



やまびこ通信

campi
daito

NO. **388**

飯盛山の中にあるキャンピだいとうを中心に、大東市の自然や動物・生きものなどを月に1回、楽しく紹介します。



春の草花を食べよう

草花は身近な場所で見かけられます。食用可能な雑草の採集は毒草との見分けだけではなく採取する場所や衛生面にも注意しましょう。

ODS
(アウトドアスクール)
春の草花を
食べよう!
好評受付中!



お申し込み
こちらから



①タンポポ：葉っぱはおもにサラダ料理に使用しています。

⑤カラスノエンドウ：ほとんどの部分が食べられます。おすすめは天ぷらです。カリッとした風味がよくあいます。



②ツクシ：ツクシの定番料理は卵とじ・佃煮・天ぷらです。

③シソ：若葉を油で炒めたり、揚げ物や塩漬にします。

④ヨモギ：ヨモギの葉っぱは入浴剤にもなります。あせもや冷え性肩こりやリウマチに効果があるとされています。



⑥ワラビ：『万葉集』にも出てくるほど古くから日本人に親しみがあり用治時代から栽培されています。

⑦フキトウ：天ぷらにすることで独特の苦味がやわらぎ、食べやすくなります。



大東市立野た活動センター
キャンピだいとう
ご予約は
こちらから ▶ 072-874-5165

予約方法 Reservation



空き状況の確認や書類提出など
詳しい予約の方法は
キャンピHPの「予約について」まで



利用料金 Cost

大人 高校生以上
子ども 3歳~中学生
幼児 2歳以下無料

大東市に在住・在学・在勤の方は市内料金を利用できます。

日帰り利用 (10:00~16:00)

大東市内		他市	
大人	子ども	大人	子ども
200円	100円	400円	200円

宿泊利用 (16:00~翌10:00)

大東市内		他市	
宿泊場所	大人	子ども	大人
テント利用	200円	100円	400円
アーカイバス 本館利用	300円	200円	600円

アクセス Access

キャンピだいとう (大東市立野た活動センター)
住所：〒574-0012 大東市大東市番町1846

車で
約30分

- ①大東市内から阪奈道路を奈良方面(西)へ
- ②亀岡交差点(17目の信号)を渡り過ぎ、200m先左手に「熊公市」の看板を左折。
- ③直なりに約10分。(大東緑地グラウンド)

徒歩で
約60分

- ①JR学研都市線 野崎駅が最後の野崎駅前(福原山緑地駅)から登る。
- ②ハイキングコースを遡ると約60分。

バスで
約40分

- ①近鉄バスで「住道駅(北側)」から「生駒登山口駅」に乗り約18分。
- ②「[電報]停留所」で下車から徒歩約20分。

春のストレス、キャンプで解決!?

新環境との出会いが待っている春。ワクワクも大きいですが、何かと気疲れやストレスが溜まりやすい季節でもあるかもしれません。こんな時こそ、キャンプで癒やされましょう! その力は科学的にも実証済み!?

自然に癒やされよう

ほんの20~30分間、自然とふれ合うだけでストレスを軽減できるという研究が発表されています。

木々や草花に囲まれてのキャンプでたっぷり癒やされましょう!

キャンプに行く時間がないという人は、近所のお散歩や家に植物を飾ることから始めてみると良いかも! そういった“小さな自然”も効果アリとされています!

ハイキングに出かけよう

数日間のハイキングで、創造性や幸福感が増すという研究結果が発表されています。キャンプから帰った後の仕事もはかどっちゃうかも! キャンプいだいとうからも、少し足を伸ばせば飯盛山山頂までハイキングができますよ。山頂には国史跡の飯盛城跡があります! 装備は完全に調べて出発しましょうね!

焚き火のゆらぎ

焚き火をぼうっと眺めていると癒やされますよね。

これは、炎の揺れが『1/fゆらぎ』という人が本能的に心地よいと感じるリズムパターンを持っているから。癒やされるのにも科学的根拠があるんですね!

ホルモンの修繕日記

田んぼの整備をしました!

春から『民具×米作り』体験で使用した田んぼ。来年度もまたたくさんのお米が収穫できるよう、当協会の会員さんたちが、二日間に分けて田んぼの整備をしてくださいました。トラクターに乗って田んぼの田起こしや、草刈り機を使ってため池の整備をしてくださいました。

また、水上ステージ近くの腐ってしまった桜の木を伐採してくださいました。根っこからは伐採できないので、根っこに穴をたくさん開けて、早く枯れるようにしています。

田んぼの整備中↓



桜の根に穴を開けています↑

ご寄付ありがとうございます!

1月から2月に寄付をしていただいた方々です! ありがとうございます!

中尾 麗子 五十里 奈 北井 清文 吉本 要 友廣 拳 谷内 良成 種久 宗徳
岩崎 拓弥 伊藤 愛璃 田中 俊輝 柳田 裕幸 辻岡 伊織 山本 綾花
亀山 桃々乃 橋爪 香 (順不同敬称略)

認定NPO法人 大東市青少年協会は、私たちの活動にご理解いただき支えてくださる方(寄付金一口3,000円から)を募集しています! お申し込みはこちらから→





『SL合宿』

日程：1月6日(土)～8日(月・祝)
参加者：22名
天気：晴れ



1月6日から8日にかけてSL(シニアリーダー/高校生リーダー)冬合宿を行いました！3日間の合宿はとても濃い内容で、今回のレポートは僕が特に印象に残っているシーンをまとめます！特に楽しかったのは皆で作った巻き巻きパンです。『めっちゃ長い巻き巻きパンを作る』ためにみんなで分担してパン生地・竹棒・火種を作りました。およそ15mの巻き巻きパンは正直焼ききれなかったけれど、みんなで大きなパンを焼くために試行錯誤ができたのはとてもいい思い出になりました。今回のキャンプはSLみんなの団結力がとても高まったキャンプでした！1日で餅つきパンをこねてキャンプファイヤーをするキャンプは、きっとこの先もないと思います。最高のキャンプを作ってくれたディレクターありがとうございます！SL最高！

シニアリーダー2年 しろめし



DAC(大東アドベンチャークラブ)

『1月例会』

日程：1月21日(日)
参加者：43名
天気：雨のち曇り



1月例会では、3月で引退する中学3年生のリーダーに向けての卒団プレゼントを作りました。今年のプレゼントは鉛筆立てです。木でできた鉛筆立ての正面にはDACマークと石斧、側面にはキーホルダーと消しゴムホルダー、背面には集合写真が飾られていて、DACらしさのあるプレゼントです。山に登り早速プレゼント作り開始。木を切る係、デコレーションの準備をする係に分かれて作業しました。ノコギリの使い方や石斧の作り方など、上期生が中心となり班で協力する姿が見られました。組み立ての後には、それぞれにデコレーションをしていきました。名前をABCバスタで作ったり、モールドで花やハートを作ったり、ビーズやシールでオシャレにしました。完成した鉛筆立てはどれも個性が豊かで卒団するリーダーらしさを感じるプレゼントになりました。3月にリーダーに渡すのが楽しみになりました。

ボランティアリーダー3年 からあげ



『リーダー講座④』

日程：1月25日(木)
参加者：32名
天気：晴れ



今回のリーダー講座④ではSNSについて学びました。今や当たり前のように周りの人もやっているSNSですが、たくさんの情報を共有できる一方、使い方間違えると揉め事や事件に発展してしまうのです。講座では、そうならないために、改めてSNSの使い方について学びました。リーダーたちにも馴染み深いものとして『LINE』があります。個人やグループでメッセージをすぐに送ることができ、言葉一つでも人によって捉え方が違うということを学びました。その後は実際に起こった事件やトラブルについて話し合いました。実際にトラブルや喧嘩を見た、体験したりしたという話でも、他人事ではないなと思いました。SNSについて向き合う良い機会になりました。

シニアリーダー1年 シュシュ



JL(ジュニアリーダー講習会)

『ウィンターキャンプ』

日程：1月28日(日)
参加者：42名
天気：晴れ



JLウィンターキャンプは日帰り、サマーキャンプやオースタムキャンプに比べて時間が短かったですが、とても思い出に残るプログラムでした。登山中はみんなでもゲームの話や学校の話、リーダーの話などをしてとても盛り上がりました。昼食は肉巻きおにぎりを作りました。最初はうまく握れない人も多かったですが、段々うまく握れていました。チーズをたくさん入れて焼くとチーズが溶けてとても美味しそうでした。昼からは班対抗の運動会『ゼリンピック』を行いました。ゼリンピックでは合体班で力を含ませて戦いました。最後のリーダー対児っ子では、なんと児っ子がリーダーに勝利しました。急な雨で場所の移動がありましたが全力でゼリンピックを楽しみました。とても楽しかったJLウィンターキャンプでした。

シニアリーダー1年 だいく



2024

3

March

春が近づいてきましたね。自然の姿も変わりはじめ、3月末にはキャンピィだいとうでも桜が咲き始めそうです。ゆっくりお花見キャンプにも、春のにぎやかなBBQにも、キャンピィだいとうのご利用をお待ちしております！



各事業のお申し込みはこちらから

『大東アドベンチャークラブ』 年間会員募集



活動期間：2024年5月12日（日）～2025年3月23日（日）
受付：3月7日（木）正午～
対象：小学6年生（入会できるのは小6の時だけ！）
活動場所：キャンピィだいとう
参加費：12,000円
共済会に未加入の方は別途420円
大東市外在住の方は800円



年間会員

『大東アドベンチャークラブ』では、小学6年生～中学3年生を対象に、月1回の活動を通じて、学校や地域でリーダーシップをとれる人材を育てます。キャンプや探検などの野外活動をメインに、たくさんの体験活動の中で、仲間を思いやり協力することや、自分への自信を身につけます。

『ジュニアリーダー講習会』 年間会員募集



活動期間：2024年7月14日（日）～2025年3月23日（日）
受付：3月7日（木）正午～
対象：大東市在住の小学5年生
活動場所：キャンピィだいとう
参加費：7,000円
こども会に入っていない小学生は別途420円



年間会員

色々な学校の小学5年生が集まり、年4回のキャンプ活動に挑戦！学校や地域で活動できる人材を育てます。
キャンプが初めてでも、大東市認定リーダーのお兄さん・お姉さんが教えてくれるので安心。こども会も自分たちで準備して、「自分でできる！」の自信を身につけます。

『民具×米作り』R6年度 年間会員募集

日時：2024年4月21日（日）、5月12日（日）、6月2日（日）
6月16日（日）、7月13日（土）、8月12日（月・祝）
9月1日（日）、10月6日（日）、10月27日（日）、
11月17日（日）全10回
各日程：10:00～16:00

受付：受付中～

定員：40名

対象：大人・ファミリー

※子どものみの参加は不可

活動場所：キャンピィだいとう

集合場所：キャンピィだいとう

参加費：【大人】12,000円

【3歳から中学生】6,000円

【1・2歳】1,000円



年間会員

昔の農具や農法を使い、自分たちの手でお米を作ります。秋には収穫してみなでいただきます！農具解説の時間もあります。みなで一緒に楽しく学びながら作業しましょう！

ODS『春の草花を食べよう！』

小学生対象

日時：2024年4月21日（日）

9:00～16:00

受付：受付中～

4月14日（日）21時

定員：【バス利用】20名

【現地集合】40名

活動場所：キャンピィだいとう

集合場所：【バス利用】未広公園

【現地集合・解散】キャンピィだいとう

参加費：【バス利用】3,300円

【現地集合・解散】2,800円



要予約

キャンプ場周辺の草花を、自分たちで採取して食べてみよう！感触、匂い、味……色んな角度から、春の自然を大調査！

お申し込み・お問い合わせはこちら

今月の行事予定表



認定NPO法人 大東市青少年協会

TEL：072-874-5165

FAX：072-886-3152

受付時間：12～21時（第2木曜日除く）

住所：〒574-0036

大阪府大東市末広町1-301 1F



協会HP



X (Twitter)



Instagram



Facebook

3/7（木）

◎DAC年間会員、J年間会員 受付開始

3/13（水）

◎CS『はじめてのキャンプ』 受付開始

3/16（土）～17（日）

●ほうかごBaseCamp

3/23（土）～24（日）

●DAC3月例会

3/27（水）

●JL開講キャンプ

3/30（土）～31（日）

●リーダーエンジョイキャンプ
●ほうかごBaseCamp
●CS『石窯を使って本格ピザ作り＆飯盛山大冒険！』

=====

=====

4/7（木）

◎ODS『カレーマスターになろう！』
受付開始