

## イベントのお知らせ

お電話にてお問合せ・お申込みください！  
大潟水と森公園事務所  
025-534-6190

### 3.14 (土) 週末らくらくウォーキング教室

初心者向けのウォーキング教室です。楽しく体を動かしましょう！



講師 高齢者体力づくり支援士  
室岡美穂子さん

時間 10:00～11:30

集合場所 休憩施設

参加費 無料 定員 15名

準備 動きやすい服装、内履き、  
フェイスタオル

要申込み

### 3.29 (日) 野鳥観察会

園内の野鳥を観察してみましよう！



講師 日本野鳥の会会員  
古川弘さん

時間 8:00～10:00

集合場所 ふんすい広場

参加費 無料 定員 20名

準備 双眼鏡(あれば)

要申込み

### 3.30 (月) 盆栽教室

盆栽づくりを体験してみませんか♪参加者にはミニ盆栽をプレゼント！



講師 廣神園 広瀬均さん

時間 13:30～15:30

会場 ふんすい広場

(雨天時は休憩施設)

参加費 500円 定員 20名

準備 汚れてもいい服装、軍手

要申込み

### 3.11(水) 22(日) 潟来さんぽ

季節によって移り変わる園内の自然を、のんびり歩きながら楽しみます★



時間 10:30～11:30

集合場所 ふんすい広場

申込み不要





# イベント開催報告

## 2.14『週末らくらくウォーキング教室』開催しました！



雪にもまけず、ウォーキング。のんびりゆったり歩きます。参加者の方によるミニ植物観察会が開かれたり、新雪にダイブしたり(写真)、冬の公園を満喫しながらのウォーキングでした♪休憩施設に戻り、最後に身体をほぐしていきます。普段意識して動かすことのない筋肉を先生のご指導のもと、ゆっくり動かしていきます。楽しく、簡単に。日々の生活に取り入れてみましょう！

## 2.22『木の実のひな人形づくり』開催しました！

くるみを顔に、まつぼっくりをからだに見立てて、おだいりさまとおひなさまを作りました★くるみに顔を描いたりえぼしやかんむりをつけたり、まつぼっくりにビーズを付けたりレースを巻いたりしてかざりつけていきました！小枝で桜と橘の木をイメージした飾りを作って、完成です♪参加者の皆さんそれぞれのアイディアとセンスの光るひな人形ができました！



## 2.28『さくらもちづくり』開催しました！



関西で一般的な、生地がつぶつぶした道明寺さくらもちをつくりました！水に入れてふやかした道明寺粉を蒸して、手で楕円形にのぼしていきます。そしてあんこをくるみ、桜の葉で包んで完成！お子さんでも簡単に楽しく、さくらもちづくりを体験できました♪手作りのさくらもちを、たていただいたお抹茶と一緒にいただいて、おいしいひとときを過ごしました！



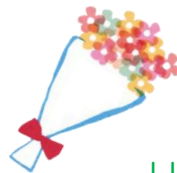
# 園内情報



春の訪れをいち早く教えてくれるマンサクの花。エントランスゾーンや野鳥観察ゾーンで楽しむことができます。普通黄色い花びらをつけますが(写真左)、野鳥観察ゾーンのもの、赤い花びらをつけます(写真右)。ひものような、細長く縮れた花びらが特徴的。1つの花の花びらは4枚ですが、花が集まって付くので、タコの足のようにも見えますよね(\* ^ ^ \*)



ツイッター・フェイスブック  
始めました♪  
大湯水と森公園(公式)  
@mizutomori  
是非チェックしてみてください！



お問合せ・お申込み  
大湯水と森公園事務所  
上越市大湯区湯町 1381  
TEL 025-534-6190  
URL <http://ogata.greenery-niigata.or.jp>