







大自然で仲間とチャレンジ！  
ハクバ大冒険団！  
～自然・仲間のパワーを大発見!!～

## 白馬山麓プラン

自然豊かな白馬村で、ワクワクの旅に出かけよう！すべてのチャレンジは自分次第！勇気を出して挑戦だ！森の音、空の景色、湖の気持ちよさ、自然の素晴らしさを全身で体感だ！困難なことも、仲間と一緒になら可能性は無限大！初めましての仲間たちとの大冒険で、かけがえのない宝物を手に入れよう！

□募集人員：30名  
□最少催行人員：15名

- ① 7月22日(月)～25日(木) ④ 8月4日(日)～7日(水)  
② 7月26日(金)～29日(月) ⑤ 8月18日(日)～21日(水)  
③ 7月30日(火)～8月2日(金) ⑥ 8月22日(木)～25日(日)

|     |                                                                            |
|-----|----------------------------------------------------------------------------|
| 1日目 | ・冒険団結団式 ・みんなで仲を深めるアイスブレイク<br>・冒険団の証、ネームタグづくり！                              |
| 2日目 | ・目指せ火の達人！ホットドック&ブルーベリージャム作り！<br>・高さ8mの空中アスレチックでドキドキの世界に挑戦だ！                |
| 3日目 | ・みんなで力を合わせてオリジナルイカダづくり！<br>・ボートに乗ったり、泳いだり、思いっきり湖を楽しもう！<br>・夜はみんなでBBQパーティー！ |
| 4日目 | ・冒険の舞台である白馬のお土産を買いに行こう！ ・冒険団解散式                                            |

宿泊施設は、①岳園荘 ②リバーサイドやまや ③ロッジ加根二 ④バンシオン ベルネージュ  
⑤ファミーユ若田 ⑥細野館 になります。

お問い合わせ 白馬村観光局 TEL:0261-72-7100  
info@po.vill.hakuba.nagano.jp



初めてのサマーキャンプ  
菅平の森であそぼう

## 菅平高原プラン

森には、子ども達が本来持っている感性の豊かさや生きる力を育む、たくさんの不思議がつまっています。初めて体験する大自然をキラキラした目と心で感じたり、ゆったり満点の星空を見上げて感動したり。一人参加でも、初めて旅をする子でも大丈夫。いっぽふみだして思いっきり楽しもう！！

□募集人員：25名  
□最少催行人員：15名

- ① 7月29日(月)～8月1日(木) ④ 8月7日(水)～10日(土)  
② 8月1日(木)～4日(日) ⑤ 8月19日(月)～22日(木)  
③ 8月4日(日)～8月7日(水)

|     |                                        |               |
|-----|----------------------------------------|---------------|
| 1日目 | ・はじめましてランチ ・なかよしゲーム<br>・体験の森たんけん ・星めぐり | 【ペンション又はホテル泊】 |
| 2日目 | ・テント立て ・ピザ作り<br>・ドラム缶風呂 ・夜の作戦会議        | 【テント泊】        |
| 3日目 | ・テント片付け ・森遊び(プランコ・秘密基地・ターザンロープ等)       | 【ペンション又はホテル泊】 |
| 4日目 | ・体験の森で遊ぼう ・さようならの会                     |               |

宿泊施設は、ペンション紙ヒコキ、ペンションブッガーブー、菅平高原ホテル白樺荘、  
ゲストハウスICEGRAM、ホテルマッキンレーのいずれかになります。

お問い合わせ NPO法人やまぼうし自然学校 TEL:0268-74-2735  
contact@yamaboushi.org



求む！冒険者

## 乗鞍高原プラン

大自然が広がる乗鞍高原には、自然の中を探検する「冒険者」を育てる組織「冒険者ギルド」がある。冒険に必要なスキルを身につけ、まだ見ぬ大自然に挑め！数々の冒険に挑戦した君には、証明としてスキルカードと冒険者認定書を贈るぞ。一人前の冒険者を目指せ！

- ① 7月21日(日)～24日(水) ④ 8月5日(月)～8日(木)  
② 7月25日(木)～28日(日) ⑤ 8月20日(火)～23日(金)  
③ 7月30日(火)～8月2日(金)

|     |                                                                           |              |
|-----|---------------------------------------------------------------------------|--------------|
| 1日目 | ・冒険者ギルド入所式<br>・森の中を進め！スラックラインチャレンジ                                        | 【民宿又はペンション泊】 |
| 2日目 | ・清流の水しぶきを浴びろ！善五郎の滝トレッキング<br>・隠れ家を作れ！サバイバルシェルター<br>・ダム湖の奥地を探検！梓湖ラフトアドベンチャー | 【民宿又はペンション泊】 |
| 3日目 | ・3000mを制覇せよ！乗鞍岳登山<br>・山小屋で星空観察                                            | 【位ヶ原山荘泊】     |
| 4日目 | ・滝つぼに飛び込め！シャワークライミング<br>・冒険者認定式                                           |              |

宿泊施設は、①ロッヂふもと ②ペンションありす ③ペンションマドンナ  
④ペンションありす ⑤ペンションマドンナ になります。

お問い合わせ リトルピークス TEL:080-9546-4664(担当:笠松)  
info@camp-norikura.com



標高1800mの森で遊ぼう！  
自分で自然の不思議を見つけよう！

## 蓼科高原プラン

北八ヶ岳1800mの涼しい「森の生活」を体験！ 森の探検や火起こしとカレー作り、テント泊を通して自分が発見したものを「マイ図鑑」にしよう。出会った仲間と「チームフラッグ」も作るよ。一人参加でも安心、キャンプリーダーと一緒に楽しもう！

- ① 7月29日(月)～31日(水) ④ 8月8日(木)～10日(土)  
② 8月1日(木)～3日(土) ⑤ 8月19日(月)～22日(木)★  
③ 8月4日(日)～7日(水)★ ⑥ 8月23日(金)～25日(日)

★③⑤は3泊4日

|     |                                                                        |            |
|-----|------------------------------------------------------------------------|------------|
| 1日目 | ・はじめの会(昼食) ・仲良くなろうゲーム<br>・森遊び ・「マイ図鑑」づくり ・テント立て ・火起こし<br>・BBQ ・ナイトウォーク | 【教室又はテント泊】 |
| 2日目 | ・チームフラッグづくり(草木染) ・流しそうめん ・森あそび<br>・夕食はカレーづくり                           | 【教室又はテント泊】 |
| 3日目 | ・北八ヶ岳 高見石トレッキング<br>③⑤のみ 頑張って登って頂上から白駒池を見渡そう                            | 【ペンション泊】   |
| 4日目 | ・森の妖精ミエリ探し(オリエンテーリング)<br>・おみやげづくり(チームフラッグをバンダナに) ・お別れの会(昼食)            |            |

※詳しくは、ホームページでご確認ください。  
3泊4日の3日目の宿泊施設は ④ペンションピラタス2 ⑤ペンション山ぼうし になります。

お問い合わせ 蓼科・八ヶ岳国際自然学校 TEL:0266-67-1115  
https://www.tyins.or.jp office@tyins.or.jp



大自然を舞台にいろいろな  
アクティビティに挑戦しよう！

## 中央アルプス 山麓プラン(伊那)

森の中で仲間といっしょに遊び場を作ったり、パラグライダー、マウンテンバイク、カヌーといった魅力ある体験ができるプランです。

□募集人員：40名  
□最少催行人員：30名  
□参加資格：小学3年生以上

- ① 7月23日(火)～26日(金) ③ 8月6日(火)～9日(金)  
② 7月30日(火)～8月2日(金) ④ 8月20日(火)～23日(金)

|     |                                     |         |
|-----|-------------------------------------|---------|
| 1日目 | ・結団式 ・山遊びのオリエンテーション<br>・テント設営とカレー作り | 【テント泊】  |
| 2日目 | ・パラグライダー体験 ・森の遊び場作り①                | 【テント泊】  |
| 3日目 | ・MTB体験 ・森の遊び場作り②<br>・美和湖探検 ・ナイトハイク  | 【宿泊施設泊】 |
| 4日目 | ・カヌー&SUP体験 ・終了の会                    |         |

お問い合わせ 株式会社ERUK(エルク)  
TEL:0265-98-0048  
a\_info@asobina.jp



伊那谷プラン 農家民泊×自然体験 大地の恵みを体感しよう！

□開催期間：①8月2日(金)～4日(日) ②8月17日(土)～19日(月)  
□募集人員：20名 □最少催行人員：15名 □参加条件：小学4年生以上  
※全行程貸切バス利用 ※詳しくは、ホームページをご覧ください。  
お問い合わせ 長野伊那谷観光局 TEL:0265-98-8451 k-dmo@union-kamiina.jp

斑尾高原

□募集人員：30名  
□最少催行人員：20名  
□参加資格：  
小学3年生以上  
身長120cm  
体重25kg以上

なべくら高原

□募集人員：20名  
□最少催行人員：15名

飯山の川と高原で  
夏の大冒険の思い出を作ろう！

## 斑尾高原プラン なべくら高原プラン

北陸新幹線で快適に移動して長野県最北の飯山へ。斑尾高原プランでは、標高1000mの高原でアクティビティを、なべくら高原プランでは、美しいブナ林でウォークラリーや沢登りを楽しもう！みんなで協力して、ここでしかない素敵な夏の思い出を作ろう！

斑尾高原プラン

- ① 7月22日(月)～25日(木)  
② 7月29日(月)～8月1日(木)  
③ 8月19日(月)～22日(木)  
④ 8月26日(月)～29日(木)

なべくら高原プラン

- ① 7月23日(火)～25日(木)  
② 7月30日(火)～8月1日(木)  
③ 8月6日(火)～8日(木)  
④ 8月20日(火)～22日(木)

| 斑尾高原プラン | なべくら高原プラン                                     |
|---------|-----------------------------------------------|
| 1日目     | ・千曲川ラフティング<br>・BBQ                            |
| 2日目     | ・まだらお高原山の家で班対抗ゲーム<br>・半日ネイチャートレッキング<br>・花火タイム |
| 3日目     | ・ジップライン                                       |
| 4日目     | ・伝統工芸体験(手すき和紙)                                |

宿泊施設は、①③ホテルエルディア ②④斑尾レイズン

お問い合わせ 一般社団法人信州いいやま観光局 TEL:0269-62-3133  
info@iiyama-ouendan.net



天空の楽校を基地に、  
冒険に出かけよう！

## 南アルプス 山麓プラン

二つのアルプスに抱かれた松川町はくだもの里。山の上の旧小学校を基地に、森へ川へ冒険に出かけよう！川の生き物さがしや魚つかみ取り、ゲットした食材でBBQ、ドキドキのナイトハイクと星空観察。初めてでも心配ないさ。仲間となら乗り越えられる。新しい自分に会おうワクワクの4日間を！

□募集人員：20名  
□最少催行人員：15名

- ① 7月22日(月)～25日(木)  
② 8月16日(金)～8月19日(月)  
③ 8月21日(水)～8月24日(土)

|     |                                            |        |
|-----|--------------------------------------------|--------|
| 1日目 | ・旧松川東小学校ではじめの会<br>・カレーライスづくり ・星空観察         | 【教室泊】  |
| 2日目 | ・川遊び ・魚つかみ体験<br>・ナイトハイク                    | 【テント泊】 |
| 3日目 | ・森遊び ・野菜収穫体験orソーセージ作り体験<br>・BBQ ・キャンプファイヤー | 【教室泊】  |
| 4日目 | ・竹コップづくり ・流しそうめん<br>・おわりの会                 |        |

お問い合わせ (一社)南信州まつかわ観光まちづくりセンター  
TEL:090-5193-7385(担当:北原)  
info@matsukan.net



森と水を味方に  
千人塚公園を遊びつくそう！

## 中央アルプス 山麓プラン(飯島)

千人塚公園のまん中には大きな池があるよ！SUPやカヌーでこぎ出してみよう！すずしい森の中でマレットゴルフをやったり、ミヤマシジミっていうきれいな蝶も探しにいこう！はじめて出会った仲間とも、テントで遊ぼう友だちだ！いっしょに探検したり、おそばや五平餅づくりに挑戦しよう！さあ、みんなで飯島の夏を思いっきり楽しもう！

- ① 7月23日(火)～26日(金) ③ 8月20日(火)～23日(金)  
② 7月29日(月)～8月1日(木)

|     |                                                         |        |
|-----|---------------------------------------------------------|--------|
| 1日目 | ・はじめりの会 ・スラックラインに挑戦<br>・ひみつ基地テントづくり ・星空さんぽ              | 【ロッジ泊】 |
| 2日目 | ・SUP&カヌーで水上冒険<br>・マレットゴルフ体験 ・BBQパーティー                   | 【ロッジ泊】 |
| 3日目 | ・ごぞまつ探検～いいじまのミヤマシジミを探せ～<br>・そば打ちと五平餅焼きにチャレンジ ・キャンプファイヤー | 【ロッジ泊】 |
| 4日目 | ・かんたんで楽しいわら細工でアイテム作り<br>・おわりの会                          |        |

宿泊施設は、千人塚公園ロッジ になります。  
※低学年生は男女が同部屋となることがあります。

お問い合わせ 株式会社紡縁社 TEL:070-2665-9743(担当:宮下)  
info@senninzuka.site

