

車でのアクセス……名古屋から高速道路で約2時間、東京から約3時間、大阪から約4時間  
リニア中央新幹線…名古屋から20分、東京・大阪からいずれも40分で長野県内に到着。(伊那市へはそこから車で約40分)

信州

「生きる力」と「豊かな心」を育む

# 伊那市教育旅行 体験プログラムGUIDE

ガイド

農林業体験 / 自然・環境体験 / 食・歴史・文化



パノラマ伊那市

伊那市役所 観光課・伊那市観光協会事務局



# 農林業体験



## ますみヶ丘平地林 林業体験

ますみヶ丘平地林は面積約68haで、標高860m~900m。樹種はアカマツが70%を占め、他にヒノキ・サワラ等の針葉樹、コナラ等の広葉樹が混生し、県下有数の平地林です。ミヤマシジミやヒメシジミといった絶滅危種も生息しています。自然豊かな平地林で様々な植物や昆虫と出会い、木々の息吹を感じながら林業体験をしませんか？

40名 1~3時間 通年

# 自然・環境体験



## 南アルプスジオパーク探検

ジオパークとは、地球活動の遺産を主な見所とする自然の中の公園です。南アルプス(中央構造線エリア)ジオパークでは、特色ある「プレートの沈み込み」にまつわる様々な現象を一挙に観察することができる、貴重な体験が可能です。大地を動かす地球の偉大なエネルギーを全身で味わってください。

25名 2時間~ 4~12月



## 鹿防護柵設置作業体験

現在、南アルプス地域を中心とした山々では、鹿による食害等が増加しています。里山を食害等から守るため、防護柵を設置します。自然との共生を肌で感じることができる、貴重な体験です。

40名 1~3時間 4~9月



## アルストロメリア栽培・出荷体験

長野県上伊那エリアは全国一のアルストロメリア切花生産地域です。花はカラフルで用途のバラエティーに富み、市民の皆様からも愛されている花です。花卉栽培の現場を体験してください。

30名 1時間 通年



## 南アルプスジオパーク化石発掘体験

1億年前の地層から化石を採集。恐竜時代の海の生き物の化石に触れ、大地のダイナミックな動きと遙かな時の流れを感じましょう。

30名 1時間 通年



## 星空観察

澄みきった信州・伊那谷の空に満点の星空が広がります。望遠鏡を使った観察もできます。

30名 4~6時間 5~10月



## 秋葉街道ウォーキング

古道・秋葉街道は秋葉神社に続く道。歴史と文化の道を歩き、思いを馳せましょう。

50名 1.5時間~ 4~10月



## 昆虫観察

伊那市は珍しい昆虫の宝庫。日本一小さい「ハッチョウトンボ」や渡り蝶の「アサギマダラ」等。



30名 1時間~ 5~10月



## 天下第一の桜 育成保護体験

天下第一の桜、高遠城址の管理や世話を体験できます。実際にツアーも可能です。

応相談 応相談 通年



## 田植え体験

美しい2つのアルプスを背に、自分の手で苗を植えてみませんか？

50名 3時間 4~6月



## 稲刈り体験

鎌を使って、自分の手で稲を刈ることができます。お米の大切さも改めて学ぶことができます。

50名 3時間 9~11月



## 旬な野菜・果物収穫体験

イチゴやリンゴ、ブルーベリーやアスパラガスにスイートコーン等、四季折々の新鮮な農産物を収穫できます。

応相談 1時間 1~11月



## ラフティング

天竜川で迫力あるラフティングを体感してください。自然環境体験だけではなく、力を合わせてボートを進めるチームワークも高まります。

応相談 6時間 5~6月



## 南アルプス林道バス

伊那市長谷から北沢峠までを結ぶ林道バス。野生動物や高山植物との出会いがあります。

応相談 2時間~ 4~11月



## スキー・スノーシュー教室

初心者でも、安心・安全に雪とふれ合うことができます。皆様の「雪デビュー」を応援します。

50名 2時間~ 12~3月



**「信州そば発祥の地」そば打ち体験**

伊那市は、そば伝説の里の「行者そば」と高遠藩主が親しんだ「高遠そば」が昔から食されてきました。伝統のある歴史の味を体験してください。「辛つゆ」と「焼味噌」で食べれば、より本格的な味を楽しめます。

40名 1~4時間 通年



**高遠焼 工芸体験**

文化9年より受け継がれる伊那市高遠町の伝統工芸。釉薬を二重掛けしてあるという所が一番の特徴です。タカトオコヒガンザクラにちなんだ美しい桜色の桜釉も使われます。

60名 2時間 4~11月



**孝行猿の物語 (紙芝居)**

伊那市長谷地域に古くから伝わる「孝行猿」。地域に残る貴重な民話を表現豊かにお話します。

応相談 1時間 通年



**おやき作り**

信州の郷土食として愛され続けている「おやき」。伊那地方では、米粉を使ったおやきも人気です。

40名 1.5~3.5時間 通年



**太鼓で遊ぼう**

和太鼓をととして地元で活動する劇団との交流もできます。

30名 1時間 通年



**ユカイナを作って吹こう**

愉快地作る、四角いオカリナ。出来上がったら温かみのある自然の音色を奏でましょう。

50名 2時間 通年



**はた織り体験**

古布を使った「さき織り」など、昔からの生活の知恵を伝授します。

応相談 0.5時間 通年



**史跡めぐり**

城下町高遠を中心に、南アルプスや伊那街道など、歴史と文化をご案内します。

応相談 応相談 通年

体験モデルコース

春

9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
1日目		昆虫観察		昼食		田植え体験		夕食・入浴		紙芝居	
2日目	ますみヶ丘平地林 林業体験			昼食		収穫体験(イチゴ・アスパラガス)					

アスパラガス収穫体験



夏

9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
1日目		ジオパーク探検		昼食		化石発掘体験		夕食・入浴		星空観察	
2日目	鹿嶺高原(軽ハイキング)			昼食		ラフティング or 川流れ					

鹿嶺高原

川流れ



秋

9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
1日目		稲刈り		昼食		秋葉街道ウォーキング		夕食・入浴		星空観察	
2日目	南アルプス林道バス			昼食		収穫体験(リンゴ・ブドウ等)					

リンゴ収穫体験



冬

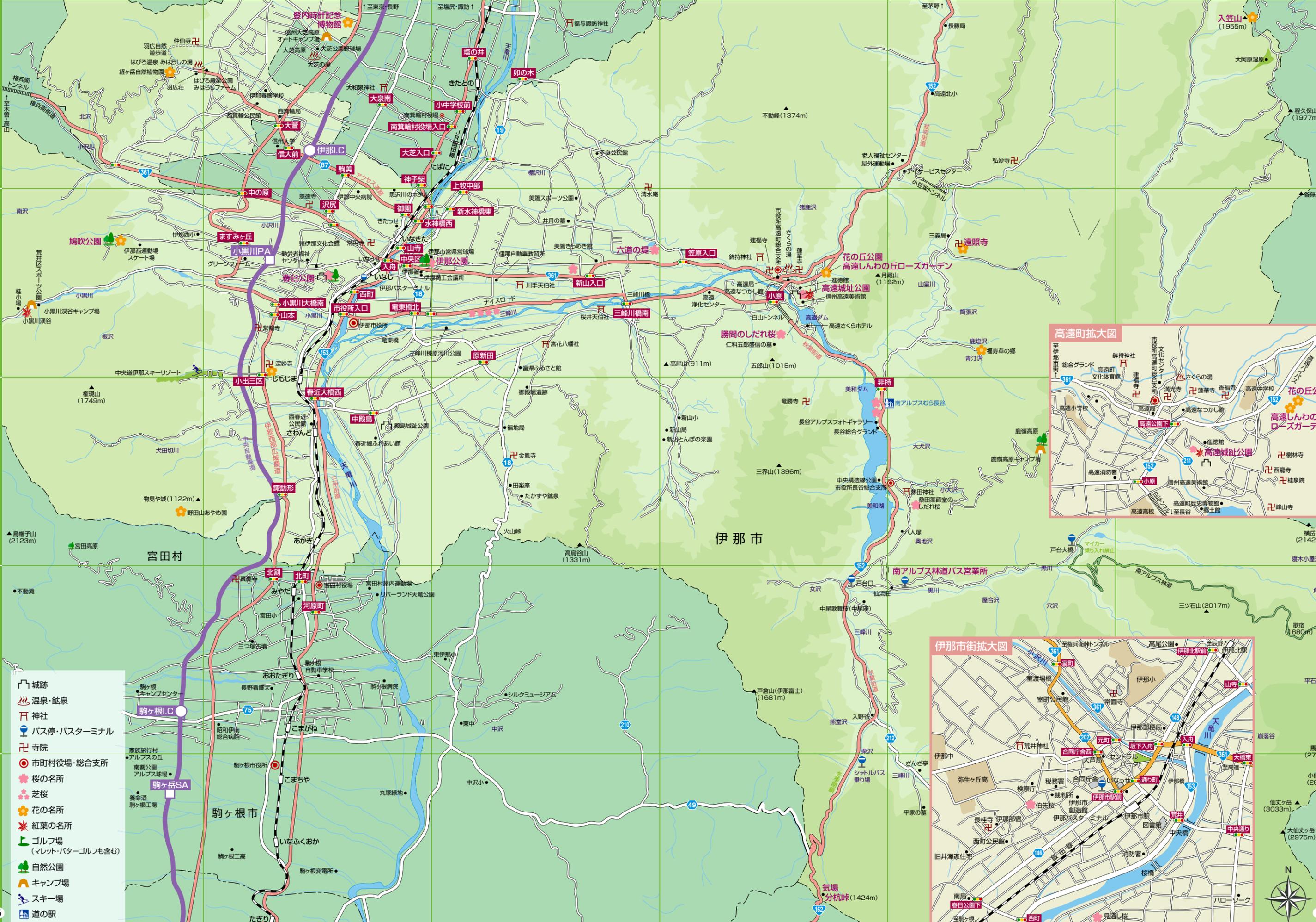
9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
1日目		スキー教室(基礎)		昼食		スキー教室(実践)		夕食・入浴		紙芝居	
2日目	スノーシュー			昼食		おやき作り					

雨天時

9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
		美和ダム探検		昼食		そば打ち		夕食・入浴		紙芝居	
	おやき作り			昼食		ユカイナ作り・演奏					

美和ダム探検





- 城跡
- 温泉・鉱泉
- 神社
- バス停・バスターミナル
- 寺院
- 市町村役場・総合支所
- 桜の名所
- 芝桜
- 花の名所
- 紅葉の名所
- ゴルフ場  
(マレット・バターゴルフも含む)
- 自然公園
- キャンプ場
- スキー場
- 道の駅

