



# たまには アウトドア ライフ

鉱山周辺は、森や川で遊べる魅力的なフィールドがたくさんあります。  
たまには、非日常のアウトドアを気軽に楽しみませんか？



**5/6 (火・祝)** 参加費 おひとり500円 定員:10名 ☆☆☆

**知る人ぞ知る秘湯**  
**川又温泉トレッキング**  
10:00~13:00

森を歩き、川を渡って「川又温泉」を目指します。

【集合場所】ふおれすと鉱山  
【持ち物】長靴、長袖、長ズボン、リュック、帽子、手袋、レインウェア（上下）、飲料水、行動食、タオル、昼食など



**8/20 (水)** 参加費 おひとり2,000円 定員:10名 ☆☆☆

**じゃぶじゃぶ  
「リバトレ」**  
10:00~13:00

ライフジャケットとヘルメットをつけて鉱山町の川を歩きます。

【集合場所】ふおれすと鉱山  
【持ち物】沢靴（レンタルあり）、ライフジャケットと、ヘルメット（レンタルあり）、レインウェア（上下）、リュック、帽子、サングラス、防寒着（フリースなど）、手袋、飲料水、行動食、昼食、持病薬、着替え、  
※終了後、ご希望の方はシャワーに入れます。  
※レンタル：沢靴500円/ライフジャケット、ヘルメット無料



**10/17 (金)** 参加費 おひとり1,000円 定員:10名 ☆☆☆

**たき火料理  
ダッチオーブンで  
スコーンとスープ**  
10:00~12:30

たき火の中にそのままいれることができる鉄鍋のダッチオーブンでお菓子とスープを作ります。

【集合場所】ふおれすと鉱山  
【持ち物】エプロン、マスク、革手もしくは面素材の軍手  
※たき火で調理しますので、綿素材の上着、ズボンがおすすめです。



**2/4 (水)** 参加費 おひとり3,500円 定員:10名 ☆☆☆

**鉱山で「味噌づくり」と  
ちょっぴり味噌ランチ**  
10:00~12:30

毎日食べるお味噌を自分でつくってみませんか！

【集合場所】ふおれすと鉱山  
【持ち物】エプロン、マスク、4ℓ以上のフタ付き容器、煮込んだ大豆  
※事前に材料をお渡ししますので、前日に煮込んでお持ちください。



**3/11 (水)** 参加費 おひとり2,500円 定員:10名 ☆☆☆

**スキーで行く  
「残雪の三段の滝」**  
10:00~15:00

歩くスキーまたはネイチャースキーで三段の滝まで行ってみましょう！（片道約4km）

【集合場所】ふおれすと鉱山  
【持ち物】歩くスキーまたはネイチャースキー（レンタルあり）、リュック、帽子、サングラス、防寒着（フリースなど）、手袋、飲料水、行動食、昼食、持病薬など  
※レンタル料込み：歩くスキー、ネイチャースキー、ポール




登別市ネイチャーセンターふおれすと鉱山  
（指定管理者：NPO法人モモンガくらぶ）  
〒059-0021 北海道登別市鉱山町8番地3 TEL：0143-85-2569  
mail:kouzan@npo-momonga.org URL:https://forestkouzan.org

ツアーレベル ☆☆☆☆ 体力不要  
☆☆☆☆ 散歩程度  
☆☆☆☆ 体力のある方  
☆☆☆☆ ガッツがある方