千年の森自然学校2012

新宿＆長野＆現地集合もあります。

北アルプスの自然を大冒険！

夏のこどもキャンプ。

＆家族キャンプ。

８月２日～秘密基地サバイバー８泊９日（小５以上）

８月３日～カモシカ自由研究キャンプ３泊４日（小４以上）

８月７日～北アルプス冒険キャンプ３泊４日（小１～小６）

８月１１日～ジュニアサバイバー３泊４日（小５小６）

８月１１日～親子でツリーハウス作り２泊３日

８月１４日～親子キャンプ２泊３日（リピーター他　専用コース）

～自然の中を駆け巡り　きっと見つかる最高の友と強い自分～

電気がないから明るいうちになんでもやって、夜はランプと焚き火に向かう自然生活。
マキと水汲みは毎日の仕事。これがなきゃメシも食えないもんね！みんながいないと生活出来ないし、僕にだって任される役割があるんだ。だから大変さも楽しさも100倍の森なんだ！さぁ、君もおいでよ！

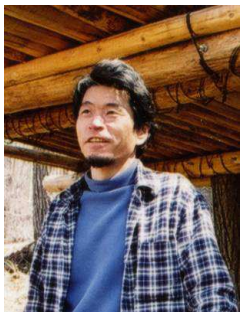
北アルプス冒険キャンプ以外はどのキャンプも相当きついキャンプです。初めての方も、２、３回目の方も、よく考えてお申し込みください。いつでも代表までご相談を。０９０－９６６０－２３５０トモシゲ

千年の森自然学校とは

北アルプス（長野県大町市）の懐深い自然とそこにすむ動物たちと向き合いながら森と人、人と人の関係を体で学んでみませんか？　自然の中で思い切り遊び、シンプルにただ自然に向かう生活が、しぜんと子供達を導いてくれます。多すぎる規則はここには必要ありません。

私達の森の主、市川さんが、こう言いました。「そのこどもの目を見開かせる為なら、山の大きな木を切り倒してもよい」・・・それが私と森との出会いでした。私達は、自分の何かを差し出してでも次の世代の若者を育てて行かねばなりません。ここでは、友と自然を守る行為こそをやさしさと呼び、その経験（力）を身に付けます。

北アルプス山麓の豊かな森でお待ちしています。



代表　朝重　孝治(ともしげ　たかはる)

1961年滋賀県生まれ。海外の秘境・登山旅行のツアーガイドを経て1999年長野県大町市にて森のくらしの郷の運営管理を始める。

2001年森のくらしの郷に集まる有志により千年の森自然学校を設立、同団体のアドバイザー顧問として子どもキャンプ運営指導、指導者育成に携わる。現在は代表を兼務。

千年の森自然学校　こども自然憲章

１　子供達は自然の中で、
　　自由に遊ぶ権利を持っている。
２　子供達は、自らの遊びに
　　自らの責任で立ち向かうチャンスを
　　与えられなければならない。
３　その「遊びとは…
　　五感をフルに使い、体のエネルギーを全開にして、
　　モノを作ったり、命を育てたり、あらゆる不思議に
　　チャレンジしていくことである。
４　森のインタープリターは、
　　そのお手伝いをするためにここにいます。

スタッフ

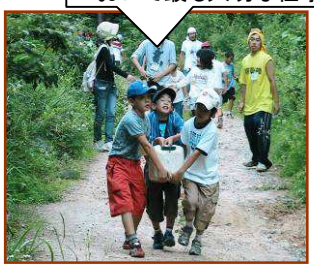
各キャンプとも、自然の知識、野外での安全管理などに長けたインストラクターが配置されます。一方、ボランティアの大学生スタッフは、経験は浅くとも、この夏にかけた思いは、どんなプロにも負けません。といっても最低でも7日間以上の厳しい訓練を受けている彼らです。

また、いざという時の医療施設への緊急連絡、病院へ搬送などのバックアップ体制には万全を期していますが、何もかも安心というわけには行かない場所で行います。擦り傷や虫刺されなど小さな冒険にはご理解ください。

森での生活

野外には石窯。これでピザやパンを作って楽しめます。

水汲みはここでの生活において最も大切な仕事。



薪割りは、腕力よりもスピード感と技が大事。

開催地　*森のくらしの郷*

株式会社武蔵林業社が所有する林業地で、会員制のキャンプ場の顔を持っています。場所は長野県北部にある大町市。ここは北アルプスの山々を背景に、天然記念物の日本カモシカなど多種多様の野生動植物が生息しています。眼前には槍ヶ岳を源とする高瀬川が流れています。

所有する森の広さは、約300ヘクタール（東京ドームで例えると約60個分）あります。その広大な自然の中で自由度の高い自然体験活動を行う事ができます。

ベースになるキャンプ地。バンガローが6棟あり、各キャンプとも基本的に宿泊はここで。

森の先住者達

ここは野生の生物が豊富に生息している場所でもあり、毎回、様々な動物に遭遇します。中にはマムシやクマなど危険とされている種も生息していますが、森へ入る際は、必ず危険対処方などの講座を実施します。

哺乳類・・カモシカ、サル、リス、タヌキ等
鳥類・・・・キツツキ、タカ、ツグミ等
爬虫両生・アカガエル、アオダイショウ等

カモシカ自由研究キャンプ！

通称jr.カモシカ調査隊　去年から6回目のスーパー小学生チーム

2012年 8月3日(金)～6日(月)3泊4日

現地集合／解散

野生動物や植物で自由研究！

ゆったりと落ち着いた森の生活をしながら毎日森の探検に出かけてはカモシカやサル,ネズミ、樹木の観察をします！

日付	時間	プログラム
1日目	13:00 PM	集合　お昼は食べてきてね。(他の集合はお弁当持参) ・開校式～森の冒険生活にチャレンジ！ 1　森の達人から森を学ぼう。 2　森暮らしの生活準備(水を汲んだり、マキを集めたり・・・)
2日目～ 3日目	6:00 8:00 10:30 15:00 21:00	・朝の係り(水汲みや火お越し)や散歩 ・朝の宿題タイム(1時間) ・自由研究　スタッフと進めます。 ・午後、森の探検へ(自由研究の観察や素材集め) ・自由時間(お風呂タイム・自由研究)など ・就寝(最後の夜はパーティと花火)
4日目	6:00 11:00	・ちょこっと早起きして、森のお掃除。キャンプの基本だよね。 ・自由研究のまとめ ・閉校式　厳しい試練を乗り越え、立派な森の民になれたかな？ ・いよいよみんなとお別れの時間。 それぞれに対しての寄せ書きタイム。解散

※　身の回りのことが出来るのもちろんのこと、トランシーバー、双眼鏡、GPS、1眼レフカメラ、コンパス、高度計など多くの器材を使いこなして、調査を行いますので、責任ある管理が出来ること。理系のロジックに限らず、筋道を立てて論理的に考えていくメンタルトレーニングでもあります。

※自由研究には、参加者2名に1名の割合で、代表の朝重他、自然環境を学ぶ学生やOBがあたり動植物の指導を行います。
　次のキャンプに続けて参加して、そのキャンプの中でもカモシカ調査を続けることができます。

■対　象　小学校４年生以上（後のキャンプに連続参加もOK）
■参加費　48000円
■集合・解散　関東方面の方は指定の長野新幹線または、JR中央線特急に載せてください。車両出口で出迎えます。（復路も同じ。）例外の地域も同様にご相談ください。

ご注意　最初はカモシカ調査に参加しながら、基本的な森の生活を身につけます。その後、新たなテーマを見つけた子は、自分の課題に取り組めます。カモシカ以外に課題を見つけた人は、それもやれます。実際は森の遊びにも夢中になりますし、生活設備が乏しいここでは、水汲みや薪割り、調理など生活のことにも多くの時間を費やします。ですので、宿題は1日1時間のみです。自由研究は1日数時間以上取り組みますが、まとめは自宅でという子も多いです。
　まとめて宿題を消化できる内容ではないことを、ご承知おきください。

※天候などの状況により、スケジュールやプログラムを変更することがございます。

北アルプスこども冒険キャンプ！

こどもだけの参加なら、まずはこれだ！ぼくらの森のメインキャンプ！

2012年 8月7日(火)～10日(金)3泊4日

新宿＆長野＆現地集合／解散

大自然をバックに、元気全開だ！

自然を相手に大冒険だ！斜面をよじ登り、川を探検し、全身を使って遊び・感じます。「川遊び＆滝上り」「ワイルドクッキング」「動物の足跡探し」など楽しい遊びがいっぱい！毎年共通メニューもあるけど、2回目以上の子は、学年ごとに内容が進化していくので、やっぱり驚くとおもうよ。

森の達人からの指令

「森と人の絆を求めて探検」

森を愛する私が見つけた素晴らしい景色や滝や大岩、巨木やカモシカや、木登りや、食べれる草や役に立つツルなどなど森の宝物を求めて地図を持って仲間(班)と出かけて欲しい。 学年別班編成なので、学年ごとに内容が進化するので、前に参加した子も楽しみにしてね。

■対　象　小学校低学年～中学生
■参加費　小学校2年生以下38000円
　　小学校3年生以上30000円
■集合　集合地から現地までの交通費が追加で必要です。新宿の場合添乗スタッフを数名に1人の割合で前泊代と交通費などを見て片道につき8000円です。（片道か往復かを選択）
　A,7:30新宿駅西口バスターミナル
　B,10:00長野駅東口
　C,信濃大町駅12:45　D　13:00現地
■解散
　A,20:00新宿駅西口バスターミナル
　B,14:15長野駅東口
　C,信濃大町駅12:45　D　11:00現地

日付	時間	プログラム
1日目	13:00 PM	集合　お昼は食べてきてね。(他の集合はお弁当持参) ・開校式～森の冒険生活にチャレンジ！ 1　森の達人から森を学ぼう。 2　森暮らしの生活準備(水を汲んだり、マキを集めたり・・・) 3　探検に出るための作戦会議
2日目	AM PM 夜	・森の達人から渡される秘密の地図とカードの使い方を森に入って学ぼう。そこで見つけたり・体験したりする指令内容が明かされる。 ・ワンナイトと呼ばれる探検の準備(1自分達で考えて道具をそろえる。2地図を見ながら作戦を立てる。3キャンプする場所など決めた予定を達人に報告する。) ・準備が整い次第、昼食をとって出発してよい。 ・ルール(誰も見捨てない。暗くなる前に食事が終わるように5時にはキャンプ地に入る。明るくなったら行動してよい。翌日の11時までには集合地「大岩」に集合する。
3日目	AM PM 夜	・指令をやり遂げて約束の11時に大岩に集合。 ・ここで最後の試練が始まる。 1数メートルの大岩をロッククライミング！仲間と力を合わせれば可能！　2三段の滝のぼり　3この近くにはカエルが集まる場所があるぞ。みんな見つけられるかな？ ・その後は天然の沢で流しそうめんとスイカ割り！ ・達人に探検の報告。 ・温泉ツアー、最後の夜の、野趣料理と楽しいイベントのパーティー！
4日目	AM 11:00	・ちょこっと早起きして、森のお掃除。キャンプの基本だよね。 ・各グループ毎に、滞在中気に入った場所に向かい、各自静かな振り返りの時間。自分が思ったこと、感じたことを手紙にし、森に贈ろう。 ・閉校式　厳しい試練を乗り越え、立派な森の民になれたかな？ ・いよいよみんなとお別れの時間。 それぞれに対しての寄せ書きタイム。解散

※天候などの状況により、スケジュールやプログラムが変更することがございます。

ジュニアサバイバー！

2012年 8月11日(土)～14日(火)3泊4日

限定15名

現地集合・現地解散

水汲み・薪割りなど生活は
こども達が計画＆準備＆実行！

森の達人より今回の指令

まずはスキルアップ＆チェック！

１最初は毒草や毒蛇、ハチなどの見分け方と予防、緊急対策・刃物の安全な使い方の実技試験だあ。ポイントは危機管理マニュアルを渡されるので、全員で対策を立てて実行しておくこと。達人から指示が出るようじゃだめだよ。（千年の森の夏キャンプが初めての子は、前の冒険キャンプに参加すれば出来るようになるので、そちらと合わせて申し込んでね！）

２　森の達人と一緒に探検に出掛けよう。森を駆け回り、岩登り、滝登りに挑戦したり・・・。安全なルートを選び、危険を回避する基本的な知識と技を確認しよう。

２日目の夕方には出発！

いよいよ冒険の始まり！森の達人の定める所定の目的地に自分たちで行って帰ってくるスーパーワンナイト。例えば半分以上登山道もない「もりくらルート」での鍬の峰1615mの往復。（登山上級コースです。A班対象）　装備や安全対策が出来てないと出発はさせない。地図が読めないとどうにもならないので、その勉強も必須。冒険とか自由という言葉にはそれなりの責任をクリアする必要があるということだ。登山の達人が同行するが、ホントに危険な時しか教えない。（内容は最終的にメンバー、講師、天候などの諸条件をみて判断されます。）

このキャンプに参加するのに必要なことは

1、仲間のために自分の出来ることすべてを行うこと
2、自分の意見をハッキリ言えること
3、必要なことは嫌いなことでも勉強すること

自然の偉大さに挑戦する戦士：ジュニアバイバーを求む！

かなりやれる君だと思うから、自然の厳しさにゴールはないことを知って欲しい。自然に限ったことではないことだしね。

そして迎えるスーパーワンナイト！

希望が多く寄せられましたので、A班（ハード）B班（ソフト）に分けて15名募集とします。

■参加条件（A班）　１事前にお電話でお話をお伺いしてからの参加となります。２事前学習の課題がでます。（地図なども問題が送られ、それを自分で調べて回答します。３　目的地は、万一の場合、救急医療を受けるまでに７，８時間を要する可能性がある場所になることを了解いただきます。　４　１０名で締め切ります。　B班　やや難易度を下げたコースと条件になりますので、ご安心を。

■対　象　（A班）小学校５，６年生限定　B班はその前後までOK
■参加費　30000円　■集合・解散　現地です。指定の特急や高速バスまで送ります。

今年から新設のコースです。

サバイバーキャンプと似ているようですが全く違います。何度も参加している子たちに合わせて作った、かなり要求のきついものになります。課題がはっきり出され、それに向かって、技術を厳しく教えますし、自分で調べたり身につけたりすることをしっかり要求されます。身体能力と学ぶ意欲が必要です。（A班）　初めての方は、前の冒険キャンプから続けての参加であればOKです。（AB班共通）

森の秘密基地サバイバー！

2012年 8月2日(木)～10日(金)8泊9日

集合は新宿・長野・現地ですが解散は現地（最寄駅）のみです！

野宿・登山・川遊び・花火・スイカ割りから基地まで
こども達が計画＆準備＆実行！

選べる冒険！指揮官はキミ達だ！

キミ達自身がキャンプを作る！

期間も長く、自分の意見を求められる。自分たちで決めたことが自分達で出来るようになり、みんなが明るく楽しくなってくる。このキャンプを通してそんなチームになれた時、「バイバー」と呼ばれるようになる。 楽しくて、厳しいキャンプに出来るかどうか、全てはキミ達次第！

森の達人より今回の指令

キャンプ前半のプログラムは・・・

まずは自分たちの入った森のことを知るため、森の達人と一緒に探検に出掛けよう。森を散策し、岩登り、滝登りに挑戦したり・・・。アウトドアの基本的な知識と技を会得しよう。

キャンプ後半はというと・・・

いよいよ秘密基地作りを開始だ！森の達人の定める所定の場所に基地を作る。**作る物は小屋でも遊び場でもよし。**

但し、材料は山の木を切り倒し、運び、皮を剥いて使うこと。

そして、後半の特徴は、食事計画も含め、自分たちで計画＆準備＆実行するところにある。秘密基地を作りつつ、生活自体を自分たちで作り上げていく。一昨年はなんと橋を再建

去年は太陽光発電タワーを作ってくれた。

「バイバー」の君に

今までありがとう。今回もまた見事やり遂げてくれると信じて、今年も待つ。（by ひろゆき＆ともさん）

このキャンプに参加するのに必要なことは

1、仲間のために労を惜しまないこと
2、自分の意見をハッキリ言えること
3、森の為、人の為になるものを作ること
4、宿題を終わらせてくること

3年前の夏は巨大な基地になった！ すごいパワーだね！

■対　象　小学校高学年～高校生
■参加費　54000円
■集合

A, 7:30新宿駅西口バスターミナル（8000円追加　B, 10:00長野駅東口(2500円追加)
C, 13:00現地

■解散　解散は現地です。また指定の特急や高速バスまで送ります。

前ページの3泊4日のジュニアサバイバー（小5・小6）との違い

サバイバーキャンプの醍醐味は、長い日数を通して、好き勝手な自由ではなく、自ら生活のルールなどを構築することで、責任のある自由を勝ち取っていく道のりです。 生活には何が必要で、何が必要でないか、ひとつひとつこなしながら体で感じていきます。 同時に自分なりに頑張る仲間達を見ることで、1人1人の存在を認めていく過程でもあります。 、

幅広く自然の姿、人の姿を受け入れ理解して欲しい・・・そんなキャンプです。（知識や経験を教われるキャンプではありません。）

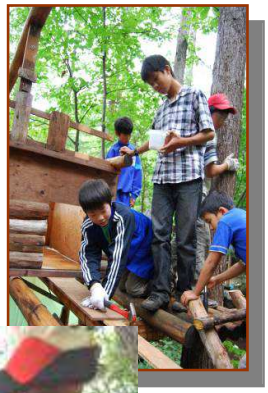
汗をかくからこそ、一緒に笑うからこそ生まれるものを信じる家族のみなさんへ・・

みんなでツリーハウス作り

8月11日(土)～13日(月) 2泊3日

大人もこどもも大集合！

現地＆最寄駅集合／解散



みんなでトンテンカン

集まった数組の親子が大人もこどもも一緒に、力を合わせて成し遂げるトムソーヤの夢の世界作りです。金づちを振るう、美味しいピザを焼く、大人もこどもも一緒に頑張る。こども同士が遊びだしたころには大人も宴会だぁ。おもいおもいに好きなことを頑張る「小さな村」が生まれます。

それぞれにチャレンジするシーンが与えられます。

	時間	プログラム
1日目	13:00 PM	集合、開校式 1　森の生活ガイダンス（みんなでお散歩＆森の生活紙芝居） 2　子供たちも、火や刃物などの扱い方を学んでおこう。 3　ツリーハウス作り作戦会議
2日目	AM 15:00 夜	いよいよツリーハウス作り！大人もこどもも自分の出来ることで頑張ろう！　小さい子たちが作業に飽きたら川遊びへ・・・ フリータイム（各自温泉へ・・・） パーティ！※酒果物はご持参下さい。 こども達にはナイトハイクや花火が待っている！
3日目	AM 11:00	ツリーハウスを作った証に、ネームプレート作成。これはツリーハウスと共にいつまでもそこに残り続けます。 自由解散！（夕方まで滞在できます）

※スケジュールやプログラムが変更することがございます。

最後の夜は、石窯ピザやローストチキン

メインはツリーハウス作り！

毎年、幼児から大人まで、一緒に遊び場となるツリーハウスを作ります。大人もこどもも、めちゃくちゃ楽しく素晴らしい家族の思い出が出来ます。日常では気付きにくい、かっこいいお父さんやお母さんの姿！たくましいこども達！家族の新しい出会いを。

森の探検や川遊びもしっかりやって、ピザを焼いたりのワイルドクッキングも楽しみ！希望の料理を！

■対　象　家族、大人向け（キャンプの達人も初めての方も手ぶらでＯＫ！
■参加費　1家族16000円+1人につき8000円（大人１人、子供一人の場合計32000円の計算です。（3才以下無料）（個人参加も歓迎！1人22000円）
前後泊は１泊につき１大人2000円こども1000円です。（風呂代、酒代は含まれておりません。各自で近隣の温泉をご利用下さい。車でお越しでない方には駅からの送迎や温泉の送迎があります。）
テントなど、キャンプ道具一式ご持参の場合は10000円引きです。詳しくはお問い合わせ下さい。

8月14日～16日　親子キャンプ　2泊3日（リピーターと前日までのこどもキャンプ参加の家族限定）

基本的には上記の日程と同じですが、ツリーハウスは飽きた人も多いので何を作るか未定のキャンプです。ともしげ案は、水力コンポストですが・・・　あと、やたら働く人がおおいので、つしつい労働時間が長くなります。

ご案内

新宿＆長野集合は、各キャンプのページをご覧ください。

■申込み締め切り：各キャンプの１ヶ月前が目安です。

■場所：長野県大町市平２１１５　森のくらしの郷
（大町エネルギー博物館近く）
最寄駅　ＪＲ大糸線信濃大町駅より車で８分

■集合/解散：１日目　１３：００現地集合
最終日　１１：００現地解散
最寄駅の信濃大町駅までは・・・
＜電　　車※片道＞新宿～信濃大町7640円　名古屋～信濃大町8140円
＜高速バス※往復＞新宿～信濃大町7400円（片道4100円）
※６月下旬、ＪＲの臨時のダイヤが発表されます。
そちらの方が都合がよろしければそちらをご利用下さい。
（ＪＲ信濃大町駅から送迎いたします。）

■参加費：各キャンプのページに記載
【参加費に含まれるもの】
食費、宿泊費、指導料、保険料、その他各キャンプにかかる費用。
現地までの交通費は別途かかります。
■連続参加の場合　２つ以上のキャンプに連続参加が可能です。間の１泊２日は食事や風呂などはスタッフと一緒に過ごせますが、基本は休日ですので、自分のことは自分でさせ、常時看ているスタッフはいませんので、小さい子などの場合には、保護者の方でお願いします。滞在費用は無料です。

■保険：イベント保険
（参加者・関係者への傷害治療・死亡保険と賠償責任保険）

■キャンセル料：万一参加の取り消しをなされる場合は右記の表に従ってキャンセル料がかかります。ご理解の程よろしくお願いします。

詳細は、ホームページにより詳しく出ています。
ホームページからの詳細資料や申込書のダウンロードも便利です。

開催日より20日前まで	参加費の20%
開催日より7日前まで	参加費の30%
開催日の前日	参加費の40%
開催日当日	参加費の50%
開催後のキャンセル または無連絡不参加	参加費の100%

割引について

☆兄弟割引（親子キャンプをのぞく）兄弟参加は２人目から5000円引きです。（下記割引が重複して受けられますが、最初にこの割引を適用して計算。）

●当会の夏季キャンプに２～３回目ご参加の方・・・・***１０%off***

●当会の夏季キャンプに４回目以上ご参加の方、もしくは既に当会に入会されている方・・・・***２０%off***

注意！申込書にご記入がない場合には、適用されません。

保護者の方へ　ご参加の注意事項
山での生活は、多少のすり傷や、虫刺されなどは防げません。（もちろん大きなケガや病気がないようには最善をつくします。）また、皮膚の弱い方、喘息など持病をお持ちの方などは、その程度により対応させていただきますが、必ず事前にお電話などでご相談ください。

もちものなど・・・
こちらから詳しい資料をお送りしますが、特別なものは必要ありません。雨具だけはお持ちでない方もご準備ください。また名前のない忘れ物は返却出来ませんのでご了承ください。（こちらでは２年生以上は、持ち物の管理も、本人に任せてしまいますので。）また、服などは泥んこになります。汚れてもいいものをお持ち下さい。）

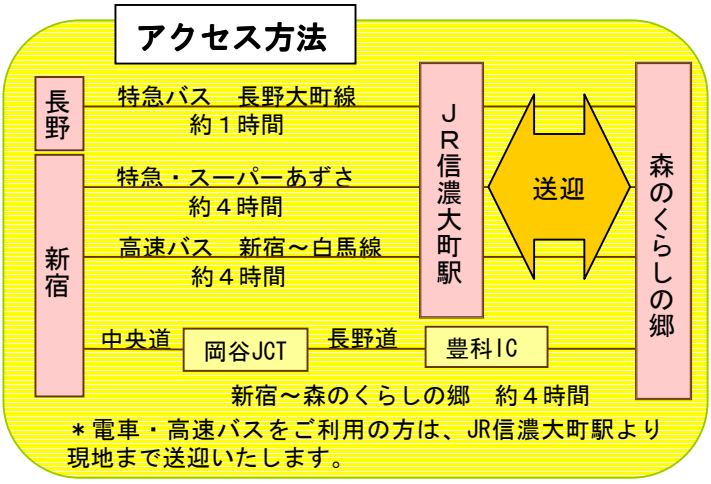
保護者の方やご家族でいらした方の宿泊コースもございます。

①子ども達とは違う小屋に寝泊りし、ゆったり、のんびりお過ごすもよし。
（小さなお子様がいらっしゃる場合にも最適！）

②地元民宿や温泉郷ホテルもよし。骨休めはどう！

キャンプ中、現場でのお手伝い大歓迎です！
事前にご相談ください。

アクセス方法



＊電車・高速バスをご利用の方は、JR信濃大町駅より現地まで送迎いたします。

お問合せ・お申込みは・・・　千年の森自然学校

〒398-0001長野県大町市平2115-2　TEL&FAX　0261-23-6860
＜メール＞info@morikura.com　＜ホームページ＞ http://morikura.com