

「体験の風 秋パッケージプログラム」

紅葉の女三瓶に登ろう!!①③④回

ノルディックウォーキングで散歩②⑤回

秋の三瓶の景色を眺めながら女三瓶登山・ノルディックウォーク（NW）でお楽しみください。

- 1 趣 旨
 - ・家族やグループに交流の家の体験活動プログラムを提供することで、お互いの絆を深める。
 - ・登山やノルディックウォークを行い、秋の三瓶の景色を眺めながら家族やグループで一緒に楽しく活動する。
- 2 主 催 独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立三瓶青少年交流の家
- 3 期 日 ①10月 5日（土）・6日（日）登山 ②10月12日（土）・13日（日）NW
 ③11月 2日（土）・3日（日）登山 ④11月16日（土）・17日（日）登山
 ⑤11月23日（土）・24日（日）NW
- 4 会 場 国立三瓶青少年交流の家
- 5 参加対象 主として小学生とその保護者
 （中学生・グループでの参加も可、中高年の方も大歓迎！）
 ※4km程度を歩き通せる方
- 6 募集定員 各回30名程度（募集人数を大幅に超えた場合は抽選とします）
- 7 参加経費 1,450円
 （食事代 1,050円・シャツ代 200円・保険料 200円）
 ※年齢によって食事代が若干異なります。
 ※天体観察参加希望のご家族は、大人 240円、小中高校生 80円
 （未就学児は無料）が、かかります。
- 8 携 行 品 筆記用具、運動に適した服装・靴、ウィンドブレーカー・防寒具等、着替え、寝間着、
 タオル、帽子、水筒、洗面用具（石鹸・シャンプー等）、健康保険証（コピー可）
 ※ノルディックウォーク用のポールをお持ちの方は、ご持参ください。
 お持ちでない方はお貸しします。



ノルディックウォークは
 北欧生まれの歩くスポーツ。
 秋の三瓶を軽快に歩きま
 しょう。
 本所の職員が歩き方の基
 礎を指導いたします。



9 日 程 （日程・内容は変更する場合があります。ご了承下さい。）

一 日 目	13:00	13:30	14:00~16:30	17:10	17:30~19:30	20:00~21:00	22:30	二 日 目	6:30	7:00	7:40	9:00	9:30	この後は？ ・交流の家でのプログラム ・さんべ木工館 ・さんべ温泉（割引券あり） ・三瓶自然館サヒメル （割引券あり） 等でお楽しみください。
入受 所付	は じ め シ ョ ン の 会	オ リ エ ン	女三瓶登山 （①③④回） ノルディック ウォーキング （②⑤回）	タ ベ の つ ど い	夕 食 ・ 入 浴	天 体 観 察 会 （サ ヒ メ ル） ※希 望 者 ま た は 自 主 活 動	就 寝	起 床	朝 の そ う じ い	朝 食	退 所 点 検	お わ り の 所 会		

※小雨決行です。荒天で実施できない場合は、創作活動「木の葉の写真立て」を行います。
 その場合は材料費として一人 400円が必要となります。

10 問い合わせ・参加申し込み

申 込 はがき・FAX・ホームページ申し込みフォームのいずれかで受け付けます。

申込締切 ①9月 17日（火） ②9月 24日（火） ③10月 15日（火）

④10月 29日（火） ⑤11月 5日（火） の 17時必着

*ご記入いただいた個人情報は適切に管理し、この事業に関する事務のみに使用し、法令等に定める場合を除いて第三者に開示することはありません。事業中に撮影した写真や制作物、感想文等を当機構の事業に関する報告書や広報等に使用し、ホームページにも掲載することがありますのでご了承ください。

独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立三瓶青少年交流の家
 〒694-0002 島根県大田市山口町山口 1638-12
 TEL (0854) 86-0319 FAX (0854) 86-0458
<http://sanbe.niye.go.jp/>
 担当 荒金岳登・渡邊絵里子