

令和8年度 歩け歩け大会参加者募集

しんとう健康ポイント
対象事業



1. と き **10月17日(土)** 午前**8時30分** 榛東村保健相談センター前集合
※雨天・荒天等の場合は中止します。
2. コース 榛東村役場 ⇒ 茅野遺跡公園(長岡) ⇒ 榛東村役場
距離:約6.6km
3. 対 象 村内在住の方 先着 **50名**(定員に達し次第終了)
※小学3年生以下のお子さんは、必ず保護者同伴の上
ご参加ください。
4. 内 容 全員で準備体操をした後、ウォーキングを実施します。
完歩された方には、記念品を贈呈します。
5. 申込み 受付開始:**9月16日(水)** 午前**8時30分**
次のいずれかの方法でお申し込みください。
①申込書を健康保険課に持参する。
受付時間:平日の午前8時30分から午後5時15分まで
②Web申込フォームから申し込む。
受付期間中は24時間申込可能
※電話での申込みは受け付けておりませんのでご了承ください。
6. 持ち物 ウォーキングに適した格好、運動靴、帽子、タオル
(必要に応じて)着替え
健康ポイントカード(ポイント付与を希望する方)
7. その他 雨天・荒天等により中止する場合は、LINEでお知らせします。
LINEの登録をしていない方は、当日午前7時30分以降に
役場(0279-54-2211)までお問い合わせください。



Web申込フォーム



榛東村公式LINE

問い合わせ先:榛東村健康保険課 電話:0279-26-2513(内線143)

切り取り線

令和8年度歩け歩け大会申込書

自治会(区)	氏名	年齢	連絡先(電話番号)

耳飾り館でおとなも子どももみんなでわいわい 秋冬ワークショップ

通常つうじょうの体験学習たいけんがくしゅうでは行っていない内容おこなとなりますので、この機会きかいにぜひご参加さんかください。

岩版作り

●岩版がんばんとは、縄文時代じょうもんじだいの遺跡いせきから発見はっけんされた、呪術じゆじゆつや儀式ぎしきの道具どうぐであったといわれている石製品いしせいひんです。頁岩けつがんなどを使い、削けずって作ります。

参加費さんかひ：無料

① 10月31日（土）10：00～11：30

② 10月31日（土）14：00～15：30

くだ玉ブレスレット作り

●くだ玉くだたま（細長い管ほそながくだのような形かたちをした玉たま）を作り、ウッドビーズうっどびーずも付けてブレスレットぶれすれっとを作ります。

参加費さんかひ：300円

③ 11月 7日（土）10：00～12：00

④ 11月 7日（土）14：00～16：00

カラフルまが玉作り

●通常つうじょうの体験学習たいけんがくしゅうのまが玉作りたまづく（1個こ）に加えて、まが玉たまに色いろをつけ（染色液せんしよくえきで着色ちゃくしよく）、ウッドビーズうっどびーずを付けてペンダントしあに仕上げます。

参加費さんかひ：300円

⑤ 11月 8日（日）10：00～12：00

⑥ 11月 8日（日）14：00～16：00

コースター作り

●アンギン編みにほん（日本で最も古い布ふの編み方ぬのあ）で、おもりをつけたたて糸いとをよこ糸いとにからめながら編んでいき、コースターつくを作ります。

参加費さんかひ：300円

⑦ 11月29日（日）10：00～12：00

⑧ 11月29日（日）14：00～16：00

せいさくせい
〈制作例〉

岩版



まが玉ペンダント



コースター



くだ玉ブレスレット



裏面へ続く

縄文ワークショップ

2026

こくようせき

やじり

黒曜石の鋸づくり

黒曜石を打ち欠いて鋸をつくります。

講師

だいくはら
大工原

ゆたか
豊

先生（國學院大學栃木短期大学 教授）

日時

11月22日（日）10:00～12:00

会場：耳飾り館 中庭

持ち物

- ・ 膝が隠れる長さのパンツ
- ・ タオル（作業用、破けてもよいもの）
- ・ 軍手
- ・ ゴーグル（貸出しの用意もあります）

参加費：100円

定員：30名



秋冬ワークショップ・縄文ワークショップ お申込み：令和8年9月26日（土） 午前9時から開始

★電話または右のLoGoフォームからお申込みください。
参加される方のお名前、年齢、ご連絡先等をお聞きます。留守電での対応はできません。

★対象：全年齢

（小学校3年生以下のお子様は、保護者の付き添いをお願いします）。

★各回定員：「秋冬ワークショップ」12名（ただし、コースター作りは定員5名）、「黒曜石の鋸づくり」30名。定員に達し次第締め切らせていただきます。

★秋冬ワークショップの会場は全て耳飾り館ロビー（体験学習コーナー）です。

★インク等を使用するため、作業しやすい服装、汚れても良い服装でお越しください。

★参加費は、体験当日にできるだけおつりのないようにお持ちください。

★やむを得ない状況が発生した場合、急遽中止となる場合があります。ご了承ください。



↑秋冬ワークショップ
参加申込みフォーム



↑縄文ワークショップ
参加申込みフォーム

しんとうむらみみかざりかん
〈お申込み・お問合せ〉 榛東村耳飾り館

電話：0279-54-1133

開館時間：午前9時～午後5時（休館日：月曜/月曜日が祝日や振替休日の場合はその翌日）