

## 外ごはんくらぶ イチパプロジェクト

私たちが担当  
します



### 9/23(木・祝) 田んぼの楽校～稲刈り・収穫～

対象:全年齢・ご家族 参加費:400円 定員:25名

春にみんなで植えた稲はグングン成長して立派なお米が  
りました!草取りや水の管理をして成長を見守ってくれた農  
家さんにも感謝しながら、農家さんと一緒にみんなで手刈  
りの稲刈りをしてみよう!水が引いた田んぼにも生き物が  
たくさん!どんな生き物に出会えるかな～!みんなで秋の田  
んぼにふれてみよう!



- 時間 10:00～14:00
- 集合場所 市場の田んぼ  
(松川町新井にある北原家)
- 支度 作業できる格好・帽子  
セパレートタイプの  
レインウエア(雨天時のみ)
- 持ち物 軍手・敷物・タオル・着替え  
水筒・昼食・コップ

### 10/23(土) 田んぼの楽校～新米おにぎりとお森あそび～

対象:全年齢・ご家族 参加費:400円 定員:25名

春に植えた稲が立派なお米になり、みんなで収穫もし  
たので今度は食べてみよう!森から木々を集めて薪に  
して飯ごう炊飯をするよ!  
いつも食べているお米の味と違うかな?炊きあがるま  
で森遊びもやってみよう!



- 時間 10:00～14:00
- 集合場所 市場の田んぼ  
(松川町新井にある北原家)
- 支度 作業できる格好・帽子  
セパレートタイプの  
レインウエア(雨天時のみ)
- 持ち物 軍手・敷物・タオル・着替え  
水筒・おかず・コップ・お椀・お箸

## 外ごはんくらぶ オクトーバーディア

私たちが担当  
します!



### 10/24(日) ラーメン作り③ 鹿のチャーシューが食べたい

対象:小学生以上 参加費:300円 定員:15名

ラーメン作りの3回目はシカ肉でチャーシューを作ってみます。シカ料理の得意な  
しーちゃんと一緒にシカ肉をおいしいチャーシューにしてみましょう。その場で出  
来たてのチャーシューも食べられるかも。11月7日はいよいよラーメンの最終回に  
なります。

### 11/7(日) ラーメン作り④ いざラーメン作り

対象:小学生以上 参加費:300円 定員:20名

ラーメン作りの最終回はいよいよラーメンを作って食べます。メンもみんな  
で打ってみましょう。そして今までに作ってきた、メンマ、山塩、鹿チャー  
シューを使って最高のラーメンを仕上げます。今から僕も楽しみです。



- 時間 10:00～14:00
- 集合場所 旧松川東小学校または旧教員宿舎
- 支度 動きやすい服装・運動靴・帽子
- 10/24の  
持ち物 飲み物・弁当・上着・雨具・軍手  
マスク・タオル・シート
- 11/7の  
持ち物 飲み物・上着・防寒着・雨具・軍手  
マスク・タオル・シート・箸

## 森のこどもえん フォレストパーク

私たちが担当  
します!



### 9/15(水) 10/20(水) 11/17(水) 森のこどもえん

対象:0歳～未就学児の親子 参加費:100円 定員:10名

◆9月 宝物でなにができるかな?  
◆10月 落ち葉のおさんぽ ◆11月 焚き火にチャレンジ  
森のこどもえんでは、それぞれのペースや興味関心を大切に、  
自由に自然の中で遊びます。子どもの感性、想像力、考える力  
を見守りながら、おとも自然に包まれてホッと癒される時間  
を一緒に過ごしてみませんか?お気軽にご参加ください!



- 時間 10:00～14:00(途中解散可)
- 実施場所 旧 松川青年の家
- 支度 季節に合わせた屋外(森)活動ができる  
服装(帽子・長袖・長ズボン長靴)
- 持ち物 水筒・お弁当・敷物・タオル・軍手  
着替え・カッパ(雨天時※あれば上下)・虫よ  
けおんぶ紐(必要な方)・マスク・ハンカチ

## 冒険クラブ オクトーバーディア

私が担当します!



### 9/19(日) 夏の外あそび

対象:小学生 参加費:200円 定員:15名

まだまだあつーい信州の夏。さあ何して遊びましょう。虫を探しに行ったり、  
水辺に探検に行ったり、ブランコとか作ったり、はたまた暑くてもたき火をし  
てみたり。集まったメンバーで何をするか考えて森に出かけます。ぜひやっ  
てみたいことも考えながらご参加ください。



- 時間 10:00～14:00
- 集合場所 松川青年の家 コゲラキャンプ場
- 支度 動きやすい服装(長ズボン)  
運動靴・帽子
- 持ち物 飲み物・弁当・上着・雨具・軍手  
マスク・タオル・シート

## 冒険クラブ ネイチャーキッズ

私が担当します!



### 11/6(土) マウンテンクライム 小八郎岳の紅葉を見に行こう!!

対象:小学3年生以上～大人、小学3,4年生は保護者同伴(対象外年齢不可)

参加費:100円 定員:8組または16名まで

松川町のランドマーク小八郎岳を秘密の道から  
登るロングルート、登り3時間、下り2時間、紅葉  
狩りも楽しんじゃう欲ばり企画。



- 時間 8:20～15:30
- 集合場所 8:20旧松川青年の家駐車場集合  
8:30より登山口へ各自、車移動(誘導します)
- 支度 運動靴や登山靴、化繊素材の運動着(肌露出不可)
- 持ち物 雨カッパ、ザック、弁当  
元気になるおやつたくさん、飲み物1ℓ以上  
トイレペーパー、ゴミ袋、汗拭きタオル  
軍手、防寒着、防寒具

## 森であそぼう フォレストパーク

私たちが担当  
します



### 10/31(日) 森カフェ

対象:全年齢(小学生までは親子)

参加費:1人500円(おやつ付) 定員:6組

まつかわの癒しの森で焚き火をしながら秋の自然を楽しみませんか?  
自分たちで火おこしたり、火を眺めながらゆっくりしたり、美  
味しいものを味わったり、思いっきり遊んだり。自然を感じながら、  
家族で焚き火を囲んで特別な時間をお楽しみください。



- 時間 10:00～14:00
- 実施場所 およりの森 大の字広場
- 集合場所 清流苑マレットゴルフ場 駐車場
- 支度 季節に合わせた屋外(森)活動ができる服装  
(帽子・長靴・長袖・長ズボン・マスク)
- 持ち物 水筒・お弁当・軍手・タオル・敷物・着替え  
マスク・ハンカチ・カッパ等各自必要なもの  
各自食べたい(飲みたい)もの

## 森であそぼう イチパプロジェクト

私たちが担当  
します



### 11/28(日) 森のプレーパーク

対象:全年齢(小3までは親子) 参加費:1人100円

定員:6組 プレーパークとは、子どもたちの冒険の遊び場です。普段なかなかでき  
ないような、土遊び、水遊び、焚き火など自然遊びを自由に楽しめる場所です。  
木や竹、土や水などの自然の素材を自由に使って、子どもたちが「やってみたいこと」を  
やりたいように遊んで過ごせます。大人も一緒に遊んだり、子どもたちを見守りながら  
自然を楽しめます。



- 時間 10:00～15:00
- 実施場所 市場の森  
(松川町新井の北原家)
- 支度 季節に合わせた屋外(森)活動が  
できる服装(要虫対策)
- 持ち物 お弁当・水筒・タオル・帽子  
軍手・着替え