



「ありがとう」  
笑顔がうれしい  
ボランティア活動



# 公園サポーター大募集

 国営アルプスあづみの公園 大町・松川地区



国営アルプスあづみの公園は、4つのグループからなる「公園サポーター」に支えられています。所属している方々は、経歴も興味もひとそれぞれ。これまで培ってきた経験や技術を活かしながら、この公園で新たな経験や技術を得て、サポーターさん同士の交流を通して楽しく活動されています。「国営公園でボランティア活動がしたい」「活動を通して仲間の輪を広げたい」「県内外から来るたくさんのお客様とお話ししながら楽しみたい」そんな事を少しでも思われている方、ぜひ「公園サポーター」に入会してみませんか。

# 活動グループ紹介

## 自然グループ - 森あそびの達人 -

「森の案内人」として、自然観察ツアーのガイドやネイチャーゲームのリーダーを務めます。北アルプス山麓の四季折々の動植物や史跡を巡り、**自然の不思議や自然と接する楽しさ、面白さ**を地域の子どもたちや県外からのお客さまへ伝えています。動植物への一定の見識か興味をお持ちの方、自然だけでなく人（特に子ども）と接することが好きな方大歓迎です。

活動日	主に毎週土日祝。団体対応時には平日にも活動を行います。
活動人数	13名（平成29年9月1日現在）
定番プログラム	自然散策・ノルディックウォーキング・ネイチャーゲーム
特別プログラム	野鳥観察・水生昆虫観察・スノーシュー・アニマルトラッキング



子どもたちに大人気  
森のエビフライ



幸せの青い鳥  
オオルリ



春に見られる  
カタクリの花



クイズを交えながら説明することもあります。みんな興味津々です。



月に2回、事前研修会を行っており、学びながら活動ができます。

## 食グループ - おなかも心も満たします -

**こだわりの地元食材を使用した季節の料理体験プログラム**を開催しております。一番人気の竹巻きパンでは、丸めたパン生地を竹に巻きつけて、炭火の入ったU字溝の上でじっくりと焼きあげます。料理の得意なお母さんはもちろん、火たきの得意なお父さんも大歓迎です。

活動日	主に毎週土日祝。団体対応時には平日にも活動を行います。
活動人数	12名（平成29年9月1日現在）
定番プログラム	竹巻きパン・灰、蒸しおやき・米粉ピザ・五平餅
特別プログラム	赤飯まんじゅう・朴葉もち



人気 No.1  
甘酒を使った  
竹巻きパン



信州の郷土料理  
灰やきおやき



めかくどで炊いた  
ご飯を使った  
五平餅



「竹巻きパンづくり」パン生地を竹棒に巻いていきます。



おきを入れたU字溝の上で焼いています。



# 活動グループ紹介

## 創作グループ - 森の恵みの伝道師 -

園内で採れた木の実や小枝、川砂などの身近な自然素材を使用して、**考えて作る楽しさを体感できる創作体験プログラム**を開催しております。お客さま（主に子どもたち）に対して道具の使い方や作り方の説明、自由な創作のお手伝いを行います。細かい作業や、様々な材料を工夫し物作りを行うことが好きな方大歓迎です。



どんな角度にしたら上手に回るかな？  
お客さんと一緒に試行錯誤を重ねます。

活動日	主に毎週土日祝。団体対応時には平日にも活動を行います。
活動人数	8名（平成29年9月1日現在）
定番プログラム	サンドアート・小枝のクラフト・石器づくり
特別プログラム	ギッチョカゴ・布ぞうり・ヒンメリ・竹の水鉄砲



自由度 No.1  
小枝のクラフト



公園内を流れる  
乳川の砂を使った  
サンドアート



古布を再利用！  
エコな布ぞうり



完成！！イメージ通りにできました。

## 炭焼きグループ - 緑の下の力持ち -

公園で発生した間伐材を使って、**大北地域に古くから伝わる粘土と石だけで作った手作り窯**にて炭焼きを行います。体を動かすことが好きな方、伝統文化や炭焼きについて興味をお持ちの方大歓迎です。

活動日	不定期開催。（毎月1回程度）
活動人数	9名（平成29年9月1日現在）
主な活動	薪の立て込み、炭出し

○森の循環



公園内の間伐材

炭焼き



出来上がった炭は  
食体験にて使用



↑窯の写真。  
火入れの際は  
煙がもくもくと  
出ます。

### <国営アルプスあづみの公園の概要>

国営アルプスあづみの公園は、長野県北西部の北アルプス山麓に広がる日本の原風景とも称される美しい田園風景に恵まれた安曇野南部の「堀金・穂高地区」と北部の「大町・松川地区」からなり、国民の多様なレクリエーション需要に対応することを目的に、国土交通省が整備しています。全体テーマは“自然と文化に抱かれた豊かな自由時間活動の実現”で、各地区によりコンセプトが異なり、「堀金・穂高地区（約100ha）」は《入門体験パーク》、「大町・松川地区（約253ha）」は《総合体験パーク》として、お客様の年齢や目的等により、お選びいただくことができる公園です。

# 公園の四季

北アルプスの麓に抱かれた“あづみの公園”は、四季折々の自然の魅力であふれています。豊かな自然を身近に感じながら、サポーター活動に取り組んでみませんか。

春



おだやかな陽気の新緑の中、樹木の花を眺めたり、野鳥のさえずりに耳をすませます。

夏



乳川のひんやりと冷たい清流で川遊び。川の中にはどんな虫がいるかな？水生昆虫観察を楽しみます。

秋



森が色づき、紅葉狩りの季節です。様々な形の木の実は、工作体験で素敵なオブジェに変身します。

冬



スノーシュー体験で体はぽっかぽかに。運動した後は出来たて熱々の米粉ピザを食べましょう。

## お客さまからの一言

サポーター活動をしていると、お客さまから嬉しいお言葉をいただくことがあります。沢山寄せられたお声の中から、二つ、ご紹介いたします。

### 食・クラフト体験に参加して

みんな優しく笑顔で教えてくれて、初めてのパンづくりや、工作も上手にできました。おじちゃん、おばちゃんありがとうございました！！



### 自然散策に参加して

きれいな清流や森林など自然の良さを体験できました。歩道が落ち葉やチップの上で柔らかく歩きやすかったです。自分たちだけでは行くことのない所を案内して頂き、大人だけでなく、子どもも興味のあることばかりで楽しめました。また遊びに来たいです。



## 動画で紹介

あづみの公園で開催している体験プログラムを動画で紹介しております。動画でしか見ることの出来ない実際のお客さまの姿、サポーターさんの活動風景を是非ご覧ください。



## お申し込みについて

**まずはお電話にてお問い合わせください。ご連絡お待ちしております！**

○**募集期間**：年間を通して、随時募集を行っています。見学や体験も大歓迎です。参加ご希望の方は、公園管理センターまでお気軽にお問合せください。

### ○お申込み / サポーター登録の流れ

問合せ

お電話にて公園管理センター 公園サポーター担当者までお問い合わせください。

見学

希望グループの体験プログラムを見学していただくことができます。ご希望の日時をご相談ください。※複数グループも可。

登録

所定の用紙にご記入・ご提出いただき、サポーター登録をさせていただきます。登録後2か月間（8日間程度）は研修期間となり、ガイドの仕方など、公園スタッフや先輩サポーターさんが丁寧にお教えいたしますので、初めての方も安心してご活動いただけます。

○**活動費支給**：研修終了後は活動日数に応じた活動費と交通費の支給があります。

**お申込み・お問合せ先：アルプスあづみの公園大町・松川管理センター**

**〒398-0004 長野県大町市常盤 7791-4**

**TEL (0261) 21-1212 (9:30 ~ 17:00/ 休園日：毎週月曜日)**