

心が
まんぷく

五頭の里山・小さな旅

[五頭自然学校フリープログラム秋～初冬編]



★五感を使って自然体験

五頭自然学校の体験は「歩く」「見る」「食べる」「作る」の4つのスタイルから選べます。
今日はどんな気分ですか？ ご要望で組合せなどのオリジナルプランも！

歩く 散歩に道草に 出かけよう



体を動かして遊びたい、
五頭の自然に触れたい！
動物の気配や植物の冬の準備
面白い発見があるかも・・・

♪五頭山に登ろう
登山初めてでも安心、登山ガイドがご案内
地図読みや生きものレクチャーも行います

♪色づく山歩きと森遊び
自然学校周りを道草しながらのんびり散歩
カモシカに会えるかな、木の実はあるかな？

※少々急坂自然学校の裏山、秋取山ミニ登山も

♪地元の歴史にちょっぴり触れる
笹神地域にお城？出湯は最古の湯？
、笹神城址や巨樹を訪ねます



♪冬の渡り鳥に会いに行く
白鳥、カモ、ヒシクイやそれを狙う
オオタカ、瓢湖や田んぼでいろんな
鳥をウォッチング



見る 阿賀野の自然を 感じよう

♪名水めぐり
阿賀野七清水を訪ね歩く・・・
お好みの水を探し出そう！

食べる かまどに火起こし 作って食べよう



♪本格石窯でピザ作り
薪で窯を高温に。好きなものをトッピング
チーズとろ～りアツアツピザの出来上がり



♪楽しい たき火でおやつ
起こした火を見つめながら、ホカホカ
焼き芋？マシュマロ？何焼こうかな？

♪はがまでご飯炊き
薪で火起こしから始めます。地元野菜の
おつゆも作っていただきます

♪自然の恵みでオリジナル作品
木の枝・葉っぱ・実・石ころなどで
ストラップ・ブローチ・遊べるおもちゃ
Xmas リース・お正月飾り等お好みで
ペーパーウェイトや置物・・・アイデア次第



作る 野山や森の恵み 少しいただく

五頭自然学校フリープログラム 2018 秋～冬編一覽

プログラム	所要時間	実施場所	料金(子供=5歳~小学生)
五頭山に登ろう！登山初めての方も大歓迎 登山ガイドがご案内	4~7 時間	出湯、スキー場、三ノ峰、松平山、五頭→菱ヶ岳周遊コース等ご要望に応じ、日本山岳協会認定の登山ガイドとコースの相談します	1名 3,000円から コース、人数により
秋の山歩きと森遊び 道草しながら、のんびり散歩	2 時間	秋取山麓周辺・いこいの森など お天気や道の状態・ご要望でベストな場所に ご案内します	1名 2,000円 3名以上 1,500円 子供 1,000円
地元の歴史にちよっぴり触れる 笹神城址、巨樹十郎杉、出湯周辺	2 時間	笹神、出湯地区など	1名 2,000円 3名以上 1,500円 子供 1,000円
冬の渡り鳥に会いに行く いろいろな鳥をウォッチング	2 時間	周辺の田んぼ・瓢湖・福島湯など ハクチョウやガン、カモ類、ワシやタカなど 猛禽類や冬の小鳥もみつけます	1名 3,000円 3名以上 2,500円 子供 1,500円
名水めぐり 阿賀野七清水を飲み比べ	2 時間	笹神地区の岩瀬の清水・出湯歓迎塔の清水・ 優婆尊御霊水・薬師の清水・秋取の清水・ 木田橋の清水・権現山の清水等ご要望で	1名 2,000円 3名以上 1,500円 子供 1,000円
薪とはがまで新米ご飯炊き 地元野菜のおつゆとともに	3 時間	五頭自然学校前庭(薪代・食材費込み) 卵やウインナー、チーズのくん製、ベーコン 作り等もプラスできます	1名 3,000円 3名以上 2,500円 子供 2,000円
薪を使って本格石窯でピザ作り 窯を温め、お好みをトッピング	3 時間	五頭自然学校前庭(薪代・食材費込み)	1名 3,000円 3名以上 2,500円 子供 2,000円
楽しいたき火でおやつとお茶 ホカホカ焼き芋？マシュマロ？	1 時間	五頭自然学校前庭(薪代・食材費込み)	1名 1,500円 3名以上 1,000円 子供 500円
自然の恵みでオリジナル作品 枝、葉、竹、実、石、藁などで作ろう	30分~ 1 時間	五頭自然学校内、 リースや、新米稲わらでお正月飾りもどうぞ ご要望で出張いたします	500~1,000円

- 保険加入の都合上、前日の午前中までにお申し込み下さい。
前日が土・日・祝日の場合、参加日前の平日にご連絡下さい。
- 諸事情により、中止や場所・時間・内容等の変更もあります。
- イベント中の事故・傷病への補償は、主催者が加入する保険の
範囲内での対応となります。ご了承の上お申し込み下さい。
- かまど、石窯の使用も OK

- ・食材費込み 3 時間 1,500 円 (3 名まで/薪代込み)
- ・4 名以上は参加人数×500 円

※おひとりでの参加の場合はご相談ください
8名以上は合計金額から 1 割引

当日のお申し込みでも可能な場合もあります。
お好みでオリジナルプランもご用意します。
歩きと食事作りの組合せもできます。割引あり。
と一緒に思い出に残るプランを検討しましょう。
お気軽にご相談下さい。

お申し込み・お問い合わせ

一般社団法人 五頭自然学校

〒959-19 新潟県阿賀野市畑江 33(ぼっぼ五頭内)

TEL: 0250-47-4425

スタッフ携帯: **090-6502-5523**

E-mail : info@gozu-ns.org

定休日 水曜日・木曜日

前もってご連絡いただければ、定休日でも OK !

