

埼玉県立

名栗げんきプラザ

名栗シニア自然塾

名栗げんきプラザの新規事業で、シニア世代の方を対象としたものです。『自然』『健康』『食』などのテーマを各回に設定し、様々なことを体験し、いきがい作りをお手伝いする内容となっています。自身の学びを深めながら、豊かなシニアライフへの新たな仲間づくりを行うことができます。まずは『オープニング講座』で体験してみてください。



オープニング講座

日帰り

定員
50名

5月20日(土) 10:00~15:00

名栗の森の自然ガイド

名栗シニア自然塾年間コースのご案内

会場：名栗げんきプラザ(飯能市)

対象：シニア(概ね50歳以上)

参加費：500円/1名

申込締切：5月12日(金) ※先着順



年間コース

①	名栗の森でノルディックウォーキング体験	6月10日(土)
②	自然栽培入門(収穫体験と昔野菜料理)	8月5日(土)
③	安全な山歩きと星空観察 1泊2日	9月30日(土)~ 10月1日(日)
④	精進料理と座禅体験	12月23日(土)
⑤	間伐体験と西川材クラフト作り	1月20日(土)
⑥	冬の森の楽しみ方と修了式	3月3日(土)

定員
30名

会場：名栗げんきプラザ 他(飯能市 他)

参加費：年会費 18,000円/1名

対象：シニア(概ね50歳以上)

申込締切：5月26日(金) ※抽選

※年間6コースにご参加いただける方がご参加対象となります。定員に空きがある場合、各回ごとに募集する場合があります。

お問合せ
お申込み

TEL 042-979-1011

FAX 042-979-1013

〒357-0111 埼玉県飯能市上名栗1289-2

埼玉
県立

名栗げんきプラザ



最新情報は

名栗げんきプラザ **検索**