

## 「ととのうキャンプ」

### 開 催 要 項

- 1 趣 旨 食事の摂り方や運動不足、睡眠などに悩む児童が、長期キャンプを通じて生活改善に関する体験活動を行うことにより、健やかな生活を送ろうとする意欲を高めます。食事や運動、睡眠など基本的な生活習慣を見直し、自らの健康状態を自覚するとともに、健康の増進に努めます。
- 2 主 催 独立行政法人 国立青少年教育振興機構 国立信州高遠青少年自然の家
- 3 協 力 富士見パノラマリゾート／KAGOME 富士見ファーム／廣勝寺／上伊那農業高等学校(予定)  
伊那市総合型地域スポーツクラブ／ゆ〜とろん水神の湯／SUWA NO WA／ハヶ岳食堂  
名小路麻実子氏(ヨガ)／倉田美穂氏(フラダンス)
- 4 ゲスト 菊池彩花氏(平昌オリンピック・スピードスケート女子チームパシュート金メダリスト)予定
- 5 期 日 令和8年9月19日(土)～23日(水・祝) 4泊5日
- 6 場 所 自然の家 および 諏訪湖エリア  
※集合は、19日(土) 10:30(自然の家) または 9:30頃(JR茅野駅)を予定しております。  
※解散は、23日(水・祝) 15:00頃(自然の家) または 16:00頃(JR茅野駅)を予定しております。  
※交通案内等詳しくは、「参加決定通知書」にてご案内いたします。
- 7 募 集 ①対象と定員 小学校3年生から小学校6年生 24名程度  
※参加希望多数の場合には、地域・年齢・男女比等により選考・抽選させていただきます。  
  
②募集締切 令和8年8月21日(金)17時  
※締切り後に参加者を確定し、8月24日以降「参加決定通知書」を送付いたします。  
※抽選の結果は、可否にかかわらずメールでお知らせいたします。  
いずれかの結果通知がない場合は、ご連絡ください。(niye.go.jp から受信できる設定にしてください)  
  
③申込み方法 右下のQRコードからアクセスし、Web上の申込フォームよりお申込ください。  
(当所のWebページからも申込可能です。)
- 8 参加費 25,000円(施設使用料、食費、保険料、教材・資料代、入館料、体験料、おやつ代等)  
※返金はいたしかねますので、予めご了承ください。  
※申し込み後にキャンセルされる場合は、期間によりキャンセル料が発生いたします。

## 9 日程

| 日程      | 午前                           | 午後                                  | 夜間     |
|---------|------------------------------|-------------------------------------|--------|
| 9/19(土) | 自然の家集合 10:30 (茅野駅 9:30)      | 農業高校で食育調理実習                         | まとめの活動 |
| 9/20(日) | 「入笠山ハイキング」                   | 「温泉入浴」「野菜学習」                        | まとめの活動 |
| 9/21(月) | チャレンジウォーク「諏訪湖1周ランブリング」「温泉入浴」 |                                     | まとめの活動 |
| 9/22(火) | 「坐禅」「ヨガ」                     | 特別講話「カラダを整える話(予定)」「フェアウェルパーティ」      |        |
| 9/23(水) | 「フラダンス」                      | まとめの活動／自然の家解散 15:00、茅野駅解散 16:00(予定) |        |

※気象状況等により、プログラム内容が変更になる場合があります。予めご了承ください。

10 お願い ○本事業ではより良い事業にするために、アンケートや調査のご協力をいただく場合があります。ご了承の上、お申し込みください。

○本事業中に撮影した写真・動画や制作物、感想文等を事業報告書や広報等に使用し、Web ページにも掲載することがありますので、ご了承ください。また、参加申込書等にご記入いただいた内容につきましては、本事業のために使用し、他の目的で用いることはありません。

## 11 お問い合わせ・お申し込み

独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立信州高遠青少年自然の家

〒396-0301 長野県伊那市高遠町藤沢6877-1 (担当:阿部・百瀬・雨宮)

【TEL】0265-96-2525 【FAX】0265-96-2151 【E-mail】takato@niye.go.jp

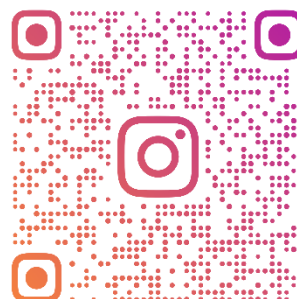
【ホームページ】<https://takato.niye.go>

### 【お申し込み】

<https://forms.cloud.microsoft/r/EguQrKk4Tt>



<申し込みフォーム>



SHINSHU\_TAKATO