご利用される前に事前に施設にお問い合わせください。
- ・この他、鳥取県内で利用可能な施設があれば、次頁問合せ先まで情報をお寄せください。

・本リーフレットは、特定の施設を推奨するものではありません。

- コワーキングスペース
  - ミーティングルーム
  - レンタルオフィス・シェアオフィス
- ※入居または利用中の場合があります。



## 鳥取県へのアクセス

車	大阪～鳥取 … 約2時間半
	大阪～米子 … 約3時間半
鉄道	大阪～鳥取 … 約2時間半
	大阪～米子 … 約3時間
	東京～鳥取 … 約5時間 東京～米子 … 約5時間半
飛行機	羽田～鳥取 … 約1時間15分 1日5往復
	羽田～米子 … 約1時間20分 1日6往復

- 各施設の所在地
- 鳥取市 ①⑧⑨
  - 八頭町 ②
  - 倉吉市 ③
  - 大山町 ④⑤⑩
  - 米子市 ⑥⑦

①ハニカム ●●  
〒680-0022  
鳥取県鳥取市西町1-101西町バンクビル1階  
営業時間 10:00～18:00  
TEL 0857-30-7618  
HP <http://honeycomb.social-q.jp/>



②隼Lab. ●●●  
〒680-0404  
鳥取県八頭郡八頭町見槻中154-2  
営業時間 9:00～18:00  
※コワーキングスペース会員、オフィス入居企業は24時間利用可能  
TEL 0858-71-0581  
HP <https://hayabusa-lab.com/>



③SUIKO WORK CAMP ●●  
〒682-0023  
鳥取県倉吉市山根645-2  
営業時間 9:00～17:30  
(日曜・祝日を除く)  
TEL 0858-27-1611  
HP <https://suikoworkcamp.jp/>



④のまど間 ●●  
〒689-3213  
鳥取県西伯郡大山町門前56-2  
営業時間 10:00～20:00  
(土・日曜・祝日を除く)  
TEL 080-2942-6517  
HP <http://nomadoma-daisen.com/concept/>



⑤まぶや ●  
〒689-3124  
鳥取県西伯郡大山町上市29  
営業時間 11:00～17:00  
(火・水曜を除く)  
TEL 050-5205-5390  
HP <http://mabuya.weebly.com/>



⑥まちwork ●  
〒683-0063  
鳥取県米子市法勝寺町65  
営業時間 13:00～19:00  
(土・日・月曜を除く)  
TEL 080-4556-5843  
HP <https://machiwork.com/index.html>



⑦サテライトオフィス東光園 ●●  
〒683-0001  
鳥取県米子市皆生温泉3-17-7  
営業時間 9:00～19:00  
TEL 0859-34-1111  
HP <http://cyandy6490.ec-net.jp/toukouen/>



⑧office24 ●  
〒680-0822  
鳥取県鳥取市今町2-218  
TEL 0857-29-3751  
HP <https://www.facebook.com/office24.kousakusha/>  
※月単位でのご契約となります。



⑨RMS ●  
〒680-0822  
鳥取県鳥取市今町2-201トウフビル1F  
TEL 0857-29-3751  
HP <https://www.facebook.com/shareofficeRMS/>  
※月単位でのご契約となります。



⑩シゴト場カケル ●  
〒689-3214  
鳥取県西伯郡大山町加茂3219-11  
E-mail [shigotobakakeru@gmail.com](mailto:shigotobakakeru@gmail.com)  
HP <https://www.shigotobakakeru.space/>  
※利用されるには月会員登録が必要です。



## ビジネススペースのある宿泊施設

※原則、宿泊される方のみ利用可能です。

・バードステイホテル  
〒680-0834  
鳥取県鳥取市永楽温泉町556  
HP <https://birdstayhotel.com/>

・鳥取シティホテル  
〒680-0055  
鳥取県鳥取市戎町471  
HP <http://tottori-cityhotel.jp/>

・ホテルレッシュ鳥取駅前  
〒680-0831  
鳥取県鳥取市栄町752  
HP <http://www.ressh.jp/>

・鳥取グリーンホテルモーリス  
〒680-0822  
鳥取県鳥取市今町2-107  
HP <https://www.hotel-morris.co.jp/tottori/>