

🌿 神在月・出雲リトリート

—神話と身体・心と香りを結ぶ旅—

| DAY1 タイムテーブル (2025 年 12 月 4 日 木)

(13-17 時 参加者最大 30 名、宿泊リトリート 15 名)

時間帯	内容	担当・備考
12:20	出雲市駅集合の方は送迎バスで八光園へ	旅館送迎バス 以下出雲空港着時間 福岡 8:20 名古屋 8:30 東京 11:10 大阪 11:40
12:45	【集合】	現地集合の方
13:00~13:30	【オリエンテーション】 リトリートの目的や流れの共有、空間とのチューニング、4, 5 人のグループで自己紹介 (1 分目安)	野見山先生・有藤先生
13:30~15:00	【ワーク①】五行と香り ~自分の中の神を守る香りを探す~	有藤先生/香り体感+ロールオン制作
15:00~15:20	休憩	お茶・香りの余韻
15:20~16:50	【ワーク②】心と身体を結ぶ、解剖学・東洋医学実践ボディワーク	野見山先生
16:50~18:00	【自由時間】温泉・周辺散策・内観・静かなひととき	八光園内施設を自由に利用
18:00~19:30	【夕食】地元の季節食材による料理	食事処
20:00~21:30	【夜のトークセッション】 「神話と陰陽五行…いのちが巡るしくみを、神話と東洋医学で読む」	話し手：野見山先生・有藤先生 ファシリテーター：吉田真由美さん
21:30~	【自由時間】温泉入ったり、マッサージしたり、お酒飲んだり、お茶したり…のんびりお過ごしください。	キャリアオイルや精油はご自由にお使いください。 お酒やお茶、おつまみ等お持ち込み自由です。

★お部屋は 2-4 人の相部屋になります。個室ご希望の場合は+15000 円になります。

🏯 神在月・出雲リトリート | DAY2 タイムテーブル

テーマ：神話・歴史・自然で心身を巡らせる巡礼の1日

時間帯	内容	場所・備考
7:00～7:45	朝のヨガ&香り呼吸（自由参加）	ヨガ（野見山先生） 空間アロマ（有藤先生）
8:00～9:00	朝食	大広間
9:00～9:45	チェックアウト & 荷物整理	荷物を持って出発
10:00 出発	巡礼バスで出発	八光園ロビー集合
10:40～11:10	須佐神社参拝	素戔鳴尊ゆかりの地
11:40～12:20	出雲大社参拝＋野見宿禰神社参拝	
12:25～12:45	命主社参拝	出雲大社東側、生命力を象徴する社殿
12:50～13:40	昼食（出雲そば／15名予約必須）	荒木屋 or おくに 昼食は各自でお支払
13:45～14:15	稲佐の浜散策	神迎えの浜
14:45～15:05	日御碕神社参拝	天照大神・素戔鳴尊の伝承地
15:05～15:20	日御碕灯台散策	海と空、自然への浄化と祈念の時間
15:30～15:45	出雲阿国の墓参拝	国道 431 沿い 太鼓原墓地、中村家墓地エリア
15:45～16:05	出雲茶寮 藤（抹茶ラテ体験）	感覚の余韻を抹茶で静かに閉じる時間
16:05～16:35	神門通り散策等・お土産など 自由時間	
16:35～17:00	送迎バスで出雲市駅 or 出雲空港へ → 解散	交通機関利用に合わせて調整 以下出雲空港出発時間 名古屋 18：10 大阪 19：05 福岡 19：15 東京 19：20