

## 국립자연휴양림에서 뭐 하고 놀지?

- 2025년 산림교육문화프로그램 3월부터 본격 시작

산림청 국립자연휴양림관리소(소장 김명중)는 3월부터 전국 국립자연휴양림에서 2025년 산림교육문화프로그램을 본격 운영한다고 17일 밝혔다.

산림교육문화프로그램은 국립자연휴양림에 배치된 산림복지전문가(숲해설가 122명, 유아숲지도사 10명, 산림치유지도사 15명)가 진행하며, 휴양림별 특색있는 시설과 산림자원을 활용해 연말까지 운영된다.

특히, 유아숲지도사가 배치된 휴양림(유명산, 용현, 상당산성, 방장산, 낙안민속)에서는 유아 보육·교육기관과 연계해 정기적으로 숲 교육을 진행하고, 산림치유지도사가 있는 휴양림(유명산, 산음, 대관령, 남해편백, 청태산)은 산림의 치유 인자를 활용해 임산부, 스트레스 직군 종사자 등 대상별 맞춤형 치유프로그램을 제공한다. 산림복합체험센터가 있는 휴양림(유명산, 용화산, 남해편백, 청태산, 칠보산, 대관령, 희리산해송)에는 역동적인 실내 체험시설과 가상 현실(VR) 시설 등이 있어 아이들과 함께하기 좋다.

한편, 국립자연휴양림관리소는 시·청각 장애인도 숲 해설을 체험할 수 있도록 유명산자연휴양림과 무의도자연휴양림에 수어 및 점자 숲 해설 시스템을 구축하였으며, 다른 국립자연휴양림으로 점차 확대해 나갈 계획이다.

이 밖에 국립자연휴양림의 산림교육문화프로그램에 관한 더 자세한 사항은 국립자연휴양림관리소 공식블로그(<https://blog.naver.com/huyangforyou>)를 참조하거나 해당 휴양림으로 문의하면 된다.

김명중 국립자연휴양림관리소장은 “국립자연휴양림을 찾는 국민들이 아름다운 자연경관 속에서 지친 몸과 마음을 회복할 수 있도록 다양한 프로그램 개발과 안전하고 쾌적한 공간 제공에 힘쓰겠다”라고 말했다.

- 붙임 1. 2025년 국립자연휴양림 산림교육문화 프로그램  
2. 2025년 국립자연휴양림 치유프로그램  
3. 국립자연휴양림 산림복합체험센터 현황. 끝.

담당 부서	국립자연휴양림관리소 휴양지원과	책임자	과 장	김판중 (042-580-5550)
		담당자	팀 장	백명옥 (042-580-5561)

**붙임 1.**

**2025년 국립자연휴양림 산림교육문화 프로그램**

순번	휴양림	프로그램명	상세내용	운영시간	연락처
1	가리왕산	야호! 숲속 트레킹	가리왕산자연휴양림에서 트레킹하며 풀꽃의 이름을 알고 설화나 꽃말에 대해 학습	120분	(033)562-5833
2	검마산	나만의 야생화 화분 만들기	계절별 다양한 야생화를 감상하고 직접 야생화 화분을 만드는 체험	60분	(054)682-9009
3	검봉산	힐링농장 푸드체험	검봉산 힐링농장 푸드체험장에서 각종 과일 및 야채를 수확해보고 닭 모이주기, 달걀 수확 등 체험	60분	(033)574-2553
4	낙안민속	숲의 다양성과 중요성	산책로를 걸으며 생태계와 기후변화, 환경오염과 우리 삶의 관계를 되짚어봄	120분	(061)754-4400
5	남해편백	휴양림의 숲이야기, 탄소가 지구를 죽인다	숲이 하는 역할을 알고 탄소중립의 필요성과 실천사항을 전파	60분	(055)867-7881
6	달음산	너는 내 운명	숲에서 상부상조하는 식생과 그들의 다양한 생존전략을 이해	60분	(051)722-3023
7	대관령	가족과 함께 휴(休), 스테이(stay)	부모와 자녀가 함께 여러 체험을 하며 가족애를 돈독히 하는 프로그램	120분	(033)641-9990
8	대야산	용추계곡 트레킹	용추계곡을 걸으며 숲과 계곡이 우리에게 주는 이로움과 고마움을 이해	60분	(054)571-7182
9	덕유산	독일가문비나무 숲속 요가명상	독일가문비나무 숲속에서 오감을 활용한 체험과 명상으로 신체·정서적 이완을 경험	120분	(063)322-1097
10	두타산	숲의 씨앗	지의류에 대해 알아보고 관찰하며 '비밀의 숲' 체험하기	90분	(033)334-8815
11	무의도	나의 향기를 찾아서	무의도자연휴양림에서 만날 수 있는 향기 나는 식물을 찾아보는 체험	90분	(032)751-0426
12	미천골	선림원지 보물을 찾아서	미천골 선림원지 보물을 견학하고 통일신라시대 불교문화를 학습	60분	(033)673-1806
13	방장산	지구의 주인은 곤충?	생태계에서 곤충의 중요한 역할을 이해하고 숲과 인간, 곤충의 공생관계에 대해 알아보는 프로그램	120분	(061)394-5523
14	백운산	다누림(林) 길에서 나를 돌보다	백운산 다누림 길에서 에너지를 얻어 삶에 대한 불안감과 스트레스를 줄임	120분	(033)766-1063
15	변산	하늘땅 바다가 만나 들려주는 자연이야기	숲과 갯벌의 생태를 이해하고 그 중요성을 배우는 시간	90분	(063)581-9977
16	복주산	숲의 중요성과 다양성	복주산자연휴양림의 계절마다 변화하는 생태에 대해 관찰하고 알아봄	120분	(033)458-9426
17	산음	함께 이루는 숲	각각의 생명체들이 생태계에서 갖는 역할을 알고, 숲을 이루는 모든 요소는 서로 연결되어 있음을 이해	120분	(031)774-8133
18	삼봉	삼봉이 빛은 자연숲	아낌없이 주는 나무에 대해 알아보는 프로그램	90분	(033)435-8536
19	상당산성	플라잉디스크	원반형태의 디스크를 던지며 산림욕과 스포츠를 동시에 체험	90분	(043)216-0052

20	속리산 말티재	왕의 귀환	옛날 세조임금이 타고가던 길을 걸으며 숲 생태 체험	90분	(043)543-6282
21	신불산 폭포	파래소폭포 문화 탐방	파래소폭포의 유래를 알아보고 인공 동굴의 기능과 역사를 알아봄	120분	(052)254-2123
22	신시도	내 마음을 훔친 도둑계	신시도자연휴양림을 대표하는 도둑 계의 생태와 특성을 관찰	120분	(063)464-5580
23	아세안	아세안 전통의상 체험	아세안 10개국의 전통의상을 체험	30분	(031)871-2796
24	오서산	대숲에 가면 기분이 상쾌해요	대숲에서 다량으로 나오는 음이온을 느끼며 산책로에서 휴식하고 명상	120분	(041)936-5465
25	용대	용대는 지금	용대자연휴양림이 위치한 용대리의 자연환경에 관한 여러 가지 이야기를 들을 수 있는 프로그램	90분	(033)462-5031
26	용지봉	숲과 함께하는 우리 (Focus On Forest)	숲의 생태와 번식과정 등을 알고 자연보호와 탄소중립 실천에 대해 이해	90분	(055)326-0133
27	용현	역사와 함께하는 내포문화 숲길	역사와 문화를 체험할 수 있는 내포 문화숲길을 걸으며 식물 종다양성을 관찰	90분	(041)664-1978
28	용화산	산림레포츠체험	수직슬라이드, 로프 어드벤처 등 산림레포츠를 체험	60분	(033)243-9261
29	운문산	귀틀집에서의 하루	귀틀집에 대해 알아보고 옛 선조들의 생활방식을 체험	60분	(054)373-1327
30	운악산	작은 초록에서 만난 큰세상 이끼	숲속의 작은 이끼를 통해 모든 생명의 가치와 소중함을 배우는 프로그램	120분	(031)534-6330
31	유명산	그루가 들려주는 숲속 일기	유명산 숲을 터전으로 살아가는 생명들의 한 살이 과정을 알아봄	120분	(031)589-5487
32	지리산	지리산 벽소령 소금길이야기	옛 벽소령 소금길을 걸으며 주막터와 굴피 채취 흔적들을 관찰하고 숲 생태와 역사를 배움	120분	(055)963-8133
33	진도	진도숲에서 놀며 배우며	강강술래, 활쏘기체험 등 전통 민속 놀이를 체험	30분	(061)542-2346
34	천관산	동백아가씨	동백나무에 대해 알아보고 서로 동백브로치를 만드는 체험	60분	(061)867-6974
35	청옥산	참참참	참나무의 특징과 쓰임새를 알려줌	60분	(054)672-1051
36	청태산	청태산 가수 새에게 모이주기	청태산자연휴양림에 사는 곤줄박이 새에게 잣 씨앗 먹이 주기	60분	(033)343-9707
37	칠보산	칠보숲길탐방	휴양림 주변에 조성해 놓은 칠보숲 길을 따라가며 주어진 미션을 수행 하는 프로그램	120분	(054)732-1607
38	통고산	금 강 소 나 무 와 친구되기	통고산 대표 수종인 금강소나무에 대해 알고 자연을 소중히 하는 마음을 가짐	60분	(054)783-3167
39	화천숲속	꽃차 마시기	꽃이나 풀을 제다하여 만든 차를 직접 우려 마셔보는 체험	90분	(033)441-4466
40	황정산	황제의 정원을 거닐다	옥황상제의 정원이라는 황정산 숲길을 따라 산책하며 숲의 식생을 관찰	60분	(043)421-0608
41	회문산	열려라 곤충나라	휴양림 내 서식하는 곤충에 대해 학습하며 자연 속으로 다가가는 체험	120분	(063)653-4779
42	희리산 해송	도심 속 숲체험놀이	자연물을 이용한 게임을 통해 집중력 향상 및 행복감 고취	120분	(041)953-2230

**붙임 2.**

**2025년 국립자연휴양림 치유프로그램**

순번	휴양림명	프로그램명	상세내용	운영기간
1	산음	치매 걱정 없는 우리 마을	마을 주민을 대상으로 숲속 지팡이 체조, 맨발 걷기, 경관 감상, 향기 및 물 치유 등 다양한 산림 치유 요법을 활용해 6~70대 어르신의 신체기능 및 인지기능 향상과 자신감 회복, 면역력 증강 등을 돕는 프로그램.	봄~가을
2	유명산	꿀잠 면역력 UP!	수면의 질을 증진시키고 피로는 줄여 신체적·심리적 건강 증진을 도모할 수 있는 프로그램	연중
3	청태산	건강 측정! 행복을 위한 첫걸음	혈압기, 바디체커기, 인바디 등을 통해 자신의 건강 관리 상태를 확인하고, 건강한 삶을 위한 실천 사항을 모색해보는 프로그램	연중
4	대관령	금강송이 주는 녹색 처방	100년 이상의 수령을 자랑하는 금강송이 발산하는 피톤치드를 들이마시며 휴식과 치유로 몸과 마음을 재충전하는 프로그램	연중
5	남해편백	숲, 미래를 포용하 다	중추신경계의 안정을 위한 유산소운동, 근력운동으로 코티솔 수치를 낮추고 에스트로젠 수치를 높여 가임 및 난임부부의 임신 가능성을 높일 수 있는 프로그램	3~11월

**붙임 3.****국립자연휴양림 산림복합체험센터 현황**

순번	휴양림명	조성연도	수용인원	실내시설	운영기간
1	유명산	2017년	200명	목재놀이터, 목재문화체험장, 증강현실, 아이글라이더, 미디어과사드, 영상관, 숲속도서관 등	3월~12월
2	용화산	2019년	30명	수직슬라이드, 디자인암벽, 짚재그, 로프어드벤처 등	4월~10월
3	희리산해송	2022년	85명	목공예체험장, 인터랙티브미디어, 유아체험실 등	3월~12월
4	칠보산	2021년	200명	인터랙티브 체험존(동해바다 서핑, 동해안 자전거 라이딩, 칠보산 자연의 소리, 동해안 아쿠아리움 등), 목공예실, 키즈존(클라이밍, 정글짐, 미끄럼틀 등)	4월~11월
5	남해편백	2018년	100명	인터랙티브 터치존, VR 체험존, 명상테라피치유실, 건강체크실, 목공예체험실, 찜질체험실 등	3월~11월
6	대관령	2023년	70명	실내정원, 목공체험실, 휴게실, 수유실 등	3월~11월
7	청태산	2023년	40명	실내 명상실, 족욕장, 건강 체크실 등	3월~11월