

# 週末とやま農村 Life 2026 申込方法

募集対象：富山県に興味のある方

募集締切：各ラボの開催日の4週間前

定員：各ラボ10名程度(先着順)※ラボにより異なる場合があります。

参加費：1泊2日 大人18,000円 / 小学生9,000円 ※未就学児無料  
2泊3日 大人25,000円 / 小学生12,500円 ※未就学児無料

参加費には、体験料、施設利用料、食材費、保険料を含みます。  
日帰り、途中参加、送迎などの希望者は別途ご相談ください。  
災害などの事由により、中止となる場合があります。

www.gt-toyama.net



お申し込みはこちらから

★臨時保育室(無料) 対象：生後4ヶ月～就学前のお子様 ※利賀村ラボは保育なし

VR(360度動画)で  
ラボの様子を見てみよう！  
※スマホの機種によってはアプリが必要です。



## 参加確定までの流れ

参加申込

各ラボ開催日の4週間前まで

参加受付通知  
参加費振込依頼

メール・電話にて速やかに通知します

参加確定

## 開催地域と期間

南砺ラボ	6/12 金～6/14 日
笹川ラボ	6/20 日～6/21 日
氷見速川ラボ(旧瀬浦ラボ)	9/5 日～9/6 日
魚津片貝ラボ	9/12 日～9/13 日
立山ラボ	10/2 金～10/4 日
国吉ラボ	10/24 日～10/25 日
やまだ村ラボ	11/6 金～11/8 日
黒部ふせんたんラボ(NEW)	27年1/30 日～1/31 日
利賀村ラボ(保育なし)	27年2/20 日～2/21 日

●キャンセルについて  
キャンセルされる場合は、必ず事前にご連絡ください。キャンセル料と振込手数料を差し引いた金額を返金いたします。  
なお、キャンセル料は次の通り申し受けます。  
開催日の21日前まで[無料] / 20～8日前[30%] / 前日[40%] / 当日[50%] / ラボ開始後または無連絡不参加[100%]

●個人情報の取り扱いについて  
お申込み時にいただいた個人情報は、参加者との連絡のために利用する他、お申込みいただいたラボの準備・運営に必要な範囲内で利用し、かつ必要な範囲内で受入地域・保険会社等に提供します。

申込み・問合せ先  
NPO法人 **グリーンツーリズムとやま**  
〒930-0094 富山県富山市安住町3-14 富山県建設会館4F  
tel: 076-482-3161 fax: 076-482-3635 e-mail: info@gt-toyama.net

# 週末に自分だけのウェルビーイング探し

きれいな空気の中で、自分の心と体について考えてみませんか？  
農村では、自然の恵みと地域の方々とのまごころが一つになって訪れるあなたを温かく迎え入れます。  
ちょっと大変だけど豊かな暮らしをしてみませんか？  
ライフスタイルが多様化する中で、地域との様々な関わり方を体験できるプログラム、それが、「週末とやま農村 Life」です！



新しい故郷



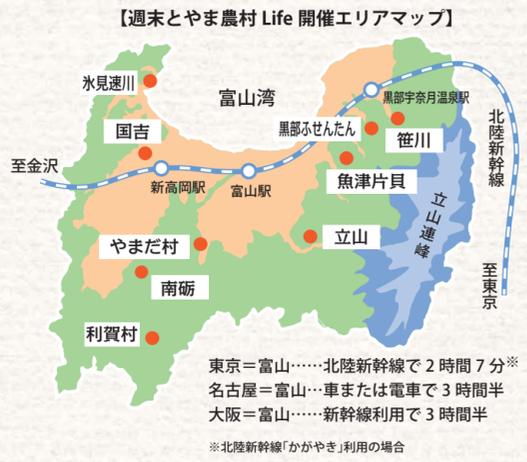
関係人口拡大へ

## 「週末とやま農村 Life」なら、できる！

●地元の人たちと交流ができる！  
リーダーをはじめ、各ラボの主体となるのは地域の皆さん。  
すべてのラボで、移住者を含め地域住民との交流会も開催されます。  
ここでしか聞けないおもしろい話があるかも！

●農山漁村の知恵や技術を学ぶことができる！  
各地域には昔から営まれ引き継がれてきた、あるいは新しく導入された、農山漁村ならではの知恵や技術があります。  
ラボではそれらについて学び、体験することができます。

●地域を深く掘り下げることができる！  
ラボでは、期間中(1～3日間)、ひとつの地域に滞在します。  
そのため、観光旅行とは違った角度で地域を深掘りすることができます。



【週末とやま農村 Life 開催エリアマップ】  
東京＝富山……北陸新幹線で2時間7分※  
名古屋＝富山……車または電車で3時間半  
大阪＝富山……新幹線利用で3時間半  
※北陸新幹線「かがやき」利用の場合

# 週末とやま 2026 参加者募集中

# 農村Life

生活半分、変えてみる！  
地域と交流し、くらしの知恵と技術を学ぶ。  
観光とは違う「深掘り」体験で、  
農山漁村の魅力を見直し、  
農村の魅力を再発見！



富山県指定交流地域活性化センター  
NPO法人 **グリーンツーリズムとやま**

富山の魅力が詰まった  
ホームページをご覧ください。  
www.gt-toyama.net



散居村と里山の田舎暮らしを体感・体験  
昔ながらの手作業による糸作りを体験



なんと  
**南砺ラボ** (南砺市) 6/12(金)~14(日) 2泊3日

- 植物原料から繊維を取り出して糸をつくり、はた織りを体験
- 散居村を望む棚田でピオトープ作り
- 中山間地域のくらし(狩猟)について狩女に聞く
- 里山の恵み「ジビエ」を味わう
- 特産里芋の植え付け体験

ラボリーダーより  
土地と結びついた暮らし方、そこに住む人との関わりを感じ取ってください。

ホテルが飛び交う清らかな自然。  
里山だけど海も近い笹川の魅力を堪能。



ささ かわ  
**笹川ラボ** (朝日町笹川地区) 6/20(土)~21(日) 1泊2日

- ゲンジボタル・ヘイケボタル観察会
- 地域貢献で建設された水力発電所見学
- 朝日名物「たら汁」やイワナ串焼きなどを堪能
- ヒスイ海岸でヒスイ探し
- 民家カフェで移住者との交流
- ワサビ田の手入れ体験と里山散策(七重滝の見学など)

ラボリーダーより  
ホテルの舞やヒスイ探し、そして郷土料理と、自然の恵みを堪能してください！

一步踏み出すあなたへ  
**農村で始まる、新しい暮らし**

農村での暮らしは、決して楽ではありません。  
でも、そこには、かけがえのない価値があります。  
「農村に興味があるけど、何から始めれば？」  
そんなあなたを、私たちは応援します。



農村 Life への STEP



地域を…知る

農村の美しい景色、文化、食。  
五感で感じる魅力に、きっと心惹かれるはず。

人情に…触れる

農業体験、イベント参加、地元民との交流。  
新たな発見がきっとある。

すこし…働く

ボランティアや体験就労を利用して、  
まずは短期の仕事をやってみる。

いっそ…暮らす

農村で仕事を見つけ、生活の拠点を移す。  
あるいは、週末だけ農村で暮らしてみる。

里山と海で、氷見の魅力を体感する。  
伝統文化の体験で地域の魅力を発見できます。



ひ み は や か わ  
**氷見速川ラボ** (氷見市速川地区) 9/5(土)~6(日) 1泊2日

- 大伴家持ゆかりの地を巡る(早借舟山公園と白が峰山頂公園)
- 地元獅子舞の練習風景見学&体験
- 朝獲れ魚さばき体験
- 富山県栽培漁業センター見学
- 魚釣り体験

ラボリーダーより  
海の幸、山の幸の美味しい物尽くし。氷見の感動をたくさん持ち帰ってください！

う お つ か た かい  
**魚津片貝ラボ** (魚津市片貝地区) 9/12(土)~13(日) 1泊2日

- 片貝水循環遺産巡り(洞杉、東山円筒分水槽ほか)
- 地域住民との交流会
- ぶどうの収穫体験
- カナタワイナリー見学(ぶどうがワインになるまで)

ラボリーダーより  
日本一美しい水循環遺産巡りと、ぶどうがワインになるまで！巨岩を抱く巨大杉！洞杉・洞杉群を見に行きましょう！

# 週末とやま 農村Life

## Weekend rural life in Toyama 2026

雄大な立山の麓、自然の中から生まれる  
アートと信仰に触れる。



たて やま  
**立山ラボ** (立山町) 10/2(金)~4(日) 2泊3日

- 落差日本一(350m)の「称名滝」見学
- 越中瀬戸焼の作家による指導で陶芸体験
- 帰農塾 OB のレストランで昼食及び農業体験
- 立山信仰に触れる

ラボリーダーより  
立山の素晴らしい自然と文化に触れることが出来る。今、移住するなら立山町がお勧め！

酪農、竹林、りんごの収穫。  
里山の暮らしは奥が深い！



くに よし  
**国吉ラボ** (高岡市国吉地区) 10/24(土)~25(日) 1泊2日

- 移住就農の若手酪農家を訪ねる(餌やり、搾乳)
- 移住者と地域の交流会
- 国吉りんご収穫
- 竹林整備保全説明
- さつまいも収穫
- 国吉の孟宗竹を使用したランプシェード作り

ラボリーダーより  
酪農体験、ランプシェード作りが好評です。里山の暮らしを体験してみませんか？

富山まる見え！ 高原の里山 やまだ村の  
風情と地元住民の人情に触れる。



やまだ村ラボ (富山市山田地区) 11/6(金)~8(日) 2泊3日

- 野菜収穫と地域の直売へ出荷体験(ふれあい青空市「やまだの案山子」にて)
- 秋の「ぶな林」牛岳散策
- 干し柿作り体験
- 地元の蕎麦粉を使ったこだわりのそば打ち体験
- 山田村歴史と山田村巡り

ラボリーダーより  
絶景スポットの牛岳からは、日本海、富山平野、立山連峰が一望できます。一緒にそば打ち体験しませんか？

NEW!  
世代を超えた人の温かみと里・山・海を  
食と足と交流で丸ごと体験！



くろべ  
**黒部ふせんたんラボ** (黒部市東布施地区) 2027 1/30(土)~31(日) 1泊2日

- 雪すかし(除雪)
- 雪遊び(棚田スノーシューハイキング)
- 地元民の愛するお店で食材購入
- 押し寿司作りと黒部海鮮・里山の幸体験(地域住民との交流会)
- 炭焼き小屋の囲炉裏メシ(鹿肉と岩魚の炭火焼)
- 漁村「生地」散策(海産物お土産購入など)

ラボリーダーより  
里・山・海が近く、標高差を感じる多様性のある暮らしを、地域住民と一緒に体験してください。

水循環を感じられる うおっ！なまち。  
懐かしい空間に癒され、自然を満喫！



う お つ か た かい  
**魚津片貝ラボ** (魚津市片貝地区) 9/12(土)~13(日) 1泊2日

- 片貝水循環遺産巡り(洞杉、東山円筒分水槽ほか)
- 地域住民との交流会
- ぶどうの収穫体験
- カナタワイナリー見学(ぶどうがワインになるまで)

ラボリーダーより  
日本一美しい水循環遺産巡りと、ぶどうがワインになるまで！巨岩を抱く巨大杉！洞杉・洞杉群を見に行きましょう！

豊かな自然が息づく天空の郷で、  
雪と共に暮らす知恵を学ぶ。



と しが むら  
**利賀村ラボ** (南砺市利賀村地区) 2027 2/20(土)~21(日) 1泊2日 ※保育なし

- 雪中野菜収穫体験
- かんじきウォークと雪上ハイキング
- わら細工づくり
- 囲炉裏体験と冬の郷土料理づくり
- 文化体験は、大きな感動と財源になること間違いなし！
- 伝統芸能体験

ラボリーダーより  
圧倒的な雪の中での山村文化体験は、大きな感動と財源になること間違いなし！