

# 屋外での過ごし方・プレイタイムの紹介

\*ここで紹介しているのは、一例です。現在実施中の催しは、トップページ「新着情報」をご確認ください。

## 自由に あそぶ

幼い頃から「たくさんの自然に触れてほしい」との願いから、こどもの城の周りには、自然がいっぱい！ぜひ自由に散策して、「五感」をいっぱい使って遊んでください。

\*屋外の地図は、「施設・交通案内」ページの「屋外マップ」をご覧ください。

### 0歳から自然に触れよう！

赤ちゃんは、全身で周りの様子を感じています。「まだ小さいから…」なんて言わず、ぜひ外に出てみましょう。木漏れ日、頬をなでる風、葉ずれの音…ちょっと外に出るだけでも、五感を刺激する要素がたくさんです。草原に寝転がったり、木陰でお弁当を食べたり、できることから始めてみてください。

### おすすめの服装

基本の服装は、長そで、長ズボン、運動靴、帽子。汚れてもよい服に加え、着替えも数着あると、思いっきり遊ぶことができます。水分補給用の飲み物もあるとバッチリです。

### 季節のいろんな自然

四季折々、たくさんの「いのち」が森で待っています。



## プレイタイム に参加する

体験や交流へのいざないとして、毎日様々なプレイタイムを実施しています。ふらっと参加して、新しい発見や出会いを楽しんでください。予告なしに、その場で突然始まるものもあります。

午前：11:00頃～  
午後：14:15頃～

### 平日（主に乳幼児向け）

- ・さんぽ
- ・外あそび

### 季節もの

- 春：菜の花さんぽ
- 夏：じゃぶじゃぶ池の水あそび
- 秋：コスモスさんぽ
- 冬：たき火、やぶ歩き

### 木曜（森の日）

- ・ぶち森のじかん
- ・森のじかんピギナーズ

### 土日祝日

- ・白木峰忍者塾
- ・大縄跳び など



たき火



外あそび



ぶち森のじかん

### 親子で森へ！「森のじかん」シリーズ

\*詳しくは、別紙「森のじかん」のお知らせをご覧ください。

#### 森のじかんピギナーズ

ベビーカーでもOK！周辺をゆっくりお散歩します。

毎週木曜 +できる時  
14:15～（1時間程度）  
どなたでも

#### ぶち森のじかん

雨でもカッパを着て外へ！  
いろんな自然に触れる時間。

毎週木曜  
10:00～12:00  
幼児と保護者 先着 15名

#### 森のじかんスペシャル

お弁当を持って、1日森で遊びます。

土日祝日（年4回）  
10:30～14:30  
幼児を含む家族 8家族

#### 森のじかんツキイチ

1年間、同じメンバーで森遊びの経験を重ねます。

第3火曜（年12回）  
10:30～14:00  
幼児と保護者 5家族

## プレイタイム に予約して 参加する

プレイタイムの中には、事前に予約ができるものがあります。参加する時間を確保し、気持ちや服装・道具をしっかりと準備する必要がありますが、ねらって来る分、試行錯誤や繰り返しの機会になりやすく、体験をより深められるのが特徴です。

### 夜の森

ライトを一切使わずに、夜の森を歩きます。五感を研ぎ澄まし、「闇」を体験する、静かでゆっくりとした時間です。

19:30～21:00

月に1度程度（満月や新月の日）



### アドベンチャーワールド

ひみつ基地作り、開墾、登山、沢あそびなど、様々な野外活動にチャレンジします。小学生以上向け。

10:00～15:00

月に1度程度（土日祝日）



### その他（主に土日祝日）

- ・ふるさとハイク
- ・アウトドアクッキング
- ・防災デイキャンプ
- ・恵みの森収穫祭 など

