



北海道IT推進協会 マインドフルネスプログラム

釣り体験イベント参加者募集！

今年度、当協会は加盟企業の皆様を対象に株式会社アイビック様とのコラボレーション事業として釣り体験イベントを企画しました。

自然の中でリラックスしながら、釣りの楽しさを体験してみませんか？

釣りは、心身の健康に多くのメリットをもたらします。英国の研究では釣りがメンタルヘルスの問題に対する予防策、あるいは改善策となりうる可能性がある事が示唆されています。

経営層、管理層、総務・人事担当の皆様、是非ご参加・体験して頂き自社の従業員のウェルビーイング向上にお役立てください。

□ ストレス解消

釣りは自然の中で行うため、日常の喧騒から離れてリラックスすることができます。水の音や風の音に耳を傾けながら、心地よい時間を過ごしましょう。

□ 心の安定

釣りは集中力を高め、心を落ち着かせる効果があります。魚を釣る瞬間の喜びや達成感は、心の安定に繋がります。

□ 社交の場

釣りは一人でも楽しめますが、仲間と一緒に行うことでコミュニケーションの機会が増えます。新しい仲間を作り、楽しい時間を共有しましょう。

□ 自然との触れ合い

自然の中で過ごすことで、心身ともにリフレッシュできます。新鮮な空気を吸いながら、自然の美しさを感じてみてください。

イベント詳細

専門の講師から釣り（ルアーフィッシング、フライフィッシング）のいろはを教えて頂きつつ、リラックスして釣りを楽しみましょう。

定員 : 30名 ※先着順で締切

日時 : 2025年5月17日（土） 10時～15時

場所 : AKAIGAWA TOMO PLAYPARK
フィッシング ポンド
〒046-0552 北海道余市郡赤井川村明治

参加費 : 1名あたり 5,000円（ランチ付き）

※道具レンタルの方は+3,000円

持ち物 : ルアーフィッシング、フライフィッシングの道具が無い方は現地でレンタルできます。
お申込み時にレンタル希望を選択してください。

: 他、飲み物等は各自ご用意をお願い致します。

申込み : <https://www.hicta.or.jp/topics/news/11302/>



一般社団法人
北海道IT推進協会

<お問い合わせ>
事務局 電話 011-590-1380
メール info@hicta.or.jp