お薦めコース　キープエリア-③

KEEP癒しの森ミュージアム

森ミュー めぐり

清里フットパス

http://kiyosato-footpath.hokuto-retreat.jp/

キープ協会は、標高1,200m～1,400m台に位置し、広大な森が広がっています。森林療法にも活用される森は「癒しの森」とも呼ばれています。本コースでは清泉寮周辺の3つの博物館と「富士山とせせらぎの小径」を巡ります。木のチップが敷き詰められた自然歩道は、自然や人にも優しく平坦で歩きやすいコースです。皆さんも清里の自然・歴史・文化を学ぶ癒しの旅に出かけてみませんか？

●清里フットパスでは【「森はミュージアム」略して 森ミュー 】を合言葉に自然溢れる清里の魅力を紹介しています。

【モデルコース】

八ヶ岳自然ふれあいセンター → ピクニックフィールドケンタッキー → モミの木広場 → 展望テラス → ピクニックフィールドケンタッキー → やまねミュージアム → ポールラッシュ記念センター → 清泉寮 → ジャージーハット・ハットジャージー → 八ヶ岳自然ふれあいセンター

COURSE GUIDE

◎基本コース
＊歩行距離：約6km
＊所要時間：約120分

スタートは八ヶ岳自然ふれあいセンターから。センター北側の車道に沿って歩くとやまねミュージアム前の牧草地「ケンタッキーピクニックフィールド」に出ます。ここが森の入口、約1.3kmの周回コースです。五感を意識しながらゆっくり森を進んでみましょう。さらに奥へと進むと展望テラスが見えてきます。一気に広がる展望で一休み。ここで折り返し再び森へ入り、じっくり自然を観察しながら歩いてみましょう。森を抜け牧草地に出ると再びやまねミュージアム。森の入口から車道に出て通りを渡ります。清泉寮の北側から続く遊歩道を約200m進むと、その先がポール・ラッシュ記念センターです。往路を戻り清泉寮のソフトクリームを食べながら足湯につかり疲労回復してください。あと5分程歩くとスタート地点です。

ポール・ラッシュ記念センター

ポール・ラッシュ博士の旧宅と、取り組んだ偉業を紹介する資料館。館内には博士が普及に努めたアメリカンフットボールの殿堂も併設。
◎開館時間 10:00～16:00
◎休館日
水曜・冬期不定休（お問合せ下さい）
◎入館料
大人500円 小中学生200円
※20名以上は団体割引（要予約）
◎TEL. 0551-48-5330

ポールラッシュ　記念　で 検索

八ヶ岳自然ふれあいセンター

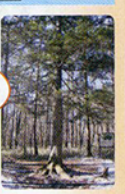
八ヶ岳南麓の野鳥や植物をパネル展示などで紹介。レンジャー（自然解説員）も常駐しているので、まずはセンターへ立ち寄り、最新の自然情報や自然歩道の状況をチェックして下さい。長靴、双眼鏡、図鑑類の（無料）貸し出しもしています。入館無料。
◎開館時間 9:00～17:00
（7～9月は18:00、11月～2月は16:00閉館）
◎休館日 火曜（GW、夏休み、年末年始は無休）
◎TEL. 0551-48-2900

清里　ふれあいセンター　で 検索

やまねミュージアム

日本で唯一の、ヤマネのミュージアムです。手作り感あふれる展示物でヤマネについて色々と学べます。冬には小さく丸まって冬眠している姿を実際に見ることができます。ヤマネはめったに木から落ちないので受験生は館内の「やまね神社」で合格祈願してみては…!?
◎開館時間 10:00～16:00
◎休館日 月・火曜日（祝日は開館）
◎入館料 小学生以上300円
※20名以上・北杜市民は250円
◎TEL. 0551-48-3577

やまねミュージアム　で 検索



広場に立つもみの木 木肌や葉っぱに触れてみよう!!

モミの木広場

八ヶ岳自然ふれあいセンター

やまねミュージアム

ポール・ラッシュ記念センター

スタート

ケンタッキーピクニックフィールド

ビューポイント

富士山とせせらぎの小径

ビューポイント

展望テラス

博士の晩年暮らしていた建物を公開し資料などを展示

清泉寮

清泉寮新館

ジャジーハット

持参したクッキーとお茶で一休み… 一年通して気持ち良いスポットです

名物ジャージー牛乳ソフトクリームとKEEP温泉使用の足湯で一息!!

ポール・ラッシュ通り

夏の自然歩道ではセミの抜け殻を発見できるかも?

至 清里駅

冬期はこのサインがスノーシューコースの目印!!

ダレの足跡だろう? ふれあいセンターで確認してね

森林療法

森には血圧を安定させる力があると言われています。ふれあいセンターには血圧計が用意されているので、ウォーキング前後で調べてみてください。

このコースの道守（みちもり）さん

八ヶ岳自然ふれあいセンター スタッフの皆さん

道守の仕事は、担当コースのイベントを主催したり、季節の事柄、道路状況等の情報を管理し、つねに魅力あるコース作りと、コースの保全です。コースガイドについては、お気軽にお問い合わせ下さい。
◎連絡先：0551-48-2900
（八ヶ岳自然ふれあいセンター）

得 このマップをお持ちの方に限り、ポール・ラッシュ記念センターとやまねミュージアムの入館料を割引きいたします。