

# きてみて!

No.86 冬号 令和7年1月1日発行



里山の魅力や狭山丘陵の都立公園で行うイベント情報をお伝えします。ぜひ里山を感じにきてみて!

## 公園を支える！ボランティア活動体験

狭山丘陵の都立公園では多くの方々がボランティアとしてそれぞれの活動に参加しています。

その活動を体験できる「ちょこっとボランティア」をご存知ですか？

「どんなことをしているのかな?」「地域活動をしてみたいけどきっかけがない」

「何ができるかわからないけど何かを始めたい」と考えている方は、「ちょこっとボランティア」にぜひ参加してみてください。

1月と2月は八国山緑地、野山北・六道山公園、中藤公園で開催。

「雑木林のササ刈り」や、切り株から育った枝を整理する「もやわけ」など、豊かな雑木林をはぐくむために大切な作業を体験できるほか、レンジャーによる自然ガイド付きの活動もあります。

また、狭山公園では花壇のお手入れ経験ができるコミュニティガーデンボランティアデイを開催します。詳しくは下記の開催情報をご覧ください。

もちろん初心者大歓迎。予約不要、必要なのは動きやすい服装と興味だけ。

当日集合場所へ直接お越しください。皆さまのご参加を心よりお待ちしております!

八  
山


2/16  
(日)

当日  
受付

ガイドウォークとちょこっとボランティア

パークレンジャーが八国山緑地の自然を紹介します。後半は、雑木林保全の活動をちょこっと体験！ガイドだけの参加もOKです！

\*時間：10:00～12:00  
\*受付場所：八国山緑地 ころころ広場  
\*参加費無料 雨天中止  
\*対象：ガイドウォークはどなたでも。小学生以下は保護者同伴




中  
藤

1/18  
(土)

当日  
受付

ちょこっとボランティア

切り株から伸びて大きくなった枝を整理するもやわけを行います！パークレンジャーの自然ガイド付きです  
\*時間：10:00～12:00  
\*受付場所：冒険の森エントランス広場 (武蔵村山市本町6-3付近) 9:45から受付開始します  
\*参加費無料  
\*雨天中止  
\*対象：どなたでも。中学生以下は保護者同伴



野  
山  
北  
六  
道  
山


2/8  
(土)

当日  
受付

ちょこっとボランティア

カマを使ったササ刈り体験です♪気軽に雑木林活動してみませんか？

\*時間：10:00～1時間程度  
\*定員：先着10名  
\*受付場所：里山民家  
\*参加費無料 雨天中止  
\*対象：高校生以上




狭  
山

2/17(月)  
3/17(月)

当日  
受付

コミュニティガーデンボランティアDAY

狭山公園のコミュニティガーデンで、講師と一緒に花壇のお手入れ体験をしてみませんか？  
\*時間：10:00～12:00  
\*受付場所：狭山公園パークセンター前  
\*参加費：無料  
\*少雨決行、雨天中止  
\*服装や持ち物についてはホームページやイベント情報でご確認ください  
\*対象：どなたでも。小学生は保護者同伴



# 2025年1~3月 EVENT CALENDAR



申し込み・イベントの詳細はこちら→  
又は<https://www.sayamaparks.com/event/>



## 2025年度 じっくり田んぼコース

田植えから脱穀まで、通年の田んぼ作業を行います。季節の移り変わりを感じながら、里山の自然と営みを体験しませんか？

- \* 活動期間：2025年4月～2026年1月まで
- \* 募集定員：40名 申し込み多数の場合は抽選
- \* 対象：里山に興味関心があり、年間を通して田んぼ作業を体験したい子どもとその保護者(お子様は5歳から小学6年生まで対象)
- \* 参加費：大人2,000円  
子ども1,500円(年間保険料・税込)
- \* 募集：詳細は2月頃にホームページにて公開し活動日が決まり次第、募集開始します



## スポーツチャレンジキャラバン



1/18  
(土)

当日  
受付

- 年齢問わず、いろいろなスポーツを体験できるプログラムを一気に開催！詳しくはホームページイベント情報でご確認ください！
- \* 時間：10:30～15:30
  - \* 対象：どなたでも。小学生以下は保護者同伴
  - \* 当日受付(一部事前受付)
  - \* 受付場所：八国山緑地踏切口広場
  - \* 参加費無料
  - \* 雨天時は2/2(日)に順延となります



## 2025年度 野山北・六道山公園 新規ボランティア説明会



2/12(水)  
2/15(土)  
2/16(日)

事前  
申込

- 公園で活動するメンバーを募集します！自然あふれる環境と一緒に活動しませんか？まずは説明会にぜひお越しください！
- ①2月12日(水) 13:00～16:00
  - ②2月15日(土) 13:00～16:00
  - ③2月16日(日) 13:00～16:00
- \* 各回、内容は同じです。

\* ボランティア登録には説明会参加が必須となりますので公園ホームページまたはハガキでご予約ください。

\* ハガキ送付先  
〒208-0031

東京都武蔵村山市岸2-32

- \* 説明会予約の各締め切りは
- ①2月 8日(土) ※消印有効
  - ②2月12日(水) ※消印有効
  - ③2月12日(水) ※消印有効

\* 対象：ボランティア活動に興味のある方ならどなたでも。18歳未満は保護者同伴。登録にはボランティア保険の加入が必要です。詳しくはホームページイベント情報でご確認ください



## キッズ&ジュニア走り方教室



2/24  
(月・祝)

事前  
申込

「早く走りたい!」「かっこよく走りたい!」そんなお子様に走り方のコツをお伝えします!

- \* 対象：キッズ：4～6歳の未就学児  
ジュニア：小学1年～小学4年生
- \* 時間：キッズ 10:00～11:00  
ジュニア 11:30～12:30
- \* 定員：各回25名 当日でも空きがあれば受付します
- \* 受付場所：狭山公園パークセンター前
- \* 参加費：500円(保険料、税込)
- \* 雨天中止
- \* 事前にお電話か管理所窓口でお申込みください  
狭山公園パークセンター(042-393-0154)



## 雑木林ようちえん& ガイドウォーク



1/11  
(土)

当日  
受付

パークレンジャーが親子で楽しめる冬の自然遊びを紹介します。秘密基地づくりなど日頃できない経験ができるかも！冬の生きものを探るガイドウォークもあるよ♪

- \* 対象：0歳から5歳のお子さんと保護者
- \* 時間：10:00～15:00(時間内の出入り自由)
- \* 13:30～14:30のガイドウォークはどなたでもご参加いただけます。
- \* 当日受付
- \* 受付場所：東大和公園正門広場
- \* 参加費無料
- \* 雨天中止
- \* 屋外で遊びます。帽子・手袋などの防寒具、飲み物をご持参ください



## ノルディックウォーキング教室 ～足型測定&パークレンジャーと 公園の自然を巡る特別編～



1/19  
(日)

事前  
申込

冬の彩りを感じながらノルディックウォーキングを楽しみませんか？今回は足の健康状態を知ることができる「足型測定」と公園を知り尽くしているパークレンジャーが同行し、公園の魅力をガイドする超特別編です！

- \* 対象：18歳以上
- \* 時間：10:00～12:00
- \* 定員：10名(当日でも空きがあれば受付します)
- \* 受付場所：野山北・六道山公園管理所
- \* 参加費：500円(保険料、税込)  
ボールレンタルあり(無料)
- \* 雨天中止
- \* 事前にお電話か管理所窓口でお申込みください  
野山北・六道山公園インフォメーションセンター  
(042-531-2325)



## ～元アスリートによる走り方指導～ 中距離ランニングクリニック

ランニング初心者～中級者対象に、マラソンや駅伝大会に向けた効率の良い走り方をお伝えします!

- \* 対象：小学1年生～6年生  
中学生～一般
- \* 時間：小学生の部 10:00～11:45  
中学生～一般の部 13:00～14:30
- \* 定員：各回15名 当日でも空きがあれば受付します
- \* 受付場所：狭山公園パークセンター前
- \* 参加費：小学生の部 500円(保険料、税込)  
中学生～一般の部1,000円(保険料、税込)
- \* 雨天中止
- \* 事前にお電話か管理所窓口でお申込みください  
狭山公園パークセンター(042-393-0154)

事前  
申込



## はらっぱスポーツ教室



1/27(月)  
2/25(火)  
3/24(月)

当日  
受付

身近な遊びや運動を通して子どもの協調性を育てます。普段の遊びにスポーツの要素を取り入れた運動を行います!

- \* 対象：4～6歳の未就学児
- \* 時間：15:00～15:45
- \* 定員：20名(当日でも空きがあれば受付します)
- \* 受付場所：狭山公園パークセンター
- \* 参加費：200円(保険料、税込)
- \* 雨天中止
- \* 事前にお電話か管理所窓口でお申込みください  
狭山公園パークセンター(042-393-0154)



## さやまキッズプログラム 1/5、2/2、3/2 (毎月第1日曜日)

13:30～1時間程度  
集合場所：狭山公園パークセンター前  
参加費：無料

対象：5歳から小学校中学年程度。保護者同伴  
当日13:00より狭山公園パークセンター前で受付開始

## のやまキッズプログラム 1/12、2/9、3/9 (毎月第2日曜日)

13:30～1時間程度  
集合場所：野山北・六道山公園 里山民家前  
参加費：無料

対象：5歳から小学校中学年程度。保護者同伴  
当日13:00より里山民家前で受付開始



## ガイドウォーク/狭山公園 1/19、2/16、3/16 (毎月第3日曜日)

13:30～1時間程度  
集合場所：狭山公園パークセンター前  
参加費：無料

対象：どなたでも。小学生以下は保護者同伴  
当日13:00より狭山公園パークセンター前で受付開始



## ガイドウォーク/野山北・六道山公園 1/26、2/23、3/23 (毎月第4日曜日)

13:30～1時間程度  
集合場所：野山北・六道山公園 里山民家前  
参加費：無料

対象：どなたでも。小学生以下は保護者同伴  
当日13:00より里山民家前で受付開始

当日  
受付