

くわどり市民の森

イベントスケジュール

2026

4.29
OPEN

過ごし方はいろいろ！
自分の楽しみ方で
森を満喫しよう



くわどり市民の森は
「水源の森」です

上越市の西部中山間地・桑取谷の最奥に位置しています。エリアの一部にはブナの原生林が広がり、上越市の水道水源保護地域に指定されています。湧水なども多く「水源の森」を体感することができます。

イベント

- * イベントの集合場所は親水公園（裏のマップ参照）
- * 申込締切はイベント開催日の3日前
- * 参加費：基本500円（保険料込み）未就学児無料（小学生以下保護者同伴）
- * 詳細はHPをご覧ください。

5月 R8開園記念特別イベント

親子で
たのしもう！

- 3日～5日の3日間：焚き火で焼きマシュマロ体験、ピザ焼き体験、大きなノコギリで丸太切り体験など
- 5日：子育て相談コーナー “アドラー心理学”講師の江村さんが来園、お話ししましょう！
- 5日：サンキャッチャーづくり いろんな材料を使って、サンキャッチャーを作りましょう！



4月 春の森散策会

動物の痕跡や早春の植物を観察しながらのんびりと散策を楽しみます。

日時：4月29日（水祝）9:00～15:30
定員：20名（申込順）受付4/5～
講師：倉又さん、笠原さん、外立さん
（きらら自然の会）



5月 野鳥観察会

野鳥のさえずりを聞いたり、観察したりしながら、新緑の森を散策します。双眼鏡を持参下さい。

日時：5月9日（土）8:00～12:00
定員：20名（申込順）受付4/5～
講師：古川 弘さん（上越探鳥の会）



5月 ヨガ体験会

新緑のブナ林の中で、ヨガを行います。

日時：5月10日（日）10:00～12:00
定員：10名（申込順）受付4/5～
講師：宮川 彩さん
体験料：1,000円



5月 春の植物観察会

春の植物を観察しながら、新緑の森を散策します。

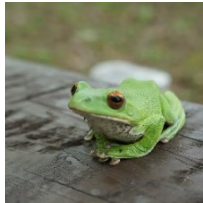
日時：5月16日（土）9:00～15:30
定員：20名（申込順）受付4/5～
講師：谷 友和さん（上越教育大准教授）



5月 カエルと水生昆虫観察会 ＋ミニ木工作体験

モリアオガエルのたまごや水生昆虫、クロサンショウウオなどを観察します。

日時：5月31日（日）9:00～12:00
定員：15名（申込順）受付5/6～



6・7月 夏の昆虫観察会 ＋ミニ木工作体験

夏の森にいるいろんな昆虫を採集して、観察します。

日時：6月28日（日）
7月 5日（日） 9:00～12:00
※両日とも同じ内容です
定員：両日15名（申込順）受付6/5～



9月 秋の昆虫観察会 ＋ミニ木工作体験

バッタやトンボなど秋の昆虫を採集して、観察します。

日時：9月27日（日）9:00～12:00
定員：15名（申込順）受付8/6～



10月 秋の植物観察会

秋の植物を観察しながら、仲秋の森を散策します。

日時：10月4日（日）9:00～15:30
定員：20名（申込順）受付9/5～
講師：谷 友和さん（上越教育大准教授）



10月 きのこと観察会

市民の森に生えるきのを観察します。

日時：10月23日（金）9:30～15:00
定員：20名（申込順）受付9/5～
講師：滝沢 博さん（魚沼きのこの会）



11月 秋の森散策ツアー

紅葉の美しい森と市民の森の眺望ポイントを周りながら景色を楽しみます。

日時：11月3日（火祝）9:30～14:00
定員：20名（申込順）受付10/6～



11月 森の感謝祭イベント

秋を楽しむ特別イベントをします。焚き火を使った焼きマシュマロやピザ焼き体験、薪割り体験など、お楽しみが盛り沢山！

日時：11月8日（日）
10:00～15:00



11月 山野草アレンジメント

市民の森に生えている山野草をつかって、アレンジメントをします。

日時：11月10日（火）9:30～12:00
定員：15名（申込順）受付10/6～
講師：古川 美智子さん
体験料：700円





森のクラフト体験



月ごとのクラフト体験

- * 開催場所：市民の森管理棟内
- * 開催日時：土・日・祝日の10:00~15:30で随時開催
- * 参加費：1回500円

GW 「こいのぼりキーホルダー」

レーザー彫刻でオリジナルのこいのぼりを作ろう！



開催日：4/29・5/2~6

5月 「草花のたたき染め」

森の植物を採取して、バッグやマットに染めてみよう！



開催日：5/9からの土日

6月 「苔テラリウム」

インテリアとして人気の苔テラリウムを作ります。



7月 「森の万華鏡」

自由に中身を変えられる万華鏡を作って、植物や小さな生き物を見てみよう！



8月 「夏休みの自由木工」

森の素材を使って、すてきな作品を作ってみよう！



9月 「森のランプシェード」

木の枝や木の実を使って、ランプシェードを作ってみよう。



10月 「クリスマスオーナメント」

木の枝や実を使って、ツリーや星などのオーナメントを作ってみよう。



11月 「つるリース」

クズなどのつるや森の材料を使い、リースを作ります。



いつでもクラフト体験

- * 開催場所：市民の森管理棟内
- * 開催日時：毎日、10:00~15:30で随時開催（休園日をのぞく）
- * 参加費：1個200円、自由木工は500円

①動物マグネット・キーホルダー



②コマ・ぶんぶんゴマ

③木の輪切りキーホルダー



④松ぼっくりの動物作り

⑤木のサンキャッチャー



⑥自由木工

【イベント参加時の服装・持ち物】

- 散策会服装：動きやすい長袖・長ズボン、山歩きに適した靴、帽子
 観察会服装：動きやすい服・靴、帽子
 共通持ち物：リュック、水筒、タオル、雨具、おやつ
 散策会持ち物：（上記持ち物に加え）手袋、上着、着替え、敷物、お弁当（1日イベント）、ストック、虫よけ など

【服装例】

長袖・長ズボン
 ※夏場でも肌の露出を抑えたほうが安全。



市民の森でできること

イベントに参加する

植物や昆虫、野鳥などの生き物観察会や、四季を楽しむ散策会、子ども向けイベント、親子向けイベント、楽しい木工体験など年間を通して様々なイベントを実施しています。
※イベントの詳細や申込みなどはHPをご覧ください。



団体で利用する

保育園や幼稚園の遠足、小中学校の総合学習やPTC活動、町内会や老人会など幅広い団体にご利用いただいております。

【体験プログラム例】
森林散策、森林整備、森あそび、生き物観察、木工体験など
利用者と打ち合わせし、プログラム内容を組み立てます、是非ご相談ください。

【体験料金】
講師代：半日3,000円、1日6,000円
上越市内の保育園、幼稚園、小学校、中学校、高校での利用は講師代が免除されます。（木工の材料費などは別途でかかります。）



管理棟で遊ぶ・くつろぐ

「管理棟」では、様々なアクティビティを楽しむことができます。管理棟の中で「木工体験」「子供の遊び場」「森の図書館」「森のカフェ」「森の展示物」を楽しむことができます。
外では「森の遊び場」に、ハンモックやブランコ、木登りなどで遊ぶことができます。



森を楽しむ

春は残雪やカタクリの花畑、初夏はモリアオガエルの産卵や新緑のブナ林、夏は昆虫との出会い、秋は紅葉など、四季折々の自然が楽しめます。

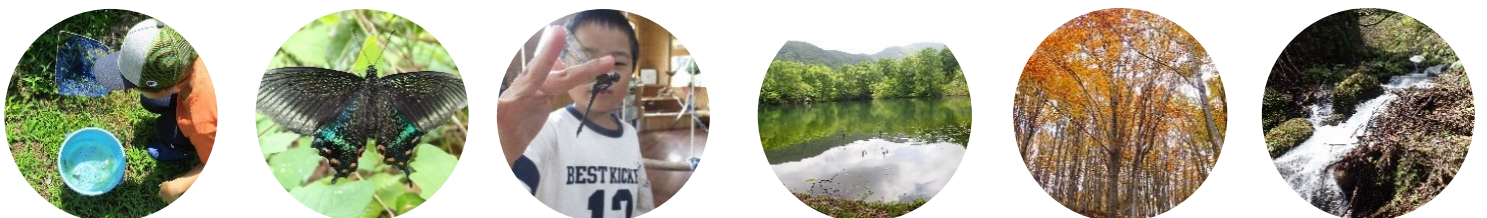
ブナ林や雑木林、湿地など変化に富んだ環境の中に、手軽に散策できるコースから本格的なコースまで散策道が整備されています。季節の自然を楽しみながら散策できます。

森には心と身体を癒すセラピー効果があると言われていています。森の中にいると、小鳥のさえずりや木々の葉が風で揺れる音がBGMとなり、時間を忘れてのんびりと過ごすことができます。

生き物にふれる

市民の森には多種多様な生き物がすんでいます。年間を通して観察会や散策会イベントを開催していて、生き物について学ぶことができます。また、管理棟では生き物を採集できるバケツやタモ網、虫取りセットなど道具を貸出しています。

市民の森は自然環境保全地域に指定されていて、動植物の持ち帰りは禁止しています。観察をしたら元にいた場所に戻してあげてください。



市民の森部会

メンバー
募集中!

市民の森でやってみたいことを出し合って、集まったみんな
でワイワイ自主的に活動する部会です。

日々のリフレッシュに、仲間探しに、運動不足解消に、趣味の一環として…
市民の森をフィールドに、集まって活動しませんか？
地元の「達人」から、里山の恵みを活かした暮らしの知恵や技を学んだり、
普段では見聞き出来ないことも体験可能！

■実施日 : 初回5/14 (木) 予定
毎月1回程度、平日午前を中心に開催予定
実施情報はHPやSNSにて発信しています。

■定員 : 各回10名程度

■参加方法 : 事前登録制、各回1,000円程度 (体験費、保険代など)

■実施内容 : 市民の森のフィールドを活かした活動を参加者の希望や
アイデアを聞いて、開催内容を計画します。
森でやりたいこと大募集！

例えば：木工クラフト、野草茶作り、野外クッキング、
フラワーアレンジメント、燻製、刃物の扱い・研ぎ方講座、
森林整備、楽器演奏、ヨガ、体操、森林セラピー
などなど…

開催日や実施内容は、確定次第お知らせします。

メンバー登録は随時受付しております。市民の森管理棟電話や、メールで
お問い合わせください！



森をレンタルしてみませんか？

「分区林オーナー制度 新規オーナー募集」

森に興味はあるけれど、どうすればいいかわからない方

自然とふれあい、森について学びたい方

薪作りやキノコ栽培など林産物に興味がある方

社員研修などで森作りがしたい企業・団体様

市民の森の一区画を借りて、森作りを体験してみませんか？

開園期間中はいつでも見学できます

興味のある方は、気軽にご相談ください！

募集区画：4区画 (1区画約1,000平方メートル) 雑木林が中心の森です

利用期間：くわどり市民の森の開園期間

(4月29日～11月14日)

1年ごとに利用更新

料金：1区画10,000円/年 (土地使用料、事務手数料、定期的な見回り費用等)

利用実績： 緑の少年団森林整備活動、魚の森づくり活動、こどもの森あそび活動
市内小中学校の森林整備活動・森あそび、伐木ときのごコマ打ちなど
団体はもちろん、個人・家族・友人たちで森を楽しむ活動など



「森のバス」 運行案内

市民の森は、環境保全と安全確保のため園内への一般車両の乗り入れを禁止しています。そのため、管理棟へ来園される際は、散策道を歩く（林道コース：片道約50分、ブナ林コース：片道約30分）または「森のバス」をご利用下さい。



森バスは、土・日・祝日・お盆期間中(8/13-15日)に、くわどり湯ったり村と市民の森管理棟を往復する無料シャトルバス（片道約7分）です。

駐車場は、くわどり湯ったり村第二駐車場をご利用下さい。

森バス時刻表

湯ったり村発 →管理棟行	①10:00	②11:00	③12:00
	④13:00	⑤14:00	⑥15:00
管理棟発→ 湯ったり村行	①10:40	②11:40	③12:40
	④13:40	⑤14:40	⑥15:40

近隣おすすめスポット

古民家カフェ「平左衛門」

築180年の古民家カフェ。湧き水で淹れるひきたてコーヒーや地元の食材を使ったスタッフこだわりの食事メニュー、3種類（鳥・豚・牛）の自家製「平左衛門カレー」や、自家製味噌で作る旬の味噌汁定食、米粉シフォンケーキは、平左衛門でしか味わえないおすすめメニューです。



・営業日：金・土（11:00～16:00）

5月中旬オープン予定

・連絡先：080-6558-1728

※くわどり湯ったり村から徒歩10分

※Facebook・Instagram
更新中！詳しくはHPへ



※カレーやおにぎりは、当日事前予約で市民の森へのデリバリーもできます。

アクセス

（イベント受付場所：親水公園）



【車でお越しの場合】

有間川交差点からくわどり湯ったり村までは片道約20分かかります。

くわどり市民の森は、園内の交通安全の確保を目的として一般車両は進入禁止です。管理棟までは徒歩または森のバスをご利用ください。

車はくわどり湯ったり村の第2駐車場をご利用下さい。



【バスでお越しの場合】

「直江津駅」と「くわどり湯ったり村」間を、路線バスが運行しています。便数が少ないため時間をご確認の上、ご乗車下さい。

【お申込み・お問合わせ先】

上越市くわどり市民の森



TEL：090-5775-1208（管理棟直通電話）

メール：kuwadorishiminomori@gmail.com

開園時間：9:00～16:00 月曜日休園（祝日の場合、翌日休園）

開園期間：4月29日（水祝）～11月15日（日）※冬季休園

HP：<https://kuwadorishiminomori.com>

※Facebook、Instagram 更新中！



くわどり市民の森 HP



くわどり市民の森 Facebook



くわどり市民の森 Instagram

みなさまのご来園をお待ちしています！