

# 体験学習・環境教育プログラム



## ＜活動理念＞

森とつながり、森とともに  
生きることでできる人を育てる

「森でつながるいのちのわ」

森でいのちの息吹を感じた春。  
仲間と遊びつくした夏。  
森の恵みをほおぼった秋。  
雪の上を転げまわった冬。  
カラダが記憶する森の凹凸は、成長という“実り”の栄養に。  
空気や水は森で生まれ、森の恵みは暮らしを彩ります。  
自然のおもしろさは、暮らしとつながるふところの深さです。  
だからこそ、カラダまるごと付き合いたいのです。  
五感を研ぎ澄まし、森で過ごした時間の中に、  
楽しい暮らしをつむぎだすヒントがあるはず。  
私たちは、あなたと森をつなげます。  
大人も子どもも、みんなで森で遊みましょう！  
森とあなたのまん中にやまぼうし自然学校がいます。

特定非営利活動法人

## やまぼうし自然学校

〒386-2204 長野県上田市菅平高原 1223-5751

TEL 0268-74-2735 FAX 0268-74-2795

Email info@yamaboushi.org URL http://yamaboushi.org

## 体験学習モデルプラン

### 二日間プラン



森の恵みウォーキング

1日目 9:00～11:30

森遊び

1日目 13:00～15:00

子ども樹木博士（縮小版）

1日目 15:30～17:00



森づくり体験

2日目 9:00～11:30

ウディクラフト

2日目 13:00～14:00

### 三日間プラン



チャレンジワークショップ

1日目 13:00～15:00



オリエンテーリング

2日目 9:00～11:00

森遊び

2日目 13:00～15:30

青竹クーヘン作り

3日目 9:00～11:30

- 料金は税込み価格です。インタープリター料、教材費、食材費、保険料などを含みます。
- 最少催行人数が記載より少ない場合は、お一人様料金が上がる場合があります。
- 当日はキャンセル料が必要です。■菅平地域以外で実施の場合は、出張料をいただきます。  
(蓼科、車山、志賀高原、嬭恋は一律 5,000 円/1回) その他地域はお問い合わせください。
- 先生の料金はサービスさせていただきます。ただし、下記を除きます。  
「デイキャンプ」の食材費 ¥500 「溪流釣り」の入漁料 ¥1,300、竿・しかけ代 ¥400
- 会場費・・・自然体験の森 100 円/1人 / 野外炊飯場 150 円/1人 / 他炊飯場 250/1人
- (※1) 牧場ハイキング、ネイチャートレイル 入山料 100円/1人(菅平の施設に宿泊、年齢関係なく)  
下見ガイドは¥10,000/ガイド1名必要です。
- (※2) 森遊びの森(私有地) 2,000 円/1回
- (※3) 溪流釣りは、別途入漁料 ¥1,300(小中学生無料)及び、竿・しかけ代 ¥400 必要です。
- (※4) 食材の準備があるため、一週間をきってのキャンセルはできません。
- (※5) 根子岳、四阿山は入山料が別途必要です。(事務局にお問い合わせください。)
- 登山の下見案内は ¥16,500/ガイド1名必要です。
- (※6)「雪合戦」は別途コート代 ¥15,000/コート必要です。

## ＜観察研究プログラム＞

森をじっくり観察し、五感で森に親しむプログラムです。土壌、樹木や野鳥などの観察と同時に、それらをはぐむ森へと目を向け、自然環境と生き物のつながりを理解します。さらに、私たちの生活と森との結びつきを考え、森を身近な存在として捉える視点を養います。

## ＜ネイチャークラフトプログラム＞

自然の素材を用い、作品を手作りすることで、森の恵みに触れることができるプログラムです。日常生活で思い出に触れ、また個性あふれる作品を並べれば、クラスや学校の活動発表の素材となります。雨天プログラムとしてもご利用いただけます。

## ＜里山体験プログラム＞

里山暮らしの一部を再現するプログラムです。多様な生き物が暮らす環境を維持するための、厳しくも楽しい“仕事”や“森遊び”を通して、自然との上手な付き合い方を学びます。自分たちの生活を省みる機会となるプログラムです。

## ＜里山スローフードプログラム＞

森の恵みの数々を、料理の燃料や保存食としての利用方法などに着目し、エネルギーとしての食を考えながら味わうプログラムです。人が育んできた知恵が息づく食文化をゆったりと楽しむとともに、普段の食生活を省みる機会ともなるプログラムです。

## ＜チャレンジプログラム＞

アップダウンのある山道を歩いたり、滝や木の幹を乗り越えてこそ味わえる自然を体験するプログラムです。美しさと厳しさが同居する自然の中でのチャレンジを通し、達成感を自信につなげ、自分の心の動きを見つめ直す機会となるプログラムです。

## ＜ゲームプログラム＞

仲間との協力が欠かせないゲーム、自然の仕組みを理解するゲームなど、仲間づくりやクラス作りに適したプログラムです。屋内でも実施できるため、雨天プログラムとしてもお勧めです。

## ＜スノープログラム＞

雪や寒さを利用した体験を通し、冬の自然にどっぷり浸ることができるプログラムです。静かな森で生き物の息づかいを感じ、空からの恵みを利用した知恵がつまった遊びを体験することができます。

アクティビティ名  
所要時間/最小催行人数  
体験料金

※スノープログラム(冬季限定)

# 【体験学習・環境教育プログラム】

2017年度 4月改訂

## 観察研究プログラム



バードウォッチング  
2.5時間~/15名  
1,200円



ネイチャートレイル  
2.5時間~/15名  
※1  
1,200円



☺ 雪の森ネイチャートレイル  
2.5時間~/15名  
1,200円



森の土壌調査  
2.5時間~/15名  
1,200円



子ども樹木博士  
2.5時間~/15名  
1,200円



水棲生物調査  
2.5時間~/15名  
1,200円

## ネイチャークラフトプログラム



森のキーホルダー  
1.5時間~/30名  
1,200円



ドリームキャッチャー  
2時間~/30名  
1,200円



クルミのストラップ  
2時間~/30名  
1,200円



ウッドパッチワーク  
1時間~/30名  
1,200円



三つ編みミサンガ  
(小学生向け)  
1時間~/30名  
1,200円



ヘンプミサンガ  
(中・高校生向け)  
1.5時間~/30名  
1,200円



ウッドクラフト  
2.5時間~/30名  
1,700円



かご編み  
2.5時間~/30名  
1,700円



アロマハンド  
クリームづくり  
1.5時間~/30名  
1,700円



小枝のストラップ  
1.5時間~/30名  
1,000円

かご編みは、材料の入手が困難になったため、今年度をもって終了予定です。



## 里山体験プログラム



森遊び  
2.5時間~/20名  
※2  
1,700円



溪流釣り  
(解禁期間のみ)  
2.5時間~/8名  
※3  
1,700円



森づくり体験  
2.5時間~/15名  
2,300円



ティピー作り  
& 森のティータイム  
3時間~/20名  
2,800円



炭焼き体験  
3時間~/40名  
2,800円



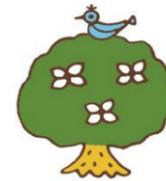
沢歩き  
2.5時間~/20名  
2,800円



☺ イグルー作り  
4時間~/15名  
2,800円



講話  
30分~  
15,000円/1講師



## 里山スローフードプログラム



青竹クーヘンづくり  
2.5時間~/30名  
1,700円



燻製づくり  
2.5時間~/30名  
※4  
1,700円



森の恵みウオーキング  
(山菜とり)※春期のみ  
2.5時間~/30名  
1,700円



マイギリ式火おこし  
& 糞ピザづくり  
2.5時間~/30名  
※4  
1,700円



マイギリ式火おこし  
& 青竹パンづくり  
2.5時間~/30名  
1,700円



りんごジャムづくり  
2.5時間~/30名  
(室内のみ)  
※4  
1,700円



おやきづくり  
2.5時間~/30名  
(室内のみ)  
※4  
1,700円



デイキャンプ  
4.5時間~/30名  
※4  
2,800円



## チャレンジプログラム



登山  
実施場所ごと/30名  
※5  
24,000円/1ガイド



ハイキング  
2.5時間~/20名  
※1  
18,500円/1ガイド



☺ スノーシューハイキング  
2.5時間~/15名  
1,200円

## ゲームプログラム



オリエンテーリング  
2時間~/30名  
700円



チャレンジワークショップ  
2時間~/20名  
1,200円



☺ 雪合戦  
2時間~/15名  
※6  
1,200円

## ハンスキープログラム

### スキーをされない生徒様向け ネイチャークラフトプログラム

..冬の思い出作り..  
お一人様より対応(りんごジャムとおやきは5名様以上)  
所用時間:1.5時間~ 料金 2700円/人  
会場:やまぼうし自然学校事務所



ドリームキャッチャー  
2700円



クルミのストラップ  
2700円



森のキーホルダー  
2700円



かご編み  
2,700円



小枝のストラップ  
2700円



アロマハンド  
クリームづくり  
2700円



おやきづくり  
(5名以上)  
2700円



りんごジャムづくり  
(5名以上)  
2700円

りんごジャムとおやきは食材がある時のみ対応いたします。事前確認が必要です。また当日のキャンセルもできません。