



四季の変化が大きい日本では秋がキャンプのベストシーズンといえます。

1 虫が少ない 2 人も少ない 3 涼しく快適に過ごせる 4 美しい紅葉を堪能できる…

手ぶらで楽々キャンプ!

## ケビン村



◆浴室なし A(洋室)・B(和室)

◆浴室あり C(和室 2階造り)・D(和室)

宿泊基本料金

◆浴室なし 13,930円 ◆浴室付 21,470円

日中利用料金

◆A・Bタイプ 3,230円

◆C・Dタイプ 5,330円

宿泊

チェックイン 午後3:00

チェックアウト 翌午前9:30

日中利用

チェックイン 午前10:00

チェックアウト 午後2:00



◇バーベキューハウス利用料金 650円

◇パターゴルフ 大人620円/小人 300円

18ホール(1ラウンド)  
(宿泊者割引あり)



お問い合わせ

パークアルカディア ケビン村

TEL/fax 0295-57-6630

(常陸大宮市山方5858-13)

コテージは、自分達の時間で自由気ままにBBQを楽しんだり、夜には星を眺めたり、布団を敷いたりできて自宅に居るように自由にくつろげるメリットがあります。テントの中で寝袋で寝るキャンプと違い、コテージなら別荘のように快適に過ごせるので、小さな子どもからテント泊では同行できないおじいちゃんおばあちゃんまで、三世代でゆっくりと思い出作りをすることができます。食事も、自分達で作ることで食べたいものを食べたい分だけ用意することができるので、料金的なコストも抜群です。「キャンプに行こう」という流れの中で、メンバーのうちに快適さを求める人が1人でもいたら、コテージを選んでおけば間違いなしです。

★①コテージ(Cottage)

ケビン棟にはトイレ・お風呂・あたたかい布団・キッチンには調理用具もあります!

★①コテージ(Cottage) ホテル並みの設備がある宿泊施設

「小さい家」「小別荘」などと和訳されます。コテージは、家具、家電が備え付けられている宿泊施設を指すことが多いようです。キッチン、リビング、寝室、トイレ、バスルームなどの間取りがあり、アウトドア体験を満喫しながらも、あたたかい布団で眠ることができます。一戸建てを一棟貸し切るタイプの宿泊施設のごとで、貸別荘に近い位置づけです。キッチンはもちろんのこと、宿泊施設によっては調理用具も備え付けられているところもあり、バーベキューだけではなく自炊することも可能です。屋外の共同トイレに行くという不便さも軽減されます。

★②ロッジ(Lodge) お風呂・トイレなど最低限の設備がある宿泊施設 英語のlodgingが「借りる」という意味で使われることもありますが、多くは山小屋っぽい雰囲気のある宿泊施設の総称となっていますが、日本ではコテージよりも簡易的な宿泊施設の名称として使われています。欧米で「ロッジ」は、古くはハンターのための小屋の意味だそうです。

★③バンガロー(Bungalow) 設備がほとんどない宿泊施設 シャワーやトイレなどの設備はなく、ベッドもない場合がほとんどです。10畳程度を部屋単位で借りるタイプの宿泊施設です。泊まる部屋には基本的に何もありませんが、お風呂やトイレは共用で外にあるのが一般的です。テントを張る代わりに、寝るスペースとして木造の小屋が用意されているイメージです。テントで泊まるつもりで荷造りをすれば忘れ物はないでしょう。例えば、寝袋などは持参する必要があるかもしれません。

答: ①コテージ(Cottage)

ケビン棟にはトイレ・お風呂・あたたかい布団・キッチンには調理用具もあります!

## いばらき健康づくり支援店 レストラン山ゆり

営業時間 午前11:00~午後5:00(LO 午後4:30)

★お食事 午後2:00迄 ★ティータイム 午後2:00~

TEL/fax 0295-57-6868

月曜定休日(祝日の場合は翌日)

仕出し弁当(当日予約は9:15迄)や  
ケビン村をご利用のお客様のBBQ食材や  
朝食のご予約を受け承ります。

### 10月の山ゆりランチ

1,000円(税込)



きのこの炊き込みご飯

秋じゃけときのこと野菜の甘辛味噌包み焼き

味噌汁、小鉢、漬け物、デザート、ドリンクバー

10月は朝晩の冷気も増してくるので、体を冷やさず喉を痛めないように注意しましょう。皮膚や粘膜を強化するにはビタミンAやカロテンを豊富に含む食材を心がけて摂取し、同時にビタミンCで毛細血管や結合組織を丈夫にすることも大切です。粘膜が乾燥して固くなると呼吸器系の低下が起き、風邪等をひきやすく、皮膚もバサつき乾燥肌になりがちです。体を温める根菜類や、皮膚を潤す魚介類を賢く摂り、秋の冷気に負けない体力をつけましょう!

身近なスーパーフード!「きのこ」

きのこは腸を整えてくれます。腸の働きが活発化していれば、身体全体の精神面も安定させてくれるので、「菌活」はとても大事です。今、きのこの「免疫機能を調整する働き」が注目されているそうです。ウイルスや菌に対して、感染症の発症予防効果も期待されています。また、摂取することが筋肉維持に関与することなどもわかっているそうです。

★エノキタケ: 免疫力アップ・脂質代謝の改善

★シタケ: 便秘解消・美肌効果

★エリンギ: 血圧を下げる・脂肪の排出

★ブナシメジ: アンチエイジング

★マイタケ: 血圧を下げる・糖尿病予防

★キクラゲ: 血糖値を下げる・肥満予防

★マッシュルーム: コレステロール除去・抗酸化作用

★ナメコ: 胃壁の保護・肝臓や腎臓機能アップ







## 自由工作工房 森林科学館

どんぐりや木の枝などの自然の物を使った無料工作が出来る施設です。  
有料工作も人気です！



## 有料工作

- ・風でゆらゆら  
～ちょうちょモバイル
- ・ヒノキのお箸
- ・まが玉ストラップ
- ・オカリナ(大・小・動物形)
- ・ウッドビーズストラップ
- ・プラ板ストラップ
- ・不思議なコースター
- ・モコモコ砂絵のお皿
- ・風鈴
- ・ひかるどろだんご など  
(料金 100円より)

木にとっての葉は、光合成をおこなう為の大切な器官です。葉が無くなれば枯れてしまいます。落葉樹はなぜ、葉の色を変え、落とすのでしょうか？

落葉樹が生えている湿潤な温帯の気候は1年を通して一定ではありません。秋になれば、日光が当たる時間が減少し、気温が低くなっていきます。そうすると、葉に含まれる葉緑体の働きが鈍くなり、光合成の効率が下がっていくのです。

葉にある葉緑体で光合成を行い、体を維持する有機物を生産します。葉自体を維持するのにも栄養が必要です。そこで、生産する養分が少なくなった葉を落とすことにしたのです。さらには、冬の空気は乾燥している為、葉の表面から水分が蒸発しやすくなります。雨の少ない冬に水分が奪われるのは致命的な事態になります。また、水分を多く含む落葉樹の葉は凍りやすいというのも冬を越すのに不利です。そうした数々の理由から、秋に葉を落とし、夏の間ため込んだ養分を少しずつ使いながら、冬をじっと耐える種の植物が繁栄していったと考えられています。



## ●落葉樹(らくようじゅ)

イロハカエデやイチヨウ、ケヤキなど、主に秋に葉を落とす樹種。短期間に一気に葉を落とすので、全く葉が無い期間がある。

## ●常緑樹(じょうりよくじゅ)

シイの仲間やスギ、ヒノキなど、一度に葉を落とすことが無いので、1年中葉をつけているように見える樹種。

森林科学館 お問い合わせ

Tel/fax 0295-57-2101

月曜休館日(祝日の場合はその翌日)

## プラネタリウム館

## ★10月の夜空

秘密結社 鷹の爪 THE PLANETARIUM  
～プラプラ! ブラックホールのナゾ～

## 観覧料

【個人】  
大人:300円  
小人:100円  
幼児:50円

【団体】  
(20名以上)  
大人:240円  
小人:80円  
幼児:40円



## 上映時間

【土・日・祝】  
10:00  
13:30  
15:00

【平日】  
10:00  
13:30

## 10月9日(土)は「10月りゅう座流星群」が極大

10月はりゅう座流星群の活動が極大となります。予測時刻は明け方4時頃で、8日深夜から9日未明にかけてが見頃とります。今年の活動は低調とみられており、月明かりの影響はないものの、空の条件の良いところでも1時間当たり数個程度の出現と予想されます。極大の時刻頃には放射点が低いので、早めの時間帯の方が見やすいかもしれません。もし目に出来れば、対地速度が遅いので、ふわっとした独特の印象を受けるだろう。「ジャコビニ流星群」という名称でも知られるこの流星群は、過去に何度か大出現を見せたことがあるそうです。

10月9日の夕方から宵、南西の低空で細い月と金星が並んで見えます。地球照※を伴った幻想的な細い月と金星の共演は、数ある月と惑星の接近の中でも随一の美しさです。肉眼や双眼鏡で眺めたり、写真に収めたりしてみましょう。月と金星の左の方にはさそり座の1等星アンタレスも見え、金星とアンタレスは16日頃に大接近します。月と金星の次の共演は11月8日で、日中に月が金星を隠す金星食が起こります。(※地球照とは…新月の前後、月の欠けて見える部分が地球から反射した太陽光に照らされて薄明るく見える現象)

## 10月18日(月)は十三夜

十五夜は中国が発祥ですが、十三夜は日本発祥の風習です。西暦919年(延喜19年)に、十五夜の宴に加え、9月13日の月夜を「十三夜」と呼び祝うようになったというのが、最初の記録として残されています。しかし実は民間には、十三夜は十五夜よりもずっと広く普及していた風習でした。なぜなら当時、十三夜の月の出具合によって、翌年の作物の豊凶を占っていた為です。十五夜が普及すると、「十五夜が大麥」「十三夜が小麦」の作柄を占うようになり、よく晴れば豊作になると考えられ、非常に大きな意味を持つ月夜だったそうです。このように庶民たちは、中国伝来の「美しい満月を觀賞する風習」と違い、収穫を迎えた喜びと感謝、また農作物が豊作になることを願い、十三夜の月を愛でていたのです。そんな先人たちの歴史に思いを馳せながら、何ひとつ変わらない光で澄み輝いている十三夜の月を眺めてみるのもいいですね。十三夜は、満月よりも左側が少し欠けた月を見ることができます。それから満月になるのは2日後の10月20日(水)です。

あらすじ

世界征服を企む秘密結社 鷹の爪。その秘密基地で、戦闘主任・吉田くんは、うっかり「ブラックホール」を作ってしまう。これをきっかけにブラックホールに興味を持ち、その謎を解いていく鷹の爪団。ついに、本物のブラックホールを「見」宇宙へと向かう一団。そこで待ち受けていたものとは!?



お問い合わせ

Tel/fax 0295-57-6161

月曜・第4火曜休館日(祝日の場合はその翌日)