



# 奥多摩アウトドア体験・第1回 (アウトドアクッキング①)



**6月13日(土)~14日(日) [1泊2日]**

**今年もやります!! アウトドアクッキング!!**

魚を使って、お肉を仕込んで、ダッチオーブンなどを使って楽しいクッキング。滞在中のお食事の支度はもちろん、お土産づくりも皆さんで行っていただきます。

集 合
6月13日(土)
10時00分
JR奥多摩駅前

※自家用車の場合は10時20分までに森の家へご来所ください。

解 散
6月14日(日)
15時00分
JR奥多摩駅前

参加費
大人 14,000円
中高生 12,500円
宿泊費・食事代(4食) 教材費・傷害保険料・指導料

※当日ご持参ください。釣銭のないようにご協力をお願いします。

※全日程参加できる方が対象です(途中の参加等はできません)のご了承ください。

※同封の参加確認書にご記入のうえ、期日までにご返送をお願いいたします。

※持病及び既往症のある方は、必ず医師の指示に従ってください。参加確認書へのご記入もお願いいたします。

※参加確認書ご提出の有無にかかわらず、前々日の午後1時以降のキャンセルにつきましては食事代等のキャンセル料が発生しますのでご注意ください。

※食物アレルギー等に対するメニューのご提供はしておりませんので、あらかじめご了承ください。

※管理者の許可のある場合を除き、以下の森林の産物の採取、持ち出し、持ち帰りを禁止いたします。

- ①下草、落葉、落枝、樹実及び菌類の類
- ②手入れのために伐採する樹木及び枝条の類
- ③土石及び根株、森林内に生息する動植物類、その他森林より産出されるもの



## 「柵寄森の家」

宿 泊

★男女別相部屋となります。館内禁煙ですのでご協力をお願いします。

★携帯電話は一部入りにくい機種があります。カード専用公衆電話機が設置してあります。

★館内には給茶機(水・お湯・お茶)が設置してあります。飲料販売もあります。

★シャンプー・ボティソープは常備していますが、洗面用具・タオル類はございません。

# 奥多摩アウトドア体験・第1回(アウトドアクッキング①)

※天候・現地の状況等によりプログラムは変更することがありますのでご了承ください。

6/13(土)

10:00	JR奥多摩駅前集合(マイクロバス) ⇒ 栃寄森の家
10:20	森の家着 受付
10:40	ガイダンス(行程説明・スタッフ紹介・参加者自己紹介)
11:00	お昼ご飯作り 昼食
13:00	マイクロバスで移動して、町内の釣り場で虹マスをゲット!
16:00	森の家に戻って、夕食作り
18:00	夕食 (屋外でバーベキューを楽しんで頂きます)
20:00	入浴 休憩
22:00	就寝消灯



6/14(日)

6:30	起床・着替え・室内清掃・荷物整理
7:30	みんなで朝食作り! ※朝食作りの前に不要な荷物をまとめて会議室に移動してください。
8:30	朝食!!
9:30	アウトドアクッキング開始 ダッチオーブンなどを使った料理に挑戦
11:00	お昼ご飯作り 昼食
13:00	アウトドア料理の仕上げ!
14:00	片付け・アンケート記入
14:40	森の家発(マイクロバス) ⇒ JR奥多摩駅
15:00	JR奥多摩駅前解散



## 持ち物等

リュック	活動に必要な持ち物・貴重品等の入る大きさ	筆記用具	メモ用	着替え	着替え・寝間着等
バッグ	活動に不要な荷物を入れるバッグ・サブバッグ等	水筒	必要量	洗面用具	歯ブラシ・タオル等
手袋	軍手	雨具	カッパ	マグカップ	食堂で使用する湯のみ茶碗またはマグカップ等
各自のご判断でご用意ください		健康保険証・救急用品・常備薬・サングラス・日焼け止め・虫除けスプレー・帽子			

※野外活動時は、汚れても良い服、滑りにくい靴でご参加ください。

※釣竿はこちらで用意しますので不要です。

東京都奥多摩都民の森(体験の森)管理事務所 〒198-0222 東京都西多摩郡奥多摩町境654番地

TEL 0428(83)3631 FAX 0428(83)3633

Eメール oku-mori@axel.ocn.ne.jp

ホームページ <http://www.tomin-no-mori.jp/>

休館日 毎週月曜日・12月29日～1月3日

(ゴールデンウィーク・夏休みおよび10月と11月は無休/月曜日が休日の場合はその翌日)

お問合せ時間 午前8時30分～午後5時00分