

予約制  
当日予約可

## 自然を遊びつくせ!!! アルプスアドベンチャー

ワクワク フランス発! 大人気!!  
森林空中アスレチック!

9:30より30分毎に10回実施

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

●定員：各回10名

※全コースは身長120cm以上、初級コースは身長100cm以上の方が対象となります。  
※小学生以下は大人(18歳以上)の参加での同伴が必要です。  
※事前予約後、森のホールにて30分前までにチケットを購入してください。  
※詳細は別チラシまたはポポラHPをご覧ください。  
※2024年度は土日祝とGW、夏休みのみ営業とさせていただきます。

【通常価格】 8/1~8/25

|               |               |
|---------------|---------------|
| ●全コース         |               |
| 日帰り           | 宿泊特典          |
| 大人 3,200円(税込) | 大人 2,800円(税込) |
| 子供 2,900円(税込) | 子供 2,500円(税込) |

●初級限定(1回のみ) 大人・子供 1,500円(税込)

【特別価格】 8/26~

|       |                               |
|-------|-------------------------------|
| ●全コース |                               |
| 日帰り   | 大人 3,200円(税込) → 大人 2,800円(税込) |
|       | 子供 2,900円(税込) → 子供 2,500円(税込) |
| 宿泊特典  | 大人 2,800円(税込) → 大人 2,400円(税込) |
|       | 子供 2,500円(税込) → 子供 2,100円(税込) |

●初級コース(1時間やり放題) 大人・子供 1,500円(税込)



**「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 <https://www.belnatio.com>

ポポラホームページ <https://popora.jp/>

2024年 8月

# ポポラ プログラム 予定

あてま 森と水辺の教室  
**ポポラ**

ポポラ 全プログラムの  
受付・集合場所は森のホールです。

実施日をご確認のうえ、  
ご予約ください。

それぞれのお客様に合わせた内容で実施いたします! **予約制** 当日予約可

## プライベートツアー

- ① 9:30~11:30
- ② 13:30~15:30
- ③ ロングver 9:30~13:30

各種プランを例にお客様のペースや興味に合わせ、ご提案・ご案内する魅力的なプログラムです。これまで100種類以上のプログラムを展開してきたポポラの幅広い知識や経験を思う存分満喫しましょう!

プラン例:「生き物を捕まえたり、触れてみたい!」「森の遊び場を作りたい!」「むし博士になりたい!」など。

※ご提案できるプランに限られますが当日のお申込みも可能です。  
※詳細はポポラHPをご覧ください。



- 参加費(①、②) 大人 4,000円(税込) 子供 3,000円(税込)
- 参加費(③ロングver) 大人 8,000円(税込) 子供 6,000円(税込)
- 定員: 各回1組(最大10名)

年間を通して田植えから稲刈り体験! **事前予約制** 1週間前締切

## 田っぽビオトープ大作戦

8/4日 9:30~13:30

- 参加費: 大人 3,500円(税込) 子供 3,000円(税込)
- 定員: 40名

- ① 田んぼ手入れ
- ② いきものしらべ
- ③ アイスクリューづくり
- ④ 里山ランチ

※泥だらけになってもよい服装で大人も子供もご参加ください。  
※田んぼに入る時に使用する靴をご用意しております。  
※昼食付のプログラムです。



本格友禅体験

## 手描き友禅体験

- ① 10:00~ ② 11:00~ ③ 13:00~
- ④ 14:00~ ⑤ 15:00~ ⑥ 16:00~

十日町の染物職人さんに来てもらい、絹のタペストリーを染める体験です! 実際の染料を使用しお好みの色で手描きをします。これで夏休みの自由研究も完成!?

※デザインは写真と異なる場合がございます。  
※1つの作品完成までに平均30~40分かかります。

予約制  
当日予約可

- 参加費: 2,000円(税込) /タペストリー1枚
- 定員: 各回8名



## 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です。大人料金は中学生以上です。2歳以下のお子様は無料です。(工作体験を除く)
- 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。
- プログラムで使用する材料などによるアレルギーにつきましては事前に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屋外のプログラムにつきましては、保険に加入しております。
- お客様都合によるキャンセルの場合は、キャンセル料を申し受けます。5日前/料金の20% 前日/料金の50% 当日/料金の100%
- 予約なしでの当日参加の場合はご相談ください。

※ポポラPR・販売促進用で、チラシやポスター、ポポラHPなどのwebサイト、SNS、YouTubeなどの動画サイトへの掲載および発信、ホテルベルナティオ・森のホールでの館内展示に使用する目的で体験の様子を写真・動画撮影させていただく場合がございますので、予めご了承ください。  
撮影をする場合はプログラム開始時に口頭にて確認をいたします。  
了承を得て撮影した写真・動画に限り、上記の目的で使用させていただきます。

**SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS**

ポポラではSDGsの達成にチャレンジしています

**2023 新潟県環境賞 環境教育・学習部門受賞**

**2020 環境省 地域環境保全功労者受賞**

**2019 環境省 エコツーリズム大賞 受賞**

プログラムご参加の方 観察するための生き物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。



予約制  
当日予約可

トラップを作って、水辺の生き物を捕まえよう

みずべ捕獲大作戦

9:00～10:30

- 参加費：2,000円(税込)
- 定員：20名
- 対象：小学校1年～4年生向け  
(対象年齢以外の兄弟姉妹の参加可)

ペットボトルでトラップを作り、水辺の生き物をつかまえよう！  
作ったトラップは持ち帰りOK



予約制  
当日予約可

興味をもって純粋に

いきもの探検隊

15:00～16:30

- 参加費：2,000円(税込)
- 定員：20名

網を持って出かけよう！どんな生き物が捕まえられるかな！？  
※雨天時、長靴と傘の貸出は無料でお貸しできます。  
※歩くルート（距離）は当日の自然状況を考慮したうえでのご案内となります。



予約制  
当日予約可

火おこしマスターになろう！

ミニデイキャンプ体験

14:30～16:30

- 参加費：大人 2,500円(税込)  
子供 2,000円(税込)
- 定員：5組25名

あてま高原の森で拾える枝葉を使って、3種類の火おこしに挑戦！さらに、夏のキャンプにぴったり！100%ジュースや氷でつめた～いシャーベットもつくろう♪  
※参加特典として火おこし道具（ファイヤースターター）をグループに1つプレゼントします。



予約制  
当日予約可

かくれんぼ大会に参加しよう！

ナ이트スコープゲーム

～動物たちからの招待状～

19:30～21:00

- 参加費：2,700円(税込)
- 定員：25名

動物たちからプレゼントされた特別な光る地図とシール、ポボラスタッフが準備した“ナ이트スコープ”を手に、水辺のホールの中でかくれんぼしている動物たちを見つけよう！  
ナ이트スコープとは…暗闇でも見ることができる特別な道具。  
※水辺のホール屋内でのプログラムです。



予約制  
当日予約可

真っ暗な森を探検しよう！

サマーナイトツアー

19:30～21:00

- 参加費：2,700円(税込)
- 定員：25名

ナ이트スコープとライトをもって、夏の夜の森を探検しよう！  
暗闇に潜む動物をみることができるかも！？  
※観察した生き物は元の場所にかえします。  
※少雨時、長靴と傘の貸出は無料。  
※荒天時はナ이트スコープゲームを行います。



森のホール

入館無料

- 開館時間：9:00～17:00
- 休館日：火曜日の午後(春休み期間、GW、夏休み期間、年末年始、祝日は除く)、ホテル休館日

無料 夏休み限定！

クスッと笑える

あてまの  
生き物展

7/20～8/31開催

夏の人気者のカブトムシやクワガタ、赤いお腹がかわいいアカハライモリ、泳ぎの得意なゲンゴロウなど、魅力的なあてまの生き物たちに会いに来てね。  
そんな生き物たちのクスッと笑える一面を見てみよう！



自然に囲まれた館内でゆっくりお過ごしください。



熊の剥製や絵本、お魚水槽などの展示品もあります。



巨大リス人形もいるよ



予約不要

森のホール工作

森のホール／毎日開催  
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。

木のカメラ

所要時間  
20分程度

- 料金  
1個 2,000円(税込)

木で出来たパーツを選んで組み合わせて、自分好みのカメラに仕上げます。

木のうちわ

所要時間  
20分程度

- 料金  
1個 1,000円(税込)

焼きこてやペンをを使って好きなイラストを描いて、自分好みのうちわに仕上げます。

おててスタンプ

0歳から5歳まで  
所要時間  
40分程度

- 料金  
1個 1,500円(税込)

木に手形を押します。お子様の成長の記念にいかがですか？

ほかにたくさんあるよ！

SHOP POPORA

ポボラオリジナル商品など、ここで見えないものを沢山取り揃えております。また、おうちでできる工作キットなどもお勧めです。



| 開始時間10分前に森のホール内受付へご集合ください |             | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
|---------------------------|-------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|
| 8月プログラム                   | 実施時間        | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  |
| プライベートツアー①                | 9:30～11:30  | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| プライベートツアー②                | 13:30～15:30 | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| プライベートツアー③ロングver          | 9:30～13:30  | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| アルプスアドベンチャー通常価格           | 9:30～16:00  | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| アルプスアドベンチャー特別価格           | 9:30～16:00  | — | — | — | — | — | — | — | — | — | —  | —  | —  | —  | —  | —  |
| サマーナイトツアー                 | 19:30～21:00 | ● | — | ● | — | — | — | — | — | ● | —  | ●  | —  | —  | —  | —  |
| ナ이트スコープゲーム                | 19:30～21:00 | — | ● | — | — | — | ● | — | — | — | ●  | —  | —  | —  | —  | —  |
| みずべ捕獲大作戦                  | 9:00～10:30  | ● | ● | ● | — | ● | ● | ● | ● | ● | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| いきもの探検隊                   | 15:00～16:30 | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| ミニデイキャンプ体験                | 14:30～16:30 | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| ポボラクエスト                   | 9:00～16:30  | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| 手描き友禅体験①～⑥                | 10:00～16:00 | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ●  | ●  | ●  | ●  | —  | —  |
| 田っぽビोटープ大作戦               | 9:30～13:30  | — | — | — | ● | — | — | — | — | — | —  | —  | —  | —  | —  | —  |
| あてまの生き物展                  | 開館中         | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| 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 |             | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
|---------------------------|-------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 8月プログラム                   | 実施時間        | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
| プライベートツアー①                | 9:30～11:30  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| プライベートツアー②                | 13:30～15:30 | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| プライベートツアー③ロングver          | 9:30～13:30  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| アルプスアドベンチャー通常価格           | 9:30～16:00  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | —  | —  | —  | —  | —  | —  |
| アルプスアドベンチャー特別価格           | 9:30～16:00  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| サマーナイトツアー                 | 19:30～21:00 | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  |
| ナ이트スコープゲーム                | 19:30～21:00 | ●  | —  | ●  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | ●  | —  | —  | —  | —  | —  |
| みずべ捕獲大作戦                  | 9:00～10:30  | ●  | ●  | ●  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  |
| いきもの探検隊                   | 15:00～16:30 | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| ミニデイキャンプ体験                | 14:30～16:30 | ●  | ●  | ●  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  |
| ポボラクエスト                   | 9:00～16:30  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| 手描き友禅体験①～⑥                | 10:00～16:00 | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| 田っぽビोटープ大作戦               | 9:30～13:30  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  | —  |
| あてまの生き物展                  | 開館中         | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |
| 森のホール工作                   | 開館中         | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  | ●  |

フィールドで活動するときは？

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

① 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。