

# ゴールデンウィーク スペシャルイベント



## 残雪と新緑のブナ林トレッキング

一斉に芽吹き始めるブナの森を訪ねます。新緑の芽吹きと残雪のコントラストを楽しめるのはこの時期限り！地元のトレッキングガイドがご案内しますので、山歩きが初めてという方もお気軽にご参加ください。



時間／9:30～12:00 料金／2,000円

## ミズバショウに出逢う沼の原湿原散策

十数万株ものミズバショウとまるで黄色いじゅうたんのように広がるリュウキンカの群落を訪ねます。湿原内はほとんどフラットなので、小さな子供たちでも気軽に参加できるプログラムです。



時間／13:30～16:00 料金／2,000円

## そば打ち教室



初めての方にも地元のそば打ち名人が親切丁寧にアドバイスしてくれます。粉からこねて、のばして、切って、そして茹でていただきます。昼食も兼ねてぜひご参加ください。2～3名で一鉢を打ちます。



時間／10:00～12:00 料金／2,000円

## インドアクライミング 料金／2,000円

山の家には高さ7mのクライミングウォールが設置されています。始めは横の壁で練習、慣れてきたら命綱をつけて縦の壁にチャレンジ！小学生以上から参加可能！インストラクターが付くので、安全に楽しむことができます。

## クラフト体験 料金／1,500円

シラカバやミズナラの小枝、どんぐりなどを使って、山の家ならではの木工体験に挑戦。小枝の輪切りのキーホルダーや、焼き絵体験など、子供たちに大人気です。

## 陶芸教室 料金／2,500円

コーヒーカップやお皿、茶碗など自分だけの作品作りに挑戦しましょう。焼き上がりは後日宅配便にてご自宅までお届けします（宅配料別）。

メニュー	ブナ林 トレッキング	沼の原湿原 散策	そば打ち 教室	インドア クライミング	クラフト体験	陶芸教室
月 日	9:30～12:00	13:30～16:00	10:00～12:00	14:00～15:30	14:00～15:30	14:00～15:30
4/28(土)	○	○	○	○	×	×
4/29(日・祝)	○	○	○	×	○	×
4/30(月)	○	○	○	×	×	○
5/1(火)	○	○	○	○	×	×
5/2(水)	○	○	○	×	○	×
5/3(木・祝)	○	○	○	×	×	○
5/4(金・祝)	○	○	○	○	×	×
5/5(土・祝)	○	○	○	×	○	×
5/6(日)	○	○	○	×	×	○

時間：14:00～15:30  
この3つの体験の開催日は  
カレンダーを見てね！

**【予約制】・【最少催行人数：3名】**

前日夕方までにお電話にてご予約ください。

斑尾高原観光協会 まだらお高原 山の家  
TEL 0269-64-3222 FAX 0269-64-3959  
〒389-2257 長野県飯山市斑尾高原 11492-70  
URL <http://madrao.tv/>  
E-Mail [madarao@iiyama-catv.ne.jp](mailto:madarao@iiyama-catv.ne.jp)