

# 2019年5月プログラム予定

実施日をご確認のうえ、ご予約ください。

ポポラ 全プログラムの受付・集合場所は森のホールです。

## ゴールデンウィーク特集

5日 体を使って森を楽しもう!

### フォレストロゲイニング

11:00~14:00

参加費：一組 2,000円(税込) 定員：30組  
広大なあてま高原の森を舞台に、チームで協力しチェックポイントを巡りながら得点を争うゲームです。  
※自然状況(積雪量)によっては催行を中止する場合があります。  
※詳細は別チラシをご覧ください。



入賞者には豪華賞品あり!

5/1(水)~5/6(月)

### 朝のブナ林散策

8:30~9:30



ポポラスタッフいちおし!ぜひ一度歩いてほしい!  
●参加費：500円(税込) ●定員：27名

新潟県ブナ林100選に選ばれたあてま(当間)のブナ林を歩く。朝の新鮮な空気とブナ林の新緑を見ながら、心も身体もリフレッシュ! 雪解け後、5月中旬頃にはイワウチワの花が咲きます。

### いきもの探検隊

10:00~11:30



1~2km 興味をもって純粋に  
●参加費：1,200円(税込) ●定員：20名

網を持って出かけよう! どんないきものが捕まえられるかな!  
●残雪がある場合、長靴の貸出は無料。  
※歩くルート(距離)は当日の天候、積雪状況を考慮した上でのご案内となります。

### アイスクリームづくり

① 9:30~11:00  
② 14:00~15:30



あてまの雪を使ってアイスクリームづくり  
●参加費：1組 1,500円(税込) ●定員：10組

材料を雪で冷やしながらいすボールを転がしてアイスをつくる体験です。1組は4~5名様程度。材料には牛乳、生クリームを使用しています。



### ちいさなながぐつたんけんたい

13:30~15:00



ちいさな自然観察会♪  
●参加費：こども 1,000円(税込) ●定員：20名  
大人 500円(税込)

絵本を読んで、物語にでてくる世界を探しに行こう!  
3~6歳の未就学のお子様と保護者が対象です。  
●幼児用の長靴の無料貸出あり



# 2019年5月プログラム予定 ポポラ

あてま 森と水辺の教室

ポポラ 全プログラムの受付・集合場所は森のホールです。

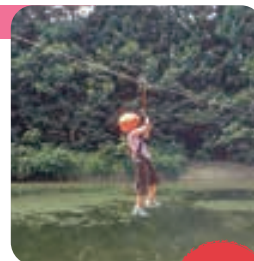
## アルプスアドベンチャー

自然を遊びつくせ!!!

〈9:30~30分毎に12回実施〉

- ① 9:30~ ② 10:00~
- ③ 10:30~ ④ 11:00~
- ⑤ 11:30~ ⑥ 12:00~
- ⑦ 12:30~ ⑧ 13:00~
- ⑨ 13:30~ ⑩ 14:00~
- ⑪ 14:30~ ⑫ 15:00~
- ⑬ 15:30~ ⑭ 16:00~

楽しいヨ!



要予約

フランス発! 東日本初上陸!!  
ワクワク空中アスレチック!



●参加費

宿泊大人 2,800円(税込) 日帰り大人 3,000円(税込)  
宿泊子ども 2,500円(税込) 日帰り子ども 2,700円(税込)

●定員：各回 8名 ※大人料金は中学生以上 ※身長120cm以上の方が対象となります。 ※詳細は別チラシをご覧ください。

※小学生以下は大人(18歳以上)の参加での同伴が必要です。 ※事前ご予約後当日森のホールにて開始30分前までにチケットを購入してください。 ※チケット持参のうえ開始10分前までにアルプス会場に集合してください。(会場近くに駐車場有、また森のホールからの送迎も利用可能)

## 月1回プログラム おすすめ 木工DIYワークショップ

① 10:00~12:00  
② 13:00~15:00

5/11(日)

自分だけのオリジナル家具を作ってみよう!

●参加費：2,500円(税込) ●定員：10名



※植物は含まれません

DIYは興味あるけどちょっと不安...そんな方にぴったりなプログラムです。初回は初心者むけおしゃれな三段棚です!  
地域で間伐した国産材を使用  
サイズ:幅500mm高600mm奥220mm  
材:スギ

●焼きコテなどを使って好きな絵や文字も描けるよ!

## 森のホール工作

森のホール/毎日開催 9:00~17:00  
森のホール開館中いつでもどうぞ!詳細は、森のホールにてご確認ください。混雑時はお待ちいただく場合がございます。

おててスタンプ

料金...1コ 600円(税込)  
所要時間:30分程度  
木に手形を押します。  
お子様の記念にいかがですか?



木に手形を押します

0歳からできます

## 缶バッチづくり

料金...1コ 300円(税込) 所要時間:15分程度  
自分で缶バッチが作れるよ!



## 葉っぱキーホルダー

料金...1コ 500円(税込) 所要時間:45分程度  
あてまの葉っぱをなぞってキーホルダーを作ろう。



## ポポラのプログラムについて

- 全プログラムの参加費は税込みです。2歳以下のお子様は無料です。
- 予約制のプログラムは、定員になり次第締め切らせていただきます。
- 小学6年生以下のお子様は、必ず保護者同伴でご参加をお願いいたします。
- 開始時間10分前に森のホール内の受付にお集まりください。
- プログラムは天候、自然状況などにより予告なく中止、または予定・内容などを変更する場合がございます。
- プログラムで使用材料などによるアレルギーにつきましては事前にご確認いただきますようお願いいたします。
- あてま森と水辺の教室ポポラで企画運営しております全てのプログラムにつきましては、保険に加入しております。

## プログラムご参加の方

### 生きものは元の場所に

観察するためにつかまえた生きものは元の場所にかえします。使用する観察ケースや網などの道具類はスタッフが用意します。

ポポラの活動にご参加、ご協力いただいた皆様のおかげで環境省主催 第12回エコツーリズム大賞(2016) 特別賞を受賞しました。

## 「ポポラ」って?

当間高原リゾートで活動する自然学校の名前。当間の自然は、人々の生活が関わり合って築かれてきたものであり、これからは多くの人々が集まり、豊かな自然を体験してほしいと考えていることから「人と自然との共生」を表したイタリア語による造語としています。

Simbiosi tra Popolo e natura  
(共生) (人々) (自然)

## あてま森と水辺の教室 ポポラ(森のホール)

〒949-8556 新潟県十日町市珠川 当間高原リゾートベルナティオ内

ポポラお問い合わせ

TEL.025-758-4811 (受付時間:9:00~17:00)

ベルナティオ(代表)

TEL.025-758-4888

ベルナティオホームページ <http://www.belnatio.com>

ポポラホームページ

<http://popora.jp/>





# 2019年5月プログラム予定

実施日をご確認のうえ、ご予約ください。

ポポラ 全プログラムの受付・集合場所は森のホールです。

## 月1回 特別プログラム

### 田っぽビオトープ大作戦 5月12日(日)

9:30~13:00

年間を通して、田植えから稲刈り体験♪

●参加費：大人 2,000円(税込) 子ども 1,500円(税込) ●定員：なし

5月12日(日)は、①田植え(完全無農薬)  
②いきものしらべ ③青空里山ランチ

青々した五百万石(酒米)の苗を手植えで田植え。  
はだして土に入りながら、田植え体験しませんか?  
お昼は、地元のお母さん達の山菜でんぷらにめか釜ご飯などなど。泥だらけになってもよい服装でご参加ください。田んぼに入る際は、捨てても良い靴下を履くとよいです。



実施日をご確認のうえ、ご予約ください。

### 大人の平日salon 山菜おばあちゃんと歩く 春の山菜まるかじり

10:00~12:30

- 昼食含む
- 山菜のお土産付

山菜名人と行く、山菜づくしのスペシャル

- 参加費：5,000円(税込)
- 定員：10名
- 対象：18歳以上の大人の方

地元の山菜名人をお招きし、森で山菜や野草を摘み、学び、簡単な料理教室。そして、食べる事で山菜の奥深さやその魅力を再発見するスペシャルプログラムです。



### 新緑 トレッキング

9:00~11:45

若葉萌える当間山を歩く

- 参加費：4,500円(税込)
- 定員：20名

早春の花(イワウチワ)、フナ林の鮮やかな新緑を眺めながら爽やかなトレッキングをお楽しみください。

※一部、残雪の上を歩きます。  
※小雨決行、荒天中止。  
※長靴無料貸出あり  
※山菜の収穫具合によってはメニューが変わる場合がございます。



トレッキング終了後「フォーラムセンターそばあてま」での山菜ビュッフェお食事券付き!

### 朝の ブナ林散策

8:30~9:30



ポポラスタッフいちおし!ぜひ一度歩いてほしい!

- 参加費：500円(税込)
- 定員：27名

新潟県ブナ林100選に選ばれたあてま(当間)のブナ林を歩く。朝の新鮮な空気とブナ林の新緑を見ながら、心も身体もリフレッシュ! 雪解け後、5月中旬頃にはイワウチワの花が咲きます。

実施日をご確認のうえ、ご予約ください。

### 旬の山菜採り

- ①10:30~11:30
- ②12:00~13:00
- ③15:30~16:30

※移動時間も含めてのお時間です。

旬の山菜をお手軽に楽しむ

- 参加費：600円(税込)
- 定員：27名

旬の山菜をお手軽に楽しむ。車両で移動、フキ・ワラビを採ります。尚、自然の恵みですので、天候・生育状況により発量量が異なります。ご了承ください。

●長靴無料貸出あり



### ポポラ自然ウォーク ~春の新緑ウォーク~

10:00~11:45

1~2km 生き物の息吹を感じる

- 参加費：1,200円(税込)
- 定員：20名

春の新緑の中を動植物の観察をしながらゆっくり歩く。生きもの同士のつながりも知ってみましょう!

- 残雪がある場合、長靴の貸出は無料。(森のホールから車両で移動後に貸出します。)
- 歩くルート(距離)は当日の天候、残雪状況を考慮した上でのご案内となります。



### 星とワインでおしゃれな夜を

20:00~21:00

夜空に煌めく春の天体を贅沢に観る

- 参加費：2,000円(税込)
- 定員：8名

天頂に北斗七星が輝く季節。ホットワインやコーヒーを味わいながら、獅子座や乙女座などの春の星座の物語に耳を傾けませんか? 月がなく星が見やすい時期を特別にセレクトしました☆  
※暖かい服装でお越しください。※防寒グッズの貸出あり。  
※雨天・曇天時は中止いたします。(当日17:00判断)



### ちょこっと 花見

14:00~15:00  
(木・土・日)

車で気軽に花を見に行く♪

- 参加費：600円(税込)
- 定員：27名

新緑の野山をちょこっとご案内。楚々とした草花を愛でましょう。コース、見るものなど内容は当日担当スタッフにおまかせください。



### ぐるっとバス探訪 ~季節のスイーツ付き~

14:00~15:15  
(月・水・金)

新緑に萌えるあてまをバスとお茶でゆったり過ごす♪

- 参加費：1,200円(税込)
- 定員：27名

東京ドーム109個分の広大な敷地をバスでめぐりながら、新緑に萌えるあてまを眺めていきます。その後、水辺のホールサロンでゆったりとお茶とスイーツを楽しんでいきます。



## 開始時間10分前に森のホール内受付へご集合ください

5月プログラム	開始時間	▲自然状況(積雪量)の状況により実施できない場合があります。														
		1水	2木	3金	4土	5日	6月	7火	8水	9木	10金	11土	12日	13月	14火	15水
フォレストロゲイニング	11:00~14:00	-	-	-	-	●	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
木EDIYワークショップ	①10:00~②13:00~	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	●	-	-	-	-
いきもの探検隊	10:00~11:30	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
ちいさなながつたんけんたい	13:30~15:00	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
アイスクリーム	9:30~11:00,14:00~15:30	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
アルプスアドベンチャー	9:30~30分毎に12回実施	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
星とワインでおしゃれな夜を	20:00~21:00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
朝のブナ林散策	8:30~9:30	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
ポポラ自然ウォーク	10:00~11:45	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
新緑トレッキング	9:00~11:45	-	-	-	-	-	-	-	-	●	●	●	●	●	●	●
ぐるっとバス探訪	14:00~15:15	-	-	-	-	-	-	●	●	●	●	●	●	●	●	●
ちょこっと花見	14:00~15:00	-	-	-	-	-	-	-	●	●	●	●	●	●	●	●
旬の山菜採り	①10:30~11:30	-	-	-	-	-	-	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
	②12:00~13:00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	③15:30~16:30	-	-	-	-	-	-	-	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
大人の平日サロン/山菜おばあちゃん	10:00~12:30	-	-	-	-	-	-	-	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲	▲
田っぽビオトープ大作戦	9:30~13:00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	●	-	-	-	-
森のホール工作	開館中	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

## 開始時間10分前に森のホール内受付へご集合ください

5月プログラム	開始時間	▲自然状況(積雪量)の状況により実施できない場合があります。															
		16木	17金	18土	19日	20月	21火	22水	23木	24金	25土	26日	27月	28火	29水	30木	31金
フォレストロゲイニング	11:00~14:00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
木EDIYワークショップ	①10:00~②13:00~	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
いきもの探検隊	10:00~11:30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ちいさなながつたんけんたい	13:30~15:00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
アイスクリーム	9:30~11:00,14:00~15:30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
アルプスアドベンチャー	9:30~30分毎に12回実施	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
星とワインでおしゃれな夜を	20:00~21:00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
朝のブナ林散策	8:30~9:30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ポポラ自然ウォーク	10:00~11:45	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
新緑トレッキング	9:00~11:45	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
ぐるっとバス探訪	14:00~15:15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ちょこっと花見	14:00~15:00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
旬の山菜採り	①10:30~11:30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	②12:00~13:00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	③15:30~16:30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
大人の平日サロン/山菜おばあちゃん	10:00~12:30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
田っぽビオトープ大作戦	9:30~13:00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
森のホール工作	開館中	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

### フィールドで活動するときは?

当間高原リゾートは、標高300~650m程(敷地面積510ha)森や水辺がある里山の自然環境です。

①靴は履きなれたご自身の運動靴、帽子、飲み物持参、長袖長ズボン(日焼けや虫刺され、怪我防止)、虫よけ対策を十分に。

②天候の急変に備え、雨具を携帯。

③(朝晩の)寒暖の差に備え、上着を持参。