

森でダイキャンプ！

パパと挑戦！

どきどき 羽釜ごはん&きのこ汁づくり

ママはアロマで至福のリラックスタイム

秋の森でキャンプをしながら
親子で非日常体験を楽しもう！

2025

11/15

雨天決行

土

会場

10:00-13:00

光の森学園（新潟市西蒲区岩室温泉812-1）

こども・パパ



秋の森であそぼう！
紅葉クラフト&野外クッキング

講師 中川 梓さん

ママ



アロマでリラックス&
ママ同士の交流会 紅茶付き♪

講師 久保田 直美さん

対象

年少～小学生のこどもとパパ・ママ

参加費用

500円（1家族）

募集人数

30人 ※応募多数の場合は抽選

お問い合わせ先：西蒲区役所地域総務課 TEL：0256-72-8143（平日 午前8時30分～午後5時30分）

令和7年度 西蒲区男女共同参画地域推進員企画事業

講師紹介

カラフルな葉っぱや
どんぐりきのこ
秋の森を親子で
楽しみましょう♪



中川 梓さん

香りで心と体を
リラックス
させましょう♪
お手伝いします！



久保田 直美さん

森林インストラクター、
ネイチャーゲームリーダー。
光の森学園(光の森ようちえん)
スタッフ。自然あそびを通して、
こどもたちに自然の不思議や面白さ、
森で過ごす心地よさを感じてほしいと
いう思いで活動しています。

アロマセラピストで二児の母です。
純粋な香りとタッチケアのぬくもり
で支えられた経験から、子育てママ
がホッと一息つき、心と体を癒し整
える大切さをお伝えしています。
クラフト作りやタッチケアを通して、
心地よさを届けています。

子育ての悩みを幸せに
変える方法について、
お伝えします！

多くのママ・パパたちの悩みをたくさんの
幸せに変える講座プランナー。
新潟市8区のジェンダー講座のアドバイザーを
務める。



指田 祐美さん

申込方法 右記の二次元コード
からお申込みください



申込締切 10月26日(日)

持ちもの

お米2合、水筒(水分補給用、飲み物の
用意はありませんのでご持参ください)
軍手、ハンドタオル1枚(ママのアロマ用)
動きやすい服装・靴

