

山里の文化に触れ、感動と出会う

他では味わえない雄大な茅野の自然の中で
多くのことを学び、体験し、そして数多くの感動を味わう旅…。



東京から約2時間
名古屋から約2時間半で
学びの里「信州茅野」へ

交通のご案内

マイカー(高速道路利用)での所要時間
※中央自動車道諏訪IC又は諏訪南IC下車
新宿から約2時間、名古屋から約2時間30分、
大阪から約5時間
関越・上信越自動車道佐久ICから60分

高速バスでの所要時間
中央高速バス(新宿～茅野駅)約3時間
高速バス(大阪～茅野駅)約6時間30分

JRでの所要時間
新宿からJR中央本線特急あずさで
茅野駅まで約2時間
名古屋駅から塩尻駅まで約2時間
特急あずさに乗り換えて約20分



お問い合わせ・お申し込みは

発行・製作 茅野市観光協会

〒391-8501 長野県茅野市塚原二丁目6番1号
TEL.0266-73-8550 FAX.0266-72-5833

ホームページアドレス <http://www.tateshinakougen.gr.jp>

2013年6月末現在

原生林が広がる信州の山里
見て・学んで・体感! 教育旅行

信州
ビーナスライン
Shinshu・Venus line・Chino
茅野

信州茅野の

まるごと体験
Program

茅野市は、八ヶ岳連峰の西側一帯に広がる高原都市。
四季折々に多彩な表情を見せる自然は美しく、
夏の涼しさは、教育旅行・学習体験にぴったり。
古代縄文文化が栄えたこの地で、
八ヶ岳が育む原生林や
山里の文化に触れる旅は、環境学習にも最適です。



5つの学びの要素が一同に揃う信州茅野

未だ手つかずの原生林が残る
八ヶ岳

車山高原を始めとする
爽やかな高原

信州の風が吹き抜ける
蓼科湖、白樺湖

古代縄文時代のロマンが漂う
歴史

美術館やレジャー施設が豊富な
山里の文化・レジャー

人と自然、人と歴史、人と人

日本の原風景とも言える豊かな自然と、
縄文時代から始まり積み重ねられてきた歴史に触れる…。



春



夏

ここにしかない、四季折々の豊富な体験プラン



秋



冬

■ 八ヶ岳連峰 03

■ 観光資源 05

■ アウトドア・森林体験 07

自然体験・感動体験がいっぱい 07
トレッキング・登山 09
森林体験で学ぶ里山の大切さ 10
アウトドア・森林体験プログラム 11

■ 農業体験 15

農村体験 15
農業体験プログラム 16

■ 工芸・クラフト体験 20

自然素材で楽しむ工芸 20
工芸・クラフト体験プログラム 21

■ 歴史体験 25

尖石縄文考古館 25
諏訪大社 上社前宮 26
八ヶ岳総合博物館 26
歴史体験プログラム 26

■ 食育体験 27

そば打ち体験 27
食育体験プログラム 28

■ おすすめ体験プラン組み合わせ 30

■ 体験プラン一覧 31

■ エリアマップ 33

茅野市は、日本のほぼ中央に位置し、八ヶ岳連峰の裾野の標高770メートルから2,899メートルに広がる自然豊かな高原都市です。いまから約5,000年前、縄文文化の時代に始まり、長い時間をかけて積み上げられてきたこのまちの歴史。茅野市の土中からは「縄文王国」の名にふさわしく、数多くの集落遺跡や国宝の土偶、貴重な土器などが発掘されています。豊かな緑と先端技術が調和する茅野市には、こうした文化財や豊かな自然、スポーツ、アウトドアなどについて学べる環境が豊富に整備されています。



茅野市は自然豊かな高原都市です。

- ・四季を通じて最上の瞬間を感じていただける風景がある
- ・ここだけにしかない縄文文化の証、国宝土偶「縄文のビーナス」がある
- ・住んでいる人と人とのつながりを大切にする絆がある

茅野市はこうした郷土の宝を大切に、まちづくりを進めています。教育旅行で訪れていただく皆様にも、茅野市の豊かな自然・文化やあたたかい人との出会いをご体験いただけるように、おもてなしの心でお待ちしております。是非、茅野市にお越しいただき、いろいろな魅力がある茅野市を見つけていただければうれしく思います。



茅野市長 柳平千代

八ヶ岳

八ヶ岳連峰

ダイナミックな眺望、原始のままの森、稜線は天空へと続く。

本州のほぼ中央、長野県と山梨県にまたがる八ヶ岳は、個性豊かな山々が連なる山塊

わたしのChino Only
縄文の祈りの生きる里

「神長官守矢史料館」でデビュー以来、「過去への前衛」がテーマです。縄文文化の祭祀などに無意識のうちに影響を受けているのかもしれない。

茅野市縄文ふるさと大使
工学院大学建築学部教授
東京大学名誉教授

藤森 照信 さん

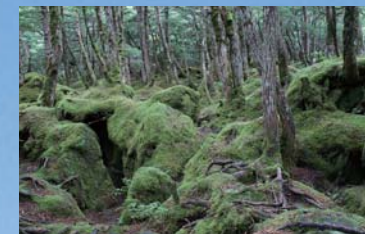


雄々しい山々が連なる大迫力の眺望
歩くほどに感じる自然の息吹

信州の山を代表する山岳美と、かれんな高山植物のお花畑が人気の八ヶ岳。主峰赤岳をピークに、権現岳、阿弥陀岳、横岳、硫黄岳、天狗岳など3,000m級の山々が、人々を優しく迎えます。大自然の息吹に包まれ、山頂に立てば雄大なパノラマが眼前に広がります。

神秘的な「苔の森」が広がる北八ヶ岳エリア

夏沢峠から北、大河原峠までが北八ヶ岳エリア。アルペンムードの南八ヶ岳とは対照的に、苔むした針葉樹林の黒い森、点在する大小の池が神秘的なムードを醸し出しています。冬はバックカントリースキーやスノーシューのフィールドとなり、通年楽しめるエリアです。



北八ヶ岳には苔が美しく生える原生林が広がる

わたしのChino Only

美しい自然と観光と精密工業と高原野菜
医療と福祉と子育ての充実した街

茅野市は健康で長生きが期待できる
街なんです。

茅野市縄文ふるさと大使
諏訪中央病院名誉院長
日本チェルノブイリ連帯基金理事長
日本イラクメディカルネット代表
東京医科歯科大学臨床教授
東海大学医学部非常勤務講師

鎌田 實 さん



茅野市縄文ふるさと大使
諏訪東京理科大学共通教育センター教授
学生相談室室長
東京理科大学総合研究機構併任教授

篠原 菊紀 さん



わたしのChino Only

蓼科、白樺、車山、八ヶ岳…
うまれたところ、いいところ

脳の働きを追求して30年、
茅野市の良さは100%
インプットされています。



北八ヶ岳の原生林

原生林が広がる奥蓼科は
八ヶ岳・天狗岳の登山口

奥蓼科は、茅野市を起点にする国道299号を12kmほど山に向かって入ったところの溪谷エリア。蓼科山(2530m)の南西の山麓から蓼科湖にかけて広がる一帯です。湯みち街道が誘う湯けむりの地で、渋川沿いの横谷溪谷には、溪流に乗り出すようにして温泉宿が点在します。渋川沿いの散策路を行けば、次々に滝が姿を見せるのも魅力です。美しい自然に囲まれ、武田信玄ゆかりの湯としても知られる素朴な山里のいで湯は、まさに別天地です。



大パノラマが広がる車山高原

迫力の360度の大パノラマ
車山高原は高山植物の宝庫

霧ヶ峰の主峰、車山を中心になだらかに広がる車山高原。7月から8月にかけては黄金色の絨毯を敷き詰めたようにニッコウキスゲが咲き、高原を美しく彩ります。山頂へは2本のリフトを乗り継いでたったの15分。山頂からの大パノラマは圧巻です。この車山には「車山ビジターセンター」があり、植物の開花状況や気象情報など最新の情報を提供しています。また、四季折々に自然解説員と歩くエコツアーや自然体験プログラムを開催しています。

清らかな水辺、緑の草原、 咲き誇る花々。

茅野市は、豊かな自然が息づく地。四季折々に
自然が織りなす様々な表情を堪能できる。

新緑、紅葉、豊かな風情が漂う 自然豊かな茅科中央高原

標高2200mを走る国道299号、その名もメルヘン街道沿線に広がる茅科中央
高原エリア。林の中にショップ、レストラン、ペンション、リゾートホテルなど、お洒落な建
物が点在します。渋川沿いの横谷峡は、美しい滝とせせらぎに癒されるスポット。

わたしのChino Only
茅野市の農家は僕の宝
いつも新鮮でおいしい素材を
提供していただいて大感謝。
ジビエ料理も広めていきたいと
思っています。

横谷渓谷

遊び心を鮮やかに彩る自然 高原の風渡る湖上のリゾート

緑に囲まれた風光明媚な白樺湖。湖のほとりにはリゾートホテルや、
アミューズメント施設などが立ち並び家族連れやグループにも大人気。

わたしのChino Only
茅科から運ばれる四季の香りと元気な風
茅科からの風に乗って
運ばれてくる四季の香りが、
いつも私を元気にしてくれます。

白樺湖

高原



茅科湖

森に囲まれて静寂が あたりを支配する茅科湖

茅科湖は、標高1200mにある静かな湖。周囲をカラマツや白樺の林に囲まれ、湖面に茅科山を映す姿は水鏡のようです。周囲1k
mの小さな湖では、ボート、釣りなどが楽しめます。茅科は、茅科湖を中心に静かな時間を
積重ねてきた歴史と由緒ある本格的な高原リ
ゾートとして、多くの文人墨客に親しまれて
きました。風に揺れる花々が彩る光景
は天然の清涼感にあふれ、心と体を
優しく癒してくれる場所です。



茅野市縄文ふるさと大使
茅科オーベルジュ・エス・ポワール
オーナーシェフ

藤木 徳彦 さん



わたしのChino Only
縄文から未来へ、心のふるさと茅野市
縄文時代から続く絆をタスキの
ように未来へつなげたい。
離れて分かる故郷の良さ、
それが茅野市です。



茅野市縄文ふるさと大使
元佐久長聖高校駅伝部監督
東海大学体育学部競技
スポーツ学科准教授
東海大学陸上競技部長距離駅伝監督

両角 速 さん



北ハケ岳ロープウェイ



影絵・切り絵・ガラス・オルゴール美術館

白樺リゾートファミリーランド

パラグライダー体験

乗馬体験

わたしのChino Only
茅野市の伝統から世界の空へ
茅野市は縄文時代からの
歴史がある伝統の地。
その伝統を踏まえながら世界へ
羽ばたいてください。



尖石遺跡



茅野市縄文ふるさと大使
トリノ、バンクーバー冬季五輪
スピードスケート
2大会連続出場
日本電産サンキョー
スケート部コーチ

吉井 小百合 さん

アクティブに楽しめる レジャーエリア

白樺湖やその周辺では、さまざまなレジャー
が手軽に楽しめます。高原の湖を存分に楽しむ
ならカヌー、数時間の練習で操れて湖面を滑る
感覚は格別です。ピーナスライン周辺の高原は
スカイスポーツの人気スポット、高原の風に乗っ
て空中散歩を体験できるパラグライダースケ
ールも充実。そして乗馬牧場では、初心者から上
級者までレベルに応じて乗馬が楽しめます。



茅野市縄文ふるさと大使
長野、ソルトレイクシティ、トリノ
冬季五輪スピードスケート
3大会連続出場
ゴルフティーチングプロ

外ノ池 亜希 さん

文化・レジャー 縄文のロマンに触れて 歴史を楽しく学ぶ

茅野市は、ハケ岳の豊かな自然に抱かれた高原都市である
とともに、国宝土偶「縄文のビーナス」や重文土偶「仮面の女神」、
国特別史跡・尖石遺跡など、日本の縄文文化を象徴する文化財
を有し、世界に誇る高い縄文文化を育てた地域です。尖石縄文
考古館は、尖石遺跡を中心とする史跡公園のセンターとなってい
て、館内には縄文のビーナスを中心に土器や石器など、約2000
点余が展示されています。茅野市では、このような恵まれた環境
の中で、古代の歴史を楽しく学ぶことができます。

歴史

発見と感動がいっぱい

アウトドア・森林体験 Program

自然と触れ合って学ぶ
森林と人との関わり

自然の中で自分自身と向き合い、何かを発見することは人を成長させてくれます。自然の中で知る“生命”の営みの不思議さ、大切さなど、自然は子どもたちに様々な知的刺激を与えてくれます。また、巨木の森林に分け入り、木漏れ日の中、気持ち良い山の風に触れ、冷たい川の水に親しむことで、森林と暮らしとのかかわりを学び森林が私たちの生活環境を守ってくれていることを実感できます。アウトドア体験や森林体験は、自然の偉大さを学ぶ絶好の機会です。

ロープブリッジ

自然体験・感動体験がいっぱい

誰もが楽しさを満喫
茅野市の大自然が待っています

開放感を味わいつつ自立心を養うことのできるアウトドア体験はジャンルも様々で、年齢や体力に応じて選べます。太い枝の上に立ち、鳥の目線で見える木登りは、木の鼓動を感じ、風を感じ、自然に帰るひととき。カヌーなら、水鳥のようにすいすいとパドル一つで思い通りの湖上散歩。基礎から学び安全に空を舞うパラグライダー。そして動物との触れ合いを体験する乗馬など、大自然の景観を満喫しながら気持ちよいひとときを過ごすアウトドア体験は、私たちが忘れていた何かを思い起こさせてくれるでしょう。

木のぼり体験 スノーボード

カヌー



パラグライダー

乗馬



カヌー



決断力や判断力など「生きる力」を育成する 地図とコンパスでチェックポイントを探す野外学習プログラム

オリエンテーリングとは、地図とコンパスを頼りに頭脳と体を使い、自然の中に設置されたチェックポイントを探すスポーツであり、野外学習プログラムでもあります。オリエンテーリングの最も一般的なルールでは、地図上に示されたスタート地点からチェックポイントを順番通りに通過し、フィニッシュ地点までの所要時間を競います。①地図とコンパスを使いこなす**情報処理能力**、②確実に目的地に向かう**危機管理能力**、③グループ活動における**コミュニケーション能力**などが求められます。「生きる力」の育成に最適な野外学習プログラムです。オリエンテーリングには、自然と触れ合う楽しみもあります。オリエンテーリングを通じて自然の中で営まれている生命のサインを見つけてみてください。



オリエンテーリング



オリエンテーリング



日本オリエンテーリング協会公認6コース設置

標高1800m約100haに広がる千駄刈の森に日本オリエンテーリング協会公認の4コース

初心者コース:2.4km、中級者コース:2.5km、上級者コース:4.2km、冒険コース:5.8km(最高所の公認ポイント含)
湖の湖畔を巡る白樺湖コース、里山にある蓼科中央高原コースがあります。

その他学校・団体用オリジナルコースも設定可能です。(応相談・蓼科・ハケ岳国際自然学校)

気軽に歩ける標高2,237mの 亜高山帯ウォーキング

北横岳と縞枯山の間に架かる100人乗りの北ハケ岳ロープウェイは、標高2,237mの山頂駅まで、わずか7分で運んでくれます。高度差466mを一気に駆け上るロープウェイからの眺めはまさに大パノラマ。ハケ岳、北アルプス、南アルプス、中央アルプスなどすべての山々を一望することができます。横岳の山頂駅でロープウェイを降りれば、そこは既に亜高山帯、自然の芸術ともいえる坪庭が待っています。坪庭といっても小さな箱庭ではありません。横岳の噴火で流出した溶岩が固まってできた溶岩台地に自然にできたビッグな庭園です。1周約30分の散策路が設けられ、露出する溶岩の奇観と群生する貴重な高山植物の姿を見ることができます。



坪庭



盛夏の北ハケ岳ロープウェイ



トレッキング・登山

ハイキング感覚の山歩きから
本格派登山の楽しみまで

茅野市側から八ヶ岳連峰に登るルートは実に多彩です。美濃戸口から主峰赤岳に登るハイレベルなコースから、麦草峠から入り連峰を縦断するコース、北八ヶ岳ロープウェイを使って縞枯山・北横岳に登るコースもあり、レベルに応じた登山が楽しめます。また、トレッキングでも絶景を堪能できる本格的コースから、ハイキング感覚で楽しめる里山コースまで多彩に揃っています。晴天率の高い茅野市では、様々なスタイルのトレッキングを楽しむことができます。

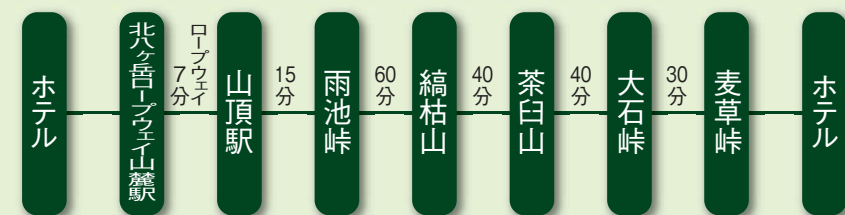
トレッキング風景



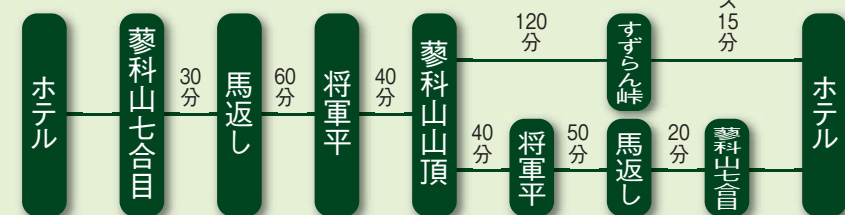
八島湿原・車山高原ハイキング(約4時間)



茶臼山・縞枯山登山(約4時間30分)



蓼科山登山(約6時間)



八ヶ岳山麓 スーパートレイル体験

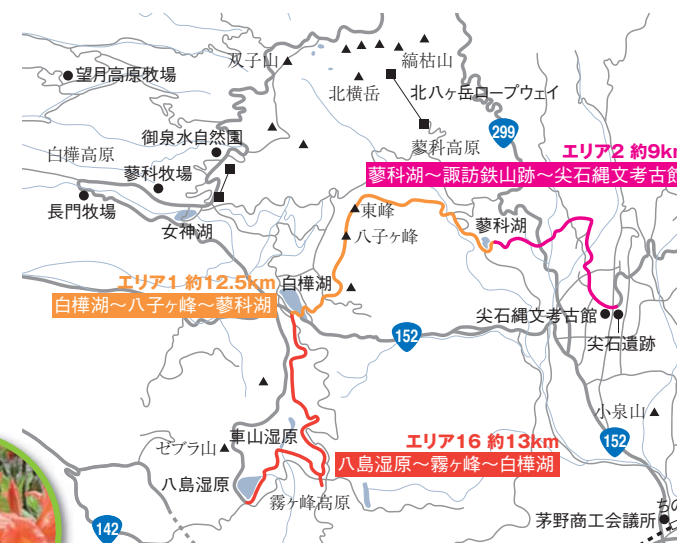
The Yatsugatake Super Trail

総延長約240kmのロングトレイルにトライ!
1～16エリア! 各約10km!!

長野・山梨両県にまたがる12市町村を経由し、八ヶ岳山麓を一周するロングトレイルコース。各約10kmの個性豊かな16のエリアに分かれ、アルプスの展望や植物など、湖や高原そして史跡などを巡ります。自然観察や総合学習の場としても最適。



レンゲツツジ



※茅野市内八ヶ岳山麓スーパートレイルコース。他にもコースがございます。
詳しくはお問い合わせください。問い合わせ:NPO八ヶ岳スーパートレイルクラブ

森林体験で学ぶ里山の大切さ

次の世代に引き継ぐために
観察会や講習会を開催

森や林は、二酸化炭素を吸収し酸素を出して空気をきれいにしたり、水を蓄えたりする大切な役割を果たしています。また、里山は、薪炭・山菜・きのこなど様々な恵みをもたらしてくれます。私たちは、先人から引き継いだ貴重な財産である森林や里山の機能を再認識し、これらを大切に守っていかなくてはなりません。こうした観点から、茅野市では「茅野市ふれあい里山づくり条例」を制定して様々な取り組みを行っています。そのひとつに、市民の皆さんが森林を体験できる「市民の森」を設置し、自然観察会や森づくり講習会を開くなど、森林に親しみ森林体験ができる場を提供しています。



野鳥の巣箱づくりと巣箱架け体験

おもしろ案内人

米川 正利 さん

プロフィール | 若い頃より世界各地を歩く(ヨーロッパ、アフリカ、北米、南米、東南アジア、ヒマラヤ)、日本山岳会会員、日本山岳ガイド協会会員、NPO法人日本高山植物保護協会理事、NPO法人蓼科・八ヶ岳国際自然学校理事長 他

八ヶ岳の山麓で生まれ育った根っからのお山の大将。老練な経験と知識で自然の中で大人も子供達に遊び方を教えます。山のこと森のこと何でもお任せ。青空の下空気を腹いっぱい吸って元気になろう。



1 蓼科・八ヶ岳で自然観察・環境学習
トレッキング体験 約50分

蓼科・八ヶ岳の標高2,000m級の
トレッキングに挑戦!

高山ならではの大自然の中で、
蓼科山や車山、北八ヶ岳、硫黄
岳など(2時間～5時間程度)の
コースをガイドと併に自然観察し
ながら歩き、自然への気づきや
達成感とチームワーク育てます。



北八ヶ岳でトレッキング

天候	   	時期	春	夏	秋	冬
受付時期	5月～11月		対象学年	小1～高校、大人		
体験時間	2時間～5時間		体験場所	車山、蓼ヶ峰・八ヶ岳道、蓼科山、 八ヶ岳峰、八ヶ岳（蓼科山、北麓、 白駒池、横谷渓谷、硫黄岳、天狗岳など）		
受入可能人数	10名～250名		料金（一人あたり）	18,000円～		
休業日	なし（要予約）		トイレの有無	有		
バス駐車場	集合場所次第		普通車駐車場	集合場所次第		
備考	北八ヶ岳ロープウェイ山麓駅 バス10台以上駐車可					

申込先 NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校
☎0266-67-1115 FAX.0266-67-1116
茅野市北山5513-341 茅野市千駄刈自然学校内
http://www.tyins.or.jp 営業時間/9:00～17:00(5月～10月)10:00～15:00(11月～4月)、火・水休(予約日は営業)

2 北八ヶ岳で雪の森遊び
スノー体験各種 約50分

冬の森体験・自然観察
(スノーシュー、アニマルトラッキング、かまくら作り、雪合戦、ソリなど)

標高1,800mの森で雪を体感。グ
ループ別雪像コンテスト、雪合戦、ソ
リ、スノーシューを履いて森を散策。
動物の足跡や痕跡を辿るアニマル
トラッキングで野生動物の森の生活を
体感する冬山体験プログラムです。



スノーシューを履いて森散策

天候	  	時期	   
受付時期	12月下旬～3月 積雪期	対象学年	幼～大人
体験時間	60分～120分	体験場所	千駄刈の森
受入可能人数	10名～200名	料金(一人あたり)	600円～2,500円
休業日	なし(要予約)	トイレの有無	有
バス駐車場	5台(チェーン必要)	普通車駐車場	20台
備考	かまくら内で楽しめるお汁粉300、焼餅100(1個)おでん700、ほか。スノーシューレンタル1足1,000(半日)トイレ有(女2、男1)		

申込先 NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校
☎0266-67-1115 FAX.0266-67-1116
茅野市北山5513-341 茅野市千駄刈自然学校内
http://www.tyins.or.jp 営業時間/9:00～17:00(5月～10月)10:00～15:00(11月～4月)火・水休(予約日は営業)

5 半日体験コース(午前)
パラグライダースクール 約40分

爽やかな白樺湖でスカイスポーツを
楽しみましょう!

「空を飛ぶたい」という夢がかな
えられるスカイスポーツのひと
つ、パラグライダーは誰もが一度
はやってみたいと思うスポーツ。
基本的な飛行理論を学んで、
低空飛行操縦を楽しめます。



白樺湖でフライト♪

天候	  	時期	   
受付時期	4月～10月	対象学年	小学校中学年以上～
体験時間	約2時間半	体験場所	夕月ヶ丘 しらかば2in1エリア
受入可能人数	1名～50名	料金(一人あたり)	5,250円
休業日	不定期	トイレの有無	有
バス駐車場	2台	普通車駐車場	20台
備考	長袖、長ズボン、軍手、運動靴を持参してください。		

申込先 白樺湖スカイウェイパラグライダースクール
☎0266-68-2166 FAX.0266-68-2167
〒391-0301 茅野市白樺湖3419
http://www.skyway-parasch.com 営業時間/9:00～12:00


6 白樺湖ネイチャーカヌーツアー
カヌー体験 約40分

穏やかな湖で爽やかな風を受け
アドベンチャー・カヌー

インストラクターによるレッスン・
ガイドツアー。流れ込む源流の
冷たさ、おいしい天然水の湧く
スポットへ上陸体験。水中鳥
居の神社など、お楽しみいっ
ぱいの2時間コース。



誰でもあつという間に上達!

天候	   	時期	   
受付時期	4月～11月	対象学年	小学生1年生以上～
体験時間	120分～150分	体験場所	白樺湖
受入可能人数	2名～45名	料金(一人あたり)	4,000円
休業日	なし	トイレの有無	有
バス駐車場	2台	普通車駐車場	10台
備考			

申込先 白樺湖カヌースクール
☎0266-68-1007 FAX.0266-68-1008
茅野市北山3419
http://sirakabako.jp 営業時間/9:00～17:00



3 新しい感動がいっぱい
乗馬体験 約40分

大自然の中、乗馬にチャレンジ!!

引き馬、レッスン、レッスン&外
乗など、初心者でも楽しめる豊
富なメニューを御用意していま
す。馬と触れ合ったり、コミュニ
ケーションをとる面白さを是非、
体験してみてください。



外乗りでハイチーズ♪

天候	   	時期	春	夏	秋	冬
受 付 時 期	通年	対 象 学 年	引き馬は3才頃～、レッスン外乗は 小学1年生以上、身長120cm以上～			
体 験 時 間	5分～60分	体 験 場 所	ホープロッジ内			
受入可能人数	1名～40名	料金(一人あたり)	1,000円～8,500円			
休 業 日	なし	トイレの有無	有			
バス駐車場	2台	普通車駐車場	15台			
備 考	全天候対応の屋根付馬場完備					

申込先 ホープロッジ・ホープ乗馬牧場
☎0266-68-2017 FAX.0266-68-2561
長野県茅野市北山3419-1
http://www.lcv.ne.jp/~hope2017/ 営業時間/9:00～17:00

4 学校団体向け
富士見パノラマリゾート体験マウンテンバイク教室 約10分

大自然に広がるMTBフィールド、
富士見パノラマリゾート

「マウンテンバイクの聖地」富
士見パノラマリゾートで、誰で
も楽しめる体験メニューをご用
意。自然の中で爽快感を味わ
えます。



MTBで疾走!

天候	  	時期	   	
受 付 時 期	4月後半～11月上旬まで		対 象 学 年	中学生以上
体 験 時 間	2時間、4時間		体 験 場 所	富士見パノラマリゾート周辺
受入可能人数	20名まで		料金(一人あたり)	2時間:5000円 4時間:8000円
休 業 日	毎週火曜日		トイレの有無	有
バス駐車場	20台		普通車駐車場	1000台
備 考	インストラクター代/レンタルMTB/ヘルメット/プロテクター(肘・膝) ゴンドラ往復(4時間のみ)は上記料金に含まれます。(別途保険代:300円任意)			

申込先 富士見パノラマリゾート
☎0266-62-5666 FAX.0266-62-6600
諏訪郡富士見町富士見6666-703
http://www.fujimipanorama.com 営業時間/9:00～16:00

体験施設がいっぱい
ファミリー牧場アウトドア体験 約45分

自然とふれあうことで子供はより大きく成長します。

鷹山ファミリー牧場
☎0268-69-0550 FAX.0268-69-0570
小県郡長和町大門3582
http://www.famiboku.jp/ 営業時間/9:00～17:00








7 感動・最高が盛りだくさん!
乗馬体験

大きな馬に乗って見る景色は最高!

スタッフによる引き乗馬体験で
す。大きな馬に乗って観る景
色も最高で、爽快な気分にな
れます。引き馬の他に係員に
よる乗馬のレッスンもあります。



体験風景

天候	  	時期	   
受付時期	4月中旬～11月上旬	対象学年	小学生～
体験時間	3分～5分	体験場所	鷹山ファミリー牧場内
受入可能人数	40名/30分	料金(一人あたり)	577円
休業日	不定休	トイレの有無	有
バス駐車場	30台	普通車駐車場	120台
備 考			

8 夏には涼しい川遊び
魚のつかみどり

さあ魚のつかみどりのスタートです!

施設内の専用河川にニジ
マスを放流!つかんだ魚は係
員が美味しく焼き上げます。
自分でとった魚の味は格別
ですよ。



体験風景

天候	   	時期	春	夏	秋	冬
受付時期	4月中旬～11月上旬		対象学年 小学生～			
体験時間	30分～60分		体験場所 鷹山ファミリー牧場内専用河川			
受入可能人数	100名まで		料金(一人あたり) 525円			
休業日	不定休		トイレの有無 有			
バス駐車場	30台		普通車駐車場 120台			
備 考						

9 コース内を駆け抜けろ!
四輪バギー体験

さあ運転してみよう!

施設内の草原に専用のコース
を設置しました。そこで皆さんに
実際に運転してもらいます。ス
ロットルを調整してありますので、
安全に楽しく運転が出来ます。



体験風景

天候	  	時期	   
受付時期	4月中旬～11月上旬	対象学年	小学生・中学生～
体験時間	30分～60分	体験場所	鷹山ファミリー牧場内専用コース
受入可能人数	40名まで	料金(一人あたり)	525円
休業日	不定休	トイレの有無	有
バス駐車場	30台	普通車駐車場	120台
備考			

10 車山高原で満天の星空
星空とお散歩ツアー 約40分

「星ってこんなにあったんだ!」
心の動く、大自然プラネタリウム

日中は高原に広がる色とりどりの花々。陽が落ちると、今度は吸い込まれそうな夜空に煌く星たち。いつまでも見ていたい空の下、星空観測に出かけましょう。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	4月下旬～10月下旬まで	対象学年	小学生以上
体験時間	約1時間半	体験場所	宿泊施設もしくは車山ビジターセンター
受入可能人数	会場次第(要相談)	料金(一人あたり)	600～800円
休業日	なし(要予約)	トイレの有無	有
バス駐車場	集合場所次第	普通車駐車場	集合場所次第
備考	悪天候の場合は室内でのプラネタリウム観賞他		

申込先 車山ビジターセンター
☎0266-68-2626 FAX.0266-68-2360
茅野市北山3413
http://www.kurumayama.com/ 営業時間/8:30～17:00

11 車山高原の自然を体感
自然体験トレッキング 約40分

自然を丸ごと体感しよう!
歩きながら、見る、聞く、触る、感じる、考える

四季折々の自然を、ガイドと歩きながら体感しましょう!自然の中で1人1人が感じた事を大切に。自然をより身近に感じ、楽しむ手助けを致します。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	4月下旬～11月上旬	対象学年	小学生以上
体験時間	3時間～5時間	体験場所	車山、霧ヶ峰、八島湿原、美ヶ原、蓼科山、北八ヶ岳
受入可能人数	限定なし(要相談)	料金(一人あたり)	ガイド1名(3時間以内1万円・5時間以内2万円)
休業日	なし(要予約)	トイレの有無	有
バス駐車場	集合場所次第	普通車駐車場	集合場所次第
備考	冬は要相談		

申込先 車山ビジターセンター
☎0266-68-2626 FAX.0266-68-2360
茅野市北山3413
http://www.kurumayama.com/ 営業時間/8:30～17:00

14 森林環境教育、森遊び
森林体験(観察、間伐等) 約50分

森を育てる

八ヶ岳の森を体感しながら自分の目で森や樹木のしぐみに気づこう!標高1800mの森で丸太切りや枝切りなどの林業の作業や間伐見学を通じて、森と人との関わりを知ろう!



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	5月～10月	対象学年	小4～高校
体験時間	60分～120分	体験場所	千駄刈の森
受入可能人数	10名～200名	料金(一人あたり)	1,000円～
休業日	なし(要予約)	トイレの有無	有
バス駐車場	7台	普通車駐車場	50台
備考			

申込先 NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校
☎0266-67-1115 FAX.0266-67-1116
茅野市北山5513-341 茅野市千駄刈自然学校内
http://www.tyins.or.jp 営業時間/9:00～17:00(5月～10月10:00～15:00(11月～4月休 木休(予約日は営業))

15 総合学習・社会・理科に最適
スコアオリエンテーリング 約50分

ロゲイニング方式で、標高1800mの森内のポイントを得る野外学習プログラム

全員が同時スタート可能なスコアオリエンテーリング。滞在時間に合わせてゲーム時間を設定でき、時間内に得られた得点をグループで競います。地図読みとコンパスの使用による情報処理能力・自然内での判断能力、グループ内のコミュニケーション能力などを培います。千駄刈の森内に日本オリエンテーリング協会公認4コース(初級・中級・上級・冒険)設置。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	5月～11月	対象学年	小学生・中学生・高校生・大学生
体験時間	120分～180分	体験場所	千駄刈の森・白峰路・蓼科中央高原
受入可能人数	300名	料金(一人あたり)	600円、地図1枚200円、シタリコンパス1枚200円(グループに1個)
休業日	なし(要予約)	トイレの有無	有
バス駐車場	7台	普通車駐車場	50台
備考	学年・人数に応じたオリジナルコース設定可能。応相談		

申込先 NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校
☎0266-67-1115 FAX.0266-67-1116
茅野市北山5513-341 茅野市千駄刈自然学校内
http://www.tyins.or.jp 営業時間/9:00～17:00(5月～10月) 10:00～15:00(11月～4月)

12 ポニーがいっぱい
森の中の馬牧場体験 約20分

馬の足は何指?
先ず馬に触ってみよう。

エサやり・馬小屋掃除・馬の手入れ・乗馬での簡単な操作などを、年齢・経験に合わせて体験します。雨天・積雪時の屋内練習場(20m×40m)・敷地内に林道(500m)もあります。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	通年	対象学年	小学生・中学生
体験時間	60～180分	体験場所	蓼科ポニー牧場
受入可能人数	5名～20名	料金(一人あたり)	2000円～6000円
休業日	なし	トイレの有無	有
バス駐車場	2台	普通車駐車場	15台
備考			

申込先 公益財団法人ハーモニセンター 蓼科ポニー牧場
☎0266-76-2813 FAX.0266-76-6128
茅野市豊平字東嶽4734
http://www.tpb.jp/ 営業時間/8:30～17:00

13 自然を体験、環境教育に最適
自然観察、ガイドウォーク 約50分

蓼科・北八ヶ岳で
環境学習・自然観察

四季を通じて様々な変化を見せる蓼科・八ヶ岳の大自然。比較的 안전한コースなので、植物・動物・野鳥・昆虫・気象・地質・森林体験などのテーマで環境学習が実施できます。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	通年	対象学年	小学生～高校生
体験時間	1時間～3時間	体験場所	車山、蓼科山、北八ヶ岳、千駄刈の森
受入可能人数	10名～200名	料金(一人あたり)	ガイド1名 ¥5,000/H～
休業日	無(要予約)	トイレの有無	各開催場所駐車場付近に有(要確認)
バス駐車場	集合場所次第	普通車駐車場	集合場所次第
備考	蓼科八ヶ岳国際自然学校、観光バス5台程度駐車可能 車山・ピラタスロープウェイ駅、観光バス駐車可能		

申込先 NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校
☎0266-67-1115 FAX.0266-67-1116
茅野市北山5513-341 営業時間/9:00～17:00(5月～10月) 10:00～15:00(11月～4月) 休 木休 予約日営業

16 里山とふれあえる、里山づくりを体験できる
里山体験 約30分

ここは里山とふれあえる場所「市民の森」

遊歩道の散策、森林整備体験、炭焼き体験、野鳥の巣箱づくりなど自然とふれあい里山づくりを体験できる森です。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	4月1日～11月14日	対象学年	小学生以上
体験時間	150分	体験場所	市民の森
受入可能人数	10名～120名	料金(一人あたり)	インストラクター代・材料費別途
休業日	期間内は無休	トイレの有無	有
バス駐車場	5台	普通車駐車場	40台
備考	キャンプ、BBQは出来ません。また山菜、きのこ以外の植物は採らないで下さい。		

申込先 茅野市役所生活環境課
☎0266-72-2101 FAX.0266-82-0234
茅野市塚原2-6-1
http://www.city.chino.lg.jp/ 営業時間/8:30～17:00

17 電気がなくても炊けるかな?
飯盒炊飯 約30分

森を育て、
環境を守る意味を知ろう!

農林業はいのちを育み、人間生活の根源となる食料の生産、住環境を担う重要な産業です。いのちの尊さ、農林業の魅力や八ヶ岳山麓の大自然の中で体験してください。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	4月～11月上旬	対象学年	小学生・高学年～高校生
体験時間	半日コース2時間半、一日コース5時間	体験場所	八ヶ岳中央農業実践大学校内
受入可能人数	20名～200名程度	料金(一人あたり)	半日コース1,500円～2,300円、一日コース2,800円～3,600円
休業日	木曜日(対応相談可)、日曜日	トイレの有無	有
バス駐車場	6～7台	普通車駐車場	30台
備考	対象は小(高学年)・中高年生		

申込先 八ヶ岳中央農業実践大学校
☎0266-74-2111 FAX.0266-74-2382
諏訪郡原村17217-118
http://www.yatsunou.jp 営業時間/9:00～17:30

爽やかな風の中で学ぶ「食」と「農」 農業体験 Program

育てる楽しさ、収穫の喜び
農業が身近な存在に

茅野市は、美しく雄大な自然に恵まれ、その豊かな風土を生かした特色ある農業や観光業を中心に発展してきました。近年、旅行の形態は単なる周遊型から、訪れた土地で地元の人々と交流しながら作業をする体験型への広がりを見せており、自然志向も高まっています。茅野市では、八ヶ岳連峰から蓼科山、車山が一望できる自然環境の中で、「食」と「農」について学び、ジャガイモ、トマト、スイートコーンなどの収穫体験を行い、農業と観光が一体となった新たな価値の創造を目指しています。

農業体験

農村体験

生きる力を実感、
人と自然とのかかわりを学ぶ

農村での体験は、人々にたくさんの「きっかけ」を与えてくれます。農業は、体全体を通じて知性、感性に働きかけ、それぞれの世界を広げてくれます。農業には人が生きていくために必要なさまざまな要素があるからです。それらは、互いに結び付いて地域社会が成り立っています。時間と空間を共有することで、人は自発性と柔軟性を育て、農作物の栽培や動物と接することで、命を尊ぶ心が養われます。農村体験を通して私たちは多くのことを学ぶことができるのです。



ジャガイモの収穫体験

おもしろ案内人 北澤 幸男 さん

プロフィール | 1940年茅野市生、O型工科系を経て自然科学に興味を持つ、蓼科・八ヶ岳国際自然学校の事務局長を経て現在に至る。

将来を担う子供達に野菜・米づくり等を通じ衣食住の食について、生産の喜怒哀楽、茅野市の森羅万象の素晴らしさを教え眼の輝ける子等に育てたい。



ワクワク農業体験
魅力体験・農業体験 ちの

諏訪インターより車で

約30分

茅野市農業と観光推進協議会
☎0266-77-3255 (受付時間 10:00~15:00)
FAX.0266-77-3256
茅野市北山4351 旧北山ライオンセンター内
http://www.tateshinakougen.gr.jp/farmstead/ 営業時間/応相談

収穫した野菜が今日の晩ご飯!

高原浴の郷で農業体験。大自然の爽やかな風とともに農と旬を学ぶ

18 高原浴の郷で農業体験 体験学習

近年「食」への安全性が話題になっています。野菜作りに最適な気候の蓼科高原を舞台に自然とふれあい、自分たちで、実際に収穫作業を体験してみてください。



体験風景

天気 ☀️ ☂️ ☁️ ❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期	5月下旬～9月下旬	対象学年	小学生～高校生
体験時間	30分～180分	体験場所	各収穫畑(茅野市北山)
受入可能人数	300名まで可能(応相談)	料金(一人あたり)	700円～1,500円
休業日	不定休	トイレの有無	なし
バス駐車場	3台	普通車駐車場	15台
備考	収穫時期は気候などにより、多少変動がありますので、事前にお問い合わせをお願いします。		

体験学習(小・中・高生対象)

2012年2月現在

種 別	時 期	料 金	備 考
ジャガイモ収穫	7月下旬～9月上旬	1,500円	お持ち帰り5.0kg
スイートコーン収穫	8月上旬～9月下旬	1,500円	お持ち帰り10本
田んぼ体験(田植え)	5月20日前後1週間	1,500円	秋に米を1人5合別送(4月末まで受付)
そばの播種体験	7月下旬	700円	(5月末まで受付) ※中・高生以上

希望日の14日前までご予約ください。

※収穫時期は気候などにより、多少変動がありますので、事前にお問い合わせをお願いします。

19 収穫体験

ご家族や小グループの方にも、蓼科高原の冷涼な気候が育んだトマトやジャガイモ、スイートコーンの収穫を体験いただけます。



収穫体験

天気 ☀️ ☂️ ☁️ ❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期	7月下旬～9月下旬	対象学年	家族向け
体験時間	30分～60分	体験場所	各収穫畑(茅野市北山)
受入可能人数	1名～100名	料金(一人あたり)	1,500円
休業日	不定休	トイレの有無	なし
バス駐車場	3台	普通車駐車場	15台
備考	収穫時期は気候などにより、多少変動がありますので、事前にお問い合わせをお願いします。		

収穫体験(家族・一般対象)

2012年2月現在

種 別	時 期	料 金	備 考
ジャガイモ収穫	7月下旬～9月上旬	1,500円	お持ち帰り5.0kg
トマト収穫	7月上旬～9月下旬	1,500円	お持ち帰り3.0kg
スイートコーン収穫	7月下旬～9月下旬	1,500円	お持ち帰り10本

希望日の前々日までご予約ください。

※収穫時期は気候などにより、多少変動がありますので、事前にお問い合わせをお願いします。

20

ありのままの日常生活を体験しましょう。
農村体験
人と自然、人と食(農)、人と人との関係の大切さを再認識し学ぶ体験です。

諏訪インターより車で
約**30分**

申込先

ほっとステイちの
☎0266-77-3780 FAX.0266-77-2919
茅野市北山8520 E-mail hotstay-chino@live.jp
http://www.lcv.ne.jp/~itozai/ 営業時間/9:30~15:30

現代の日本が忘れつつある「心と心のつながり」の良さを学べる体験があります。

生活体験

農村の日常生活を体験しよう!

受け入れ家庭のお茶の間で、挨拶や自己紹介をしながら、少人数での濃密な交流が体験できます。生活体験では、車もTVも携帯電話もない学生時代を過ごした祖父母世代との会話から、今まで感じたことのない日本のよさを感じることができます。



受け入れ家庭での団らん

農業体験

働きながら色々な事を学ぼう!

子供たちは、その日行う農作業を手伝いながら、村民との心の触れ合いができます。また、村民の苦労話や貴重な人生経験を聞き、農村の現実を直接体感します。農業体験では、意のままにならない自然相手の農業の苦労を知り、自然の厳しさや人と人との助け合いの大切さを知り、人を思いやる心を育みます。



農作業風景

自然体験(周辺散策)

自然と触れ合おう!

子供たちは、田畑や山川に出て、農業と自然が溢れる環境の中で、子供達が本来持っている感受性が純真な形で発露します。そこには「自然の素晴らしさ」や心躍る新鮮な発見があるでしょう。自然体験では、日本の緑豊かな農村風景は、「日本人の心」を育てた原点をみることができます。



水や空気の大切さを改めて実感

スケジュール

9:30~10:00	バスで受け入れ家庭に入り、自己紹介と予定の確認。
10:00~12:00	畑仕事や田んぼの仕事など受け入れ家庭の仕事を手伝います。
12:00~13:00	昼食
13:00~15:00	農村を散歩し地域の文化財や昆虫、植物などさまざまなものにふれあうことができます。
15:00~15:30	受け入れ家庭の方と反省会
15:30~16:00	集合場所へ

※スケジュールは受け入れ家庭によって体験内容は異なります。
雨天の場合でも家の中で様々なことが体験できます。

天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	通年	対象学年	小学校高学年~高校生
体験時間	6時間	体験場所	蓼科高原八ヶ岳山麓の農村地域
受入可能人数	~360名 (1軒あたり5~6名)	料金(一人あたり)	3,150円
休業日	不定休	トイレの有無	有
バス駐車場	8台	普通車駐車場	80台
備考	地区により受け入れが出来ない日があります		

1か所で様々な体験にチャレンジ!
農業体験
酪農・養鶏・農業など自然を相手にする楽しさ

諏訪インターより車で
約**30分**

申込先

ハケ岳中央農業実践大学校
☎0266-74-2111 FAX.0266-74-2382
諏訪郡原村17217-118
http://www.yatsunou.jp 営業時間/9:00~17:30

酪農・養鶏・農業などを1ヵ所で体験できます。

21 酪農体験

牛の大きさ、えさの食べ方等肌で体感!

牛の手入れ(ブラッシング)・牛舎の清掃(糞出し・敷きわら出し)・乳しほり体験を通し、生命の尊さを知りましょう。



牛の世話

天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	4月~11月上旬	対象学年	小学生高学年~高校生
体験時間	半日コース2時間半 一日コース5時間	体験場所	八ヶ岳中央農業実践大学校内
受入可能人数	30名程度	料金(一人あたり)	半日コース1,500円~2,300円 一日コース2,800円~3,600円
休業日	木曜日(対応相談可)、日曜日	トイレの有無	有
バス駐車場	6~7台	普通車駐車場	30台
備考	対象は小(高学年)中高年生		

22 養鶏体験

鶏の世話や卵の収穫を通し、鶏とふれあう!

・集卵(平飼の産卵箱から卵を集める)・選卵(集卵した卵を割れているもの、汚れているものに分ける)・鶏舎の清掃(かなりクサイですが汚ぼんしてやりましょう)



生まれたての卵に感動

天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	4月~11月上旬	対象学年	小学生高学年~高校生
体験時間	半日コース2時間半 一日コース5時間	体験場所	八ヶ岳中央農業実践大学校内
受入可能人数	20名程度	料金(一人あたり)	半日コース1,500円~2,300円 一日コース2,800円~3,600円
休業日	木曜日(対応相談可)、日曜日	トイレの有無	有
バス駐車場	6~7台	普通車駐車場	30台
備考	対象は小(高学年)中高年生		

23 野菜体験

野菜に関する知識を深める!

タネまき・間引き・草とり・収穫。わたしたちが、スーパーやデパートで買っている野菜。いかに大変な作業の中で作られているのかを体験しましょう。



自然相手の農業に挑戦!

天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	4月~11月上旬	対象学年	小学生高学年~高校生
体験時間	半日コース2時間半 一日コース5時間	体験場所	八ヶ岳中央農業実践大学校内
受入可能人数	30名程度	料金(一人あたり)	半日コース1,500円~2,300円 一日コース2,800円~3,600円
休業日	木曜日(対応相談可)、日曜日	トイレの有無	有
バス駐車場	6~7台	普通車駐車場	30台
備考	対象は小(高学年)中高年生		

24 炭焼き体験

森を育て、環境を守る意味を知ろう!

森を育てる意味で、炭焼きの持つ意味は大切です。炭焼きの原理を知り、環境を守る意味を勉強しましょう。



いい炭ができるかな?

天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	4月~11月上旬	対象学年	小学生高学年~高校生
体験時間	半日コース2時間半 一日コース5時間	体験場所	八ヶ岳中央農業実践大学校内
受入可能人数	30名程度	料金(一人あたり)	半日コース1,500円~2,300円 一日コース2,800円~3,600円
休業日	木曜日(対応相談可)、日曜日	トイレの有無	有
バス駐車場	6~7台	普通車駐車場	30台
備考	対象は小(高学年)中高年生		

25 米作りは楽しい
田植え体験

諏訪インターより車で
約20分

地元の農家の方のお話を聞きながら、
田植え作業を体験しお米の大切さを学びます。

実習田の中には小川があり、
汚れた手足を洗うことができま
す。場所は茅野市米沢、地名
の通り非常にお米とはゆかりの
あるところ。収穫米はお一
人一合学校へお届けします。



天候 ☀️ ☔ ☁️ ❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期	5月中旬～6月上旬	対象学年	小学校高学年から
体験時間	60分～90分	体験場所	茅野市米沢
受入可能人数	40名～200名	料金(一人あたり)	1,155円～2,100円
休業日	火曜日(但し団体様の場合 火曜日予約可)8月は無休です。	トイレの有無	有
バス駐車場	5台	普通車駐車場	なし
備考	駐車場の都合で200名を超える団体様の場合午前・午後と2班に分けて実施いただけるようお願いします。簡易トイレ用意されています。		

申込先 体験学習館・ルミエール
☎0267-55-6246 FAX.0267-55-6564
北佐久郡立科町芦田八ヶ野2030
http://www.2in1-lumiere.jp/ 営業時間/9:00～16:00

26 牛とのふれあいを体験
乳搾り

諏訪インターより車で
約45分

牛の乳搾りに挑戦!

機械ではなく、実際に手で乳
搾りを行います。乳搾りを通し
て乳牛の性質を知ることが出
来ます。搾った牛乳は最後に
試飲できます。



天候 ☀️ ☔ ☁️ ❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期	4月中旬～11月上旬	対象学年	小学生～
体験時間	40分～120分	体験場所	鷹山ファミリー牧場内
受入可能人数	80名まで	料金(一人あたり)	420円
休業日	不定休	トイレの有無	有
バス駐車場	30台	普通車駐車場	120台
備考	搾った牛乳は最後に試飲できます。		

申込先 鷹山ファミリー牧場
☎0268-69-0550 FAX.0268-69-0570
小県郡長和町大門3582
http://www.famiboku.jp/ 営業時間/9:00～17:00

27 ファームステイの醍醐味
農業体験各種

諏訪インターより車で
約45分

野菜作りの楽しさを実感!

農作業に使用するトラクターに
乗車したり、高原野菜の植え
付けやいちご狩り等本格的な
農作業を体験、モノ作りの楽し
さ・大変さを学べます。



天候 ☀️ ☔ ☁️ ❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期	4月中旬～11月上旬	対象学年	小学生～
体験時間	180分～360分	体験場所	鷹山ファミリー牧場内
受入可能人数	40～360名	料金(一人あたり)	1,050円～2,100円
休業日	不定休	トイレの有無	有
バス駐車場	30台	普通車駐車場	120台
備考			

申込先 鷹山ファミリー牧場
☎0268-69-0550 FAX.0268-69-0570
小県郡長和町大門3582
http://www.famiboku.jp/ 営業時間/9:00～17:00

受け継がれてきた技に触れる

工芸クラフト体験 Program

ノコギリ製造の伝統が息づく
工芸の郷・茅野市

切れ味の良さと全国に名を馳せる茅野市の「ノコギリ」。伝統の技が光る茅野市のノコギリ製造は江戸時代に始まりました。文化年間に江戸の名鋸鍛冶であった藤井甚九郎が移り住み、ノコギリ製造が盛んになったということです。その後、茅野はノコギリ製造の本場となり、昭和57年には長野県伝統工芸品に指定されました。こうした背景もあって、茅野市では各種の工芸が盛んに行われていて、木工芸や陶芸、革細工などを楽しむことができます。

八ヶ岳総合博物館

自然素材で楽しむ工芸

木に触れ土に触れる
工芸体験

森に入ればクラフトの素材がいっぱい。松ぼっくり、小枝、伐採された木の幹などを自由な発想で使ってみましょう。自分だけのオリジナル作品が作れます。木工体験は、森を育て里山の環境を守ることの大切さを実感することにもつながります。自然の素材の優しさに触れるのは陶芸体験も同じこと。土に触れ、自然に触れて作り上げた作品には愛着がこもることでしょう。この他にも革細工や壁掛けなど、ユニークな作品が作れる工房が沢山あります。手作りの楽しさを味わってください。



皆で楽しく作れます

おもしろ案内人

イラストレーター・造形作家
どろ(川田 かずひろ)さん

プロフィール | 1996年ねん土体験工房どろんこ開店

ねん土遊びはものづくりの原点。夢中のあとの達成感と笑顔がスタッフの喜びです。土器だけでなく自由な形を土管や土鈴といったからくりも楽しめるのは全国でどろんこだけ。諏訪地方なら出張体験も可。縄文発祥の地ということで野焼き調に焼いて後日宅配。めちゃイケメンバーもやってきて体験!



自然の豊かさへの気づき、五感を育む!
クラフト体験
自分で工夫してオリジナル作品を作ろう!

諏訪インターより車で
約**50分**
申込先

NPO 蓼科・八ヶ岳国際自然学校
☎0266-67-1115 FAX.0266-67-1116
茅野市北山5513-341 茅野市千駄刈自然学校内
http://www.tyins.or.jp 営業時間/9:00~17:00(5月~10月/10:00~15:00)11月~4月/火・木休(予約日は営業)

28

自然素材で自分流にデザインしよう
木工壁掛け

森で松ぼっくりや木の実など素材を探して、自分のオリジナルデザインで壁掛けや木の枝で名前を入れたルームプレートを作ろう!

**木工体験**

天候 ☀️☔️☁️❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期 通年	対象学年 小1~高校
体験時間 60分~120分	体験場所 茅野市千駄刈自然学校または10名以上は宿泊施設に outward
受入可能人数 ~30名(※自然学校内) 10名~100名程度(出向)	料金(一人あたり) 800円~
休業日 無し(要予約)	トイレの有無 有
バス駐車場 15台以上	普通車駐車場 50台
備 考	

29

革を使ってオリジナル作品を作ろう
革細工

ネームタグやペンケースやブックカバーなど、自分で革の感触を確かめながら切ったり穴をあけたり、いろいろ工夫してオリジナル作ってみよう!

**レザークラフト**

天候 ☀️☔️☁️❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期 通年	対象学年 小1~高校
体験時間 60分~120分	体験場所 茅野市千駄刈自然学校または10名以上は宿泊施設に outward
受入可能人数 ~30名(※自然学校内) 10名~100名程度(出向)	料金(一人あたり) 700円~
休業日 無し(要予約)	トイレの有無 有
バス駐車場 15台以上	普通車駐車場 50台
備 考	

30

自然木で鳥の囀りを体験
バードコール

千駄刈の森では野鳥が囀り、その姿も多く見られます。自然木を使ったひとつだけしかないオリジナルバードコールを作って、自分の名前や日付を入れて八ヶ岳の記念にしよう。

**バードコール**

天候 ☀️☔️☁️❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期 通年	対象学年 小1~高校
体験時間 60分~120分	体験場所 茅野市千駄刈自然学校または10名以上は宿泊施設に outward
受入可能人数 ~30名(※自然学校内) 10名~100名程度(出向)	料金(一人あたり) 700円
休業日 無し(要予約)	トイレの有無 有
バス駐車場 15台以上	普通車駐車場 50台
備 考	

美しさを自分の手でつくり出してみませんか。
創造する楽しさを実感
暮らしを彩る工芸品は、心に残る思い出になることでしょう。

諏訪インターより車で
約**50分**
申込先

体験学習館・ルミエール
☎0267-55-6246 FAX.0267-55-6564
北佐久郡立科町芦田八ヶ野2030
http://www.2in1-lumiere.jp/ 営業時間/9:00~16:00

33

白樺での思い出を描いてみませんか?
クラフト・白樺絵付け教室

県木白樺の木を使ってクラフトや絵付けを楽しみます。

白樺の木のポストカードやコースター、コケシなど用意されています。またバードコールは木部と金属部の摩擦で小鳥の鳴き声を出します。削ったり色を付けたりして作業していただきます。

**バードコールと白樺絵付け**

天候 ☀️☔️☁️❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期 4月中旬~11月上旬	対象学年 小学校低学年から
体験時間 60分~90分	体験場所 ルミエール館内
受入可能人数 250名まで	料金(一人あたり) 525円~1,155円
休業日 火曜日(但し団体様の場合火曜日予約可)8月は無休です。	トイレの有無 有
バス駐車場 20台以上	普通車駐車場 100台
備 考	

34

粘土を使って自分だけのオリジナルを
陶芸教室

手捻りコース自然の素材に触れ感性で形を作り出します。

手捻りコースと絵付けコースがあります。手捻りは焼き上がりまで二か月程時間をいただきます。

**作品は3色から指定できます**

天候 ☀️☔️☁️❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期 4月中旬~11月上旬	対象学年 小学校高学年から
体験時間 90分~120分	体験場所 ルミエール館内
受入可能人数 40名~200名	料金(一人あたり) 840円~1,575円
休業日 火曜日(但し団体様の場合火曜日予約可)8月は無休です。	トイレの有無 有
バス駐車場 20台以上	普通車駐車場 100台
備 考	

35

自分らしさを表現
革細工

革生地に好きな文字や模様を刻印してオリジナルの作品を作ります。

ストラップ、キーホルダー、コースターなどをご用意しています。刻印は(アルファベット・数字・模様)などがあります。着色後レザーコートを塗って完成です。

**ストラップ完成品**

天候 ☀️☔️☁️❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期 4月中旬~11月上旬	対象学年 小学校高学年から
体験時間 60分~90分	体験場所 ルミエール館内
受入可能人数 150名まで	料金(一人あたり) 530円~1,575円 (商品により金額が異なります)
休業日 火曜日(但し団体様の場合火曜日予約可)8月は無休です。	トイレの有無 有
バス駐車場 20台以上	普通車駐車場 100台
備 考	

自由に作れて楽しいよ
ねん土細工遊び

諏訪インターより車で
約**20分**

工房広々で伸び伸び なんと出前体験も!

体験施設の元祖、開設18年です。粘土は無機質、ばっくなく!中が空洞なら創作自由。後日野焼き調に焼かれて届くとちょー感動。11名様以上なら曜日時間を問わず予約受付、出前のサービス可。

**みんな夢中になって作っています**

天候 ☀️☔️☁️❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期 4月~11月	対象学年 小学生~大人まで
体験時間 30分~90分	体験場所 どろんこ工房内※
受入可能人数 1名~100名	料金(一人あたり) 1,500円~3,000円
休業日 不定休(夏無休)	トイレの有無 有
バス駐車場 2台	普通車駐車場 15台
備 考	※修学旅行等の団体はスタッフが宿泊施設へ材料持参で出前。こんな便利で有意義な体験ができるのは県内でどろんこだけ。

申込先

ねん土体験工房どろんこ
☎0266-79-7787 ☎090-9660-2226(代表者番号)
FAX.0266-73-0066
茅野市泉野7980
http://doronko.bee.jp 営業時間/9:00~16:00

蓼科の山のやきものづくり
陶芸体験

諏訪インターより車で
約**40分**

蓼科山麓の白樺林の中の静かな工房で「自然に触れる」「土に触れる」...。地元、蓼科の山土で作る陶芸体験です。地元で活動する作家達が丁寧に指導します。自然の素材の優しさに触れて見て下さい。

**白樺林の中の工房でろくろを回す...**

天候 ☀️☔️☁️❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期 通年	対象学年 3歳位から
体験時間 約60分~約90分	体験場所 工房
受入可能人数 50名位	料金(一人あたり) 1,350円~
休業日 4月~10月火曜日定休、7月8月無休 11月~3月火曜日定休	トイレの有無 有
バス駐車場 2台	普通車駐車場 30台
備 考	

申込先

蓼科クラフトヴィレッジ 陶芸工房 陶仙房
☎0267-55-7500 FAX.0267-55-7508
北佐久郡立科町八ヶ野1443
http://www2.ocn.ne.jp/~tosenbo/ 営業時間/9:00~17:00(4月~10月)
10:00~16:00(11月~3月)

カンタンで可愛い
水風船で作るキャンドル

諏訪インターより車で
約**50分**

水風船を利用して
可愛いキャンドルを作ります

溶けた蠟の中に何度も入れたり出したり繰り返すと表面に蠟が付着し次第に厚みが増えてきます。途中葉っぱなどの素材を付けて飾りを付けます。最後に水風船を割り中の水を出します。中心に小さなロウソクを立てるとオリジナルの可愛いキャンドルが完成です。

**水に浮かべて楽しむこともできます**

天候 ☀️☔️☁️❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期 4月中旬~11月上旬	対象学年 小学生高学年から
体験時間 60分~90分	体験場所 ルミエール館内
受入可能人数 100名まで	料金(一人あたり) 1,050円
休業日 火曜日(但し団体様の場合火曜日予約可)8月は無休です	トイレの有無 有
バス駐車場 20台以上	普通車駐車場 100台
備 考	

申込先

体験学習館・ルミエール
☎0267-55-6246 FAX.0267-55-6564
北佐久郡立科町芦田八ヶ野2030
http://www.2in1-lumiere.jp/ 営業時間/9:00~16:00

諏訪の伝統工芸を体験
繭玉ランプシェード作り

諏訪インターより車で
約**50分**

繭玉から糸を引出し型に巻き付けて
ランプシェードを作ります。

寒さの厳しい諏訪地方では農業の生産力が低かったため変わる産業として養蚕業が盛んになり、日本でも有数の製糸業の盛んな地域に成長しました。繭1ヶから取れる糸の長さは1000-1500mあります。途中からカラフルな素材を挟み込みます。

**繭玉2ヶ使用して作成します**

天候 ☀️☔️☁️❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期 4月中旬~11月上旬	対象学年 小学生高学年から
体験時間 120分	体験場所 ルミエール館内
受入可能人数 200名まで	料金(一人あたり) 1,365円
休業日 火曜日、8月は無休です	トイレの有無 有
バス駐車場 20台以上	普通車駐車場 100台
備 考	あまり時間が取れない場合は糸巻をしていただき最後の仕上げ(型を固めドライヤーで乾燥させる作業)をごちやうで行い後日発送させていただきます。台・電池等も含みます。

申込先

体験学習館・ルミエール
☎0267-55-6246 FAX.0267-55-6564
北佐久郡立科町芦田八ヶ野2030
http://www.2in1-lumiere.jp/ 営業時間/9:00~16:00

38 自然と対話する
木工体験

諏訪インターより車で
約30分

森を育て、
環境を守る意味を知ろう!

農林業はいのちを育み、人間生活の根源となる食料の生産、住環境を担う重要な産業です。いのちの尊さ、農林業の魅力やハケ岳山麓の大自然の中で体験してください。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	4月～11月上旬	対象学年	小学生高学年～高校生
体験時間	半日コース2時間半、 一日コース5時間	体験場所	ハケ岳中央農業実践大学校内
受入可能人数	30名程度	料金(一人あたり)	半日コース1,500円～2,300円、 一日コース2,800円～3,600円
休業日	木曜日(対応相談可)、日曜日	トイレの有無	有
バス駐車場	6～7台	普通車駐車場	30台
備考	対象は小(高学年)中高校生		

申込先
ハケ岳中央農業実践大学校
☎0266-74-2111 FAX.0266-74-2382
諏訪郡原村17217-118
http://www.yatsunou.jp 営業時間/9:00～5:30

39 自分だけの音の世界
オルゴール作り体験

諏訪インターより車で
約25分

世界に一つだけの音。
あなたの手で作るオルゴール。

650曲の中から好きな曲を選んでメカを組み立て、好みのケースに組み込んだら完成です。2F展示室では毎時30分～古典オルゴールの生演奏。ショップと喫茶室は、入館料不要でお楽しみください。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	通年	対象学年	幼児～大人
体験時間	40分～60分	体験場所	体験工房
受入可能人数	1名～40名	料金(一人あたり)	2,800円～
休業日	毎年2月第1水・木曜日	トイレの有無	有
バス駐車場	4台	普通車駐車場	30台
備考	オルゴール製作体験教室は、毎正時～		

申込先
諏訪湖オルゴール博物館 奏鳴館
☎0266-26-7300 FAX.0266-26-1044
下諏訪町5805
http://www.someikan.com/ 営業時間/9:00～17:30(12月～2月は17:00閉館)

世界にひとつだけの
ガラス製作体験

諏訪インターより車で
約20分

SUWAガラスの里
☎0266-57-2100(予約専用) FAX.0266-57-2010(予約専用)
諏訪市豊田2400-7 営業時間/9:00～17:00(10月～3月)
http://www.garasunosato.com 9:00～18:00(4月～9月)

42 オリジナルアクセサリを作ろう!
トンボ玉製作体験

あなただけのオリジナルとんぼ玉を造りませんか!

ガラス棒をバーナーで溶かしながら模様の入ったガラス玉をつくりアクセサリや携帯ストラップを作ります。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	通年	対象学年	中学生～
体験時間	90分(冷却時間30分を含む)	体験場所	SUWAガラスの里1F 体験会場
受入可能人数	1回1名～8名 ※お時間を頂ければ切替し可能	料金(一人あたり)	1,575円～(キット代別)
休業日	年中無休	トイレの有無	有
バス駐車場	20台	普通車駐車場	220台

備考
団体のお客様の場合予約が必要になります。
会場の状況によりご予約が出来ない場合がございますのでご了承下さい。

43 小さなお子さんでもカンタンに作れる!
ペーパーウエイト製作体験

人気のガラスのペーパーウエイトを造りませんか!

直径8cmの丸いペーパーウエイトにご自分で絵や文字を描いて頂きその上をリユーターで開通体験です。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	通年	対象学年	園児から可能
体験時間	30分～40分	体験場所	SUWAガラスの里1F 体験会場
受入可能人数	1名～80名	料金(一人あたり)	1,575円
休業日	年中無休	トイレの有無	有
バス駐車場	20台	普通車駐車場	220台

備考
団体のお客様の場合予約が必要になります。
会場の状況によりご予約が出来ない場合がございますのでご了承下さい。

44 オリジナルキャンドルを作ろう!
キャンドル製作体験

あなただけのオリジナルキャンドルを作りませんか!

好きな形のガラス、カラフルな砂、何十種類もあるガラス小物(魚、怪獣、フルーツ等)を選び、色鮮やかなキャンドルを作ることができます。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	通年	対象学年	園児から可能
体験時間	60分(冷却時間40分を含む)	体験場所	SUWAガラスの里1F 体験会場
受入可能人数	1名～50名	料金(一人あたり)	1,470円～
休業日	年中無休	トイレの有無	有
バス駐車場	20台	普通車駐車場	220台

備考
団体のお客様の場合予約が必要になります。
会場の状況によりご予約が出来ない場合がございますのでご了承下さい。

40 部品から組み立てができる!
時計づくり体験

諏訪インターより車で
約25分

日本の時計のふるさと・諏訪で
精密の世界にチャレンジ!

工具を使いながら、部品をひとつひとつ組み立てムーブメント(機械体)を完成させていく難しいものから、外装部品のみ組み立ていく簡単なものまで幅広い体験コースがあります。ウオッチとクロックお好きな時計をお選びいただけます。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	通年	対象学年	小学1年生～ (コースにより対象学年あり)
体験時間	20分～3時間	体験場所	諏訪湖時の科学館 儀象堂 時計工房
受入可能人数	1名～50名 (50名以上の場合はご相談ください)	料金(一人あたり)	2,500円～
休業日	12月～2月木曜日	トイレの有無	有
バス駐車場	10台(バス専用P有)	普通車駐車場	12台
備考			

申込先
諏訪湖時の科学館 儀象堂
☎0266-27-0001 FAX.0266-27-1339
諏訪郡下諏訪町3289
http://www.gishodo.jp/ 営業時間/9:00～17:00(12月～2月 9:30～16:30)

41 まゆって面白い!
まゆちゃん工房でシルクのアート体験

岡谷インターより車で
約10分

あなたの作ったまゆ人形を
大切な人にプレゼント!

色の付いたまゆを使って、オリジナルなまゆ人形を作ります。まゆを薄くはかして作るコサージュや可愛い動物などの作品を作ることが出来ます。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	通年	対象学年	小学生3年生以上
体験時間	120分	体験場所	まゆちゃん工房
受入可能人数	8～20名	料金(一人あたり)	1,500円
休業日	毎週月曜日(12/29～1/3休館)	トイレの有無	有
バス駐車場	2台	普通車駐車場	30台
備考	2週間前までに予約して下さい。		

申込先
市立岡谷蚕糸博物館
☎0266-22-5854 FAX.0266-22-5854
岡谷市中央町1-13-17(まゆちゃん工房)
http://www.okaya-museum.jp/ 営業時間/9:00～17:00

45 手づくりだからあたたかい
紙すき体験

諏訪インターより車で
約60分

世界でたった一つの手作りうちわ

自分で紙をすき、着色した和紙繊維を専用ペンを使って絵付けをします。絵・文字・デザイン画等、様々な工夫がいかせます。



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	通年	対象学年	小・中・高・大学生
体験時間	説明から終了まで1～2時間	体験場所	体験館
受入可能人数	最大250名、同時体験可能な大型施設	料金(一人あたり)	個人1,100円、団体1,000円
休業日	毎週月曜日、祭日の場合は翌日	トイレの有無	有
バス駐車場	10台	普通車駐車場	50台
備考	冬期間(11月から3月まで)個人体験は休ませて頂きます。		

申込先
信州立岩和紙の里
☎0268-68-3874 FAX.0268-68-3895
小県郡長和町古町22-1
http://www.furusato@kokuyou.ne.jp 営業時間/9:00～16:00

46 体で感じる和太鼓の響き!
和太鼓体験

岡谷インターより車で
約15分

和太鼓でエクササイズ!

和太鼓のドレミから一曲マスターします。体全体を使って和太鼓を打ちます。和太鼓を無心でドンドコ、気持ちよい汗を流してストレス解消!



天候	☀️☔️☁️❄️	時期	春夏秋冬
受付時期	通年	対象学年	小学生3年生以上
体験時間	60分～180分	体験場所	岡谷太鼓道場鼓鳴館
受入可能人数	8名～20名	料金(一人あたり)	1,500円
休業日	毎週水・金開催	トイレの有無	有
バス駐車場	中型2台	普通車駐車場	20台
備考			

申込先
岡谷太鼓道場鼓鳴館
☎0266-23-4854(岡谷市観光協会) FAX.0266-23-6448
岡谷市成田町1-8-25
http://www.kanko-okaya.jp/?page_id=148#taikenshitai05 営業時間/13:00～16:00

縄文時代のロマンが漂う

歴史体験
Program途切れることのない
人と歴史と自然の絆

縄文時代に豊かな文化が開花したこの地は、歴史学習に最適。茅野市の土中からは、縄文王国の名にふさわしく、八ヶ岳の西側、標高1000m余の緩斜面からは数多くの集落遺跡が発掘されています。尖石遺跡に代表されるそれらの遺跡群は、数千年の時を経て、いにしえの人々の暮らしや息づかいまでも、現代に甦らせてくれます。中でも尖石遺跡は学術的価値が高いとして国の特別史跡に指定されています。

尖石遺跡

尖石縄文考古館

国宝「縄文のビーナス」に会う

尖石縄文考古館は、国特別史跡「尖石遺跡」を中心とする史跡公園のセンターとして建設されました。館内には、美的感覚に優れた国宝「土偶」（縄文のビーナス）を中心に、たくましく力感あふれる豪壮な土器や黒曜石で作られた精巧な石器など2000点余りの縄文時代の遺物が展示してあります。また、体験できる場や図書による学習や研究など、来館者に広く親しまれる施設が整えられています。縄文文化の研究や体験学習の施設として、また観光や家族の憩いの場として広く利用されています。



縄文体験風景



仮面の女神 縄文のビーナス

おもしろ案内人

プロフィール | 茅野市生まれ

茅野市の素晴らしい縄文文化と、それを育んだ八ヶ岳の美しく豊かな自然を、世界中の人に知ってほしいと願っています。ぜひ茅野市においでいただき、縄文文化を育てた大自然の中で、ご自分の体で、5000年前の縄文文化を感じとってほしいと思います。

茅野市尖石縄文考古館長
鶴飼 幸雄 さん

諏訪大社 上社前宮

諏訪信仰発祥の地
御頭祭はいまも前宮で

前宮は、祭神である建御名方神が国譲りで諏訪に退いたとき、最初に居を定めた地といわれ、古くは前宮があるこの地ですべての祭祀が執り行われていた、いわば諏訪信仰発祥の地で、最も重要とされる御頭祭は今も前宮で行われています。現在の建物は、昭和7年に伊勢神宮の用材で建てられた本殿と、内御玉殿、十間廊からなっています。



御柱祭



諏訪大社上社前宮

八ヶ岳総合博物館

茅野市の自然・風土
人々の営みを展示

茅野市八ヶ岳総合博物館は、茅野市の自然、風土、文芸及びそれとともに生きてきた人々の生き方に関する学習を援助する施設です。八ヶ岳とそれを巡る山々やその広大な裾野の豊かな自然と、その風土を舞台にして展開されてきた歴史・産業・民俗・文芸などの資料を収集、収蔵し、それらの調査・研究の結果を展示しています。



八ヶ岳総合博物館内観



諏訪鉄山

47 縄文人もびつくりの土器を作ろう
縄文体験諏訪インターより車で
約25分

国宝「土偶」（縄文のビーナス）を見てね。

国宝「土偶」（縄文のビーナス）をはじめ、八ヶ岳山麓の縄文文化を堪能できる2000点の出土品を展示。縄文ムラの景観が楽しめる特別史跡尖石遺跡も見学できます。



展示風景

天候 ☀️ ☂️ ☁️ ❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期	通年	対象学年	小学生以上
体験時間	90分～120分	体験場所	尖石縄文考古館学習コーナー、青少年自然の森
受入可能人数	20名～100名	料金（一人あたり）	220円～380円
休業日	月曜日（休日の場合を除く）、 休日の翌日（この日が土日の場合を除く）	トイレの有無	有
バス駐車場	5台	普通車駐車場	70台
備考	大型連休と夏休み期間、考古館での行事のある場合は団体受付を していません。土器作りの体験時間の目安は120分です。		

茅野市尖石縄文考古館
☎0266-76-2270 FAX.0266-76-2700
茅野市豊平4734-132
<http://www.city.chino.lg.jp/www/contents/1000001479000/index.html> 9:00～17:00（入館は16:30まで）

申込先

48 戦争と平和を考える
歴史体験・諏訪鉄山 約20分諏訪鉄山は昭和12年から37年の閉山まで
褐鉄鉱を産出していた日本有数の鉱山です。

諏訪鉄山は蓼科高原一帯に点在する、褐鉄鉱を産出した鉱山の総称です。日中戦争や太平洋戦争遂行のため、金属資源確保を目的に開発されました。最盛期には専用鉄道も敷かれ、学童・旧制中学生・大学生・近在の勤労奉仕隊など2,000名を超える人々、連合軍捕虜247名も収容され、働いていました。日本の近代化と戦争遂行に深く関わった鉱山跡です。



天候 ☀️ ☂️ ☁️ ❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期	通年	対象学年	中学高学年・高校生以上
体験時間	120分～180分	体験場所	蓼科高原一帯 （旧諏訪鉄山跡地）
受入可能人数	1班40名位まで （講話のみ120名・1学年くらい）	料金（一回あたり）	5,000円～15,000円/回
休業日	不定休	トイレの有無	有
バス駐車場	なし	普通車駐車場	なし
備考	専用の駐車場はありません。お問い合わせください。		

諏訪鉄山の歴史保存をすすめる会
☎0266-67-4428 FAX.0266-67-5961
茅野市北山5522
営業時間／9:00～18:00

申込先

営業時間／9:00～18:00

茅野市の豊かな味わいを楽しむ

食育体験

Program

自然の恵みを「いただきまーす」

農山村には、食や生活の知恵がいまも数多く受け継がれています。それぞれの地域の気候風土の中で育まれてきた食物文化が見直されている今日、その調理法や味覚を知ることは、大きな意義があると言っていいでしょう。それは、地域の農業を知り、農家の暮らしを理解することにも繋がります。人は食事のとき、舌による味覚だけでなく、視覚、嗅覚など五感を使っています。こうした感覚を育てるためにも調理体験が役立ちます。

そば打ち風景

そば打ち体験

将軍家献上「寒晒しそば」を味わってみよう

「寒晒しそば」は、江戸時代に諏訪の高島藩から将軍家に献上された特別のそばで、当時の信州そばの最高位に位置付けられていました。秋に採れたそばの実を厳寒期の清流に浸し、雪原で天日と寒風にさらしながら約1カ月かけて水分を抜き、土蔵で夏までゆっくりと熟成させます。このそばの実の真ん中の部分を取り出して打ったそばは、色が白くシコシコ・モチモチとした食感と、そば通の間でも大好評です。寒晒しをすることにより、そばの実に含まれる機能性成分のγ-アミノ酪酸が増えることや、冷たくなっても硬くならないことが確認されており(信大農学部・井上直人教授)、健康食品



熟成作業

としても注目されています。茅野市内でも、限られた店でしか食べられない「寒晒しそば」、店頭に出された「寒晒しそば」の緑ののりが目印です。



寒晒しそば



晒し作業

49 手打ちの楽しさを実感! そば打ち体験

諏訪インターより車で
約**30分**

水とそば粉だけで
十割そばを打って頂きます。

石臼で挽いたばかりの粉を、
つなぎなし、水だけで打って
いただく十割そば打ち体験
です。



そば打ち風景

天候 ☀️ ☔ ☁️ ❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期	6、10月は不可	対象学年	小学校1年生～
体験時間	80分～120分	体験場所	遊楽庵
受入可能人数	2名～120名	料金(一人あたり)	1,050円
休業日	なし	トイレの有無	有
バス駐車場	4台	普通車駐車場	30台
備考	食事代プラス315円		

申込先 信州手打ちそば工房 遊楽庵
☎0266-67-2343 FAX.0266-67-4004
茅野市北山5522-281(横谷峡入口) 営業時間/11:00～15:30

51 信州が誇る郷土料理 五平餅づくり

諏訪インターより車で
約**50分**

信州の食文化を味わう その2

昔山仕事をする人たちが、山であり
あわせのごはんを、つぶして手元に
ある棒切れに、にぎり付けて焼き、味
噌をつけて食べ始めたのが始まりと
いわれています。信州は南信地方
や木曽地方を中心に広がりました。



ゴマ味噌だれも作って焼きます

天候 ☀️ ☔ ☁️ ❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期	4月中旬～11月上旬	対象学年	小学生高学年から
体験時間	90分	体験場所	ルミエール館内
受入可能人数	40名～80名	料金(一人あたり)	945円
休業日	火曜日(但し団体様の場合 火曜日予約可)八月は無休です。	トイレの有無	有
バス駐車場	20台以上	普通車駐車場	100台
備考	お一人様2本を目安に作っていただきますが昼食代わりには なりませんので承知おください。		

申込先 体験学習館ルミエール
☎0267-55-6246 FAX.0267-55-6564
北佐久郡立科町芦田八ヶ野2030 営業時間/9:00～16:00
<http://www.2in1-lumiere.jp/>

50 手打ちの楽しさ、美味しさを体験 そば道場

諏訪インターより車で
約**50分**

信州の食文化を味わう その1

信州の代表的味覚、信州そば
をご自分でつくってみませんか。
麺を打ち、延ばして、切って、ゆ
で上げて、手打ちそば教室を
お楽しみください。材料・用具な
どは全てご用意いたします。



指導の様子

天候 ☀️ ☔ ☁️ ❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期	4月中旬～11月上旬	対象学年	小学生高学年から
体験時間	90分～120分	体験場所	ルミエール館内
受入可能人数	320名まで	料金(一人あたり)	1,050円 (昼食時五目イナリ追加1ヶ105円)
休業日	火曜日(但し団体様の場合 火曜日予約可)八月は無休です。	トイレの有無	有
バス駐車場	20台以上	普通車駐車場	100台
備考	そばアレルギーの生徒様については別室での別メニュー体験を ご用意しております。		

申込先 体験学習館・ルミエール
☎0267-55-6246 FAX.0267-55-6564
北佐久郡立科町芦田八ヶ野2030 営業時間/9:00～16:00
<http://www.2in1-lumiere.jp/>

52 伝統の味を見て、触って 信州みそづくり

諏訪インターより車で
約**10分**

味噌造り体験のできる信州味噌見学工場

当社味噌工場は、昔ながらの味噌
醸造工場のままだ、見学コースが
あります。天然蔵の大きな木樽を手
で触れながらの見学や、味噌汁の
試飲もできます。また、味噌造り体
験コース【要予約】も好評です。



体験風景

天候 ☀️ ☔ ☁️ ❄️ 時期 春 夏 秋 冬

受付時期	通年	対象学年	小学生～
体験時間	30分～60分	体験場所	当社工場内
受入可能人数	1名～80名	料金(一人あたり)	1,000円(みそ2kg)
休業日	不定休	トイレの有無	有
バス駐車場	7台	普通車駐車場	10台
備考			

申込先 (有)丸井伊藤商店
☎0266-72-2272 FAX.0266-72-0984
茅野市宮川4529 営業時間/8:30～17:00
<http://misokengaku.jp>

■ 体験プラン一覧

P11	① トレッキング・登山体験	申込み先／NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校 TEL/0266-67-1115 FAX/0266-67-1116
	② スノー体験各種	申込み先／NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校 TEL/0266-67-1115 FAX/0266-67-1116
	③ 乗馬体験	申込み先／ホープロッヂ・ホープ乗馬牧場 TEL/0266-68-2017 FAX/0266-68-2561
	④ 富士見パノラマリゾート体験 マウンテンバイク教室	富士見パノラマリゾート TEL/0266-62-5666 FAX/0266-62-6600
P12	⑤ バラクラйдаースクール	申込み先／白樺湖スカイウェイパラグライダースクール TEL/0266-68-2166 FAX/0266-68-2167
	⑥ カヌー体験	申込み先／白樺湖カヌースクール TEL/0266-68-1007 FAX/0266-68-1008
	⑦ 乗馬体験	申込み先／鷹山ファミリー牧場 TEL/0268-69-0550 FAX/0268-69-0570
	⑧ 魚のつかみどり	申込み先／鷹山ファミリー牧場 TEL/0268-69-0550 FAX/0268-69-0570
	⑨ 四輪バギー体験	申込み先／鷹山ファミリー牧場 TEL/0268-69-0550 FAX/0268-69-0570
P13	⑩ 星空とお散歩ツアー	申込み先／車山ビジターセンター TEL/0266-68-2626 FAX/0266-68-2360
	⑪ 自然体験トレッキング	申込み先／車山ビジターセンター TEL/0266-68-2626 FAX/0266-68-2360
	⑫ 森の中の馬牧場体験	申込み先／蓼科ボニー牧場 TEL/0266-76-2813 FAX/0266-76-6128
	⑬ 自然観察、ガイドウォーク	申込み先／NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校 TEL/0266-67-1115 FAX/0266-67-1116
P14	⑭ 森林体験（観察、間伐等）	申込み先／NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校 TEL/0266-67-1115 FAX/0266-67-1116
	⑮ スコアオリエンテーリング	申込み先／NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校 TEL/0266-67-1115 FAX/0266-67-1116
	⑯ 里山体験	申込み先／自然体験学習の森「市民の森」 TEL/0266-72-2101（茅野市役所生活環境課） FAX/0266-82-0234
	⑰ 飯盒炊飯	申込み先／八ヶ岳中央農業実践大学校 TEL/0266-74-2111 FAX/0266-74-2382
P16	⑱ 高原浴の郷で農業体験 体験学習	申込み先／茅野市農業と観光推進協議会 TEL/0266-77-3255 FAX/0266-77-3256
	⑲ 高原浴の郷で農業体験 収穫体験	申込み先／茅野市農業と観光推進協議会 TEL/0266-77-3255 FAX/0266-77-3256
P17	⑳ 農村体験	申込み先／ほっとステイちの TEL/0266-77-3780 FAX/0266-77-2919
P18	㉑ 酪農体験	申込み先／八ヶ岳中央農業実践大学校 TEL/0266-74-2111 FAX/0266-74-2382
	㉒ 養鶏体験	申込み先／八ヶ岳中央農業実践大学校 TEL/0266-74-2111 FAX/0266-74-2382
	㉓ 野菜体験	申込み先／八ヶ岳中央農業実践大学校 TEL/0266-74-2111 FAX/0266-74-2382
	㉔ 炭焼き体験	申込み先／八ヶ岳中央農業実践大学校 TEL/0266-74-2111 FAX/0266-74-2382
P19	㉕ 田植え体験	申込み先／体験学習館・ルミエール TEL/0267-55-6246 FAX/0267-55-6564
	㉖ 乳搾り	申込み先／鷹山ファミリー牧場 TEL/0268-69-0550 FAX/0268-69-0570
	㉗ 農業体験各種	申込み先／鷹山ファミリー牧場 TEL/0268-69-0550 FAX/0268-69-0570
P21	㉘ 木工壁掛け	申込み先／NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校 TEL/0266-67-1115 FAX/0266-67-1116
	㉙ 革細工	申込み先／NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校 TEL/0266-67-1115 FAX/0266-67-1116
	㉚ バードコール	申込み先／NPO蓼科・八ヶ岳国際自然学校 TEL/0266-67-1115 FAX/0266-67-1116
	㉛ ねん土細工遊び	申込み先／ねん土体験工房どろんこ TEL/0266-79-7787、090-9660-2226（代表者番号） FAX/0266-73-0066
P22	㉜ 陶芸体験	申込み先／蓼科クラフトヴィレッジ 陶芸工房 陶仙房 TEL/0267-55-7500 FAX/0267-55-7508
	㉝ 白樺細工絵付け	申込み先／体験学習館・ルミエール TEL/0267-55-6246 FAX/0267-55-6564
	㉞ 陶芸教室	申込み先／体験学習館・ルミエール TEL/0267-55-6246 FAX/0267-55-6564
	㉟ 革細工	申込み先／体験学習館・ルミエール TEL/0267-55-6246 FAX/0267-55-6564

P22	㊟ キャンドル作り	申込み先／体験学習館・ルミエール TEL/0267-55-6246 FAX/0267-55-6564
	㊿ 蘭玉ランプシェード	申込み先／体験学習館・ルミエール TEL/0267-55-6246 FAX/0267-55-6564
P23	㊽ 木工体験	申込み先／八ヶ岳中央農業実践大学校 TEL/0266-74-2111 FAX/0266-74-2382
	㊾ オルゴール作り体験	申込み先／諏訪湖オルゴール博物館 奏鳴館 TEL/0266-26-7300 FAX/0266-26-1044
	㊿ 時計づくり体験	申込み先／諏訪湖時の科学館 儀象堂 TEL/0266-27-0001 FAX/0266-27-1339
P24	㊽ まゆちゃん工房で シルクのアート体験	申込み先／市立岡谷蚕糸博物館 TEL/0266-22-5854 FAX/0266-22-5854
	㊾ トンボ玉製作体験	申込み先／SUWAガラスの里 TEL/0266-57-2100（予約専用） FAX/0266-57-2010（予約専用）
	㊿ ペーパーウエイト製作体験	申込み先／SUWAガラスの里 TEL/0266-57-2100（予約専用） FAX/0266-57-2010（予約専用）
	㊽ キャンドル製作体験	申込み先／SUWAガラスの里 TEL/0266-57-2100（予約専用） FAX/0266-57-2010（予約専用）
	㊾ 紙すき体験	申込み先／信州立岩和紙の里 TEL/0268-68-3874 FAX/0268-68-3895
P26	㊿ 和太鼓体験	申込み先／岡谷太鼓道場鼓鳴館 TEL/0266-23-4854（岡谷市観光協会） FAX/0266-23-6448
	㊽ 縄文体験	申込み先／茅野市尖石縄文考古館 TEL/0266-76-2270 FAX/0266-76-2700
	㊾ 歴史体験・諏訪鉄山	申込み先／諏訪鉄山の歴史保存をすすめる会 TEL/0266-67-4428 FAX/0266-67-5961
P28	㊽ そば打ち体験	申込み先／信州手打ちそば工房 遊楽庵 TEL/0266-67-2343 FAX/0266-67-4004
	㊾ そば道場	申込み先／体験学習館・ルミエール TEL/0267-55-6246 FAX/0267-55-6564
	㊿ 五平餅づくり	申込み先／体験学習館・ルミエール TEL/0267-55-6246 FAX/0267-55-6564
	㊽ 信州みそづくり	申込み先／（有）丸井伊藤商店 TEL/0266-72-2272 FAX/0266-72-0984
P29	㊾ バター作り	申込み先／鷹山ファミリー牧場 TEL/0268-69-0550 FAX/0268-69-0570
	㊿ ソーセージ作り	申込み先／鷹山ファミリー牧場 TEL/0268-69-0550 FAX/0268-69-0570
	㊽ 豆腐作り	申込み先／八ヶ岳中央農業実践大学校 TEL/0266-74-2111 FAX/0266-74-2382
	㊾ おやきづくり	申込み先／八ヶ岳中央農業実践大学校 TEL/0266-74-2111 FAX/0266-74-2382
	㊿ ジャム作り	申込み先／八ヶ岳中央農業実践大学校 TEL/0266-74-2111 FAX/0266-74-2382

ちよっぱり贅沢、でも
それなりに味わい深い
ガイドツアー

体験プランの他に
+αの魅力として
ガイドツアーを提
供しています

その道の匠が解説・案内・指導・お手伝いすることで
より深く楽しんで感動していただくもの。約140名の
地元の達人が登録されています。例えば、

●自然観察（名所景勝地、山野草、風景写真など）
●歴史（御柱街道と諏訪大社、街中散策・寒天蔵巡りなど）
●地場産業（シビ工料理、寒天工場見学、手作り豆腐など）
●学術的（信州産のお酒、無芸荘、地理、民話、科学など）
●芸術（蓼科彫刻公園解説、風景写真撮影など）
●観光地を巡る快適な観光ガイド・タクシー、＋トレックコース）
●その他（地産地消、出前落語など）

詳しくは 茅野市観光協会
☎0266-73-8550
（業務時間：9:00～17:00）
観光協会HPでも紹介されています

観光の
茅野
匠集団
A Specialist Human Association

街中散策・寒天蔵巡りガイドツアー

茅科彫刻公園ガイドツアー

31

32

