

南魚沼版CCRC「お試し居住」(案)

2015.8.12現在

2015年10月1日(木)～7(水) 実施予定

特定非営利活動法人 六日町観光協会
(新潟県知事登録旅行業第3-352号)

〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町140-2 JR六日町駅東口
TEL : 025-770-1173 FAX : 025-770-1183
<http://muikamachi.jp>



南魚沼版CCRC「お試し居住」(案)目次

2015.8.12現在



1. 表紙
2. 目次
3. 10月1日(木) 「ようこそ南魚沼へ!!!」
4. 10月2日(金) 「八色の森で朝ヨガ&ウォーキングと禅」
5. 10月3日(土) 「国際大学留学生と交流事業」
6. 10月4日(日) 「国際大学留学生と交流事業」
7. 10月5日(月) 「ホームステイ」「雪国文化にふれる体験」
8. 10月6日(火) 「南魚沼のスカイツリーで自然と歴史に触れる体験」
9. 10月7日(水) 「旅人気分プチ観光」「今すぐ移住物件視察」
10. 裏表紙

10月1日（木）「ようこそ南魚沼市へ！！」

2015.8.12現在

午後「歓迎セレモニー」



初日オリエンテーション

※ホームステイ受け入れ先の方からも参加していただきます。

会場：魚沼の里

自由散策 雪室見学 キッチン雑貨 さとやカフェ etc
お食事は各自 魚沼の里エリア「みんなの社員食堂」にて

夜 19:30

「姿勢を正せば10歳若返る！歩き方講座」
- テーピングでケガ防止！マル秘テクニック -

■ 講師



神保接骨院 柔道整復師
神保 貴雄 院長



■ 開催場所：サイクリングターミナル（ベース宿泊地）

■ 開催時間：19:30～20:30

10月2日（金）「八色の森で朝ヨガ&ウォーキングと禅」

2015.8.12現在

8:00 八色の森公園で朝ヨガ



■インストラクター
元気で美しく素敵な先生 我妻 恵美子さん

9:00 新潟県の指定登録・健康ウォーキングロード散策



9:30 アグリコア越後ワイナリー見学

10:00 アグリコア越後ワイナリーでブドウ収穫作業体験

12:00 葡萄の花で昼食



13:30 ~ 14:30 毘沙門堂山門（特別拝観）・普光寺拝観



16:00 フリータイム

18:00 移動

18:30 国際大学公開講座 聴講『中国の今後について』

10月3日（土）「国際大学留学生と交流事業」

2015.8.12現在

8:00 ~ 9:00 サイクリングターミナルで朝ヨガ



■インストラクター
元気で美しく素敵な先生 我妻 恵美子さん

11:00 2日間の概要打ち合わせに参加

午後「国際大学留学生と交流事業に」

13:00 国際大学留学生
KIP知日派国際人育成プロジェクト
参加者 お迎え

9:00 八海山尊神社 参拝



「はさがけ場」づくり



10:00 大前神社「滝谷の清水」湧き水



18:00 若者井戸端会議

20:00 懇親会

10月4日（日）「国際大学留学生と交流事業」

2015.8.12現在

8:00 ~ 9:00 サイクリングターミナルで朝ヨガ



■インストラクター
元気で美しく素敵な先生 我妻 恵美子さん

13:00 サイクリングターミナルにお迎え、出発



各ホームステイホストファミリーのお宅で過ごす。

10:00 ~ 12:00 稲刈り



■宿泊：ホームステイ

10月5日（月）「ホームステイ」「雪国文化にふれる体験」

2015.8.12現在

午前中 ホームステイ

12:00 昼食 田畑屋 へぎそば



(バスで移動)

13:00 ~ 14:00 鈴木牧之記念館 見学
牧之通り 散策

※平成23年 都市景観大賞・手づくり郷土賞受賞（国土交通省）



15:00 射干の会のみなさんと座談会



会場：中島屋

16:30 (バスで移動)

19:00 ~ 21:00

地元・南魚沼市在住の女性たちと座談会・お食事会



■食彩工房 そばの華
大和地域・東地区茗荷沢

10月6日（火）「南魚沼のスカイツリーで自然と歴史に触れる体験」

2015.8.12現在

8:00 「愛の山・坂戸山」トレッキング ガイド付き



トレッキングガイド：青木きみ子さん

12:00
下山（ガイド終了）

12:30
昼食（各自六日町駅前商店街にて）

13:30 ~ 15:30 南魚沼版CCRC推進協議会委員と意見交換会
（ワークショップで自由に意見交換）

会場：えきまえ図書館本の杜 多目的室



16:00 移住相談会（希望者以外は散策）



- ・すぐにでも移住できる方
- ・移住を具体的にお考えの方 など

会場：えきまえ図書館本の杜 多目的室

17:30 出発（バス移動）

10月7日（水） 「旅人気分プチ観光」 「今すぐ移住物件視察」

2015.8.12現在

■終日フリー

旅人気分プチ観光

or

今すぐ移住物件視察



(参考)

八海山ロープウェー
あぐりぱーく八色

さらに輝く！みんなで輝く！南魚沼版CCRCのすがた

みんなで作る

- ・ICLOVE（企業経営支援）
- ・WEB観光プロモーション
- ・英語授業ゲストティーチャー
- ・英語サロン、日本語支援
- ・プチホームステイ

みんなが元気に

- ・フィットネスクラブで健康増進、介護予防、病中・病後リハビリ
- ・自家農園で体力維持
- ・医食同源・身土不二・土産土法
- ・テックス

みんなが学び続ける

- ・国際大学や北里学院の公開講座、講義特別聴講
- ・国際大学図書館開放
- ・雪国文化講座
- ・座禅修行
- ・越後上布技術習得

南魚沼版CCRC(国際大学)

みんなが楽しむ

- ・雪を楽しむ
 - スキー・スノーボード、スノーアクティビティ、バックカントリー・スノートレッキング
- ・登山・トレッキング
 - 八海山（越後三山）
 - 巻機山（日本百名山）
 - 坂戸山（坂戸城634m）
- ・サイクリング（グルメライド）
- ・ランニング（グルメマラソン）
- ・ウォーキング（ナイトウォーク）
- ・山菜水明スケッチ
- ・まつり（浦佐裸押合大祭など）
- ・地酒、山菜、郷土料理、漬物

グローバル・ビレッジを創出

- 移住者住宅
- 留学生家族住宅
- 移住定住コンシェルジュ
- 総合相談（財産管理まで）
- 介護・診療施設

- 健康関連サービス施設
- お国自慢レストラン・カフェ（英・日）
- 英語保育、英語寺子屋
- 英語サロン…

- ・克雪利雪住宅
- 雪冷房
- 雪室、ワインセラー…
- ・エネルギー域内自給
- ペレットストーブ
- 薪ストーブ
- 太陽光・小水力発電

若者の魅力ある雇用の創出

●健康・貢献マイルージ●

南魚沼版CCRC推進協議会

《お問い合わせ先》

南魚沼市総務部 企画政策課 担当：清水 明
 TEL：025-773-6672 FAX：025-772-3055
 E-mail：a-shimizu@city.minamiuonuma.lg.jp

