

2026飯山サマーキャンプ タイムテーブル

時間	項目	内容
1日目		
9:50	長野駅出発組集合・点呼・出発	切符（自由席）を買って、JR長野駅新幹線改札口前に集合してください。 長野駅発10:17 はくたか555号で飯山に向かいます。（スタッフが同乗します） ※帰りの切符は、次のいずれかでお願いします a) 出発の時に一緒に買ってお子さんに持たせる b) 出発の時に一緒に買って当社スタッフに預ける c) 切符のお金をお子さんに持たせる
10:40	JR新幹線飯山駅集合	現地集合の方と合流して、タクシーに分乗で現地へ
11:00	オリエンテーション	キャンプの説明・注意点の確認、チーム分け、自己紹介（チーム内）、レンタルタブレットの配布、モバイルWiFiの設定などを行います
11:30	昼食/焼きそば 後片付け	焼きそばを作ります。準備・片付けをみんなで協力して行います
13:30	テント設営・荷物片付け・準備	手分けしてテントを設営。荷物を片付け、次の準備をしつつ、休憩をとります
14:30	ツリーハウス探検 ネイチャーギャラリー サウンドハンティング	チームごとにツリーハウスを見学します 自然にある枝や草花、樹皮などを使って写真を撮るときに使うフレームを作ります 時間のある人は、自然の中のさまざまな音を録音します
16:00	火おこし体験 夕食作り/カレー、サラダ 夕食	火打ち石（スチールマッチ）で火を起こします。小さな火花から薪を燃やすまで大きくしていきます。 その火で、大きな羽釜でご飯を炊いて、夕食のカレーを作ります。 準備も片付けもみんなで協力して行います。
18:30	入浴	温泉施設に移動してお風呂タイムです（施設のマイクロバスで移動）
20:00	星空観察 1日の振り返り	周りが真っ暗な中で輝く星々を観察します。
21:00	就寝	おやすみなさい。。。。
2日目		
6:00	起床・昆虫採集・サウンドハンティング	朝活動している虫たちの観察や、自然の音に耳を澄ませて録音します。
7:00	朝食、休憩	朝食の準備をして朝食 みんなで協力して片付けます
8:30	野菜収穫体験	近くの畑で夏野菜を収穫します。収穫した野菜はその日のお昼や夕食でいただきます。
9:30	お弁当作り	収穫した野菜や釜で炊いたご飯でお昼のお弁当を作ります。

時間	項目	内容
10:30	旧道トレッキング	自分で作ったお弁当を持って、昔の人々が使っていた山の中の道（旧道）を探検します。見晴らしのいい場所で、景色を見ながらお弁当を食べます。
13:00	ゆっくり休憩	たくさん歩いたので、戻ったら木陰でゆっくり休憩をとります
14:00	木工体験1 ミニバレルハウスづくり	樽の形をしたおうち（バレルハウス）のミニ版を大工さんの指導のもと作ってみます。
16:30	夕食の準備、夕食、片付け	みんなで楽しくBBQで夕食です。
18:30	入浴	温泉施設に移動してお風呂タイムです（施設のマイクロバスで移動）
20:00	花火、カブトムシ捕り	みんなで花火をしたり、光に集まるカブトムシを捕まえたりして楽しく夜を過ごします。
21:00	就寝	おやすみなさい。。。。
3日目		
6:00	起床・散歩、サウンドハンティング	目を覚ましたら、周りを散歩してカラダを起こします。気が付いた自然の音を録音します
7:00	朝食、休憩	朝食の準備をして朝食 みんなで協力して片付けます
8:30	木工体験2 かんなで箸&マスコットづくり	大工さんの指導のもと、かんなで箸を作ったり、かんなクズでマスコットを作ったりします。
10:00	キャンプのまとめ	撮影した写真や動画を使って、キャンプのまとめやビデオクリップを作ってみます。
11:30	昼食準備、昼食、片付け	お昼をみんなで作って食べます
12:30	終了式・写真撮影、帰宅準備	荷物をまとめて、写真撮影・終了式を行います
13:30	現地出発	タクシーに分乗して飯山駅へ
14:00	JR新幹線飯山駅解散	現地解散の人はここでお別れ、長野駅に戻る人はスタッフと一緒に新幹線で戻ります。 飯山駅発14:13 はくたか564号 長野駅着14:24 ※帰りの切符は、次のいずれかでお願いします a) 出発の時に一緒に買ってお子さんに持たせる b) 出発の時に一緒に買って当社スタッフに預ける c) 切符のお金をお子さんに持たせる
14:30	JR長野駅解散	JR長野駅新幹線改札口出口で解散です