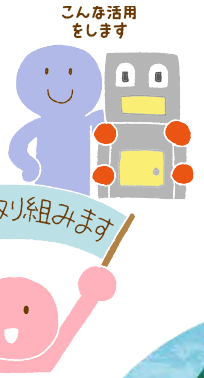
信州未来共創戦略~みんなでつくる2050年のNAGANO~

私のアクション!

長野の薬草と東洋哲学をもとに、足ツボ、ハーブティー、薬草風呂、薬草採取、ヨガ、季節のワークショップや小さなリトリートプログラムを企画します。



2026年 8月

このアクションは、人口減少による課題に対しみんなで取り組む
「信州未来共創戦略」に基づき、自ら取り組む行動を宣言するものです。

私のアクション! 未来のNAGANO創造県民会議