

# なべくら高原・森の家

2019年4月27日(土)～5月6日(月・祝)

当日参加OK!  
一部イベントを除く

## ゴールデンウィークスペシャルイベント

親子や仲間ですれどるイベントをご用意しました。

ブナの新緑が美しいなべくら高原で春を満喫しませんか？

淹れたてのコーヒーや、なべくら高原産のハーブティー、スノーキャロットジュース、ワンプレートランチもご用意しております。

イベントご参加以外のお客様もお気軽にお立ち寄りくださいね♪

	9:00～	10:00～	13:30～	14:00～
4/27 (土)				
4/28 (日)				
4/29 (月・祝)				
4/30 (火・休)				
5/1 (水・祝)				

	9:00～	10:00～	13:30～	14:00～
5/2 (木・休)				
5/3 (金・祝)				
5/4 (土・祝)				
5/5 (日・祝)				
5/6 (月・休)				



### 爽やか♪春カヌー

13:30～15:30



初心者 Welcome!

おひとりさま ¥3,000 / 小学生以下 ¥2,500

\*胸囲 50cm 以上のお子様からご参加いただけます。



3才～

新緑の下、透き通った水の上でカヌーにチャレンジ！インストラクターが基礎から教えるので、初めての方でも安心して楽しめます。

持ち物：ストラップ付きのサンダル（濡れてもよい靴）、防寒着、レインウェア（濡れてもよい服）、帽子、サングラス、飲み物

4/27 土 4/29 月祝 4/30 火休 5/1 水祝 5/3 金祝 5/4 土祝 5/5 日祝



### 残雪と新緑の ブナ林ハイキング

10:00～12:00

おひとりさま ¥1,600



小学生～

春を見つけよう!



雪と新緑のコントラストが美しいブナの森をガイドと一緒にゆっくり散策します。雪国の不思議や遅い春を見つけよう！

持ち物：防水性のあるトレッキングシューズまたは長靴、帽子、手袋、サングラス、防寒着、レインウェア、飲み物

4/29 月祝 5/1 水祝 5/3 金祝 5/5 日祝



### スノーキャロット ジュース&アイス作り

14:00～16:00

おひとりさま ¥1,600



未就学児～

雪の下から掘り出そう!



なべくら高原産「スノーキャロット」を雪の下から収穫、ジュースとアイスクリームを作ります。野菜とは思えない、ギュッと凝縮された甘さをご堪能ください。

持ち物：長靴（畑の収穫時で使用）、軍手、帽子

なべくらの  
豪雪の下で  
冬を越した  
にんじんたち

4/27 土 4/29 月祝 5/1 水祝 5/3 金祝 5/4 土祝 5/5 日祝



## 炭火パン作り



未就学児～

10:00～12:00

おひとりさま ¥1,600

くるくる  
焼こう!



棒の周りに  
生地を巻くよ

簡単アウトドアクッキング!  
子供から大人まで、家族みんな  
で楽しめる体験イベントです。

生地からこねて、炭火をお  
こして焼きましょう!

持ち物: タオル、軍手、帽子

4/28  
日

4/30  
火・休

5/2  
木・休

5/4  
土・祝

5/6  
月・休



## 草木染め



未就学児～

14:00～16:00

おひとりさま ¥1,600

世界で一つだけのオリジナルを作ろう!



自然の草木を採取し  
て世界に一つだけの  
オリジナルバンダナ  
を作ろう!  
どんな色に染まるか  
は完成後のお楽し  
み?!

持ち物: 帽子、軍手、  
サングラス、タオル

4/28  
日

4/30  
火・休

5/2  
木・休



## 目指せ! 絶景と感動の鍋倉山山頂!



食持参

9:00～14:30

< 要事前予約 > おひとりさま ¥4,000

\* 小学生高学年以上のお子様からご参加いただけます。



10才～

なべくら高原のシンボル「鍋倉山」。根開けと芽吹  
きの美しいブナの森を抜けて標高 1288mの山頂  
へ。頂上からは 360 度の眺望と日本海を見渡す  
絶景が! 距離は約 5km、雪の上を歩きます。また、  
ルートの一部に急な斜面を含みます。日頃登山を  
している方が対象です。

服装: 速乾性の服・防水登山靴

持ち物: 昼食、タオル、飲み物、手袋、帽子、防寒着、  
レインウェア(必需)、サングラス、ポール

※ 最少催行人員は 3 名です。

※ 前日の 15 時まで受付致します。

※ 催行判断は前日 15 時です。

4/28  
日

5/1  
水・祝

5/5  
日・祝

晴木木ば日本海まで  
見えちゃうかも!



お気軽に体験いただけます♪

小さなお子様も楽しめる、木の  
キーホルダー作り (500 円) や、  
木の実を使ったリース作り  
(1,000 円) などセルフクラフト  
キットもありますので是非ご家  
族で遊びにお越し下さいね。



毎年ワンプレートランチやります!

ゴールデンウィーク期間中  
(4/27～5/6)、ワンプレート  
ランチ (1日限定 15 食) をお召  
し上がり頂けます! そのほか、  
喫茶メニューもご用意していま  
すのでお気軽にどうぞ。



La la LUNCH♪

- ※ 開始時間の 30 分前までにお申し込みください。
- ※ 各イベントとも、お子様のご参加には大人の方の同伴が必要です。
- ※ 料金は税込みです。
- ※ 各種レンタルございます。お気軽にご相談ください。
- ※ 全ての写真はイメージです。



長野県飯山市なべくら高原照岡 1571-15

☎ 0269-69-2888

✉ info@nabekura.net

🌐 www.nabekura.net

イベントの詳細、お申し込みは WEB から。

