

★ 花炭づくり★

11月9日(土)



花炭は、木の実などをお菓子の缶等に入れて焼き上げて炭にします。形がそのまま残るため、お部屋のインテリアにも最適です。

※屋外で行うため、暖かい服装でご参加ください。材料を持ち込む場合、缶の大きさ(厚さ5cm)に入るものでお願いします。水分の多い材料は炭作りには不向きですのでご注意ください!

★ 健康づくり教室

講師：室岡 美穂子先生(体カづくり支援士)
時間：10:00～12:00
会場：休憩施設
定員：15名
準備：



動きやすい服装(サンダル不可)
・ヨガマットまたはレジャーシート・飲み物



時間：14:00～16:00

会場：炊事棟

参加費：無料

定員：15名



★印のイベントは、事前に電話にてお申し込みください。 大湊水と森公園事務所 Tel 025-534-6190

★ 11月23日(祝) 絵本のじかん

今年はこちらが最後となります!

自然素材でつくる

リースづくり

講師：大湊水と森公園

公園サポーターのみなさん

時間：13:30～14:00

参加費：無料

会場：休憩施設



公園でとった木の実やツルなどを使い、リースを作ります。出来あがったリースはお持ち帰りください。



＊ 園内情報 ＊

園内ではリンドウが見頃を迎えています。青紫色の鮮やかな花が群生して咲く姿が、自然観察園ゾーンや歴史ゾーンで見ることが出来ます。リンドウは雨の日や夜の間は花を閉じてしまいます。ぜひお天気の日には花の開いている姿を見に来てくださいね。その他にもヤクシソウやノコン



【リンドウ】



【ヤクシソウ】

ギクが紅葉に染まる園内に彩りを添えていますよ。



【ノコンギク】

10月

11月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

9の印が付いている日には、園内でイベント開催予定です。

絵本のじかん

9月28日(土) を開催しました。



講師：公園サポーターの皆さん

今回のプログラムは

- ① 幼児絵本「やさいのおなか」
- ② 大型絵本「ぐるんぱのようちえん」
- ③ 紙芝居「ふうちゃんのおかいもの」
- ④ マジックショー でした。

天気も良く、たくさんの親子連れの皆さんでにぎわいました。参加型の絵本やマジックなどで、小さなお子さんから大人の方まで楽しんでいただけました。



9月29日(日)

ネイチャーゲーム講習会

を開催しました。

講師：庭田 安治さん
上越ネイチャーゲームの会

ネイチャーゲームとは様々な感覚を使って楽しみながら自然を体験する活動です。今回は(公財)日本シェアリングネイチャー協会よりご協力いただき、大人向けに講習会を開催いたしました。最初に講義を受け、その後6種類ほどあつた160種類もあるプログラムの中から体験していただきました。体を動かしたりグルーピングになって活動したり。どんな方でも楽しむことができます。自然いっぱいこの公園でネイチャーゲームを楽しむことができました。(^o^)/



10月6日(土)

竹ごはんづくり

を開催しました。

講師：松浦 正憲さん
森林インストラクター
竹ごはんとは、竹を容器にしてご飯を炊くというアウトドア料理。メニューは

ほかに焚き火ソーセージと豚汁です。炊事棟のかまどを使っておこないました。竹を加工してお米を詰めて、炊いていきます。その間に竹で汁椀と箸を作りましたよ。焚き火ソーセージは種を作り、アルミホイルに包んで余熱で焼いていきます。ご飯もソーセージも大成功。豪華なランチでお腹いっぱいになりました。



10月12日(土)

健康づくり教室 (青空ヨガ体験)

を開催しました。

講師：室岡 美穂子さん
健康づくり支援士

4月からウォーキングを中心として開催してきた健康づくり教室ですが、今回は番外編で屋外で「青空ヨガ体験」を開催することにしました。しかし当日は朝から激しい雨が...今回は休憩施設にてヨガ体験という形になりました。体のゆがみ解消ヨガということで腰や背中を伸ばしたり、体をひねったり。座るか寝るかの楽な姿勢で無理せずおこなうことができました。自己紹介のレクリエーションも交えながら楽しく過ごせました。



10月13日(日)

3しょくフェスタ

を開催しました。

3しょくフェスタ(3つの「しょく」を集めたお祭り)を開催しました。「植」「食」「飾」をテーマに様々なミニイベントをおこないました。ふんすい広場では、工作教室やミニ寄せ植えづくり、「YUMECHIYO」さんのパンの販売、石塚広男さんによるチェーンソーカービングの見学会、園内各所にて古流松應会深雪支部の皆さんと草月流の皆さんの協力のもと野外生け花展などをおこないました。公園がとってもにぎわった1日でした。



飾

お問い合わせ・お申し込み

大潟水と森公園事務所

TEL 025-534-6190

☆HPでもご覧ください!!

大潟水と森公園

検索