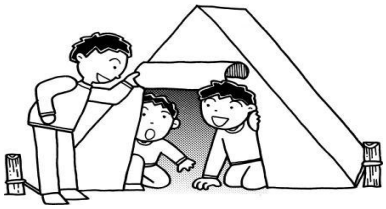
令和７年度

とらのまき

～活動プログラム集～



新潟県少年自然の家では、様々な情報を発信しております！

新潟県少年自然の家
ホームページ

YouTube
カヌボーチャンネル

X（旧 Twitter）
少年自然の家カヌボー

新潟県少年自然の家

はじめに
　この「とらのまき～活動プログラム集～」は、別冊の『利用の手引』に記載されている「より充実した活動を目指して」「主な活動内容の一覧表」を踏まえ、当施設を利用した活動について、さらに詳しく載せてあります。
　活動内容の目的・ねらいや内容、そして進め方や準備・留意することなどにもふれてありますので、利用団体の皆様が活動計画を立案したり、事前指導や準備を行ったりする際にお役立てください。
　※　年度途中に変更する点が出てくる可能性があります。あらかじめ御了承ください。

新潟県少年自然の家では、様々な情報を配信しております！

Ⅰ 活動プログラム編

＜屋外施設を活用した活動＞
活動プログラムの作成にあたって　1
1 野外炊さん　3
2 野外ワイドゲーム（YW）　8
3 オリエンテーリング（OL）　9
4 フォトオリエンテーリング（POL）　11
5 ウォークラリー（WR）　13
6 グラウンド・ゴルフ（GG）　15
7 モルック　16

＜川・海の活動＞
8 つり　17
9 カヌー　18
10 海水浴　20

＜秋～冬の活動＞
11 ドングリ拾い　21
12 スノーシュー(SS)　22
13 雪遊び　23

＜野外ゲーム＞
14 ネイチャービンゴ　24
15 カモフラージュ　25
16 色がいろいろ　26
17 森のつながり　27
18 この顔だれだ？　28

＜観察、調査、環境学習等＞
19 星空観察　29

＜室内活動＞
20 館内フォトオリエンテーリング（館内POL）　30
21 館内チャレンジ（館内C）　31
22 インドアアスレチック（IA）　32

＜創作活動＞
23 創作活動一覧　34
24 壁飾り　37
25 キーホルダー　38
26 焼杉板　39
27 プラスチックキーホルダー　40
28 竹とんぼ　41
29 和凧　42
30 松ぼっツリー　43

＜イベント＞
31 ぽっぽ焼き　44
32 うどん打ち　45
33 米粉ピザづくり　46
34 もちつき　47

＜夜のプログラム＞
35 きもだめし　48
36 ナイトハイク　49
37 キャンプファイア・ボンファイア　50
38 キャンドルファイア　58
39 グラスキャンドルファイア　64

＜つどい＞
40 出会い・別れ・朝・夕べ　４つのつどい　69

Ⅱ 活動事例編

1 ＜学校の教育活動等での例＞
自然教室・集団宿泊的生活　70
人間関係づくり・仲間づくり・SGE　72
学年行事・学習など　73
小学校ＰＴＡ活動

2 ＜少年団体など＞
少年団体　73
小・中学生のクラブ（部）活動　74

3 ＜幼稚園・保育園・こども園の保育活動など＞
幼稚園・保育園・こども園の活動　76

4 ＜大人の活動など＞
成人・高齢者の活動　77

5 ＜胎内型ツーリズムの紹介＞　78

6 ＜胎内市にあるその他の体験活動紹介＞
(1)要害山登山・平林城跡または不動滝ハイキング　79
(2)大峰山登山・桜公園ハイキング　80
(3)鳥坂山登山　81
(4)高坪山登山　83

7 ＜活動計画案（教科との関連）＞
活動計画案１「フォトオリエンテーリング」　84
活動計画案２「ナイトハイク」　86
活動計画案３「鳥坂山登山」　88
活動計画案４「レクリエーション」　90
活動計画案５「グラウンド・ゴルフ」　92
活動計画案６「キャンプファイア」　94
活動計画案７「キャンドルファイア」　96
活動計画案８「カヌー体験」　98
活動計画案９「インドアアスレチック」　100
活動計画案10「星空観察」　102
活動計画案11「野外炊さん」　104
活動計画案12「どんぐり拾い」　106

☆ **令和7年度　主催事業一覧**　108
☆ **野外施設案内図**　109

新潟県少年自然の家では、

様々な情報を発信しております！

公式ＨＰ（ホームページ）のほか、
ＹｏｕＴｕｂｅ「カヌボーチャンネル」、各種 SNS にて、情報を配信しております。予約の確認や、プログラム内容の事前学習などに、ぜひご利用ください。

○新潟県少年自然の家HP

公式ＨＰ（ホームページ）です。主催・企画事業の案内や利用申込の確認などを行えます。
ＵＲＬ　https://niigata-shounensizen.jp/

HP（ホームページ）

○YouTube「カヌボーチャンネル」

施設の様子や、カヌー活動、キャンプファイヤ、創作活動など様々なプログラム活動の進め方を動画で見ることができます。事前学習などに、ぜひご利用ください。
ＵＲＬ　https://www.youtube.com/embed/iri9qKbxpjk?rel=0&wmode=transparent

公式 YouTube

○公式 SNS

自然の家での楽しい出来事やイベント情報を、日々発信していきます。ぜひご覧ください。
・X
ＵＲＬ　https://twitter.com/ngt_shizen
・Instagram
ＵＲＬ　https://www.instagram.com/niigata_shizen/

@NIIGATA_SHIZEN
公式 Instagram

公式 X

活動プログラムの作成にあたって

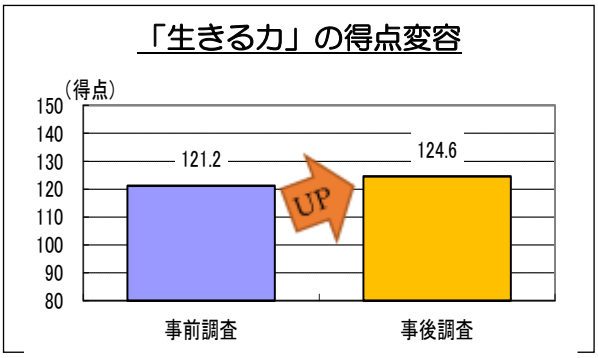
1　学校の集団宿泊活動（自然体験教室）の実態

当自然の家では、学校の集団宿泊活動をより充実したものとするとともに、学習指導要領の基本理念である「生きる力」の向上への影響を明らかにするため、令和６年度に実態調査を実施した。

なお、調査に際して、５月～７月に当自然の家を利用した村上市立小川小学校・新発田市立御免町小学校・新潟市立日和山小学校・新潟市立亀田東小学校の４校から協力をいただいた。

（１）子供たちへの IKR（生きる力）調査の結果

国立青少年教育振興機構の「『生きる力』の測定・分析ツール」を用いて分析を行った。その結果、223 人のデータから、自然体験教室に参加することよって、「生きる力」が有意に向上していることが分かった。３つの上位尺度となる能力については、下図のとおり有意な向上が見られた。



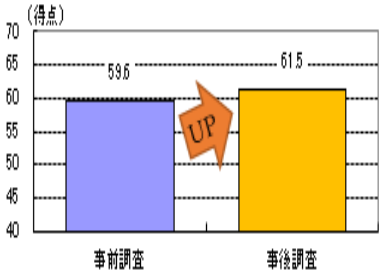
心理的社会的能力の得点変容

（質問例）

●小さな失敗を恐れない

●自分からすすんで何でもやる

●自分のことが大好き



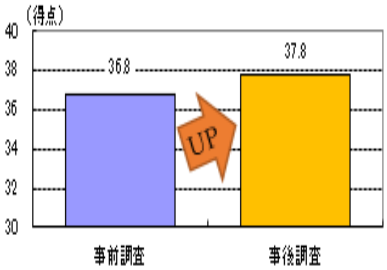
徳育的能力の得点変容

（質問例）

●自分勝手なわがままを言わない

●花や風景に感動できる

●いやがらずによく働く



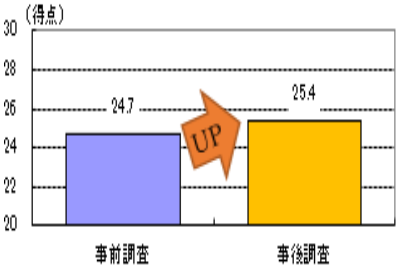
身体的能力の得点変容

（質問例）

●早寝早起きである

●暑さや寒さに負けない

●包丁などの刃物を上手く使える



（２）引率教職員への質問と回答結果

Ａ校	Ｂ校	Ｃ校	Ｄ校
① 教育課程上の位置付け			
特別活動	総合的な学習の時間	総合的な学習の時間	特別活動、学級活動
② 児童への事前指導の時間			
４時間	１０時間	７時間	４時間
③ 教職員の事前打ち合わせの時間			
２時間	１０時間	３時間	１時間
④ 自然教室にあたり重視した事項			
集団行動、自主自立、ルール・マナー	集団行動、自主自立、仲間づくり、ルール・マナー	体験活動、集団行動、自主自立、ルール・マナー	体験活動、集団行動、自主自立、ルール・マナー

⑤ 計画立案で有効だったもの			
利用の手引き とらのまき（活動プログラム集） 利用団体引率指導者研修会 ホームページの情報 校内職員の情報交換 YouTube の動画情報	利用の手引き とらのまき（活動プログラム集） 利用団体引率指導者研修会 校内職員の情報交換 YouTube の動画情報	利用の手引き とらのまき（活動プログラム集） 利用団体引率指導者研修会 校内職員の情報交換 YouTube の動画情報	利用の手引き とらのまき（活動プログラム集） 利用団体引率指導者研修会 ホームページの情報 校内職員の情報交換 YouTube の動画情報
⑥ 子供の姿から感じた成果			
・大人に頼らず、自分たちで協力して活動しようとしていた。 ・使った場所を一生懸命に清掃し、きれいに引継ぐことの大切さに気付けた。	・子供たち自ら行動する姿が見られた。 ・友達と協力して活動に取り組んでいた。 ・分からないことがあっても友達と相談して解決していた。	・集団生活の中で、時間やマナーを守って行動していた。 ・協力することや友達のよさを感じていた。 ・臨機応変に、粘り強く活動していた。	・公共の施設での生活や他校と合同のカヌー体験から、一人一人がマナーの在り方や能動的に行動することの大切さを考えることができた。
⑦ 今後の課題			
特記事項なし	・交流はあったが、学年間全体として誰とでもという点では課題が残る。 ・自分にとってマイナスなことからすぐに逃げ出してしまう。忍耐力を育んでいきたい。	・校内で引継いでも、毎年、活動の順序が変わるため十分に活かせない。 ・荷物移動や食堂利用等の制約が多い。大人数で、僅かな変更でも時間がかかってしまう。	・何をするにしても他人任せであったり、自己中心的な考えで行動したりする子供がいた。振り返りで、自分自身の行動や心構えなどを考えさせたい。

２　主催事業企画時に自然の家職員が留意していること（参考）

（１）施設や地域の特性を活用する

この施設の「役割は何か」「強みは何か」を常に意識し、事業構成を工夫している。職員一人一人が、施設の特性や周辺にある地域資源等の教育的価値の吟味、発掘に努めている。

（２）「体験」「観察」「楽しむ」「表現」「資源活用」の要素から活動内容を構成する

① **「体　　験」**：自然の中で遊ぶ、自然に挑戦する、自然との一体感を味わう、生きる原点を体験する等
② **「観　　察」**：自然や環境を知る等
③ **「楽 し む」**：自然と遊ぶ、四季の自然にふれる等
④ **「表　　現」**：身近な自然を素材にした表現活動、自然の中での芸術活動、活動成果を発表する等
⑤ **「資源活用」**：史跡、名人芸、地域の行事などにふれる等

（３）「協力する」「語り合う」「ふれ合う」の活動場面を意図的に設定する

３つの場面は、参加者同士が互いに理解を深め、人間関係を培っていく上で大切である。

（４）生活技術の習得に配慮する

食・住を通した、生きるために必要な最低限の生活技術を学習させる。また、安全な活動の仕方やけがに対する応急処置を学習させる。

（５）地域の人材や関係機関・団体等と連携・協力する

指導や指導補助としての活躍にとどまらず、企画段階から連携・協力関係を構築する。

1　野外炊さん

炊さんを行う過程で、仲間とのかかわりが生まれます。
- グループ内でのよりよい人間関係づくりができます。
- 食事を作ることの大変さと大切さを感じることができます。
- 力を合わせて作った食事をみんなで食べれば、会話がはずみ、自然に笑顔があふれることでしょう。

【利用者の声】
- 野外炊さんをして、班の人と協力できてよかったし、みんなで美味しくできて良かったです。
- 初めてやって難しいこともあったけど、おいしいカレーが作れて良かったです。
- 野外炊さんで、すごくおいしいカレーができて最高でした！

↓↓↓↓【参考動画】YouTube チャンネル↓↓↓↓

≪調理係編≫　**≪かま場係編≫**　**≪片付け編≫**

カヌポーチャンネル　カヌポーチャンネル　カヌポーチャンネル

時　期	４～１１月末 ※夕食作りは９月末まで	**所要時間**	３時間～5 時間 ※点検等の作業も含む	**活動場所**	かま場・調理場
対　象	小学生以上	**人　数**	最大３６０人程度　※屋根付きかま場（常設）３６基 注意：調理場の収容数は１棟につき最大 35～40 名程度×３棟		
準備物	**自然の家で貸し出す物**	**団体・個人で準備するもの**			
	炊飯用具や食器 ※用具の数は利用の手引き（P19）を参照ください。	□食器用洗剤　□食器用スポンジ　□液体クレンザー □がんこたわし（鍋の焦げ落とし用）※各班に２～３つあるとよい □ふきん　□台ふき　□キッチンペーパー（拭き取り仕上げ用） □手洗い石けん（適宜）　□除菌スプレー（適宜） □マッチまたは点火用ライター □綿の軍手（滑り止め用のゴムがついている軍手は、熱いものに触れたとき溶けてやけどをするおそれがあり危険。） □透明ゴミ袋（残飯やその他の野外炊さん関係用） □レジャーシート □割り箸（必要に応じて） □薪代１名につき 50 円 **※自然の家では、たきつけ用に松葉を使用するので「古新聞」は必要ありません。** ※がんこたわし、70L 用ゴミ袋、発砲カレー皿１枚セット、割りばしは購入可能。			
活動の手順	次ページを参照				
備　考	食材は、１か月前まで（日帰りの場合は、15 日前まで）に「食事等申込書」でご注文ください。				

活動の手順

事　前	**班編成や役割分担 使用釜場・調理場の調整と決定**	・ねらいに合わせた班編成を行う。 ・他団体との釜場と調理場の使用箇所の調整。
オリエンテーション （20～30 分）	**活動場所･用具等の説明と諸注意**	・施設の使用や用具の使用について説明し、安全に活動できるよう注意を促す。 ・役割分担を確認する。
準　備 （30 分程度）	**炊さん用具の借用**	・炊さん用具小屋の鍵を事務室で受け取る。
	食材の受け取り	・「野外炊さん食材受け取り口」で食材を受け取る。
	用具の運搬・洗浄	・引率者の確認のもとで、炊さん用具小屋から用具を運ぶ。 ・調理用具や食器、食材は洗浄する。
	グレーチングの設置 まきや松葉の運搬	・グレーチングは１釜につき２枚使用。（上段・下段） （１釜に２班使用の場合はグレーチングを４枚使用する。） ・食缶に、薪と松葉を入れてかま場に持って来る
炊さん活動 食事準備 （90 分～120 分） 食事 （30 分～60 分）	**①調理 ②食事準備 ③食事**	①かまどを作る。食材それぞれの鍋に入れ火にかける。 ②かま場周辺の机・椅子に食事の準備をする。 ③カレー・ご飯を盛り付けて「いただきます」 ※晴天時は、炊事場近くのテーブルやベンチを利用可能。 各団体で用意したレジャーシートを敷いて食べても可。 ※雨天時は、かま場または「まつかさの家」に各団体で用意したレジャーシートを敷いて食事をする。
後片付け （60 分程度）	**①ごみの後始末 ②食器や用具の洗浄 ③食器や用具の乾燥 ④用具の返却 ⑤調理場と床の掃除**	①「燃えるゴミ」と「燃えないゴミ」に分別してビニール袋に入れ、「燃えるゴミ」は灰置き場隣のゴミ置き場へ運ぶ。「燃えないゴミ」はゴミ置き場へ運ぶ。ペットボトルのゴミも同様である。（ゴミ袋は団体で用意する） ②使用した用具を、きれいに洗う。 ③<u>引率者が点検し、自然の家所員の確認を受けてから用具を片付ける。（所員確認後、炊さん用具小屋に搬入する。）</u> ④点検終了後、水分を拭き取る。 ⑤流しの洗浄と床の掃除をする。（流しの排水溝も）
	かま場の片付け	・薪はできる限り燃やし尽くし、灰にする。 ・灰や燃え残りは食缶に入れて、<u>水をかけ消火をする。</u>煙が出なくなったら、「灰置き場」に捨てる。（<u>引率者が必ず確認する</u>） ・グレーチングを元の場所へ片付け、かまど内や周辺をほうきで掃く。 ・グレーチングやスコップ、ほうきなどを返す。 厳重注意：<u>かまどへは直接水をかけないでください。 やけど、かまどの破損の危険があります。</u>
最　終　点　検	**かま場･調理場･食事した場所などの点検**	・引率者は、野外炊さんチェックカードに従って、活動場所や野外炊さん場等の最終点検をおこなう。 ・食事した場所のテーブルや椅子の下などにゴミが落ちていないか最終確認する。
	鍵の返納	・炊さん用具小屋の鍵を事務室に返す。

野外炊さんのノウハウ

＜かま作り＞

1　まきの準備

○ 野外炊さん用まき小屋からまきを運びます。

・まきを運んだりかま場で活動したりするときは、必ず軍手をしましょう！
・まきをたくさん運ぶときは、リヤカーを利用できます。
・まき小屋の前には、引率者が１人監督して児童・生徒の安全確認を行ってください。

2　火起こし

○ かま場

・かまどの上段と下段に２～４枚のグレーチング（網）をかけます。
・下段のグレーチングの上に松葉とまきを組んで火をつけます。
・火が落ち着いたら、上段のグレーチングの上に鍋を置きます。

3　片付け

・一度火がついたまきは、燃やし尽くします。火をつけなかったまきは、まき小屋に戻せます。
・灰は、火がついていないことを確認した後、「灰置き場」に運び、処分します。
・野外炊さんチェックカードを渡します。すべての項目を確認し、片付けを完了させてください。
（燃やし尽くせない場合は、灰やまきをバケツの中に入れ、調理場脇の水道で完全に消火した後に処分します。）
・かまに直接水をかけると、かまやコンクリート床が破損します。絶対に水をかけないでください。

＜ご飯の炊き方＞

自然の家では、炊さん用鍋でお米を炊きます。

1 炊さん用鍋に米を入れて、水でとぎます。

2 鍋に水を入れます。

といだ米の上に大人の手のひらを置いて、手首が水に浸るぐらいが丁度よい水の量です！
（目安：米７合で炊く場合　湯呑茶碗７杯＋２杯）

3 米に給水させます。（出来れば３０分間）

お米にじっくり水を吸わせるのが、美味しく炊くコツ。

4 鍋を火にかけます。

火にかける前に、鍋の側面全体・底・持ち手に「液体クレンザーでパック」を忘れないでね！
火加減は強火です。（強火＝釜の横のブロック塀の高さまで炎が達するくらい。）

5 グツグツしてきたかな？

グツグツと沸騰してきても、しばらくそのまま我慢！

6 グツグツしたら蓋を開けて中を確認しよう。

ふたをあけて、ご飯の表面に水分がなくなっていたら、火からおろしましょう。
ご飯の表面がツヤツヤになっていたら、蒸らしに入る合図です！

7 水分がなくなったら火からおろして、１０分以上蒸らします。

蒸らしているときはふたを開けちゃダメだよ。

＜カレーづくり＞

自然の家では、肉や野菜は炒めません。（焦げ付き防止）

1 野菜を切って鍋に入れます。肉は鍋に入れたらほぐします。

材料は小さく切った方が早く煮えます。特に、にんじんは薄く切るとよいです。

2 野菜が全部浸るくらいに水を入れ、沸騰させます。

水が多いとシャバシャバのカレーになります。
火にかける前に、鍋の側面全体・底に「液体クレンザーでパック」を忘れないでね！！

3 材料が煮えたら、鍋を火から外してカレールウを入れます。

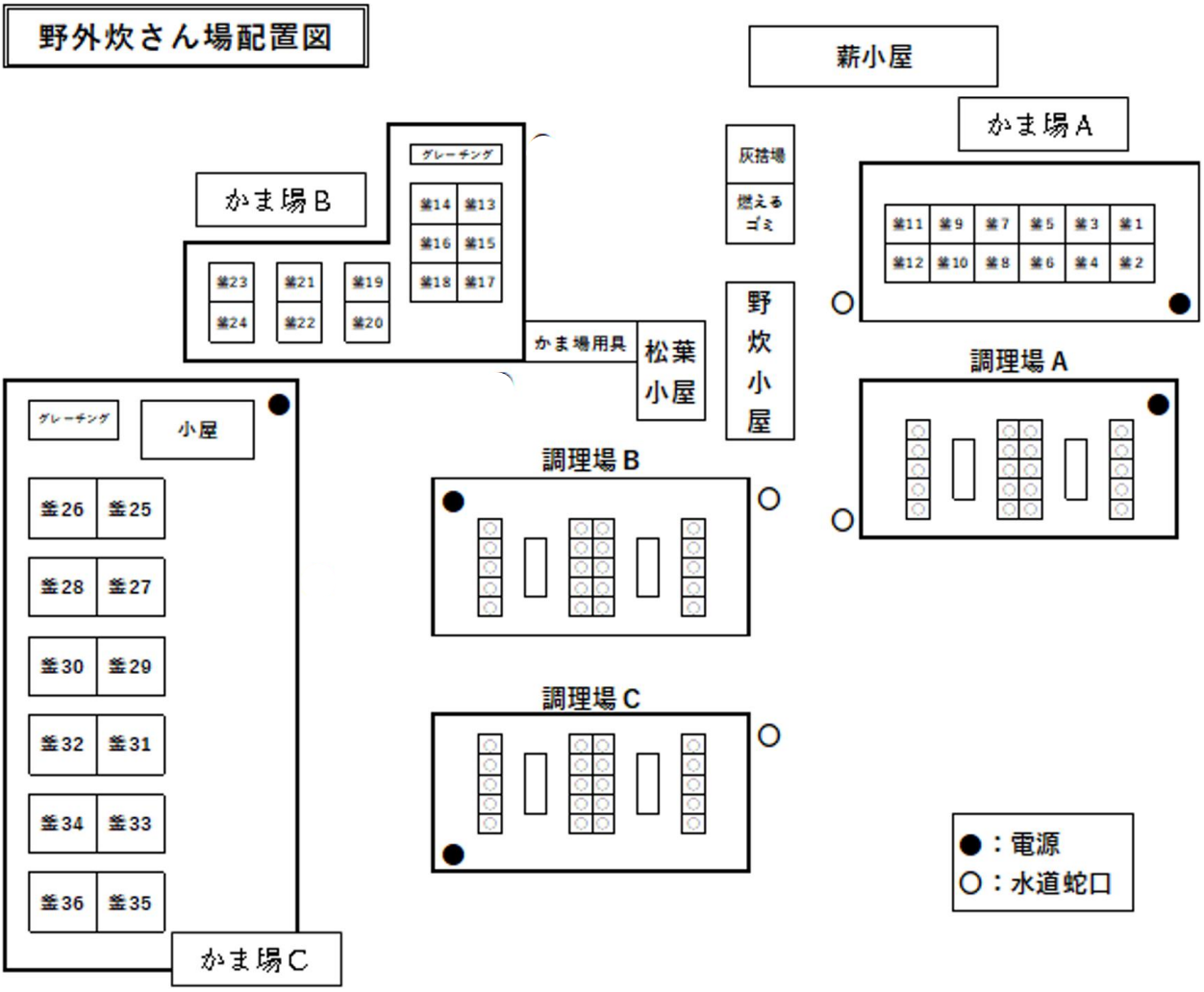
おたまで「ルウが溶けるまで」クルクルとかき混ぜます。
とろみが出てきたら、できあがりです。

※カレールウを入れた鍋は火にかけないでね！！（鍋が焦げ付きます）

＜鍋点検について＞

当日に事務室にて野外炊さん活動説明資料をお渡しいたします。また、お渡しする資料については、少年自然の家 HP にも掲載しておりますので、ご確認ください。

野外炊さん場配置図



ゴミの分別と処理方法について

※透明なビニール袋で2分別です。

野炊場の燃えるゴミ置き場

一緒のビニール袋に入れる

生ゴミ
紙
ビニール

食堂脇の燃えるゴミ置き場

畳んでヒモで縛る

ダンボール

食堂脇燃えないゴミ置き場

一緒のビニール袋に入れる

空き缶
空き瓶

ふた付のまま
ペットボトルだけで袋に入れる

ペットボトル

2　野外ワイドゲーム（ＹＷ）

遊歩道の木々の枝や幹に取り付けてある目印テープをたどりながら、途中にある 10 カ所のしれい書（クイズなど）をグループで解いていきます。
・地図を使わず簡単なので、低学年から楽しむことができます。
・実際に歩く時間は５０分程度ですが、グループごとに時間差でスタートするので、グループが多ければ、そのぶん時間がかかります。
・グループ数が多いときは、反対まわりのコースも利用できます。
・目印テープは、青色のプラスティックテープです。

↓↓参考動画↓↓

時　期	通年（降雪時不可）	**所要時間**	説明を含めて１時間～２時間 ｸﾞﾙｰﾌﾟ数が多いときは２時間半	**活動場所**	自然の家遊歩道
対　象	小学生以上 （大人同伴であれば幼児でも可）	**人　数**	１グループ３人～５人程度　　20 グループ程度まで		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で用意するもの**
	□　チェックカード □　記録用のバインダー □　ビブス □　教具　青のテープ見本 □　看板　「この先進めません」 □　解答 □　賞状 （多目的ホール用具室）	□　各グループに鉛筆２～３本 □　雨具　※天候に応じて □　賞状記入用のペン

活動の手順	事前準備	**1　引率者の役割分担** ・説明者　・監視　・巡視　・救護　・計時　・採点　・表彰 等 **2　グループ編成** グループで役割分担をしてもよい。・班長　・記録係　等 **3　用具の準備**
	活動の実際	**1　競技の説明** **(1)　野外ワイドゲームの楽しみやねらい** **(2)　競技の方法** ・班ごとにスタート位置から出発する。※班が多い時は逆回りを同時にする。 ・木などについている「青いテープ」を探して進んでいく。 ・途中の 10 カ所にある「しれい書」・「上級指令書」がある。 ・グループで相談してクイズを解いたら「チェックカード」に記入する。 ・各班、５分（または３分）おきにスタートする。 **(3)　注意事項** ・ウルシ、ツタウルシに気を付け、遊歩道を歩く。 ※遊歩道以外の場所を通るとウルシに触れてしまうことがある。 ・遊歩道の動植物を大切にして歩く。 **(4)　やくそく** ・必ずグループで行動する。分かれて行動しないこと。 ・体調を崩した時は本部に戻る。戻れないときは近くにいる引率者に相談する。 **2　グループで役割分担をし、チェックカードに必要事項を書く。** **3　引率者が監視箇所に配置につく。** **4　時間差で、「野外ワイドゲームスタート・ゴール」の看板前からスタートする。** **5　終了後、採点・集計。**
	事後	**1　表彰式** **2　用具の返却**
備　考	1　スタート・ゴールの看板は、「まつかさのいえ」の脇にあります。 2　「しれい書」のクイズは、団体で考えたものを使うのもおもしろいでしょう。 3　コースは約 2.3㎞です。	

3 オリエンテーリング （ＯＬ）

自然の家周辺に設置したオリエンテーリングポストを見付け、グループで得点を競います。

・一斉にスタートできるので、一定の時間内で実施できます。大人数や複数の団体でも可能です。
・手がかりは地図だけです。コンパスは使いません。
・ポストは全部で２１個あります。ゴール時刻を調整することで活動時間に合わせて実施することができます。
・スタート～ゴールの標準時間は６０分間です。
・体力を養い、判断力、推理力、記憶力、行動力、方向決定技術等を身に付けることができます。

オリエンテーリングのポスト

【利用者の声】
・班のみんなと声を掛け合って協力して、たくさんのオリエンテーリングポストを探すことがとても楽しかったです。
・みんなで赤松林の中を迷いながら森を進んで、キーワードをたくさん見つけられたので楽しかったです。
・班のみんなと協力することができて、チーム力を高めることができました。

時　期	通年（降雪時不可）	**所要時間**	説明を含めて１時間３０分～２時間	**活動場所**	自然の家遊歩道
対　象	小学生以上	**人　数**	１グループ３人～５人程度　５０グループ程度まで		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で準備するもの**
	□ オリエンテーリング地図 □ チェックカード □ 記録用のバインダー □ ビブス □ オリエンテーリングポスト見本 □ 看板 「この先進めません」見本 □ 解答 □ 賞状 （多目的ホール用具室）	□ 各グループに時計１個 □ 各グループに鉛筆２～３本 □ 雨具　※天候に応じて □ 賞状記入用のペン

活動の手順		
	事前準備	**1　引率者の役割分担** ・説明者　・監視　・巡視　・救護　・計時　・採点　・表彰 等 **2　グループ編成** グループで役割分担をしてもよい。・班長　・記録係　・時計係　・地図係等 **3　用具の準備**
	活動の実際	**1　競技の説明** **(1) オリエンテーリングの楽しさやねらい** **(2) 競技の方法**　※オリエンテーリングポストの見本を使用 ・時間内にオリエンテーリングポストをできるだけたくさん見付ける。 ・見付けたポストに書いてある言葉をチェックカードに写す。 ・ポストによって得点が違う。 ・回る順番は自由。 ・時間までに戻って来ることができなかった時は、１分につき 10 点減点。 **(3) 注意事項** ・「この先進めません」の看板があった時は、別な道を探す。 ・ウルシ、ツタウルシに気を付け、遊歩道を歩く。 ※遊歩道以外の場所を通るとウルシに触れてしまうことがある。 ※実物で確認するとよい。 ・遊歩道の動植物を大切にして歩く。

		(4) 地図の使い方 ・現在地と周辺施設（まつかさのいえ、自然の家、乙宝寺等）の位置を確認する。 ・地図記号の意味を確認する。 **(5) やくそく** ・必ずグループで行動する。分かれて行動しないこと。 ・体調を崩した時は本部に戻る。戻れないときは近くにいる引率者に相談する。 ・地図に示されている敷地外には出ない。 **2　グループで役割分担をし、チェックカードに必要事項を書く。** **3　グループで回る順番などの作戦を立てる。** **4　グループの時計を本部の時計に合わせる。** **5　ゴールする時刻を確認する。** **6　引率者が監視箇所につく。** **7　全部のグループが同時スタートで活動を開始する。** **8　終了後に、採点・集計。**
	事後	**1　表彰式** **2　用具の返却**
備　考		1　「まつかさのいえ」、「玄関前ポーチ（掲揚塔前）」等を本部とし、スタート・ゴールにするとよいでしょう。 2　団体の実態に合わせて、制限時間を変えてもかまいません。競技時間を 30 分や 40 分に設定して行うことも可能です。

■ メモ：「グループでの活動におすすめ！４つの野外活動」

① 野外ワイドゲーム（P.8）　**③ フォトオリエンテーリング**（P.11）
② オリエンテーリング（P.9）　**④ ウォークラリー**（P.13）

この４つの野外活動は、広大なあかまつ林をフィールドにして、グループで遊歩道を歩きながら行う活動です。グループ内での協調性、ゴールしたときの達成感、問題を解くことの楽しさなどを自然に親しみながら育んだり味わったりすることができます。

豊かな自然を肌で感じ、人数の多少にかかわらず楽しむことができるため、多くの利用団体が活動プログラムに取り入れている、人気のある活動です。

用具は多目的ホール用具室２にあります。
引率者同伴で準備してください。

▲「まつかさのいえ」

4 フォトオリエンテーリング（ＰＯＬ）

自然の家周辺を撮影した写真を見て、その写真が地図上のどこから撮ったものなのかを推理しながら歩き、グループで得点を競います。

・一斉にスタートできるので、一定の時間内で実施できます。大人数や複数の団体でも可能です。
・制限時間の目安は 60 分間です。
・写真は全部で 18 枚あります。文化財の乙宝寺三重塔や猿塚の写真も含まれています。それらを探して見学しながら歩きます。

普段と違った視点でものを見る目が養われます。今まで見過ごしていたことに気付くこともできるでしょう。グループで相談しながら行うので、力を合わせて活動する大切さに気付くことができます。

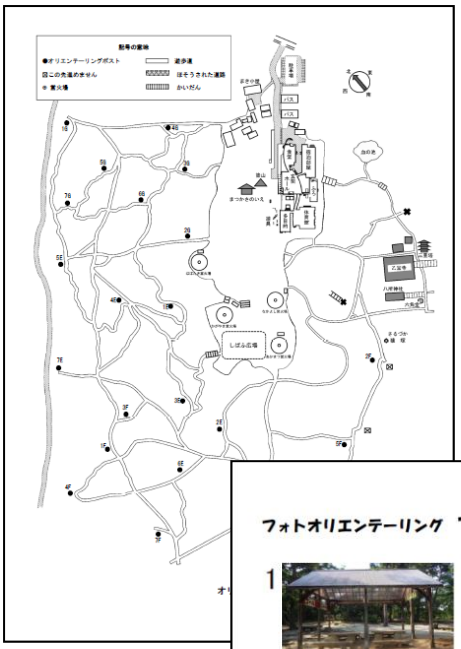
フォトオリエンテーリングマップとフォトカード

時　期	通年（降雪時不可）	**所要時間**	説明を含めて１時間半～２時間	**活動**	自然の家周辺
対　象	小学生以上	**人　数**	１グループ３人～５人程度　30 グループ程度まで		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**		**団体・個人で準備するもの**
	□ ﾌｫﾄｵﾘｴﾝﾃｰﾘﾝｸﾞ ﾏｯﾌﾟ □ ﾌｫﾄｵﾘｴﾝﾃｰﾘﾝｸﾞ ﾁｪｯｸｶｰﾄﾞ □ フォトカード □ 記録用のバインダー □ ビブス □ 看板「この先進めません」見本 □ 解答 □ 賞状	多目的ホール 用具室２	□ 各グループに時計１個 □ 各グループに鉛筆２～３本 □ 雨具　※天候に応じて □ 賞状記入用のペン

活動の手順		
	事前準備	**1　引率者の役割分担** ・説明者　・監視　・巡視　・救護　・計時　・採点　・表彰 等 **2　グループ編成** グループで役割分担をしてもよい。・班長　・記録係　・時計係　・地図係等 **3　用具の準備**
	活動の実際	**1　競技の説明** **(1) フォトオリエンテーリングの楽しさやねらい** **(2) 競技の方法** ・写真が地図上のどこから撮った写真なのかマップを参考にしながら探す。 ・見付かったらマップの記号（ひらがな）をチェックカードに記入する。 ・時間内にできるだけたくさん見付ける。 ・チェックカードに全ての解答を記入したら、ひらがなをつなげて暗号を解く。 ・時間までに戻って来ることができなかったときは、１分につき 10 点減点。 **(3) 注意事項** ・「この先進めません」の看板があったときは、別な道を探す。 ・ウルシ、ツタウルシに気を付け、遊歩道を歩く。 ※遊歩道以外の場所を通るとウルシに触れてしまうことがある。 ※実物で確認するとよい。 ・遊歩道の動植物を大切にして歩く。 **(4) マップの使い方** ・まつかさのいえ、自然の家、乙宝寺等の位置を確認する。 ・森林が広がるはばたき営火場の裏や炊さん場の裏は、似た景色が続くため、

		チェックポイントがないことを説明する。 **(5) やくそく** ・必ずグループで行動する。分かれて行動しないこと。 ・体調を崩した時は本部に戻る。戻れないときは近くにいる引率者に相談する。 ・地図に示されている敷地外には出ない。 **2　グループで役割分担をし、チェックカードに必要事項を書く。** **3　グループで、回る順番などの作戦を立てる。** **4　グループの時計を本部の時計に合わせる。** **5　ゴールする時刻を確認する。** **6　引率者が監視箇所につく。** **7　全部のグループが同時スタートで活動を開始する。** **8　終了後、採点・集計する。**
	事後	**1　表彰式** **2　用具の返却**
備　考		1　「まつかさのいえ」、「玄関前ポーチ（掲揚塔前）」等を本部とし、スタート・ゴールにするとよいでしょう。 2　わかりやすい写真を例にして、説明するとよいでしょう。 3　団体の実態に合わせて、制限時間を変えてもかまいません。



5 ウォークラリー（WR）

交差点や分岐点だけを記載したコース図をたよりに、８つのチェックポイント(CP)の問題を解きながらコースを周り、グループで得点やタイムを競います。

・グループごとに時間差でスタートするので、グループが多ければ、そのぶん時間がかかります。余裕をもって時間設定をしてください。
・原則として、グループに時計は持たせません。自分たちの時間感覚で挑戦します。
・史跡・文化財の乙宝寺や猿塚の見学および動植物の観察ができ、競技をしながら自然に親しむことができます。

ウォークラリーの
チェックポイント

時　期	通年(降雪時不可)	**所要時間**	説明を含めて１時間半～２時間 ｸﾞﾙｰﾌﾟ数が多いときは２時間半	**活動場所**	自然の家遊歩道
対　象	小学校高学年以上	**人　数**	１グループ３人～５人程度　　２０グループ程度まで		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で準備するもの**
	□ ウォークラリーコース図 □ チェックカード □ 記録用のバインダー □ ビブス □ ＣＰ(ﾁｪｯｸﾎﾟｲﾝﾄ)の看板見本 □ 拡大コマ図見本 □ 解答 □ 賞状 （多目的ホール 用具室２）	□ 各グループに鉛筆２～３本 □ 雨具　※天候に応じて □ 賞状記入用のペン

活動の手順

事前準備

1　引率者の役割分担
・説明者　・監視　・巡視　・救護　・計時　・採点　・表彰 等

2　グループ編成
グループで役割分担をしてもよい。・班長　・記録係　・時計係　・地図係等

3　用具の準備

活動の実際

1　競技の説明

(1)　ウォークラリーの楽しさやねらい

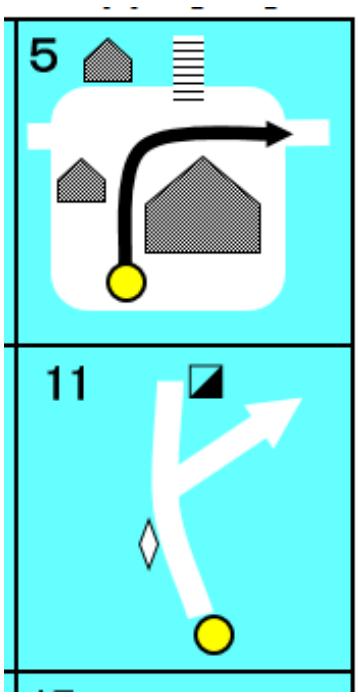
(2)　競技の方法
・コース図中の１番のコマ図から順番に読み進んでいく。
・途中にあるチェックポイント（ＣＰ）ではクイズを解いて、チェックカードに答えを記入する。
・各班、５分おき（または３分おき）にスタートする。
　※　間隔が短いと、前のグループに追い付いてしまう。
・５５分～６５分でゴールする。（徒歩４５分程度のコースです）
　※　早すぎても遅すぎても減点となる。
・得点は、所要時間(得点換算表参照)とチェックポイント（ＣＰ）の問題の答えの点数を合計する。

(3)　ウォークラリーコース図の読み方
・ＣＰ１やＣＰ２はチェックポイントを示している。
・それぞれのコマ図にある●印は、自分の位置を示している。
・それぞれのコマ図にある矢印は、進行方向を表している。
　※基本は白抜きの道の矢印だが、広場では黒矢印で進み先を示している。
・それぞれのコマ図に距離は示していない。交差点と地図記号を頼りに、現在位置を確認しながら進む。

		※全員で遊歩道看板などいくつかの地図記号を確認するとよい。 **(4) 注意事項** ・「この先進めません」の看板があった時は、別な道を探す。 ・道に迷ったら、前のチェックポイント（ＣＰ）まで戻ってやり直すとよい。 ※緊急避難用にオリエンテーリングの地図を持たせてもよい。 ・ウルシ、ツタウルシに気を付け、遊歩道を歩く。 ※遊歩道以外の場所を通るとウルシに触れてしまうことがある。 ※実物を見せて確認するとよい。 ・遊歩道の動植物を大切にして歩く。 **(5) やくそく** ・必ずグループで行動する。分かれて行動しないこと。 ・体調を崩した時は本部に戻る。戻れないときは近くにいる引率者に相談する。 ・一般道や乙地区集落には出ない。 **2　グループで役割分担をし、チェックカードに必要事項を書く。** **3　グループで地図記号を確認する。** **4　ゴールする時刻を確認する。** **5　引率者が監視箇所につく。** **6　５分（または３分）おきにスタートする。** **7　終了後、採点・集計。**
	事後	**1　表彰式** **2　用具の返却**
備　考		1　玄関前ポーチ（掲揚塔の前）を本部とし、スタート・ゴールにします。 2　１つめのコマ図の所まで全員で行ってみると、理解しやすいでしょう。 3　ＣＰの問題は、団体で考えたものを使うのもおもしろいでしょう。 4　コース図の見方を事前にしっかりと指導してください。説明が不十分だと、まったく違う方向へ進んでしまい、活動の意欲を低下させる恐れがあります。 5　ＣＰ１まで全員で行き、コース図の見方を練習するのもよいでしょう。

コース図の例

拡 大



乙宝寺の脇を通り右に曲がり進みます。

ト字路を右に進みます。

6　グラウンド・ゴルフ（ＧＧ）

ゴルフのようにボールをスティックで打ち、いかに少ない打数でホールポストに入れるかを競う競技です。
・個人でもチームでも競うことができます。
・野外であればどこでもできます。室内でも行うことができます。
・ゲーム性があり、楽しみながら集中力や調整力が身に付きます。

時　期	屋外:積雪のないとき 屋内:通年（施設内で活動する団体がないとき）	**所要時間**	説明を含めて１時間～３時間 ※コース設定により異なる	**活動場所**	しばふ広場 自然の家周辺 館内でも可能
対　象	小学生以上	**人　数**	１グループ３人～６人程度　１５グループ程度まで		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で準備するもの**
	□　ホールポスト　・・・　３２ □　スタートマット・・・　３２ □　スタート用小カラーコーン　・・・　１２ □　ボール　・・・１００ □　室内用ボール(テニスボール)　・・・１５０ □　スティック　・・・　９０ □　スコアカード □　記録用のバインダー □　賞状 （多目的ホール用具室２）	□　各グループに鉛筆２～３本 □　雨具　※天候に応じて □　賞状記入用のペン

活動の手順		
	事前準備	**1　グループ編成** ・グループごとに記録係(打数をチェックしスコア表に記入する)を１名決めます。 **2　用具の準備** **3　コースの設定** ・８ホールが標準ですが、人数・年令に応じてホール数を増減してもかまいません。
	活動の実際	**1　競技の説明** **(1)　グラウンド・ゴルフの楽しさやねらい** **(2)　競技方法** ・ボールをスタートマットの上に置く。 ・決められた打順にしたがって、ホールポストに入るまでボールを打つ。 ・記録係はスコア表にホールポストに入るまでの打数を記入する。 ・ホールインワンは、そのプレイヤーの合計打数から３打差し引く。 ・空振りは打数に数えない。 ・グループ全員のボールがホールに入ったら次のホールに移動する。 ・全ホール打ち終わったら、スコア表を集計する。 **(3)　注意事項** ・スイングするときは、周囲に人がいないか確かめる。 ・スイングは腰の高さより高くならないようにする。 **2　全部のグループが同時スタートで競技を開始する。** ・第１グループは第１ホールから、第２グループは第２ホールからというように各グループが一斉にスタートする。 ・次のホールに行ったときに、前のグループがプレイ中の場合は終わるまで待つ。 **3　終了後、チーム順位、個人順位を出す。**
	事後	**1　表彰式** **2　用具の返却**

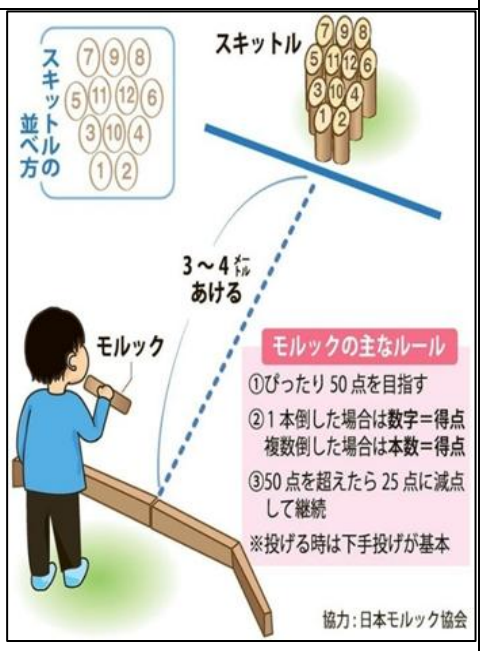
備　考	１　コース設定について事前にご相談ください。 ※地元グラウンドゴルフ連盟所属のボランティアから指導いただくことも可能です。 また、当日にボランティアが子どもと一緒にプレイすることもできます。 ２　グループを意識した活動になるよう、グループの合計打数やグループで１つのボールを打って得点を競うなどの方法に変えることもできます。 ３　雨天時、施設内で複数の団体が活動している場合、館内では行えません。

7　モルック

モルックと呼ばれる木の棒を投げて、数字が書かれた的（スキットル）を倒して点を取っていく、フィンランド発祥のアウトドアスポーツです。
・ルールがシンプルで分かりやすいので、どんな方でも楽しめます。
・グループごとに対戦する競技です。
・正確性や戦略性が求められるので、集中力が身に付きます。

時　期	屋外:積雪のないとき 屋内:通年（施設内で活動する団体がないとき）	**所要時間**	説明を含めて１時間～２時間 （１ゲーム 20 分程度）	**活動場所**	しばふ広場 自然の家周辺
対　象	小学校４年生以上	**人　数**	１グループ３人～５人程度　１４グループ程度まで		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で準備するもの**
	□　モルック　・・・７セット ※ 屋内用も６セットあり □　スコア記録カード □　記録用のバインダー （多目的ホール　用具室２）	□　各グループに鉛筆２～３本 □　雨具　　※天候に応じて

活動の手順		
	事前準備	**1　グループ編成** ・グループごとに記録係(スコア記録表に記入する)を１名決めます。 **2　用具の準備** **3　会場設営**
	活動の実際	**1　競技の説明** **(1)　モルックの楽しさやねらい** **(2)　競技方法** ①スキットル（数字の書かれた的）を並べる。 ②木の棒を投げて、スキットルに当てる。 ③記録カードに得点を記入する。 １本だけ倒した：書かれている数字が得点。 複数倒した：倒した本数が得点。 ④倒れたスキットルは、倒れた場所に立てる。 ⑤グループで交互に②～④を繰り返し、先に５０点ぴったりにしたグループの勝ち。 ⑥５０点を超えてしまった場合は、２５点から再スタートになる。  **(3)　注意事項** ・下手投げで投げる。 ・モルックを投げるときは、周りに人がいないか確かめる。 **2　全部のグループが同時に競技を開始する。** ・各グループが一斉に開始する。 ・次の対戦も一斉に開始する。 **3　終了後、チーム順位を出す。**
	事後	**1　振り返り** **2　用具の片付け**
備　考	雨天時、館内用モルックで体育館、多目的ホール、大研修室で行うことが可能です。	

8　つり（ライフジャケット着用の仕方は所員が指導）

胎内川で小さな魚をつり上げます。つり竿の貸し出しは、60 本まで可能です。

- 日本海の海水と胎内川の淡水がぶつかる河口流域は、ハゼやウグイ、小さなシマダイなどがつれます。
- ライフジャケットを着て活動します。
- バス等、交通手段を確保して実施してください。

時　期	5月下旬～ 10月上旬	**所要時間**	2時間～3時間	**活動場所**	カヌー体験を行うカヌー場横の船だまり ※「9 カヌー」の図を参照
対　象	小学校4年生以上（大人同伴であれば1年生からでも可）			**人　数**	６０人程度

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で準備するもの**
	□　つり竿（６０本） □　ライフジャケット	□　つりえさ（青イソメ　等） □　仕掛け→はり、おもり、浮き、つり糸がセットになります。 □　バケツ、クーラーボックス 等　□　長ズボン着用（足保護のため）

活動の手順		
	事前指導	1　引率者は監視する場所を決める。 2　ライフジャケットの着方について説明を受ける。 3　仕掛けの取り付け方の説明を受ける。
	活動の実際	**1　活動の説明を聞く。** **(1)** つりの楽しみやねらい **(2)** 仕掛けの取り付け方の説明 **(3)** 竿の穂先にある金具（スナップ付タル6号）に仕掛けを取り付ける。 注意事項　※事故を防ぐため、次のことについて十分守る。 ・指示があるまでライフジャケットを着ている。 ・決められた場所で活動する。　・つり竿は振りまわさない。 ・周りの人にぶつからないよう、針はそっと水に入れる。 **2　活動開始** ※えさの取り扱いについてうまく出来ない場合、つり糸がからまり困った場合は、すみやかに引率者が点検し対応する。（使えなくなった場合は、スペアの仕掛けと交換する。） **3　終了後の説明を聞く。** **(1)** 仕掛けを穂先の金具から取り外す。 **(2)** 取り外した仕掛けを糸巻きに巻きつける。 **(3)** つり竿を返す。 **4　参加人数の確認。**
	事後	つり竿を返すときに、穂先に不備がある場合は、所員に連絡をする。

備　考

1　つりの仕掛け（スペアも含む）、つりのえさは事前に注文をしておけば、「つり具のナガイ」が自然の家またはカヌー場まで届けてくれます。<u>ご連絡は団体より直接お願いいたします。</u>

・つりえさ取扱店「つり具のナガイ」　℡０２５４－６２－２５３０

2　利用料金（「つり具のナガイ」で購入する場合）

⑴ つり仕掛け一式＋えさ（長さ2m５０cm）　１人用　６００円（税込み）

⑵ つりのエサのみ　青イソメ１パック（４人分程度）　４５０円（税込み）

※つりの仕掛けは持ち帰ってください。

3　自然の家所員は、指導に付けませんので、団体で指導体制を組んでください。

なお、「つり具のナガイ」に（仕掛けの付け方・竿の扱い方・餌の付け方・釣針交換・魚　はずし等）指導依頼もできます。指導料：１団体３，０００円（税込み）

4　安全上、長ズボンを着用して釣りを行ってください。

9 カヌー

川の水面を自分一人の力で進む気持ちよさ！
- 陸から見る景色、陸で聞く音、感じる風とはまったく違う感覚を全身で味わうことができます。
- 川に親しむと同時に、危険性の予知、克服未知への挑戦などの体験から、克己心を養うこともできます。

【利用者の声】
- 風・流れがある中で、上流まで行くことができ、貴重な体験をすることができた。
- 胎内川河口で、景色がきれいで、風も気持ちよく、魚も見ることができて良かった。チャレンジすることの大切さを学べた。
- 所員のアドバイスや友人の励ましなどで、楽しく体験し、上達することができた。

時　期	5月下旬～10月上旬まで ※日・月曜日は実施しない。 悪天候等、実施可能な条件をクリアできなければ中止	**所要時間**	約2時間30分	**活動場所**	胎内川 カヌー艇庫前 （自然の家から車で１０分）

対　象	小学校４年生以上	**人　数**	最大70名 ・一斉に活動できる人数は３５名まで。 ・35名を超える場合は２班（前・後半）に分けて実施。 ・他の団体と一緒に実施する場合もあり。その場合も２班（前・後半）に分けて実施。

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で準備するもの**	**服　　装**
	□カヌー □パドル □ライフジャケット □ヘルメット	□バスタオル □着替え ※基本的に自然の家の更衣室で着替える。バスを利用する際は、腰にバスタオルを巻いて帰る。 □飲み物 ※カヌー場に飲用水道はない。 □笛（ホイッスル） ※引率者	□水着 □Ｔシャツ等　※水着の上に着用 □運動靴 ※ぬれてもよいもの、または、かかとのあるサンダル □メガネ使用の人はメガネ留めバンド

活動の手順		
	事前準備	**1　引率者の役割分担** ・救助艇１名　　・監視２名　　・児童生徒管理１名（２班編制の場合） ※引率者・監視者はライフジャケットを着用する。 **2　グループ編成** ・３５名を超える場合は、人数を均等に２班に分けておく。
	活動の実際	**1　カヌーの身支度** ・カヌー艇庫に行く前にカヌーができる服装に着替えておく。 ※上記「準備物：服装」の欄参照 **2　カヌー実習** ・自然の家の職員が、実技指導をする。 ・カヌー等用具の準備・片付けは、所員の指示により、実施団体が行う。 ・グループ編成、天候等の条件により、カヌーの体験時間が多少増減することがある。 ※次ページ**「3　活動の流れ」**参照

備　考	

1　実施手続き

事前に「使用申込書」と「カヌー体験時バス利用確認書」に必要事項を記入し、提出してください。

2　活動費

無料

3　活動の流れ

①	②	③	④	⑤	⑥
カヌー場着 ９：１５ １３：１５	全体説明 １５分	用具準備 陸上練習 ３０分	カヌー体験 ３０分 ～ ５０分	後片付け ３０分	カヌー場発 １１：２０ １５：２０

4　交通手段（自然の家～カヌー場）

○　事前の申請により、自然の家からカヌー場まで、自然の家所有バス（３２人乗り）を利用できます。

※　定員を超える場合は、ピストン輸送

※　土曜は利用不可

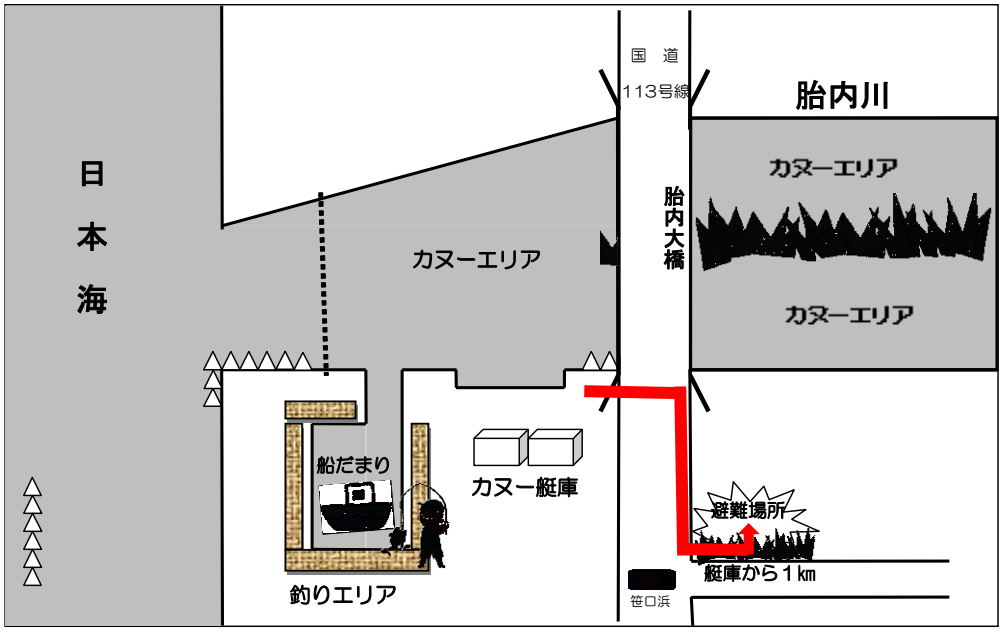
※　バスには引率者が必ず１名乗車してください。

※　カヌーを他の団体と合同で実施する場合は、他の団体と一緒にバスに乗ってもらいます。

○　その他の場合、団体で準備してください。

【カヌーエリア】

※　避難場所：笹口浜高台　周辺で最も高い場所（海抜 14.5m）です。



10 海水浴

自然の家の近くの<u>海水浴場で</u>水遊びをすることが可能です。
- 海でのレクリエーションと組み合わせて実施すると、海に親しむことができ楽しい思い出をつくることができます。
- バス等、交通手段を確保して実施してください。

時　期	７月～８月	**所要時間**	２時間～３時間	**活動場所**	村松浜海水浴場：バスで 20 分 藤塚浜海水浴場：バスで 30 分
対　象	小学生以上	**人　数**	６０人程度		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で準備するもの**
	□　ライフジャケット ※事前に必ず問い合わせてください	□　水着、タオル、サンダル等

活動の手順

事前指導

1　引率者の役割分担をする。グループに付く、危険箇所に立つ、救護　等
2　自然の家に入る時の注意事項を確認（所で足を洗う、ライフジャケット返却等）する。
3　ライフジャケットを希望する場合は、事前に数の確認、着用の仕方を確認する。

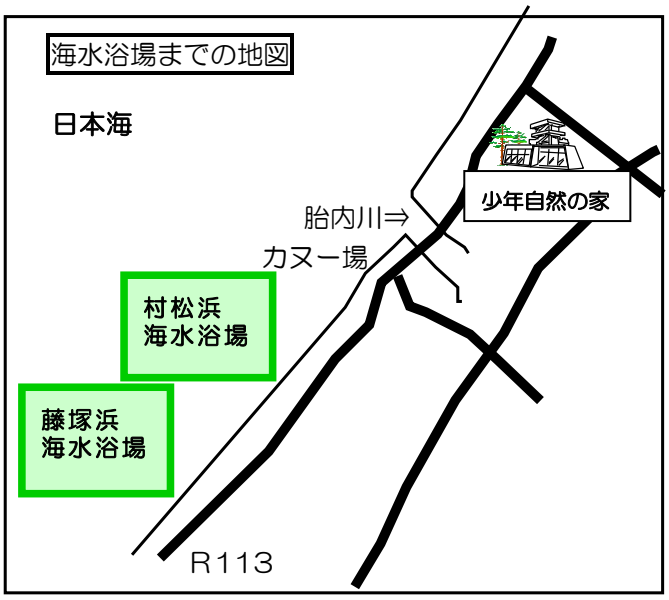
活動の実際

1　活動の説明を聞く。
(1) 海水浴の楽しみやねらい
(2) 注意事項
※事故を防ぐため、次のことについて十分知らせる。
- 遊泳区域外での場所では泳がない。
- 時間を守る（水分補給と休息が大切）。
- 海岸を汚さない（来たときよりも美しく）。
- けがをした人や、溺れている人を見たら、周りの大人に知らせる。

2　活動開始

(1) 準備運動
(2) 海水浴
(3) 休憩
(4) 海水浴
(5) 整理運動

3　参加人数の確認



事後

ライフジャケットの水洗い、点検、数の確認

備　考

1　海での活動なので、事前の下見や必要な指導者を確保するなど安全面には充分留意してください。
2　例年、７月中旬から８月のお盆頃まで監視員が配置されています。詳細については、村松浜海水浴場については胎内市商工観光課（0254-43-0331）、藤塚浜海水浴場については新発田市観光振興課（0254-28-9960）に問い合わせてください。
3　当所内で足を洗う場合は、多目的ホール玄関前の足洗い場を利用ください。
4　<u>自然の家所員は、指導に付けません。団体で指導体制を組んでください。</u>

11 ドングリ拾い

自然の家には、ドングリがなる木がたくさんあります。

創作活動前にドングリを拾って、作品にデコレーションをしてみてはいかがですか。
また、生活科や総合的な学習の時間、図画工作など、教科の学習指導にもご活用ください。
縄文時代の味を体験したい人は、あく抜きをして、どんぐりクッキーに挑戦してみても良いと思います。　拾ってきたドングリは、乾燥しないように植えると、次の年には発芽します。

※　ドングリの堅い実の部分・・・堅果（けんか）　　はかまの部分・・・殻斗（かくと）

【利用者の声】
・秋の素材をたくさん集めさせてもらいました。子どもたちも大喜びでした。
・自然の中を子どもたちが自由に回ることができた。お友達と協力しながら、どんぐり拾いをしていました。

時　期	１０～１１月	所要時間	特になし	活動場所	自然の家敷地及び乙宝寺
対　象	幼児～	人　数	何人でも		

自然の家で拾えるドングリとドングリを使った活動例

クヌギ

ミズナラ

コナラ

おもちゃを
作って遊ぼう

壁飾り　Ｐ３７

飾りやアクセサリー
を作ろう

キーホルダー　Ｐ３８

クリもあります。
ドングリではありませんが・・・

備　考	１　拾ったドングリは日が経つと虫（ゾウムシの幼虫）が出てきたり、発芽したりすることがあります。ゆでて保管するとよいでしょう。（乾かすと少し堅くなってしまいます。） ２　ドングリの他に、松ぼっくり、ヒイラギ、赤い実など、創作活動に利用できるものが　たくさんあります

12 スノーシュー（ＳＳ）

スノーシューをはき広大なあかまつ林の中を自由自在に滑ったり、歩いたりします。

・野鳥や野うさぎの姿、動物の足跡を見つけることができるかもしれません。スノーシューを楽しみながら自然の豊かさに触れることができます。

・初心者でも気軽に楽しむことができます。

【利用者の声】

・雪が積もった遊歩道の冬の自然とスポーツを両方楽しむことができました。

・遊歩道で美しい雪景色の中、鳥のさえずりを聞きながら楽しむことができました。

時　期	積　雪　時	**所要時間**	２時間～４時間程度 コース設定により異なる	**活動場所**	自然の家の遊歩道
対　象	小学校３年生以上	**人　数**	スノーシュー最大８０人		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体や個人で準備するもの**
	□　スノーシュー	□　防寒具 □　帽子 □　手袋 □　タオル □　長靴類

活動の手順	事前指導	**1　引率者の役割分担** グループに付く、危険箇所に立つ、救護　等 **2　用具の受け取り・点検**
	活動の実際	**1　活動の説明を聞く。** （1）スノーシューの楽しみやねらい （2）コース **2　実習開始** （1）スノーシュー装着 （2）準備運動 （3）歩き方練習 （4）遊歩道で実習 **3　終了後、人数を確認する。** **4　整理運動** **5　用具のあとしまつ、返却、報告**

備　考	1　コース設定については、事前に所員にご相談ください。 2　各自のスノーシューを持参して実施することもできます。 3　歩くスキー、スノーシューは貸し出すことも可能です。自然の家にご相談ください。

13 雪遊び

冬のスポーツの楽しみ方はさまざまあります。いくつかの競技を合わせて『雪上運動会』を行うと楽しいです。

・雪という日常とは違った条件の中で、日ごろの運動にとらわれずに種目を考え、力を合わせて活動を行うことができます。
・ここにあげる種目以外にも運動会やレクリエーションの種目を雪の中で行うことで新たな感覚のもとで楽しむことができます。

【利用者の声】
・広い芝生広場で雪だるま作り、雪玉的当て、まつかさの家の前でのソリ遊びが楽しかった。

時　期	積　雪　時	**所要時間**	２時間	**活動場所**	自然の家敷地内 しばふ広場
対　象	小学生以上	**人　数**	３０人		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で準備するもの**
	□　カラーコーン（大・小） □　ゼッケン □　しっぽとりのひも □　スコップ　□バケツ　□そり	□　防寒着　□　帽子 □　手袋　□　タオル □　宝　□　長靴類

活動の手順

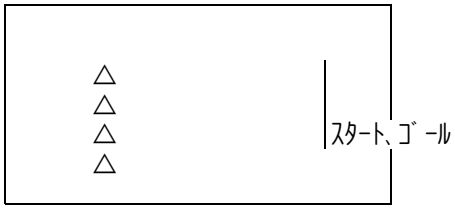
事前指導

1　対抗戦にするように数チームに分ける。
2　引率者の役割分担をする。
　用具の準備、出発・決勝審判、得点、救護　等
3　用具を借り受け、点検する。

活動の実際

1　開会式
2　競技の説明を聞く。
3　競技の開始

(1) 雪玉ころがしリレー
（競技方法）（制限時間を決める）
・各チームは競技順を決め、スタート地点に集まる。
・スタートとともに第１走者（ペア）は雪玉を転がしながら走行し、カラーコーンを回ってスタート地点で次の走者に手でタッチをする。
・制限時間内にアンカーがゴールに入り、一番大きい雪玉をつくったチームが勝ち。



(2) 雪玉当てゲーム
（競技方法）
・テーブルの上に小さな三角コーンをいくつか並べておく。
・チーム対抗戦。制限時間内に、決められた距離から雪玉を投げ、三角コーンをたくさん倒したチームが勝ち。

(3) しっぽとりゲーム
（競技方法）
・動く範囲を決める。ひもをズボンの後ろに入れてたらす。
・３分間で相手のひもを多く取ったチームが勝ち。

(4) 宝探しゲーム
（競技方法）
・引率者が持参した「宝」をあらかじめ雪の中に埋めておき、制限時間内に、多くとったチームが勝ち。

(5) 雪タワー作り
（競技方法）
・各チームに、バケツ数個とスコップ数本を配布する。制限時間内に、バケツとスコップを使って、雪を積み上げていき、一番背の高いタワーを作ったチームが勝ち。

備　考

1　事前に十分な準備体操を行ってください。
2　準備物については、事前に所員にご相談ください。

14 ネイチャービンゴ

自然の中にあるものを集めてビンゴゲームをします。

- 「見る」「聞く」「かぐ」「味わう」「さわる」の五感をはたらかせて自然の中にあるものを見つけ、ビンゴを完成させていきます。
- 楽しみながら自然を感じ、新たな発見ができる活動です。
- 16 マスと 25 マスの２種類のカードがあります。

ネイチャービンゴカード　25ます

名前

今日のスペシャル	いいにおいの葉	とげがたくさんついている木	赤い実	手のひらより大きな葉
虫の食べたあとがある葉	たまご	鳥の声	どうぶつのふん	木の実
たね	黄色い花	びっくりしたもの	かさかさ音がなるもの	鳥の羽
木に巻き付いているツル	ふわふわしているもの	小さい虫	つるつるの葉	風の音
松ぼっくり	ぬけがら	むらさき色のもの	くものす	木のみつ

時　期	通　年 （積雪時不可）	**所要時間**	１６マスコース： ３０分～１時間 ２５マスコース： １時間半～２時間	**活動場所**	自然の家周辺
対　象	小学生以上 （大人同伴であれば幼児でも可）	**人　数**	制限なし　グループで行う場合は１グループ３～４人		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体や個人で準備するもの**
	□　ビンゴカード □　記録用のバインダー □　看板「この先進めません」見本	□　筆記用具 □　腕時計があるとよい

活動の手順

活動の実際

1　活動の説明

(1)　ネイチャービンゴの楽しさやねらい

(2)　ゲーム方法

- ビンゴカードの各マスには見つけるものが書いてある。
- 森の遊歩道を歩いてビンゴカードに書いてあるものを見つける。
- 縦・横・斜めがそろうとビンゴになる。
- １列だけでなく、できるだけたくさんのビンゴを作る。
- 誰か１人が見つけたら、必ずグループの友達に教えたり話し合ったりする。
- 手のマークが付いているものは、見つかったら持ってくる。その他のものは、どこで、どんなものがあったのかをよくおぼえて来る。

(3)　注意事項

- 自然を大切にし、必要以上のものは採集しない。
- グループで一緒に行動する。
- ウルシ、ツタウルシに気を付け、遊歩道を歩く。

※遊歩道以外の場所を通るとウルシに触れてしまうことがある。

※実物を見せて確認するとよい。

2　集合時刻を確認する。

3　グループごとに見つけに行く。

4　時間になったら集合し、発表会を行う。

- 持ってきたものはテーマごとに並べて発表するとお互いのものが比較でき、新たな発見ができる。
- 「びっくりしたもの」では、発見の感動を伝え合う。

備　考

1　正解がありませんので、時間を競ったり見つけた数で順位を決めたりすることはありません。

2　ビンゴカードは団体で自作してもかまいません。学習内容と関連させたり、季節に合わせたものを考えたりするのも楽しいでしょう。

15 カモフラージュ

自然の木々や草の茂みの中に、人工物を隠しておきます。ロープで仕切られた場所から探して、それをさがすゲームです。
楽しみながら集中力と観察力が養われます。年齢によって、生物のカモフラージュ＝擬態や環境の問題へと広げていくことができます。

時　期	通　年 （積雪時不可）	**所要時間**	３０分～１時間程度	**活動場所**	自然の家周辺　※木だけでなく、草も茂っている場所
対　象	小学生以上 (大人同伴であれば幼児でも可)	**人　数**	１グループ５人～１０人程度		
準備物	**自然の家で貸し出すもの**				**団体や個人で準備するもの**
	□　人工物のセット　※団体独自で用意してもよい □　ロープ				

活動の手順

事前準備

1　遊歩道に沿った場所に２０m程度のロープを置く。
2　ロープの奥の森の中に、スプーンや安全ピンといった人工物を置いたり、木にぶら下げたりする。子どもたちに決して見られないように。
- 人工物はいろいろな素材、形、大きさのものを 10 個～20 個を使う。
- 土に全部埋めるなど完全に隠れてしまっては見つけられないので、ロープ沿いに立てば必ず見つかるという場所に置いたり、ぶら下げたりする。

活動の実際

1　活動の説明

⑴　ゲーム方法
- ロープ沿いに歩いて、森の中に隠された人工物を探す。
- ロープの終わりをゴールとする。
- ゴールに待っている指導者にいくつ見つけられたか、そっと教える。
- 前の人を追い越したり、途中で止まって探したりしてもよい。しかし、一度通り過ぎたら、あともどりはできない。

⑵　注意事項
- 見つけても、人に教えない。
- 「あっ」と言ったり、指をさしたりするとわかってしまうので、声を出さずに、見つけたことが他の人にわからないようにして進む。
- ロープの中のものをさわることも、入ることもできない。

2　活動を始める

⑴ １列になってロープ沿いを歩いて探す。
⑵ ゴールでは、指導者にいくつ見つけたかをそっと報告して、「残念、まだまだだよ」「いいせんいっています」などと評価してもらう。
⑶ もう一度探しに行き、またゴールで指導者に報告する。
⑷ ２回ずつ歩いたら、答え合わせをする。
⑸ 虫などの生物が身を守るために自分の体を隠す生物上の話をする。

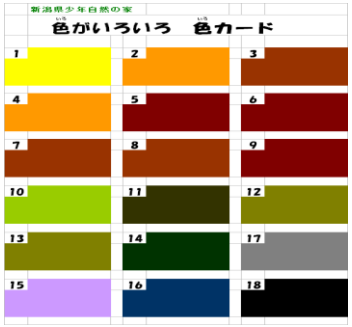
終了　隠した人工物を回収する。

備　考

１　人工物のかわりに「色紙」を使って行うこともできます。
２　「見る」力が養われているので、活動後にゴミ拾い等をすると素早く見つけられるようになっています。環境について考える機会にもなります。

ネイチャーゲームの「カモフラージュ」参考
公益社団法人日本シェアリングネイチャー協会
https://www.naturegame.or.jp/field-note/school/006112.html

16 色がいろいろ



渡された色紙の色と同じ色のものを森の中から探してくるゲームです。
・「黄緑」でもいろいろな「黄緑」があります。同じように見えていた葉の色も、まったく同じものはなく、少しずつ違っていることに気づきます。
・豊かな自然の「色」への関心を高め、観察力が養われます。

時　期	通　　年 （積雪時不可）	**所要時間**	３０分～１時間程度	**活動場所**	自然の家周辺
対　象	幼児～	**人　数**	個人でもグループでよい。 グループの場合は１グループ３～４人 ２０グループまで　（個人で活動するなら２０人まで）		
準備物	**自然の家で貸し出すもの**			**団体や個人で準備するもの**	
	□　色紙カード □　看板「この先進めません」見本			□　腕時計があるとよい	

活動の手順

活動の実際

1　活動の説明

(1)　ゲーム方法

・色カードをわたす。
・指導者がカードの中から選んだ色とできるだけ近い色のものを、自然の中で探す。
・見つけたら持ってくる。
・全員が戻ってきたら、発表し合う。

(2)　注意事項

・必要以上のものは採集しない。
・（グループの場合）一緒に行動する。
・ウルシ、ツタウルシに気をつけ、遊歩道を歩く。
　※遊歩道以外の場所を通るとウルシに触れてしまうことがある。
　※実物を見せて確認するとよい。

2　集合時刻を確認する。

3　個人またはグループごとに分かれて探しに行く。

4　決められた時間（探す時間は５分程度）に集合し、発表し合う。

5　また別な色を指定して、活動を繰り返す。

備　考

1　終わったら探したものを森に返しましょう。
2　より近い色を見つけたことで、順位を決める必要はありません。
3　少人数の団体なら、一緒に探しながら歩くのもよいでしょう。見つけた喜びや「自然の色」に対する驚きなどをその場で分かち合えるとよいでしょう。

17 森のつながり

松ぼっくりと松葉で「親子つながり」、松葉とヒイラギの葉で「ちくちくつながり」・・・と自然の中にあるものを観察して、さまざまなものの中から共通した性質を見つけ出し、次々に結び付けていく活動です。

自然を観察し、"つながり"を見つけることによって、自然に対する見方も変わってくることでしょう。

時　期	通　年 （積雪時不可）	**所要時間**	1 時間程度	**活動場所**	自然の家周辺
対　象	小学生以上	**人　数**	制限なし　グループで行う場合は１グループ３～６人		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体や個人で準備するもの**
	□　画板 □　看板「この先進めません」見本	各グループに□　白い画用紙 □　セロハンテープ □　筆記用具（マジックやクレヨン） □　ビニール袋 □　腕時計

活動の手順

活動の実際

1　活動の説明

(1) ゲーム方法

・森の中に入って、共通した性質＜＝つながり＞のあるものを見つける。
　※ドングリと松ぼっくり等の実物を見せて、この２つは同じ「実」なので「実つながり」、松ぼっくりと松の葉は同じ松なので「親子つながり」・・・・など例を示して説明するとよい。
・次々と共通点を見つけてつなげていく。
・見つけたものはビニール袋等に入れる。
・時間が来たら（探す時間は 20 分程度）集まって、画用紙に採集したものをセロテープで留め、「～つながり」というように、どんなつながりがあるかを書く。
・一度使った"つながり"は、再度使わないようにする。

(2) 注意事項

・自然を大切にし、必要以上のものは採集しない。
・グループで一緒に行動する。
・ウルシ、ツタウルシに気を付け、遊歩道を歩く。
　※遊歩道以外の場所を通るとウルシに触れてしまうことがある。
　※実物を見せて確認するとよい。

2　集合時刻を確認する。

3　グループごとに見つけに行く。

4　時間になったら集合し、グループごとにつながりを画用紙に書く。

5　画用紙を見せながら発表会を行う。

備　考

1　持ってくることができないものは、スケッチさせることで対応します。
2　どんなつながりか答えを伏せて、他のグループに考えて当てさせるような発表の仕方も可能です。

「森のつながり」参考：日本教育科学研究所 IORE SHEET

18 この顔だれだ？

自然のものを使って、友達などの顔を描く（作る）という、想像力を働かせる活動です。
木の枝や皮、葉、コケ、草木の実、小石や土など、自然の中にある材料を集めて、友達などの顔を描きます。
材料を集めることを通して、自然観察の視点を育てたり、グループの所属意識を高めたりすることができます。

時　期	通　年 （積雪時不可）	**所要時間**	３０分～1 時間程度	**活動場所**	自然の家周辺
対　象	小学生以上	**人　数**	１グループ８人程度まで　６～８グループ程度まで		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体や個人で準備するもの**
	□　画板 □　看板「この先進めません」見本	各グループに□　台紙用の画用紙（白色か淡色） □　セロハンテープ □　筆記用具（メモ書きする場合） □　付箋紙（メモ書きする場合） □　腕時計

活動の手順

活動の実際

1　活動の説明

(1)　ゲーム方法①…描く相手を他のグループから選ぶ

・グループに分け、誰の顔を描くか相談する。
　※他のグループには描く顔が誰なのか知られないように相談する。
　※グループの数が多いときは、それぞれどのグループのメンバーを描くかをあらかじめ決めておいた方がよい。

・お互いに他のグループのメンバーの顔がよく見えるように並び、描く相手の顔の特徴などを確認する。
　※ここでも他のグループには描く顔が誰なのか知られないようにする。

ゲーム方法②…描く相手を自分のグループから選ばせる

グループに分け、誰の顔を描くか相談する。
　※他のグループには描く顔が誰なのか知られないように相談する。

(2)　注意事項

・自然を大切にし、必要以上のものは採集しない。
・グループで一緒に行動する。
・ウルシ、ツタウルシに気を付け、遊歩道を歩く。
　※遊歩道以外の場所を通るとウルシに触れてしまうことがある。
　※実物を見せて確認するとよい。

2　集合時刻を確認する。

3　似顔絵を描く材料として、フィールドの中の自然物を集める。

4　画用紙（画板に固定）の上をキャンバスに見立てて、似顔絵を描く（作る）。

・転がりやすいものはテープで固定するとよい。

5　時間になったら作品を互いに公開させ、各グループの作品はいったい誰の顔なのか、推理する。

・推理したものを付箋紙に書いて作品の近くにメモを貼らせたり、その場で挙手して当てさせたりする方法がある。

備　考

1　友達の顔の特徴については、決してネガティブにとらないように事前に注意してください。
2　必要以上に自然物の材料を集めてこないように配慮させてください。
3　活動場所については、事前に下見をして、危険な所、有毒・有害な動植物などについてチェックしてください。

「モンタージュ」参考：日本教育科学研究所 IORE SHEET

19 星空観察

肉眼や双眼鏡等で、星空を観察する活動です。
・四季の代表的な星座や明るい星をみることで、子どもたちの興味・関心を高めることができます。
・星座等の観察の仕方を学習し、月や星への興味・関心を高めることができます。
・星座にまつわる伝説や神話を話すことで、豊かな情操を養うことができます。

時　期	通　　年	**所要時間**	３０分～１時間	**活動場所**	星空テラス
対　象	小学生以上	**人　数**	５０人程度（自然の家の道具で行う場合）		

準 備 物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で準備するもの**
	□　双眼鏡　２５台 □　天体望遠鏡　４台	□　懐中電灯 □　関連学習に必要な用具、筆記用具等 □　今日のほしぞら ※国立天文台ホームページより引用可能

活動の手順		
	事前指導	**1　活動場所の下見、引率者の役割分担をする。** ・危険箇所の確認、方位の確認 ・引率者の役割分担・・・グループに付く、危険箇所に立つ、救護　等 **2　用具の準備** ・「今日のほしぞら」を印刷する。【国立天文台・暦計算室「今日のほしぞら」】 ホームページ URL・https://eco.mtk.nao.ac.jp/cgi-bin/koyomi/skymap.cgi ※団体で望遠鏡等を準備できる場合は持参しても構わない。 ※自然の家で貸し出すもの以外にも天体望遠鏡が必要な場合は、事前に**「胎内自然天文館」**（備考参照）に予約を入れ、借用することが可能。その際、出前講座として自然の家に持ってきてもらうことや天文館に行き観測ドームを利用可能。 ＜活動内容などは胎内自然天文館と要相談＞
	活動の実際	**1　活動の説明をする。** (1) 星空観察の楽しみやねらい　　(2) 星座にまつわる伝説や神話 **2　活動開始** 双眼鏡、天体望遠鏡、「今日の星空」を使っての観察例 (1) 方角を知る。北の空を眺めて北極星を探す。 ・北斗七星から　・カシオペア座から (2) 足をしっかり開いてどっしり構えて双眼鏡での観察。 (3) 目印になる明るい星を見つける。 (4) 「今日のほしぞら」を見ながら、少しずつたどっていくようにする。 (5) 見つけたら、よく見てみよう。（長く見続けているとよく見えてくる。） (6) ときどき、双眼鏡から目を離し肉眼で見る。 ※双眼鏡で観察する場合、並んでいる子どもたちの横で「見えるか、どう、○○見えるだろう！はい次」など言わないで「どんなふうに、何が見える」など問いかけるなどの余裕を持って実施することが大切。 **3　終了後、参加人数の確認をする。**
	事後	用具の返却

備　考	1　**胎内自然天文館**（胎内市夏井 1251-7、TEL　0254-48-0150）；専門家からの説明を受けながらの観察や観測ドームで口径 60 センチ反射望遠鏡を利用することも可能。（自然の家に減免申請書を提出後に、事前に直接天文館にご相談ください。） 2　天文館まで自然の家から片道 30 分程度かかります。ただし、自然の家のバスは夜間の利用はできません。 3　自然の家所員は、指導に付きません。

20 館内フォトオリエンテーリング（館内 POL）

写真を頼りに館内を歩き回り、隠された「カヌボー」を見つけ出していくゲームです。
・ゲームを通して、館内の各部屋の場所を確認することができます。
・グループで相談しながら行うので、力を合わせる大切さに気づくことができます。

時　期	通年	**所要時間**	説明、採点を含めて １時間～２時間程度	**活動場所**	館内
対　象	小学生以上	**人　数**	１グループ３～５人程度	２０グループ程度まで	
準備物	**自然の家で貸し出すもの**			**団体・個人で準備するもの**	
	□ゲームの説明・解答資料 □チェックカード　□フォトカード　} 事務室 □賞状（多目的ホール） □記録用のバインダー (多目的ホール)			□グループごとの時計 □筆記用具 □賞状記入用のペン	
活動の手順	事前準備	**1　引率者の役割分担** ・説明　・巡視　・計時　・採点　・救護　・表彰　等 **2　グループ編成** ・班長　・記録係　・時計係　等			
	活動の実際	**1　用具の準備** 班ごとに次の物を準備する。 ・バインダー　・チェックカード　・フォトカード　・記入用の筆記用具　（・時計） **2　活動の説明と準備** (1)フォトカードの写真をヒントに館内を歩き回り、同じ風景の場所を見つけ出す。 (2)その周辺にカヌボーカード(見本を見せる)が隠されている。探し出して、カヌボーカードに書いてある文字をチェックカードに記入していく。 ※ 館内POLには、難易度の高い「館内POL part2」もある。 カヌボーカードの色が違うので注意する。（通常は白。part2は緑色） (3)すべての文字を見つけたら、隠された暗号を班のみんなで考える。 注意事項 ・館内は走らない。　・グループでまとまって行動する。 ・時間オーバーは、１分につき１０点減点とする。 ・同点の場合は、タイムが早かった班を上位とする。 (4)グループで役割分担をして、チェックカードに必要事項を記入する。 (5)出発・到着時刻を確認して記入する。 **3　活動開始** ・準備ができたら一斉にスタートする。 ・引率者の仕事 館内：巡視やヒント出し 本部：到着時刻の確認、採点、児童管理			
	事後	**1　表彰** **2　用具の返却**			
備　考	1　割り振られている会場で説明・採点・集計・解説・表彰等を行ってください。 2　より隠し場所が難しい、「館内POL part2」も同じ流れで実施できます。				

21 館内チャレンジ（館内Ｃ）

館内にある８つのチャレンジをクリアして、宝箱を開けるためのキーワードを集めていく活動です。
・班の仲間と力を合わせて、様々なチャレンジに挑みます。
・宝箱には、各団体で用意したお宝を入れることができます。

時　期	通年	**所要時間**	説明、採点を含めて １時間半程度	**活動場所**	館内
対　象	小学校中学年以上	**人　数**	１グループ４人～８人程度　　１０グループ程度まで		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で準備するもの**
	□ゲームの説明・解答資料　□宝箱 □チャレンジカード　□金の松ぼっくり　事務室 □バインダー　（多目的ホール）	□グループごとの時計 □筆記用具 □宝箱に入れるもの(入れる場合)

活動の手順	事前	**用具の準備**　班ごとに次の物を準備する。 ・バインダー　・チャレンジカード　・記入用の筆記用具　（・時計）
	活動の実際	**1　活動の説明**（どこまで内容を伝えるかは団体の判断による） (1) 館内を歩き回り、8つのチャレンジをクリアする。クリアするごとに１つずつキーワードが分かるので、チャレンジカードに書いていく。 ※ チャレンジは全て廊下にある。部屋には入らないこと。 (2)全てのチャレンジをクリアしたら、初めの部屋に戻る。キーワードから予想される合言葉を宝の番人（引率者）に言う。合っていれば最終チャレンジに挑む。 (3)最終チャレンジに挑み、クリアすると宝箱のカギのヒントがもらえる。宝箱を開けたら完全クリア。 最終チャレンジ 宝の番人（引率者）と一人ずつ順番に「あっち向いてホイ」を行い、3人連続で勝てたらクリアとし、鍵のヒントを伝える。 （「あっち向いてホイ）を、普通のじゃんけんなど他のものに変更してもよい） **2　注意事項** ・班でまとまって行動する。(班長、時計、記録など役割分担をしてもよい) ・ゲームがクリア出来たかどうかは、自分たちで判断する。ズルをしない。 ・他のグループがチャレンジをしていたら、終わるのを待つか他のチャレンジを探す。 ・他のグループも楽しめるように、ゲームに使った道具は元の位置に戻す。 ・ゲームの途中でも、決められた時刻までに戻ってくる。 **3　活動開始** ・準備ができたら一斉にスタートする。 ※　班の数が多い場合（８班以上）は、最初に行く場所を１階と２階に分けてあげるとスムーズに活動できる。（チャレンジは１階・２階それぞれに４か所ある。） チャレンジ一覧 ①ピンポン玉チャレンジ　②ボトルフリップチャレンジ　③サイコロトレーニング ④わりばしクイズ　⑤パズル　⑥どんぐりころころ ⑦シャトルなげビンゴ　⑧金のどんぐり探し
	事後	**1　表彰** **2　感想発表** **3　用具の返却**
備　考	・金の松ぼっくりは１団体１個まで、お持ち帰りいただけます。 ・チャレンジの内容については、ホームページをご覧になるか、電話でお問い合わせください。	

22　インドアアスレチック（ＩＡ）

インドアアスレチックは、屋内でチーム対抗で行うゲームです。
それぞれのゲームには、ゲーム自体に得点が決められており、その総合点でチームの順位を決めます。知力、体力、チームワークが要求される競技です。

【利用者の声】
・カヌーが天候不順のため実施できず残念だったが、インドアアスレチックも子どもたちがとても楽しんでいてよかったです。

時　期	通　　年	**所要時間**	１時間半～３時間	**活動場所**	体育館・多目的ホール
対　象	小学校３年生以上	**人　数**	最大１００人　　１グループ８人～１０人 最大１０グループ		
準備物	**自然の家で貸し出すもの**				**団体や個人で準備するもの**
	【○体育館用具室】　【□多目的ホール用具室】　【△事務室】 ○　デジタルタイマー　　○　カラーコーン　　○　ドッジボール ○　小さなコーン　　○輪投げの輪 □　チェックカード　　□　ゲームの表示　　□　碁石 □　はし　　□　ぞうり　　□　賞状				□　賞状用のペン □　記録用の鉛筆

活動の手順

事前指導

1　グループ編成
各グループに記録係（１～２人）
2　引率者の役割分担
・進行、計時（１人）　・関所破り補助（１人）　・３０秒の歌補助（１人）
・その他、監視員
3　用具の準備

活動の実際

1　競技の説明を聞く。

(1)　インドアアスレチックの楽しみやねらい
(2)　競技の方法
・各種目のコーナーに１グループずつ移動する。
・最初の笛の合図でゲームを開始し、次の合図で終了する。
・１ゲームの制限時間は３分。
※ 時間は団体の計画に合わせて設定できる。
※ 他の競技もあり、所員が指導する場合、時間や人数によって競技を変更することがある。
※ １グループの人数が少ない場合は、制限時間を短くした方がよい。
・１ゲーム終了後、得点を記入したら次のコーナーに移動する。
・ゲームとゲームの間には場所移動や練習の時間を設定する。

2　各グループが一斉に競技を開始する。

(1)　藤吉郎のぞうり取り
・２人組のリレー
・ぞうりを２足用意し、１人が１足ずつ、次々に前へ運んで並べていき、もう１人がその上を歩き、折り返し地点で交代して戻る。
・ゴールできた組数が得点になる。

(2)　碁石送り
・１人ずつのリレー
・お椀に入った碁石５個を１つずつ箸でつまんで別のお椀に入れる。終わったら折り返し地点を回って戻り、次の人にタッチする。
・次の人は、お椀の碁石をまた１つずつ箸でつまんでもう１つのお椀に入れる。
・ゴールできた人数が得点になる。

(3) 二人二脚

・２人組のリレー
・二人が前後になってお互いの片足を持ち、折り返し地点を回って戻ってくる。
・ゴールできた組数が得点になる。

(4) オットセイ歩き

・スタートラインからオットセイ歩きで、折り返し地点に行ってもどってくる。
・制限時間で何人できたかが点数になる。

(5) 漢字のお勉強

・全員で考えておこなうゲーム
・決められた部首の漢字をできるだけたくさん書く。例えば「くさかんむりの漢字」など。
・正しい漢字の数が得点になる。

(6) 輪投げ

・小さなコーンに向かって輪投げを順番交代で行う。
・制限時間内で何回コーンに入ったかが得点となる。

(7) 関所破り

・１人ずつのリレー
・コースの途中に置かれた関所で引率者とジャンケンをし、勝ったら折り返し地点を回って戻ってくる。負けたらスタート地点に戻ってやり直す。
・ゴールした人数が得点になる。

(8) ３０秒の歌

・３０秒ちょうどで終わるように歌を全員で歌う。数回練習をし、本番は１回とする。３０秒ちょうどで歌えたら１０点。
・１秒の長短につき１点減点。

(9) 三ツ玉リレー

・２人組のリレー
・２人が各自ボールを持ち、そのボールで１つのボールをはさみ、折り返し地点を回って戻ってくる。
・ゴールできた組数が得点になる。

(10) パズルでドン

・一人ずつ行う。
・３つのパズルのうち、審判に指示されたパズルを組み立てたら交代する。できあがったパズルは審判が崩して、次の人にも使えるようにする。
・組み立てられた回数が得点になる。

※この他、スラックライン、グラウンド・ゴルフ、大縄跳び、アヒル歩き、３ポイントシュートなども種目に加えられます。

３　用具のあとしまつ、返却

４　表彰

備　考

１　外での活動ができないときにおすすめです。（5月下旬～10月上旬は団体の引率指導者で行ってもらいます。）

２　指導の依頼ができますが、5月下旬～10 月上旬はカヌーが**中止になった団体のみ**となります。

23　創作活動一覧表

【雨天案としての実施】○:可　△:要相談（キャンセル不可）

壁飾り

自然の家周辺から松ぼっくりやドングリなどを拾い集めて、輪切り木材に飾ります。マジックでイラストをかくだけでもかまいません。

所要時間	１時間～１時間半
対　象	小学生以上
材料費	300円
内　容	木材（15㎝×６㎝程度の楕円）・金具・ひも等
雨天案	○

プラスチックキーホルダー

プラスチック板にマジックで絵をかき、オーブントースターで焼きます。
（人数が多いと時間がかかります）

所要時間	１時間半～２時間
対　象	幼児～
材料費	250円
内　容	プラスチック板・下書き用紙
雨天案	○

キーホルダー

小さな輪切り木材にマジックでイラストをかき、金具を付けます。

所要時間	１時間～１時間半
対　象	小学生以上
材料費	250円
内　容	木材(直径4㎝程度の円)・金具・ひも等
雨天案	○

ヨ ー ヨ ー

ひも付きのヨーヨーの木地にマジック等で色を塗ったり絵をかいたりします。

所要時間	３０分～１時間
対　象	幼児～
材料費	350円
内　容	ヨーヨー用木地
雨天案	△

焼　杉　板

杉板をかま場で焼き、自然素材を付けたり、絵や字をかいたりします。

所要時間	２時間～３時間
対　象	４年生以上
材料費	400円（薪代含む）
内　容	木材(杉材25㎝×9㎝)・金具・ひも等
雨天案	○

団体で、軍手・布・マッチ(または点火用ライター)を用意してください。

投 げ ゴ マ

ひも付きの投げゴマの木地にマジック等で色を塗ったり絵をかいたりします。

所要時間	３０分～１時間
対　象	幼児～
材料費	500円
内　容	投げゴマ用木地・ひも
雨天案	△

万　華　鏡

ガラスを組み合わせて作ります。のぞくと幻想的な世界が広がります。

所要時間	１時間～１時間半
対　象	3年生以上
材料費	400円
内　容	万華鏡セット
雨天案	△

松ぼっツリー

松ぼっくりにモールやビーズを付けて、オリジナルのクリスマスツリーを作ります。

所要時間	１時間～１時間半
対　象	小学生以上
材料費	300円
内　容	輪切り木材、松ぼっくり、モール、ビーズ
期間限定	△　１０月～３月

だるまおとし

だるまおとしの木地にマジック等で色を塗ったり絵をかいたりします。

所要時間	３０分～１時間
対　象	幼児～
材料費	650円
内　容	ハンマー用木地・だるまおとし用木地
雨天案	△

け ん 玉

けん玉用木地にマジック等で色を塗ったり絵をかいたりします。

所要時間	３０分～１時間
対　象	幼児～
材料費	600円
内　容	けん玉用木地
雨天案	△

竹とんぼ　初級・中級

初級：長方形にカットされた竹の板をろうそくの火であぶって曲げます。
中級：長方形にカットされた竹の板を小刀で削って形を作り、火であぶって曲げます。

所要時間	１５分～１時間
対　象	初級:1年生～, 中級:3年生～
材料費	200円
内　容	初級：長方形の竹と竹ひご 中級：長方形の竹（削り線入り）・竹ひご
雨天案	△

火を扱うので、団体で軍手を用意してください。

和　凧

よくあがる和凧です。和紙には下絵も付いています。作った後は外の広場で遊ぶことができます。

所要時間	１時間半～２時間
対　象	4年生以上
材料費	７００円
内　容	竹ひご・和紙（下絵つき）・凧糸
雨天案	△

幼児から取り組める創作活動

＜色をぬったり、絵をかいたりするだけ＞

けん玉

所要時間	３０分～１時間
対　象	幼児～
材料費	600円
内　容	けん玉用木地
雨天案	△

ヨーヨー

所要時間	３０分～１時間
対　象	幼児～
材料費	350円
内　容	ヨーヨー用木地
雨天案	△

投げゴマ

所要時間	３０分～１時間
対　象	幼児～
材料費	500円
内　容	投げゴマ用木地・ひも
雨天案	△

だるまおとし

所要時間	３０分～１時間
対　象	幼児～
材料費	650円
内　容	ハンマー用木地・だるまおとし用木地
雨天案	△

24 壁飾り

輪切り木材に絵をかいたり、松ぼっくり、ドングリなどの自然素材を貼り付けたりします。作り方によっては、置物にもなります。

木の特性や、松ぼっくり、ドングリなどの自然素材の特性に気付くとともに、自然素材のもつよさを体感することができます。

↓↓参考動画↓↓

時　期	通　　年	**所要時間**	１時間～ １時間半	**活動場所**	活動室、体育館 多目的ホール、研修室
対　象	小学生以上	**人　数**	２００人まで		

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で準備するもの**
	□顔料入りマーカー…事務室 □きり（千枚通し）…事務室 □ペンチ　…事務室 □木工用ボンド　…活動室 □新聞紙　…事務室 □スプレーニス　…事務室	□材料（施設で購入：300 円） ＜輪切り木材、ヒートン、ひも、紙やすり＞ □自然素材（松ぼっくり、ドングリなど）は松林で集める。

活動の手順	事前準備	・団体担当者と所員の打ち合わせ 活動場所、用具の貸し出しや後片付けの方法、作り方、安全上の注意など ※きりを使う場面は、安全に行われるよう、引率者が付く。 スプレーニスを吹きかける作業は、引率者の手で行う。
	制作の実際	**1　用具を準備する。** ・材料、自然素材、顔料入りマーカー、新聞紙、きり、ペンチ、スプレーニス（必要に応じて、木工用ボンド） **2　新聞紙を一人一人が用意する。**（新聞紙の上で制作作業を行う） **3　輪切り木材を紙やすりでみがく。**（表面が、滑らかになるまで１０分程度） **4　輪切り板にヒートンを取り付ける。** ・ヒートンを取り付けるための穴を、きり（千枚通し）で少しあける。 ・ペンチを使ってヒートンを取り付ける。 **5　輪切り木材に絵や文字をかく。** ・自然素材を用いる場合 (1) 配置を考え、自然素材を加工する。 (2) 木工用ボンドで自然素材を輪切り板に貼り付ける。 **6　外にベニヤ板を敷き、完成した作品を置き、スプレーニスをかける。** ・ニスを多くかけると、顔料入りマーカーで書いた絵や文字が溶け出し、にじんでしまう。 **7　ニスが乾燥したらひもを付ける。**（１０分間程度でニスは乾燥する。） **8　後片付けをする。** ・用具を元の場所に戻し、使った新聞紙、紙やすりは捨てる。 ・活動場所を掃除する。

備　考	１　材料は『食事等申込書』に必要事項を記入し、申し込んでください。 ２　壁飾りの材料を利用して右の写真のような作品づくりに挑戦してもよいでしょう。

25 キーホルダー

輪切り木材に絵をかいたり、ドングリなどの自然素材を貼り付けたりします。

木の特性や、ドングリなどの自然素材の特性に気付くとともに、自然素材のもつよさを体感することができます。

↓↓参考動画↓↓

時　期	通　　年	**所要時間**	１時間～ １時間半	**活動場所**	活動室、体育館 多目的ホール、研修室
対　象	小学生以上	**人　数**	２００人まで		

	自然の家で貸し出すもの	**団体・個人で準備するもの**
準備物	□顔料入りマーカー…事務室 □きり（千枚通し）…事務室 □ペンチ　　…事務室 □木工用ボンド　　…活動室 □新聞紙　　…事務室 □スプレーニス　…事務室	□材料（施設で購入：250 円） ＜輪切り木材、ヒートン、ひも、紙やすり＞ □自然素材（松ぼっくり、ドングリなど）は松林で集める。

活動の手順	事前準備	・団体担当者と所員の打ち合わせ 活動場所、用具の貸し出しや後片付けの方法、作り方、安全上の注意など ※きりを使う場面は、安全に行われるよう、引率者が付く。 スプレーニスを吹きかける作業は、引率者の手で行う。
	制作の実際	**1　用具を準備する。** ・材料、自然素材、顔料入りマーカー、新聞紙、きり、ペンチ、スプレーニス（必要に応じて、木工用ボンド） **2　新聞紙を一人一人が用意する。**（新聞紙の上で制作作業を行う） **3　輪切り木材を紙やすりでみがく。**（表面が、滑らかになるまで１０分程度） **4　輪切り板にヒートンを取り付ける。** ・ヒートンを取り付けるための穴を、きり（千枚通し）で少しあける。 ・ペンチを使ってヒートンを取り付ける。 **5　輪切り木材に絵や文字をかく。** ・自然素材を用いる場合 (1) 配置を考え、自然素材を加工する。 (2) 木工用ボンドで自然素材を輪切り板に貼り付ける。 **6　外にベニヤ板を敷き、完成した作品を置き、スプレーニスをかける。** ・ニスを多くかけると、顔料入りマーカーで書いた絵や文字が溶け出し、にじんでしまう。 **7　ニスが乾燥したらキーホルダーの金具を付ける。**（１０分間程度でニスは乾燥する。） **8　後片付けをする。** ・用具を元の場所に戻し、使った新聞紙、紙やすりは捨てる。 ・活動場所を掃除する。

備　考	１　材料は『食事等申込書』に必要事項を記入し、申し込んでください。 ２　キーホルダーの材料を利用して右の写真のような作品づくりに挑戦してもよいでしょう。

26 焼杉板

杉の板を焼き、木の木目を生かしながら絵や文字をかきます。
木のもつあたたかさや、手作りのよさを体感することができます。
やり遂げた達成感・充実感を味わうことができます。

【参考動画】

①準備と服装　②板の焼き方　③時短の裏技　④絵と仕上げ

時　期	通　　年	**所要時間**	２時間～３時間	**活動場所**	かま場、室内
対　象	小学校４年生以上	**人　数**	１５０人まで		

準備物

自然の家で貸し出すもの	**団体・個人で準備するもの**
□ブラシ　…事務室 □火バサミ　…外倉庫 □顔料入りマーカー…事務室 □きり（千枚通し）…事務室 □ペンチ　…事務室	□材料（施設で購入：400 円【薪代を含む】） 杉板、ヒートン、ひも □マッチ □軍手（すべり止めのない綿 100%素材のもの） □布（焼いた杉板を磨くため）

活動の手順

事前準備

・団体担当者と所員の打ち合わせ
活動場所、用具の貸し出しや後片付けの方法、作り方、安全上の注意など
※板を焼く場面、きりを使う場面では、安全に行われるよう、引率者が付く。

制作の実際

【室外（かま場）での活動】

1　用具を準備する。
・材料、ブラシ、火バサミ、顔料入りマーカー、きり、ペンチ

2　かま場で火をおこす。

3　火バサミで板を持ち、裏表を均一に焼く。
・燃えている部分はコンクリートにたたきつけて火を消す。そのままにしておくとどんどん燃えて、板が小さくなっていく。

4　ブラシで木目に沿って丁寧にこすり、すすを落とす。

5　光沢が出るまで布でよく磨く。（木目が浮き出てくる）

6　かま場の後片付けをする
・用具を元の場所に戻す。かま場を掃除する。

【室内での活動】

7　杉板にヒートンを取り付ける。
・ヒートンを取り付けるための穴を、きり（千枚通し）で少しあける。
・ペンチを使ってヒートンを取り付ける。

8　杉板に絵や文字を書く。

9　ひもを付けて完成。

10　後片付けをする。
・用具を元の場所に戻し、使った新聞紙は捨てる。
・活動場所を掃除する。

備　考

1　材料は『食事等申込書』に必要事項を記入し、申し込んでください。
2　きりや火を扱いますので、ケガには十分注意しましょう。
3　用具等はていねいに扱い、確実に返却願います。
4　薪はすべて燃やし、灰は、灰置き場に捨ててください。

27 プラスチックキーホルダー

プラスチック板にマジックで絵をかき、オーブントースターで温めます。作り方によって、アクセサリーやキーホルダーになります。

プラスチックが熱で縮む性質を生かして、オリジナル作品を作ることができます。

↓↓参考動画↓↓

時　期	通　　年	**所要時間**	１時間～ １時間半	**活動場所**	活動室、体育館 多目的ホール、研修室
対　象	幼児～	**人　数**	１００人まで		
準備物	**自然の家で貸し出すもの**		**団体・個人で準備するもの**		
	□オーブントースター…活動室 □油性マジック　…活動室 □アルミホイル　…活動室 □穴あけパンチ　…活動室 □はさみ　…活動室 □わりばし　…活動室 □専用ガラス板　…活動室		□材料（施設で購入：250 円） プラスチック板、キーホルダー金具、下がき用紙 □下絵（用意できれば） □ひも、リボン等（必要であれば） □軍手		
活動の手順	事前準備	・団体担当者と所員の打ち合わせ 活動場所、用具の貸し出しや後片付けの方法、作り方、安全上の注意など ※プラスチック板のオーブントースターへの出し入れは安全のため引率者が行う。			
	制作の実際	**1　用具を準備する。** **2　プラスチック板に、油性マジックで好きな絵や字をかく。** ・１/４に縮むので、出来上がりの４倍の大きさでかく。 **3　絵や文字のないところにパンチで穴を開ける。** ・端になり過ぎないようにする。 **4　専用ガラス板２枚を準備しておく。** ・熱したプラスチック板をすぐにはさめるよう、近くに置いておく。 **5　プラスチック板を加熱する。** ・軍手をして、わりばしで温めたアルミホイルの上にはみ出さないように乗せる。 ・プラスチック板が大きく反り返りながら縮んで、動きがおさまったら、軍手をしたままわりばしを使って、素早くガラス板の上に置く。 **6　ガラス板ではさみ、上から押さえる。** **7　仕上げる。** ・キーホルダーの金具を付けたり、ひもを通したりして、完成！ **8　後片付けをする。**			
備　考	１　材料は『食事等申込書』に必要事項を記入し、申し込んでください。 ２　やけどには十分注意しましょう。 ３　用具等はていねいに扱い、確実に返却願います。				

28 竹とんぼ

昔なつかしい竹とんぼを作ります。初級（１年生以上）、中級（３年生以上）の２コースがあります。チャレンジしましょう。

＜竹とんぼを遠く飛ばすには？＞
1．左右の羽根のバランスをしっかりとりましょう。
2．左右の羽根に、角度（迎え角）を付けましょう。
3．左右の羽根と軸を正確に、取り付けましょう。

時　期	通　年	**所要時間**	初級　１５分～３０分 中級　３０分～１時間	**活動場所**	活動室、体育館 多目的ホール、研修室
対　象	初級：小学校１年生以上　中級：小学校３年生以上			**人　数**	２００人まで

準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で準備するもの**
	□グルーガン　…活動室 □木工用ボンド　…活動室 □ナイフ（中級）…活動室	□竹とんぼキット（施設で購入：200 円） 初級：長方形の竹と竹ひご、紙ヤスリ 中級：長方形の竹（削り線入り）と竹ひご、紙ヤスリ □空き缶 □軍手 □マッチ、ろうそく

活動の手順		
	事前準備	・団体担当者と所員の打ち合わせを行う。 活動場所、用具の貸し出しや後片付けの方法、作り方、安全上の注意など ※竹を焼く場面、ナイフを使う場面（中級）では、安全に行われるように引率者が付く。
	制作の実際	**1　用具を準備する。** ・竹とんぼキット、紙ヤスリ、グルーガン、木工用ボンド、ナイフ、空き缶 **2　竹とんぼの羽根の先を紙ヤスリで丸くする。** ・危険防止のために行う。 （中級の場合、ナイフで削る作業を２に入る前に行う。） **3　羽根の中心部分を火で暖めて曲げる。** ・焦がさないために中心部分をぬらす。 ・曲げるタイミングは、ぬらした竹がかわくころが目安になる。 ・ひねって、左右同じになるようにする。竹が冷えるまで、固定しておく。 **4　空き缶の上に乗せ、重さのバランスをとる。** **5　羽根と軸をボンド等で接着する。** **6　後片付けをする。** ・用具を元の場所に戻し、使った新聞紙、紙ヤスリは捨てる。 ・活動場所を掃除する。

備　考	1　具体的な制作については、竹とんぼキットに書かれているのでご覧ください。 2　材料は『食事等申込書』に必要事項を記入し、申し込んでください。 3　刃物や火を使いますので、ケガには十分注意しましょう。 4　用具はていねいに扱い、確実に返却願います。 ※この資料は、『竹工作やろう会　片田　邦雄氏』の資料を引用しています。

29 和凧

よくあがる和凧です。凧の町白根から材料を取り寄せています。
作った後は広場などで遊ぶといいでしょう。

材料がセットになっていて、作り方説明書も付いています。
和紙には下絵も付いています。
自然の家にある用具だけで創作できます。

時　期	通　　年	**所要時間**	１時間半～ ２時間	**活動場所**	活動室、体育館 多目的ホール、研修室
対　象	小学校４年生以上	**人　数**	２００人まで		
準備物	**自然の家で貸し出すもの**		**団体・個人で準備するもの**		
	□顔料入りマーカー…活動室 □はさみ　　…活動室 □のり　　…活動室 □ボンド　　…活動室		□材料（施設で購入：700 円） 和紙、竹ヒゴ、糸		

活動の手順	事前準備	・団体担当者と所員の打ち合わせ 活動場所、用具の貸し出しや後片付けの方法、作り方、安全上の注意など
	制作の実際	**1　用具を準備する。** ・和凧セット、顔料入りマーカー、はさみ、のり、ボンド **2　作り方説明書を見ながら創作する。** (1) 和紙を折り込み、ヒゴを貼る印を作る。 (2) 上（横）に、短いヒゴをボンドで貼る。 (3) 真ん中（縦）に、中くらいのヒゴをボンドで貼る。 (4) 対角線（斜め）に、長いヒゴ２本をボンドで貼る。 (5) 上の横ヒゴの上から出ている和紙の部分を下に折って貼る。 縦ヒゴの部分は切り込みを入れる。 (6) 和紙の下角にしっぽを貼る。 (7) 横ヒゴと縦ヒゴの交わった部分と、一番下の縦ヒゴと横折り込み線の交わった部分に穴を開け、糸目糸を通し結ぶ。 (8) 糸目糸を上の折り込みより少し下に糸を寄り合わせ結ぶ。 (9) 上の両側のヒゴの交わったところに張り糸を３回巻いて結ぶ。 **3　外の広場で凧をあげてみる。** (1) 張り糸を４～５回ヒゴに巻き弓なりにする。 (2) 風の向きを考えて、凧をあげる。（慣れるまでは２人組であげる。） (3) あげ糸を引いたり、伸ばしたりしながら少しずつ高くあげていく。 (4) あげ終えたら、張り糸はほどく。
備　考	材料は『食事等申込書』に必要事項を記入し、申し込んでください。	

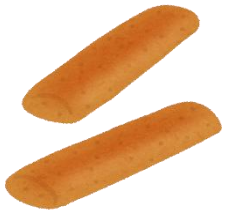
30 松ぼっツリー

松ぼっくりにモールやビーズを付けて、オリジナルのツリーを作ります。
松ぼっくりなどの自然素材の特性に気付かせ、自然素材のもつよさを体感させることができます。
松ぼっくりに着色したり、モールやビーズをちりばめたりすることで、子ども独自のアイディアを生かしたツリーを作ることができます。

時　期	１０月～３月 （期間限定実施）	**所要時間**	１時間～ １時間半	**活動場所**	活動室、体育館 多目的ホール、研修室
対　象	小学生以上	**人　数**	１００人まで		
準備物	**自然の家で貸し出すもの**		**団体・個人で準備するもの**		
	□グルーガン　…活動室 □木工用ボンド　…活動室 □顔料入りマーカー…事務室 □ピンセット　…活動室 □新聞紙　…事務室		□材料（施設で購入：300 円） ＜輪切り木材、松ぼっくり、モール、ビーズ＞ ※松ぼっくりに顔料入りマーカーで着色をすることも可能。 事前に自然の家に相談する。		
活動の手順	事前準備	・団体担当者と所員の打ち合わせ 活動場所、用具の貸し出しや後片付けの方法、作り方、安全上の注意など			
	制作の実際	**1　用具を準備する。** ・材料、グルーガン、木工用ボンド、マーカー、ピンセット、新聞紙　等 **2　新聞紙を一人一人が用意する。**（新聞紙の上で制作作業を行う） **3　松ぼっくりの底にボンドを付ける。** **4　松ぼっくりを輪切り木材に付ける。松ぼっくりがバランスよく立つか確認する。** **5　松ぼっくりにビーズやモールなどをボンドで貼り付ける。貼り付ける時にはピンセットを使用する。** **6　後片付けをする。** ・用具を元の場所に戻し、使った新聞紙は捨てる。 ・活動場所を掃除する。			
備　考	材料は『食事等申込書』に必要事項を記入し、申し込んでください。				

31　ぽっぽ焼き

下越地方のお祭りの名物「ぽっぽ焼き」。実はフライパンで再現することができます。手軽な調理で、新潟の名物の味を堪能してみませんか。



【利用者の声】
・親子で楽しく活動することができた。とても美味しかったです。
・材料や調理器具もすべて用意していただいたので、よかったです。

時　期	10月～3月	**所要時間**	約１時間半	**活動場所**	自然の家食堂
対　象	幼児以上 （幼児の場合は、大人同伴）	**人　数**	最低３班～最大１０班　　１班８人程度まで ※　１班でぽっぽ焼きが約２４本作れます。		
準備物	**自然の家で貸し出すもの**		**団体・個人で準備するもの**		
	□　ぽっぽ焼きの用具一式		□ エプロン　　□ 三角巾 □ 内履き　　□ マスク（適宜）		
活動の手順	事前	**所員との打合せ・班編成** ・火を使うので、小さい子どもは大人と一緒に活動できるように班を作る。 ・食べ方について確認する。			
	活動	**1　生地を作る** ・材料を順番通りに入れ、粘りが出るまで混ぜる。 **2　焼く** ・とろ火で蓋をして焼く。（３～５分） ・裏返して反対面を焼く。（２～３分） ・３回に分けてフライパンで焼く。 **3　切る** ・焼けたものから、幅約１.５ｃｍに切る。 **4　食べる** ・焼けた物から食べる。 **5　片付け** ・食器類や調理器具などを班でまとめてカウンターに出す。 ・カセットコンロは、ガス缶を取り出してコンロをかごの中にしまう。 ・移動した椅子を元に戻し、テーブルを拭く。 ・ほうき、塵取りを使って活動したテーブルの下を掃除する。			
備　考	**1　申込手続き** ・仮申込を行う。電話で日程をご相談ください。（申込は活動日の一か月前まで） ・仮申込み後、１週間以内に「使用申込書」「使用計画書」を完成させ、事務室にFAXしてください。 ・活動日が決定したら「体験活動申込書」に記入し、事務室にFAXで申込みください。（この時点で申込み完了となります。） **2　その他** ・人数の変更等は、活動日前日の正午までに事務室へ連絡してください。併せて人数を変更した「体験活動申込書」を事務室にFAXしてください。また、自然災害等で活動自体をキャンセルする場合は、キャンセル料が発生する場合がありますのでご了承ください。 【連絡先】　自然の家　事務室　　TEL：0254-46-2224　　FAX：0254-46-3070				

32 うどん打ち

小麦粉と食塩水だけでうどんを打ちます。こねたり、ふんだり楽しい作業です。
自分たちで力を合わせて打ったうどんの味は格別です。

↓↓参考動画↓↓

時　期	４月～５月、10 月～３月	所要時間	約３時間	活動場所	自然の家食堂
対　象	幼児以上 （幼児の場合は、大人同伴）	人　数	最大 100 名程度 1 班６～８人程度 15 班まで可能 最低 12 名以上での申込みとする。		
準備物	**自然の家で貸し出すもの**		**団体・個人で準備するもの**		
	□　うどん打ち用具一式		□ エプロン　□ 三角巾 □ 内履き　□ マスク（適宜）		

活動の手順

事前指導

1　グループ編成
・包丁を使ったり、力が必要となったりする場面があるため、各グループに１～２名の大人が必要です。

2　所員との打ち合わせ

活動の実際

1　自然の家の所員が、実技指導を行う。
・作業は「こねる」「ふむ」「ねかす」「のす」「切る」の順。

＜例＞

9:30	10:00					11:30	12:00	13:00
	出会いのつどい	身支度	・説　明 ・こねる ・ふ　む	・ねかす	・の　す ・切　る ・かたづけ ・清掃	※食堂調理員がゆでる ・休 憩	・食　事	別れのつどいまたは午後の活動へ

2　休憩時間の過ごし方
・所員によるレクリエーションができます。希望する場合は、申込時にお伝えください。
＊体育館使用を希望する場合は、空き状況を事務室で確認してください。
・アスレチックや体育館での遊びには大人が必ず同伴してケガの防止と安全を確認してください。
・休憩することも出来ます。

備　考

1　申込手続き
・仮申込を行う。電話で日程をご相談ください。（申込は活動日の一か月前まで）
・仮申込み後、１週間以内に「使用申込書」「使用計画書」を完成させ事務室に FAX してください。
・活動日が決定したら「体験活動申込書」に記入し、事務室に FAX で申込みください。（この時点で申込み完了となります。）

2　その他
・天ぷら、おかず、デザート付きです。
・カレーうどんセットを希望する場合は、事務室に連絡してください。
・人数の変更は活動日前日の正午までに、事務室へ連絡してください。また、自然災害等で活動自体をキャンセルする場合は、キャンセル料が発生する場合がありますのでご了承ください。

【連絡先】　自然の家　事務室　TEL：0254-46-2224　　FAX：0254-46-3070

33 米粉ピザづくり

胎内市は米粉発祥の地！米粉を練って生地を作り、トッピングや焼き上げまでの作業を行います。
焼きたてのピザは、もっちもちでとっても美味しいですよ。

時　期	４月～５月、10 月～３月	**所要時間**	約２時間半	**活動場所**	自然の家食堂
対　象	幼児以上 （幼児の場合は、大人同伴）	**人　数**	最大６０名程度　１班４名か６名１５班まで可能 最低 12 名以上での申込みとする。		
準備物	**自然の家で貸し出すもの**		**団体・個人で準備するもの**		
	□　米粉ピザづくりの用具一式		□ エプロン　□ 三角巾 □ 内履き　□ マスク（適宜）		

活動の手順

事前指導

1　グループ編成
・包丁や火を使ったり、力が必要となったりする作業があるため、小学校の低・中学年以下の子どもがいる団体は、各グループに１～２名の大人が必要です。

2　所員との打ち合わせ

活動の実際

1　自然の家の所員が、実技指導を行う。
・作業は「まぜる」「こねる」「のばす」「切る」「トッピング」「焼く」の順。
＜例＞

10:00	10:30			12:00	13:00
	出会いのつどい	身支度	・説　明 ・作業会場、用具準備 ・まぜる ・こねる ・のばす ・具を切る ・トッピング	・焼く （15 分くらい） ・食　事 ※グループごと「いただきます」 ・かたづけ	別れのつどい または午後の活動へ

2　食事の取り方
・できたピザ生地をフライパンにのせ、カセットコンロを使って自分たちで焼く。
・出来たピザからグループ内で切り分ける。
・ピザの焼き上がりに合わせて、カウンターからグループ単位でおかずが盛られた大皿と人数分のデザートをもらう。
・準備が整ったグループから食べ始める。

3　食べ終わってからの片付け方
・食器類や調理器具などを班でまとめてカウンターに出します。
・残食があった場合はテーブルごとにまとめてカウンターのゴミ箱に捨てます。
※食べ残りを持ち帰ることはできません。
・カセットコンロは、ガス缶を取り出してコンロをかごの中にしまいます。
・ほうき、塵取りを使って活動したテーブルの下を掃除する。

備　考

1　申込手続き
・仮申込を行う。電話で日程をご相談ください。（申込は活動日の一か月前まで）
・仮申込み後、１週間以内に「使用申込書」「使用計画書」を完成させ事務室に FAX してください。
・活動日が決定したら「体験活動申込書」に記入し、事務室に FAX で申込みください。（この時点で申込み完了となります。）

2　その他
・ピザは１人１枚です。おかず（唐揚げとサラダ）、デザート付きです。
・ピザ４枚（１グループ４名か６名）を基本とし、何班で調理するかを「体験活動申込書」に記入してください。※４人班はピザ１人１枚：大人でも充分な分量です。
・人数の変更やグループ編成の相談は、活動日前日の正午までに事務室へ連絡してください。また、自然災害等で全キャンセルの場合は、キャンセル料をいただく場合がありますのでご了承ください。

連絡先　　自然の家　事務室　TEL：0254-46-2224　　FAX：0254-46-3070

34 もちつき

今では見ることも少なくなった「もちつき」。日本の文化でもあるもちつきを楽しみながら体験してみませんか。
一緒に「よいしょ～、よいしょ～」とかけ声をかければ、連帯感も生まれます。

時　期	４月～５月、10 月～３月	**所要時間**	約２時間	**活動場所**	多目的ホール、体育館
対　象	幼児以上 （幼児の場合は、大人同伴）	**人　数**	最大７０名程度　１グループ～２グループで実施 ただし１グループ 20 人以上とする。		
準備物	**自然の家で貸し出すもの**		**団体・個人で準備するもの**		
	□　もちつきの用具一式 (臼:大 2、中 1、小 1　杵:大 4、小 4)		□ エプロン　□ 三角巾 □ 内履き　□ マスク（適宜）		

活動の手順

事前指導

1　グループ編成
・一臼に「つき手２人・餅のかえし手２人程度」の役が必要なため大人が交じる。

2　所員との打ち合わせ

活動の実際

1　自然の家の所員が指示を出し、参加者が皆で協力して活動を行う。
＜例＞

10:00	10:30	11:00 頃	12:00	13:00
出会いのつどい 身支度	・もちつき ・あとかたづけ	**・休憩またはレクリエーション** ※レクリエーションは所員の指導 ※体育館を希望するなら事務室へ ※時間は片付け終了時間によります **※食堂職員が食事の準備をする**	・食　事	別れのつどい または午後の活動へ

2　休憩時間の過ごし方
・所員によるレクリエーションができます。希望する場合は、申込時にお伝えください。
※体育館使用を希望する場合は、空き状況を事務室で確認してください。
・アスレチックや体育館での遊びには大人が必ず同伴してケガの防止と安全を確認してください。
・短い時間であれば、トイレ休憩等にする。

備　考

1　申込手続き
・仮申込を行う。電話で日程をご相談ください。（申込は活動日の一か月前まで）
・仮申込み後、１週間以内に「使用申込書」「使用計画書」を完成させ事務室に FAX してください。
・活動日が決定したら「体験活動申込書」に記入し、事務室に FAX で申込みください。（この時点で申込み完了となります。）

2　その他
・きなこ餅２個の他、唐揚げ・生野菜・汁もの・デザートが付きます。
・臼の大きさの目安は、大は 60 人分、中は 30 人分を目安にしてください。
・雑煮などの希望がある場合は、事務室にご相談ください。
・人数の変更は、活動日前日の正午までに、事務室へ連絡してください。
また、自然災害等による全キャンセルの場合は、キャンセル料をいただく場合がありますのでご了承ください。

【連絡先】　自然の家　事務室　TEL：0254-46-2224　　FAX：0254-46-3070

35 きもだめし

夏の野外活動の楽しみの一つである「きもだめし」。「日本一怖いきもだめしのコース」とも言われています。
連帯感や達成感が生まれる活動です。

時　期	通　年（降雪時不可）	所要時間	３０分～１時間半程度（グループ数や活動する人数により変わります）	活動場所	自然の家周辺（コースは3つあり）
対　象	小学生以上（大人同伴であれば幼児からでも可）		人　数	制限なし（１グループ4～6人程度）	
準備物	団体・個人で準備するもの □各グループ懐中電灯１本～2本　□虫よけスプレー（活動前に対策する） □お札（必要に応じて）				
活動の手順	事前指導	★参加者全員で、明るいうちに同じコースを歩いて下見する。 ★曲がり角や危険箇所に立つ引率者の役割分担をする。			
	活動の実際	１　活動の説明（事前指導の際でも良い） （１）きもだめしの楽しみやねらい （２）注意事項 ※きもだめし中の事故を防ぐため、次のことについて十分守らせる。 ・グループで一緒に行動する。 ・走らない。 ・ふざけた行動をとらない。 ・友達を押さない。 ２　監視者は定位置に付く。（虫刺され対策があるとよい） ３　５分（または３分）おきにスタートする。 ４　終了後、人数確認をする。			
備　考	○コースについては、ＡからＣコースあり、体育館裏またはなかよし営火場前をスタートし、血の池を回るコースです。コースについては事前に相談してください。 ○「血の池」の前にあるお地蔵さまに「勇気のお札」を置いて、１枚ずつもらってくるルールを設けたり、お札をおやつ引換券にしたり、といった工夫もできます。 ○同じ時間帯にキャンプファイアを実施する団体や、きもだめしを行う他団体と調整し、お互いに気持ちよく活動できるようにしてください。 ○近隣の住民の迷惑にならないように、声の大きさにはご注意ください。20:50までには活動を終了してください。				

36 ナイトハイク

真っ暗な夜の森の中を歩く、そんな経験をしたことがありますか。暗くてよく見えない分、耳や鼻の感覚が鋭く働きます。また、目が慣れてくると暗闇でもいろいろなものが見えるようになってきます。

グループで事前にコースを設定して暗い道を歩くことにより、ドキドキするような発見を楽しむことができます。

時　期	通　年（降雪時不可）	所要時間	３０分～１時間半 （コース設定により異なります）	活動場所	遊歩道他
対　象	小学生以上 （大人同伴であれば幼児からでも可）	人　数	制限なし（１グループ３～７人程度）		
準 備 物	自然の家で貸し出すもの		団体や個人で準備するもの		
	□遊歩道の地図		□各グループ懐中電灯１本以上 □虫よけスプレー（必要に応じて）		

活動の手順	事前指導	○参加者全員で、明るいうちに同じコースを歩いて下見する。 （夜の自然と比較できるように、日中の自然の様子を記録しておくと、さらに夜の自然に対する興味が広がる） ○引率者はグループに付く、危険箇所に立つなど役割分担をしておく。
	活動の実際	**１　活動の説明を聞く。** ○ナイトハイクの楽しみやねらいを確認する。 ○注意事項　※事故を防ぐため、次のことを守る。 ・グループで一緒に行動する。 ・走らない。 ・友達を押さない。 ・ふざけた行動をとらない。 ・大声を出さない。（近くの民家の方の迷惑になります。） **２　森の中をゆっくり歩く。** ○初めはグループの先頭の人だけが足下を照らすために懐中電灯を使うが、他の人はなるべく灯りをつけないようにする。真っ暗な遊歩道でも目が慣れてくるとぼんやり辺りが見えるようになる。 ○途中で止まって懐中電灯を消し、５分～１０分間程度、人間が音を立てないようにじっと座って（人と人との間を３m程開けられるとなおよい）聞こえてくる音に神経を集中させる。樹木や葉が擦れ合う音や鳥の鳴き声も聞こえてくる。 ○どんな音が聞こえたか、グループで振り返る。 ○懐中電灯をつけ、辺りの様子を観察する。昼には見られなかった昆虫や昼とは違う様子の草花が観察できる。また、同じ動植物でも暗闇の中でスポットライトが当たると、昼に見た時とはかなり違って見えるはずである。 **３　終了後、人数確認をする。**
備　考	○コース設定については、事前にご相談ください。 ○きもだめしではないので、子どもを怖がらせることがないようにしてください。 ○ナイトハイク終了後には、遊歩道や施設周辺で星空観察も楽しめます。 ○20:50 までには活動を終了してください。	

37 キャンプファイア・ボンファイア

キャンプ活動の「精華（せいか）」とも言われています。星空の下、燃えさかる神秘の炎を囲み、火を見つめることで心をひとつにし、喜びを分かち合うことができます。また、炎で顔を赤く染めた仲間と繰り広げられるレクリエーションは、子どもたちに大きな感動を与えるでしょう。活動のメリットとしては、

・仲間との親睦を図ることができます。
・厳粛な雰囲気を経験することができます。
・「火」をテーマに、自然への畏敬の念を育むことができます。

※「ボンファイア」とは丸太を使わないキャンプファイアのことです。

↓↓参考動画↓↓

キャンプファイア　ボンファイア

時　期	４月～１０月 ※荒天時はできません。	所要時間	1時間～2時間 （準備時間含まず）	活動場所	営火場は４カ所 （火文字用金網あり）
対　象	小学生以上 （大人同伴であれば幼児も可能）	人　数 （目安）	はばたき営火場　…　８０人程度まで なかよし営火場　…　１５０人程度まで かがやき営火場　…　１５０人程度まで あかまつ営火場　…　１５０人程度まで		

準備物

自然の家で貸し出すもの	団体・個人で準備するもの
□衣装（火の神、火の守他）… 多目的ホール用具室 □冠、火の神が使う杖　… 多目的ホール用具室 □マイク、セレモニーやレク用のCD … 事務室 □脚立　… 営火場または玄関 ※厚板を針金で結ぶときや火文字を金網に付けるときに使います **＜各営火場に備え付けてあるもの＞** ・消火用水道とホース　・放送用具一式 ・トーチ（8個）　・一輪車（1台）　・針金 ・ペンチ（1個）・ほうき（1個）　・スコップ（1個）　・灰運搬用ステンレス容器（１個）	□軍手 □トーチ用古布 □マッチまたはライター （点火するときに使用する） ＜火文字を使用する団体＞ □火文字用にする古布

活動の手順

事前準備

1　児童生徒の役割分担・グループ編成

〇セレモニーの役割（火の神・火の守など）や司会進行、ゲーム担当、音楽担当など、団体の予定している内容に合わせて分担を決める。

〇必要に応じて、セレモニーの練習・スタンツや出し物の練習等をおこなう。

※役割分担や第Ⅱ部・第Ⅲ部についてはP５４～、スタンツについてはP６３を参照
火の神・火の守の言葉についてはP５６を参照

2　歌やフォークダンス等の指導

〇第Ⅰ部で歌う「遠き山に火は落ちて」「もえろよもえろ」、第Ⅲ部で歌う「今日の日はさようなら」などを事前に練習する。

〇第Ⅱ部で楽しむレクリエーションなども必要に応じて練習する。

3　引率者の役割分担

〇火気の現場責任者を決める。

〇司会進行補助や第Ⅰ部や第Ⅲ部のセレモニーの役割（火の神）等を決める。

活動の実際

1　営火場の準備をする（P５２～参照）。

〇放送器具の設定　…　営火場用具小屋の鍵は事務室

〇まきの組み立てと灯油の準備　…　灯油タンクの鍵は事務室

〇トーチの準備　　〇火文字の設置　　※必要な団体のみ行う。

2　活動例（P５４～参照）

＜第Ⅰ部　迎え火のつどい＞　　…おごそかに、神秘的な雰囲気で！

		＜第Ⅱ部　交歓のつどい＞…楽しく、交流を深めて！ 全員で踊ったり歌ったりゲームをしたりする。 グループごとにスタンツをやるのも楽しい。 ＜第Ⅲ部　送り火のつどい＞…静かに、心の糧を確認し、明日への希望をもつ！ 注意点 ・服装を整え、火の粉による火傷を予防する。 ・火災が起こらないよう十分注意する。火勢や火の粉に気を配り、場合によっては、注水しながら火勢を弱める。 ・第２部の終わりには火が弱く燃えるように調節する。
	事後	１　当日の後片付け ・水をかけて２１時３０分までに完全消火する。 ※丸太や厚板等の中の方までに十分に水をかける。 ・用具や鍵は返却する。 ２　翌朝 ・営火場の燃え残った丸太や薪、灰を片づけ、きれいに清掃する。 ・火文字をした団体は、針金と燃え残りの布を、ゴミ捨て場にある指定された場所に捨てる。
備　考		○どの営火場を使用するか、事前に同日利用団体と（利用団体引率者研修会等で）調整します。 ○１か月前までに「食事等申込書」でキャンプファイア（ボンファイア）をする人数を書いて申し込んでください。 ○雨天時キャンドルファイアに変更する場合は、その旨を「食事等申込書」に記載してください。 ○営火場の電源（街灯、放送機）がつかない場合は事務室（0254－46－2224）に連絡してください。

かがやき営火場

はばたき営火場

なかよし営火場

あかまつ営火場

各営火場の場所は、巻末の「野外施設案内図」でご確認ください。

キャンプファイアの準備～あとしまつまで

1　まき・灯油の準備

○リヤカーを使い、まき小屋から丸太８本と長い厚板を 10～１５本営火場に運ぶ。
○松葉小屋から、松葉をバケツ１杯程度持ってくる。
○開始１５分前に、事務室から灯油タンクの鍵を借り、灯油保管庫からポリタンクに入れて運ぶ（ポリタンク４分の１の量がよい）。

2　木を組む

○厚板を上から入れる。
- 厚板の先端に針金を巻いて固定する。
- 厚板の先が集まるように組むと、まとまった大きな炎になりやすい。
- 風がある日は小さく作った方がよい。

○丸太を営火台の鉄の棒の間に井桁に組む。
- 各列２段目まで組む。（計８本）

○丸太の隙間に松葉をつめる。
○点火する場所の松葉に灯油をかける。
- 揮発するので直前に掛ける。

3　あとしまつ

当日　**ホースで水をかけて完全に消火する。（煙が出なくなるまで）**

※完全に消火されるまで、管理者は火もとを離れない！

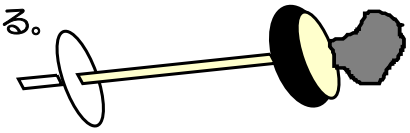
翌朝

○燃え残った丸太や薪は、所定の灰おき場に置く。
※営火場小屋にあるステンレス容器に入れ、一輪車で運ぶとよい。
※砂やゴミがまき処分場に入らないように注意する。
○営火台の周りをほうきで掃く。
○針金は拾って所定の置き場所（灰おき場と同じ場所）に持って行く。

丸太や薪、針金の置き場は決まっているので、場所を間違えないこと

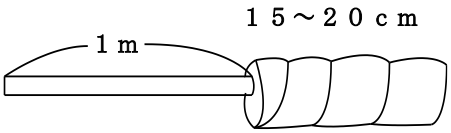
4　トーチの作り方（棒は細すぎると火が燃え移って焼き切れてしまうおそれがあるので、太めのものがよい）

○トーチに、布かタオル（薄いタオルなら半分程度の大きさ）を詰めて灯油をしみ込ませる。



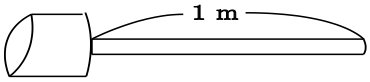
○全員にトーチを持たせる場合は、利用団体で作ってくる。

＜手作りトーチ例１＞



古タオルを針金でしばる

＜手作りトーチ例２＞



空きカンを釘でとめる
空きかんの中に布きれを入れる。

５　火文字の作り方

＜火文字ネットの寸法＞

・はばたき営火場	縦１４０ｃｍ、横４２０ｃｍ
・なかよし営火場	縦１３５ｃｍ、横４６５ｃｍ
・あかまつ営火場	縦１３５ｃｍ、横４６５ｃｍ
・かがやき営火場	縦１３５ｃｍ、横４６５ｃｍ

○タオルを長く広げた状態から、縦に８つくらいに折った後、多少きつめにねじる。

・針金に余分があれば、タオルのねじりとは逆巻きに針金で大まかに巻いておく。そうすると、タオルのねじれを保つことができ、この後の作業が容易にできる（ねじったタオルを事前に作っておくと準備はスムーズ）。

○火文字設定場所の金網に、ねじったタオルを針金で止めながら文字を作っていく。

・針金は１０㎝位に切り、タオルで作った文字を約２０㎝間隔で止める。

○空き缶または灯油タンクに灯油を入れ、タオルで作った文字に灯油をしみこませる（開始１５分前）。これで完成！

・灯油をつけすぎると、炎が大きくなり、文字が浮き出ないことがある。

留　意　点

・文字を作成するときは、簡単な文字（平仮名やカタカナ）で大きく作ると見栄えがする。漢字の場合は、タオルどうしの間隔を開けるとよい。

・タオルをつないで文字を作っていくときは、タオルとタオルを重ねた部分が団子にならないようにする（一部分のみ大きく燃えないようにするため）。

・文字が燃え終わったら、燃えかすの落下地点の周辺に水をまき下草が燃えないようにする。

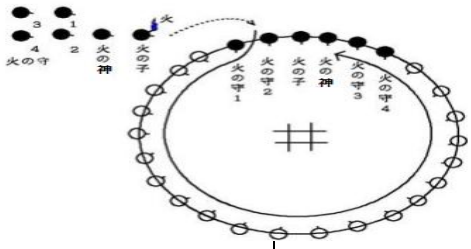
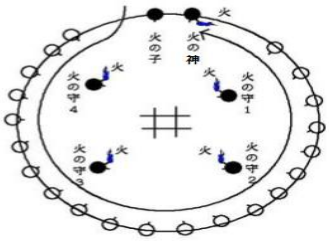
キャンプファイアの進行例

役割分担

	内　　容	人　数	備　　考
火の神	・セレモニー第Ⅰ部と第Ⅲ部で「火の神の言葉」を言い、点火宣言をする	１人	団体代表者や年長者など
火の守	・セレモニー第Ⅰ部で分火の時に火の神より火をもらう 〃　　誓いの言葉を言い、点火する ・セレモニー第Ⅲ部で分火の時の火の神より火をもらう 〃　　感想や希望、抱負などを言う	４人 ～ ８人	第Ⅰ部と第Ⅲ部で担当を代えてもよい
火の司（司会）	・司会進行、第Ⅱ部のプログラミング	1～4人	

第Ⅰ部　迎え火のつどい

（１０～１５分）

展　開	プ ロ グ ラ ム の 進 行	備　考
１ 係準備	火の神等配置	
２ 集　合	全員玄関前に集合	
３ 入　場	曲が流れたら、全員静かに入場 営火台を囲むように円になって腰をおろす。	BGM：静かでゆったりとした曲 例えば「シンキングオブユー」
４ 開会の言葉	○司会：「あっという間に１日目の夜になりました。まもなく暗闇からトーチの火が近づいてきます。そして、きれいな炎が皆さんの横顔を照らしてくれることでしょう。炎を見つめながら今日のことを思い出してください。炎は皆さんの未来を明るく照らしてくれる希望の光です。さあ、希望の光をみんなで迎えましょう。」	BGM：おごそかで広がりのある曲 例えば「ジュピター」
５ 聖火入場	・円の中に入り左まわりにゆっくりと一巡し、位置に付く。 ・入場整列後、火の子は火の神にトーチを渡す。 	
６ 火の神の言葉	○司会：「聖なる火を迎えることができました。ここで火の神からお言葉をいただきます。」 ○火の神：「(火の歴史、火のすばらしさなど)」 （火の子から渡されたトーチを上にかかげて、一歩前に出てから、ゆっくりと大きな声で話をする。）	
７ 分　火	○司会：「火の神から、火の守に火を分けてもらいます。」 ※火の守は順に分火してもらい、営火台のまわりにならぶ。 	
８ 火の守の言葉	○司会：「火の守は前へ出て、誓いの言葉を言ってください。」 （火の守は順に一歩前に出て、トーチを高くかかげたままで誓いの言葉を述べる） ○火の守１：「友情の火。思いやりを忘れず、友達を大切にすることを誓います。」 ○火の守２：「健康の火。これからも、健康でいることを誓います。」 ○火の守３：「努力の火。何事にも常に努力を続けていくことを誓います。」 ○火の守４：「希望の火。今日の良き日を忘れず、一歩一歩前進することを誓います。」	
９　点火宣言	○司会：「火の神から点火を宣言していただきます。」 ○火の神：「点火！」	「もえろよもえろ」を全員で歌う 歌の代わりにBGMとしてモーツアルトの「ホルン協奏曲」等でもよい。
10　点　火	○司会：「私たちの友情の炎は赤々と燃え上がりました。燃える炎、それは情熱であり、希望を照らす明るい炎です。しばらく燃え上がる炎を見つめましょう。」	

第Ⅱ部　交歓のつどい　（６０～７０分）

司会：「いつまでも思い出に残るすばらしい夜となるよう、みんなでつくりあげていきましょう。次は交歓のつどいです。ゲームや班ごとの出し物を通して、楽しく過ごしましょう。」
※歌・レクリエーション・フォークダンス・出し物やスタンツなど、全員で楽しめるように事前に準備をしておく。

第Ⅲ部　送り火のつどい　（１５～２０分）

展　開	プ ロ グ ラ ム の 進 行		備　考
１ 火の神等整列	火の神、火の守は正面に整列。		
２ 第３部開始	《トーチサービスをやらない場合》 （火の子は、トーチに中央の火から点火して火の守に渡す） １　火の長の言葉 司会：「火の神からお言葉をいただきます。」 火の神：「（今日一日を省みて、希望に向かって前進するような内容の話をする。）」 ２　分火 司会：「火の神から火の守に、聖なる火を分火していただきます。」 （火の守は順にトーチに分火してもらい、営火台の回りに並ぶ）	《トーチサービスをやる場合》 司会：「大きく燃え上がっていた炎も小さな残り火になってしまいました。みなさんにこの火をお分けします。」 １　トーチサービス （火の守・子は中央の火から採火して、みんなのトーチに火をつける） ２　献詩 司会：「ひとつひとつは小さな明かりが集まると、こんなに大きな光の輪ができました。ここで、代表の人から詩の朗読をしてもらいます。」 詩の朗読：「・・・・・・・・・・・・・」	ＢＧＭ： 静かで夢のある曲 例えば「ホールニューワールド」 献詩は省略してもよい。 献詩ＢＧＭ例： 「タイムトゥセイグッバイ」
	３　火の守の言葉 司会：「火の守が言葉を述べます。」 （火の守は順に一歩前に出て火を高くかかげたままで述べる） ①「キャンプファイアの炎が大きくて、きれいで感動しました。」 ②「オリエンテーリングの時、みんなに励ましてもらいました。うれしかったです。」 ③「野外炊さんで、進んで仕事をしている人がたくさんいました。力を合わせて作ったのでおいしいカレーライスができました。」 ④「一緒に活動した仲間とのつながりをこれからも大切にしていきたいと思います。」	３　火の神の言葉 司会：「火の神からお言葉をいただきます。」 火の神：「・・・・・・・・・・・・・・・」	※隊形は第Ⅰ部と同様
	４　火文字点火 司会：「〇〇（火文字の言葉）の火の点火です。火の守は火文字の前に移動してください。」 火の神：「〇〇の火に点火せよ」 司会：「しばらく、〇〇が浮かび上がる炎を見つめましょう」		※火文字を行う団体のみ
３ 閉会の言葉	司会：「楽しいひとときも過ぎ、お別れのときがきました。赤々と燃え上がった友情の炎はみなさんの心の中で燃え続け、勇気と希望を与えてくれることでしょう。最後にみんなで“今日の日はさようなら”を歌いましょう。」		
４ 別れの歌	歌：「今日の日はさようなら」		BGM： 「今日の日はさようなら」
５ 友情の握手（退場）	入場の逆まわりで、握手しながら、火の子・神・守が退場。その後、握手しながら全員退場。		

火の神、火の守のことば（例）

◎　火の神のことば

＜第Ⅰ部　迎え火のつどい＞

＜例１＞
　真っ赤な太陽が日本海の波間に沈み、ここにも夜のとばりがおろされました。そして、今ここに聖なる火が運ばれてきました。この火は、ギリシャの昔、オリンポスの神々の中の一人が空高く舞い上り、太陽の火を「よしのずい」に点火して地上に持ち帰り、人間の世に伝えたと言われています。そして、この火が人類の幸を願いながら素晴らしい文化を築いてきたものです。私たちも、その火をしっかり心にとどめながら火を点じ、今宵楽しく過ごしたいと思います。

＜例２＞
　火は脈々たる人類の文化の象徴であり、若人の意気と力を示すものであり、いつまでもみんなの胸に燃え続けることでしょう。人間の限りない生命、たくましき想像の力、世を照らす不屈の光、平和の光となるようにいつまでもいつまでも燃やし続けましょう。

＜第Ⅲ部　送り火のつどい＞

＜例１＞
　私たち全員は心を合わせ、今日の日を楽しく過ごせたことをお互いに喜びたいと思います。これからみなさんにおわかちする「火」を心の内にともし続け、わが家、わが校舎に持ち帰り、いつまでもともし続けてください。さあ、新しい希望に向かってたくましく歩みだそうではありませんか。

＜例２＞
　楽しいつどいも終わろうとしている。中央の炎を見つめよう。この炎を見つめているうちに、いろいろなことが浮かんでくる。一人の力は弱いものである。しかし、我々がそれぞれの力を精一杯出して同じ目的に向かったとき、それは赤々とした炎となる。明日からまたともしびとなり、温かく清らかに君たち一人一人の胸に燃え続けていくであろう。これが、火の長の贈る終わりのことばである。

◎　火の守のことば（第Ⅰ部）

＜例１＞
①　いつも規律を守って生活することを誓います。
②　どんなときでも力を合わせてがんばることを誓います。
③　いつも奉仕の気持ちで働くことを誓います。
④　友達同士仲良く助け合うことを誓います。

＜例２＞
①　友情を大切にすることを誓います。
②　誠実な人間になることを誓います。
③　社会に尽くす人間になることを誓います。
④　自然を大切にすることを誓います。

◎　火の守のことば（第Ⅲ部）

例１＞
　赤々と燃え続けた火は、今終わろうとしています。この火は消えても、お互いの心の中に燃える火は消えることなく、私たちのこれからの生活に励ましと勇気を与えてくれることでしょう。私の持っている火を見てください。そして、この輝きを心にしっかり刻み、お互いに力を合わせて前進しましょう。

例２＞
　赤々と燃えたキャンプファイアは、私の心を強くつかみ放さない。天高く舞い上がった火の粉…、夜空の星…、仲間と手をつなぎ、肩を組みながら踊った踊りの数々は、とても楽しく忘れることができません。皆さん本当にありがとう。さあ、この感激を忘れずにこの熱い友情を大切にして、明日からまたしっかりがんばろう。

薪・丸太の処分

≪野外炊さん≫

1　少しでも火を付けた薪は全て**燃やしきって**ください。
食事中、時々釜場に行って、薪をひっくり返して完全に燃やしてください。

2　釜場に残った灰は食缶に入れて、必ず水をかけ、**消火**したことを確認して、「灰おき場」に置いてください。おいた後、食缶の中を水で洗ってください。

≪キャンプファイア・ボンファイア≫

1　CF・BFが終わったら、丸太に水をかけ、完全に消火したことを確認してください。

2　翌朝、燃え残った丸太や厚板は**分別**して処分してください。

3　捨てる時に**砂**が混じっていることがあります。
後片付け時、燃え残った炭や丸太をスコップですくう際
砂が混じると処分できません。

4　燃え残った布や針金は厚板用の脇にあるビニール袋の中に分別して入れてください。

38　キャンドルファイア

小さくて静かに燃えるキャンドルの火は、心を清らかにしてくれます。その火は深く心に刻み込まれることでしょう。

キャンドルファイアは「灯火のつどい」とも呼ばれます。

グループの協同精神を高め、友情と豊かな情操を育て、感謝と思索の場ともなります。

時　期	通　　年	**所要時間**	60 分～100 分程度 （準備時間含まず）	**活動場所**	体育館、多目的ホール 研修室
対　象	小学生以上	**人　数**	体育館…２０人以上～２００人 多目的ホール…１００人以下		

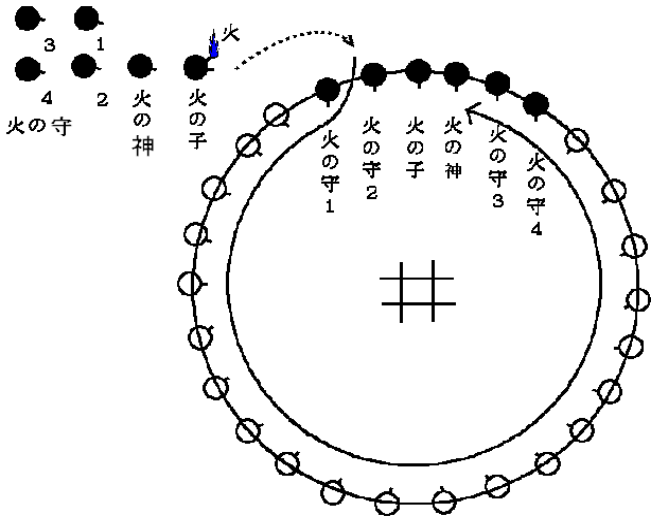
準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体・個人で準備するもの**
	□火の神・火の子・火の守の衣装 □冠 □火の神が使う杖 □キャンドルファイア用トーチ □小さいろうそくを立てる小皿 } 多目的ホール用具庫２ □式典用 CD・レク用の音楽テープ □CD ラジカセ } 事務室 □マイク □キャンドルファイア用燭台 □燭台の下に敷くシート □消火用バケツ } 体育館 多目的ホール 研修室	□ろうそく ※事務室に注文することができる。 □トーチに点火するためのマッチまたは点火用ライター □使用済みろうそくを回収・持ち帰るための入れ物

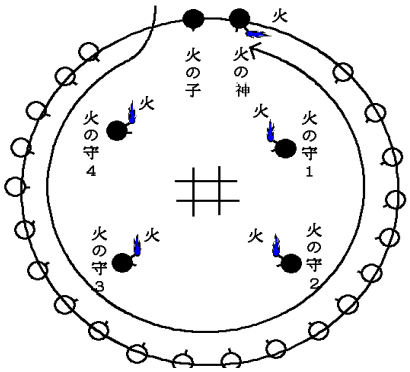
活動の手順	事前準備	**1　児童生徒の役割分担・グループ編成** （1）セレモニーの役割（火の子・火の守など）や司会進行、ゲーム担当、音楽担当など、団体の予定している内容に合わせて分担を決める。 （2）必要に応じて、セレモニーの練習・スタンツや出し物の練習等をおこなう。 ※役割分担や第Ⅰ部～第Ⅲ部については P.５９～、スタンツについては P.６２を参照 **2　歌やフォークダンス等の指導** （1）第Ⅲ部で歌う「今日の日はさようなら」などを事前に練習する。 （2）第Ⅱ部で楽しむダンスやレクリエーションも必要に応じて練習する。 **3　引率者の役割分担** （1）火気の現場責任者を決める。 （2）司会進行補助やセレモニーの役割（火の神等）を決める。
	活動の実際	**1　会場準備をする。** （1）放送器具の設定 （2）燭台やトーチ、キャンドル用小皿の準備
		2　活動例 ＜第Ⅰ部　迎え火のつどい＞…つつしみ深い気持ちで、つどいの聖火を迎える。（静） ＜第Ⅱ部　交歓のつどい＞…楽しく、交流を深めて！（動） ＜第Ⅲ部　送り火のつどい＞…静かに、心の糧を確認し、明日への希望をもつ！（静）
	事後	**後片付けをする。** （1）ろうそくの火を完全消火する。 （2）用具は返却する。
備　考	１　どの会場を使うか、事前に同日利用団体と調整します。 ２　キャンドルファイアのろうそくを注文する場合は、その旨を「食事等申込書」に記載してください。	

キャンドルファイアの進行例

役割分担	内　　容	人数	備　　考
火の神	セレモニー第Ⅰ部と第Ⅲ部で「火の神の言葉」を言い、点火宣言をする	１人	団体の代表者や年長者など
火の子	セレモニー第Ⅰ部と第Ⅲ部　トーチを持ち、先頭で入場する	１人	
火の守	セレモニー第Ⅰ部で分火の時に火の神より火をもらう 〃　　誓いの言葉を言い、点火する セレモニー第Ⅲ部で分火の時の火の神より火をもらう 〃　　感想や希望、抱負などを言う	４人	第Ⅰ部と第Ⅲ部で担当を代えてもよい
火の司	全体司会進行、第Ⅱ部のプログラミング	１～４人	

第Ⅰ部　迎え火のつどい　　（１０～１５分）

展　開	プ　ロ　グ　ラ　ム　の　進　行	備　考
1 係準備	火の神等配置	
2 集　合	全員ロビーに集合（1 人 1 つキャンドルを持つ）	
3 入　場	曲が流れたら、全員静かに入場 中央の燭台を囲むように円になって腰をおろす。	BGM：静かでゆったりとした曲 例えば 「シンキングオブユー」
4 開会の言葉	火の司：「少年自然の家の一日が終わろうとしています。 まもなく私たちの前に、キャンドルのともし火がゆっくりと近づいてきます。その火は、私たちをほのかに照らしてくれるでしょう。では、聖なる火を迎えましょう。」	
5 聖火入場	円の中に入り左まわりにゆっくりと一巡して、位置に付く。 入場整列後、火の子は火の神にトーチを渡す。  	BGM：おごそかで広がりのある曲 例えば 「ジュピター」

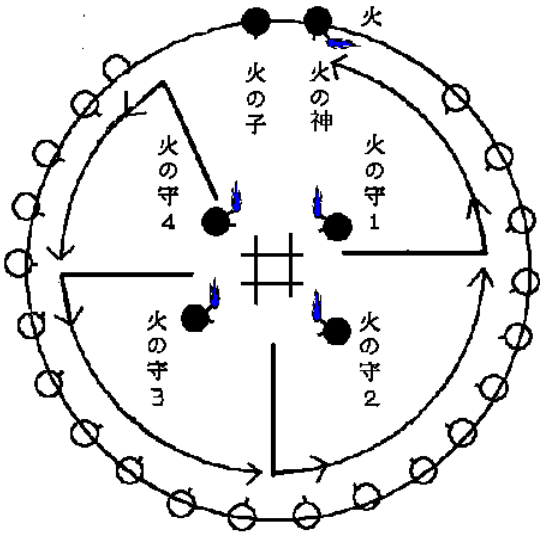
6 火の神の言葉	火の司：「私たちの友情の火を迎えることができました。ここで火の神からお言葉をいただきます。」 火の神：「　（火の歴史、火のすばらしさなど）　」 火の子から渡されたトーチを上にかかげて、一歩前に出てから、ゆっくりと大きな声で話をする。	
7 分　火	火の司：「火の神から火の守に聖なる火を分火していただきます。」 火の守は順に分火してもらい、燭台のまわりにならぶ。  	
8 火の守の言葉	火の司：「火の守が誓いの言葉を述べます。」 火の守は順に一歩前に出て、トーチをかかげたままで誓いの言葉を述べる。 ①勇気の火：私たちは、何事にもたくましい勇気をもって立ち向かうことを誓います。　名前 ②友情の火：私たちは、ここで生まれた友情を大切にすることを誓います。　名前 ③希望の火：私たちは、いつまでも希望の火を燃やし続け、明日を信じて進むことを誓います。　名前 ④奉仕の火：私たちは、思いやりの気持ちをもって人のために尽くすことを誓います。　名前	
9 点火宣言	火の子は、火の神からトーチを受けとる。火の子、火の守は中央に進み出て、トーチを高くかかげる。 火の司：「火の神から点火を宣言していただきます。」 火の神：「点火！」 中央の燭台のろうそくに火を灯す。	
10 点　火	火の司：「今、私たちの友情の火が灯されました。これは私たちの情熱であり、未来を照らす明るい火です。私たちに元気と勇気を与えてくれることでしょう。しばらくキャンドルの火を見つめましょう。さあ、このキャンドルの火が、いつまでも心に燃え続けるように、楽しいつどいをはじめましょう。」	BGM：夢のあるきらめく曲 例えば 「ホールニューワールド」

第Ⅱ部　交歓のつどい　（４０～６０分）

司会:「いつまでも思い出に残るすばらしい夜となるよう、みんなでつくりあげていきましょう。
次は交歓のつどいです。ゲームや班ごとの出し物を通して、楽しく過ごしましょう。」

※歌・レクリェーション・フォークダンス・出し物やスタンツなど、全員で楽しめるように事前に準備をしておく。（Ｐ．６３参照）

第Ⅲ部　送り火のつどい　（１５～２０分）

展　開	プ ロ グ ラ ム の 進 行	備　考
1 火の神等整列	参加者全員、ろうそくを立てたキャンドルの皿を持って輪になる。 火の神、火の子、火の守は正面に整列。 火の子は中央のともし火を残して、全部消す。 火の司:「神秘的なともし火をみなさんにお分けします。」	ＢＧＭ： 静かで夢のある曲 例えば「ホールニューワールド」
2 キャンドルサービス	火の子は、中央に燃えているろうそくをとり、火の神にわたす。 火の神は、火の守に分火する。火の守は、燭台の周りに位置してから、キャンドルサービスをする。  	
3　献詩	火の司:「ひとつひとつは小さな明かりですが、みなさんのキャンドルに火がともると、こんなに大きな輪ができました。ここで、代表の人から詩の朗読をしてもらいます。」 詩の朗読：「　　」	献詩は省略してもよい。 BGM 例「タイムトゥセイグッバイ」
4　火の神の言葉	火の司:「火の神からお言葉をいただきます。」 火の神：「（今日一日を省みて、希望に向かって前進するような内容の話をする。）」	

5　火の守の言葉	火の司:「火の守が言葉を述べます。」 火の守は順に一歩前に出て火を高くかかげたままで感想等を述べる。 　※隊形は、第Ⅰ部と同様。 ①野外炊さんで、力を合わせてできたことがよかったです。 　　名前 ②みんなが係の仕事をとても真剣にやっていたのがよかったと思います。　　名前 ③フォークダンスがとても楽しかったです。これからもたくさんみんなと一緒に活動したいです。 　　名前 ④今のキャンドルファイアの輪の光がとてもきれいで感動しました。ずっと忘れないと思います。 　　名前	
6 閉会の言葉	火の司：「楽しいつどいの間、私たちを見守ってくれていたキャンドルの火も静かに消えようとしています。この火をもう一度見つめましょう。……いろいろな事が頭に浮かんでくることでしょう。やがて、この火は消えますが、みなさんの心の中で燃え続け、どんなときも勇気と希望を与えてくれることでしょう。 みなさんの友情がさらに深まることを祈りながら、最後にみんなで“今日の日はさようなら”を歌い、キャンドルファイアを終わりにします。」	
7 別れの歌	歌：「今日の日はさようなら」	BGM：「今日の日はさようなら」
8 友情の握手（退場）	入場の逆まわりで、握手しながら、火の子・神・守が退場。 その後、握手しながら全員退場。	
9 後片付け	・　火の始末を確実に行う。 ・　自然の家から借りたものは、速やかにあった場所に返却する。 ・　自然の家から借りたものに不備があった場合は、速やかに連絡をする。 ・　使用済みキャンドルは、団体が責任をもって持ち帰る。	

≪資料≫

ス タ ン ツ （寸劇又は即興劇）

スタンツとは・・・・・１　グループ全員でつくるもの
２　グループ全員で演ずるもの
３　即興的につくるもの
その効果は・・・・・・１　創造性をみたすことができる
２　精神の向上が約束される（浄化作用がある）
３　成就感を抱かせる

１　人　数　　グループ５人～１０人

２　テーマ

(1) テーマをあらかじめ決めて提示する。
・リーダーがテーマを決める。　〈例〉今日のテーマは「夏」です。
・グループ全員でテーマを決める。　〈例〉場所が海に近いので「海」にしましょう。

(2) 時事問題
・流行語　・〇〇年１０大ニュース　・時の人　など

(3) 名作・童話・偉人伝・名場面
・その後の浦島　・シンデレラ　・桃太郎　・西遊記　など

(4) 歌・音楽
・流行の歌やみんなが好きな歌に振り付け　・シンキングゲーム的にやってもよい。

(5) その他
・体操スタンツ　・サーカスのまね

３　ドラマ作りの例　いずれも全員参加で！

(1) テーマを決め、「起承転結」あるいは「はじめ・なか・おわり」のおおまかなストーリーをつくる。
(2) ストーリーをもう少し詳しくし、落ちをつけ、役を決める。
(3) 即席、即決、自由な話し合いの中でドラマつくりを進めていく。

短時間でまとめあげ、
発表は５～７分くらいに
（長すぎないように）

４　準　備

(1) 衣装は簡潔に。
(2) 大道具・小道具は工夫して。
(3) 効果（音と光）は身近なものを使って。
(4) リコーダー、鍵盤ハーモニカ、ギターなどで音響を入れるのもおもしろい。
(5) あまり大げさにならぬように。

39 グラスキャンドルファイア

静かに燃えるグラスキャンドルの灯りを見つめながらのつどいは、深く心に刻み込まれることでしょう。

グラスキャンドルファイアは、心を清らかにし、グループの協同精神を高め、友情と豊かな情操を育て、感謝と思索の場ともなります。

時　期	通　　年	**所要時間**	１時間～２時間 (準備を含めず)	**活動場所**	体育館 多目的ホール
対　象	小学生以上	**人　数**	体育館…２００人程度 多目的ホール…１００人以下		

準備物

自然の家で貸し出すもの		**団体・個人で準備するもの**
□　火の神・火の子・火の守の衣装 □　冠 □　火の神が使う杖 □　おぼん □　キャンドルファイア用トーチ □　小さいろうそくを浮かべるグラス □　消火用バケツ	多目的ホール用具庫２	□グラスキャンドル用ろうそく ※水に浮かべるタイプ □トーチに点火するためのマッチまたは点火用ライター
□　式典用 CD・レク用の音楽テープ □　CD ラジカセ □　マイク	事務室	
□　キャンドル台（長机）	多目的ホール用具庫３	

活動の手順

事前準備

1　児童生徒の役割分担・グループ編成

(1) セレモニーの役割（火の子・火の守など）や司会進行、ゲーム担当、音楽担当など、団体の予定している内容に合わせて分担を決める。

(2) 必要に応じて、セレモニーの練習・スタンツや出し物の練習等をおこなう。

※役割分担や第Ⅰ部～第Ⅲ部についてはP．６５～、交歓のつどいについてはP．６７を参照

2　歌やフォークダンス等の指導

(1) 第Ⅲ部で歌う「今日の日はさようなら」などを事前に練習する。

(2) 第Ⅱ部で楽しむダンスやレクリエーションも必要に応じて練習する。

3　引率者の役割分担

(1) 火気の現場責任者を決める。

(2) 司会進行補助やセレモニーの役割（火の神等）を決める。

活動の実際

1　会場準備をする。

(1) 放送器具の設定

(2) 中央のキャンドル台、キャンドル用グラスやキャンドルの準備

2　活動例

＜第Ⅰ部　迎え火のつどい＞…おごそかに、神秘的な雰囲気で！（静）

＜第Ⅱ部　交歓のつどい＞…楽しく、交流を深めて！（動）

＜第Ⅲ部　送り火のつどい＞…静かに、心の糧を確認し、明日への希望をもつ！（静）

事後

1　後片付けをする。

(1) ろうそくの火を完全消火する。

(2) 用具は返却する。

備　考

１　どの会場を使うか、事前に同日利用団体と調整します。

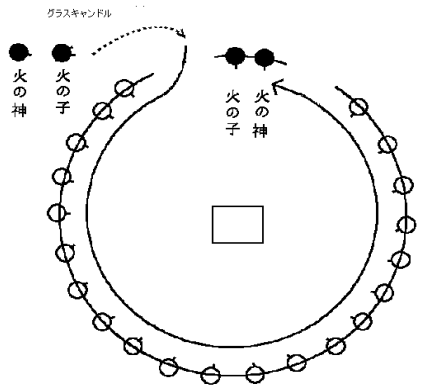
２　グラスキャンドルファイアに必要なグラスは、打ち合わせで確認してください。
（持参の場合は、必要ありません。）

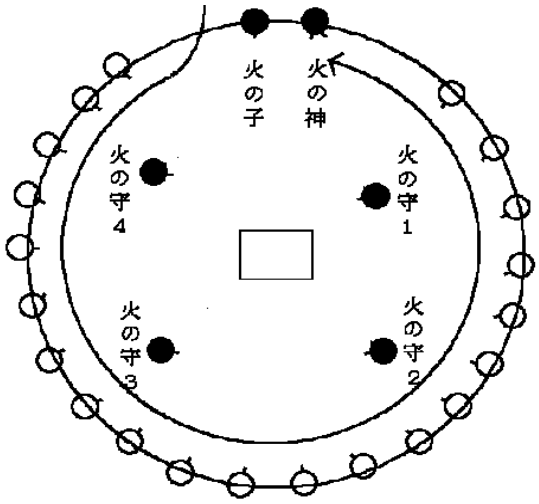
３　活動中に火を取り扱うので、安全管理についての事前指導を徹底してください。

グラスキャンドルファイア の進行例

役割分担	内　　容	人数	備　　考
火の神	セレモニー第Ⅰ部で「火の神の言葉」を言う	１人	団体の代表者や年長者など
火の子	セレモニー第Ⅰ部でグラスキャンドルを持ち、先頭で入場する	１人	
火の守（もり）	セレモニー第Ⅰ部でグラスキャンドルおぼん持ちする	４人	
献詩者（けんししゃ）	セレモニー第Ⅲ部で詩の朗読をする	１・２人くらい	
火の司（つかさ）	全体の司会進行、第Ⅱ部のプログラミング	１～４人	

第Ⅰ部　迎（むか）え火のつどい　（１５～２０分）

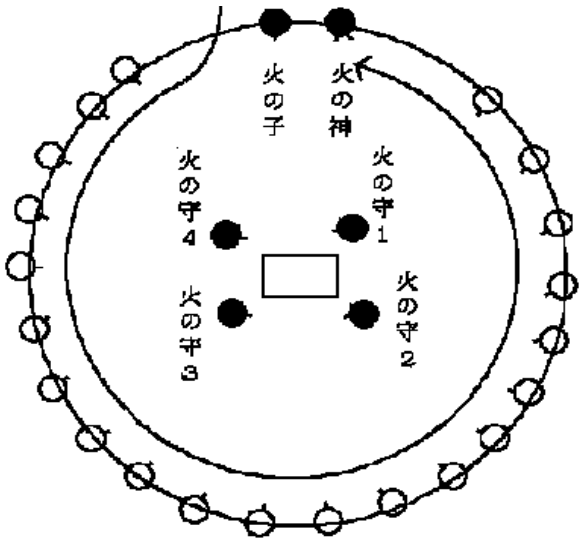
展　開	プ ロ グ ラ ム の 進 行	備　考
１ 係準備	火の司等配置	
２ 集　合	全員玄関前に集合	
３ 入　場	曲が流れたら、全員静かに入場 キャンドル台を囲んで、円になって静かに待つ。	BGM：静かでゆったりとした曲 例えば 「シンキングオブユー」
４ 開会の言葉	火の司：「今日一日わたしたちを照らし続けていた太陽も西の空に沈んでいきました。まもなく私たちの前に、グラスキャンドルの灯りがゆっくりと近付いてきます。そして、私たちをほのかに浮き上がらせてくれるでしょう。 では、聖なる火を迎えましょう。火の神の入場です」	
５ 聖火入場 火の神 火の子	火の子と火の神は、円の中に入り左まわりにゆっくりと一巡して、位置に付く。火の子はグラスキャンドルを１つ持ち入場する。 入場整列後、火の子は火の神にグラスキャンドルを渡す。  	BGM：おごそかで広がりのある曲 例えば 「ジュピター」

6 火の神の言葉	火の司:「私たちの友情の火を迎えることができました。ここで火の神からお言葉をいただきます。」 火の神：「　（火の歴史、火のすばらしさなど）　」 　火の神は、火の子から渡されたグラスキャンドルを持ち、一歩前に出てから、ゆっくりと大きな声で話をする。 火の神「さあ、みなさんに聖なる火を捧げます。」	
7 火の守入場	火の司:「火の神からいただいた聖なる火が入場します。」 　火の守は、4 人で参加者数のグラスキャンドルをおぼんに乗せたものを持って、参加者の輪の内側を１周し、中央のキャンドル台にグラスを乗せる。  	
8 火の子 火の神 火の守退場	火の司:「聖なる火がみなさん一人一人を照らしてくださいます。」 　　「しばらく、キャンドルの火を見つめましょう。」 火の司:「火の神、火の子、火の守がお帰りになります。」 　火の子、火の神、火の守の順で一列になり退場する。	
第Ⅱ部の準備	第Ⅱ部の内容に応じて、中央のキャンドル台を端に寄せるなどの準備を行う。 　キャンドル台を移動させる場合は、安全に気を付ける。	

第Ⅱ部　交歓のつどい　（４０～６０分）

司会:「次は、第Ⅱ部の交歓のつどいです。いつまでも心に残るすばらしい夜になるよう、みんなでつくりあげましょう。楽しく過ごしましょう。」 　　※歌・レクリエーション・フォークダンス・出し物やスタンツなど、全員で楽しめるように事前に準備をしておく。

第Ⅲ部　送り火のつどい　（１５～２０分）

展　開	プ ロ グ ラ ム の 進 行	備　考
1 火の神等整列	参加者全員、輪になる。 火の神、火の子、火の守は正面に整列。 火の子は、中央に燃えているグラスキャンドルをおぼんに５つとってきて、火の神に差し出す。 火の守は、火の神から１つずつグラスをもらい、中央のキャンドル台の周りに位置して一人一人にグラスキャンドルサービスをする。 火の司:「神秘的なともし火をみなさんにお分けします。」	ＢＧＭ： 静かで夢のある曲 例えば「ホールニューワールド」
２キャンドルサービス	参加者は一人一人次々と自分の居る場所からまっすぐに中央に進み、火の守から１つずつグラスをもらい、元の場所に戻る。  	
３　献詩	火の司:「ひとつひとつは小さな明かりですが、みなさんのキャンドルに火がともると、こんなに大きな輪ができました。ここで、代表の人から詩の朗読をしてもらいます。」 詩の朗読：「　　」 自分たちでふさわしい詩を選ぶ。朗読は 1 人でも複数でもよい。参加者のみなさんの心に届くように工夫する。	BGM 例えば「タイムトゥセイグッバイ」
４ 閉会の言葉	火の司:「楽しいつどいも終わりに近付いてきたようです。私たちを見守ってくれたキャンドルの灯りとも別れのときがきました。やがて、この灯りは消えますが、私たちの心の中では消えることなく、勇気や希望を与えてくれることでしょう。 最後にみんなで“今日の日はさようなら”を歌って、グラスキャンドルファイアを終わりにします。」	

5 別れの歌	歌：「今日の日はさようなら」	BGM：「今日の日はさようなら」
6 友情の握手（退場）	入場の逆まわりで、握手しながら、火の子・神・守が退場。 その後、握手しながら全員退場。（グラスは持って退場）	
7 後片付け	・ 火の始末を確実に行う。 ・ 自然の家から借りたものは、速やかにあった場所に返却する。 ・ 自然の家から借りたものに不備があった場合は、速やかに所員に連絡する。 ・ 使用済みキャンドルは、団体が責任をもって持ち帰る。	

≪資料≫ 「第Ⅱ部 交歓のつどい」のポイント

1 はじめに

参加者のみんなに対しての気配り（思いやり）を常にもって、計画や運営にあたりましょう！

2 事前の準備

(1) 参加者について知ろう

男女・年齢・人数など参加者のことを知り、対象に合った内容を考えるようにしましょう。

(2) 会場（場所・条件）について知ろう

つどいの会場を確認しましょう。 広さは？ 危険はないかな？ マイクは使えるかな？CD はどうかな？ などを確認して、内容を決めることが大切です。放送機器を使用するなら事前に音量調節など もしておきましょう。

3 実際の活動

【例：ゲーム＆レクリエーション】

※ 参加者の気持ちの盛り上がりを考えて、４段階の流れを心掛けてみましょう。

(1) 導入として（アイスブレイク：参加者の緊張をほぐす）

気軽で簡単にできるゲームやレクリエーション

例：じゃんけんゲーム、グーパー など

(2) 交流

できるだけ大勢の人とかかわれて、コミュニケーションを高められるゲームやレクリエーション

例：言うこと一緒・やること一緒、チクタク・チクタク・ボーン・ボーン など

(3) 対抗

グループごとに対抗し、親睦を深められるようなゲームやレクリエーション

例：人間知恵の輪、紅白同時歌合戦 など

(4) しめくくり

全体が１つにまとまるようなレクダンスやレクリエーション

例：アルプス一万尺、木の中のリス など

テンポよく展開し、だらだらとした流れにならないように心掛けましょう。

4 さいごに

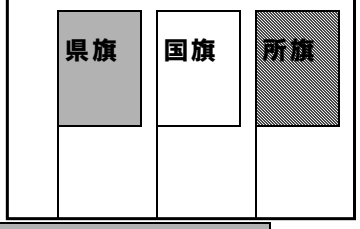
司会やゲームの担当者は、楽しい雰囲気を作るために、恥ずかしがらずにやってみることです。まず、自分が楽しむことでみんなも楽しめます。大きな声で、一歩前に出てみるとよいでしょう。

40 出会いのつどい・別れのつどい・朝のつどい・夕べのつどい

◆ **いずれも、入所団体で司会進行してください。**
◆ **朝のつどいと夕べのつどいは、省略することができます。**
◆ **朝のつどいや夕べのつどいは、複数の団体が合同で行うことも可能です。「つどい」をきっかけに、新たな交流が生まれるでしょう。**

※ 利用団体引率指導者研修会の中で、引率者どうしが「つどいを合同でやろう」と声を掛け合っている様子をよく見かけます。

旗の掲揚



出会いのつどい

＜例＞
1 はじめのことば 「これから出会いのつどいを行います」
2 引率代表者（校長先生・会長さんなど）のお話
3 自然の家の所長のあいさつ
4 児童（生徒）代表のあいさつ
5 オリエンテーション（自然の家の利用方法・ベッドメイクについて）←所員が必ず行います。
6 終わりのことば「これで出会いのつどいを終わります」

※ 出会いのつどいには、「所長あいさつ」「オリエンテーション」（合わせて１５分はかかります）は必ず入れていただきたいと思います。なお、「ベッドメイキング」については、事前に YouTube にアップしてあり動画で事前に学習していただけると時間短縮が可能です。

夕べのつどい　場所：晴天時は掲揚塔前の広場など　雨天時は体育館や多目的ホール

＜一団体で行う場合の例＞
1 一日の活動をふり返って“黙想”
2 司会者のあいさつ「こんばんは」
3 児童生徒の感想発表
　～今日の活動をふり返って～
4 係からの連絡
5 旗の降納

＜複数団体で行う場合の例＞
1 司会者のあいさつ「こんばんは」
2 団体紹介のスピーチ
3 レクリエーション…お互いが交流できるゲーム等
4 それぞれの団体の連絡
5 旗の降納

朝のつどい　場所：晴天時は掲揚塔前の広場など　雨天時は体育館や多目的ホール

＜一団体で行う場合の例＞
1 司会者のあいさつ「おはようございます」
2 旗の掲揚
3 児童生徒代表のあいさつ
　～今日の活動に向けての抱負など～
4 ラジオ体操
5 連絡

＜複数団体で行う場合の例＞
1 司会者あいさつ「おはようございます」
2 旗の掲揚
3 団体紹介のスピーチ
4 レクリエーション…お互いが交流できるゲーム等
5 それぞれの団体の連絡

※旗は事務室の職員からもらってください。

別れのつどい

＜例＞
1 はじめの言葉 「これから別れのつどいをはじめます」
2 児童（生徒）代表あいさつ
3 引率代表者（校長先生・会長さんなど）のお話
4 自然の家の所長のあいさつ
5 終わりのことば「これで別れのつどいを終わります」

１　学校の教育活動等での例

＜自然教室・集団宿泊生活＞

ねらい

（１）自然体験をとおして、児童・生徒相互または教師等との人間的なかかわり合いを体験し、協力すること・思いやりの大切さを学ばせる。
（２）自然体験と各教科等に関連させながら学習を拡充し、確かな学力を身に付けさせる。
（３）集団行動を通して、きまりやルール、公衆道徳などに対する意識を高める。

活動例１　小・中学校１泊２日

ア　野外活動中心の例　　（　　）は雨天案

1日目		10:00 出会のつどい	10:30～ テント設営	昼食	13:00～ グラウンド・ゴルフ （室内グラウンド・ゴルフ） キャンプファイア準備	夕食	19:00～ キャンプファイア （キャンドルファイア） ナイトハイク	テント泊
2日目	朝食	8:30～ テント 片付け	9:30～ 野外炊さん			14:00 別れのつどい		

イ　カヌーを取り入れた活動の例　　（　　）は雨天案

1日目		9:30 出会のつどい	10:00～ オリエンテーリング	昼食	13:00～ カヌー体験 （インドアアスレチック） キャンプファイア準備	夕食	19:00～ キャンプファイア （キャンドルファイア） ナイトハイク	宿舎泊
2日目	朝食	9:30～ 野外炊さん				14:00 別れのつどい		

ウ　スキー教室を取り入れた例

1日目		スキー教室〈胎内スキー場〉		17:00 出会のつどい	夕食	19:00～ キャンドルファイア	宿舎泊
2日目	朝食	9:30～ 雪遊び・スノーシュー	昼食	13:00～ 振り返り 別れのつどい			

活動例２　小・中学校２泊３日

ア　自然の家を中心にした活動例　（１０～３月）　　（　　）は雨天案

1日目		11:00 出会のつどい	昼食	13:30～ 室内グラウンド・ゴルフ キャンドルファイア準備		夕食	19:00～ キャンドル ファイア	宿舎泊
2日目	朝食	9:30～ インドアアスレチック	昼食	13:30～ 創作活動	15:30～ 館内フォトオリエンテーリング	夕食	19:00～ 星空観測 （レクリエーション）	宿舎泊
3日目	朝食	10:00～ ・うどん打ち ・米粉ピザづくり　のいずれか		13:30 振り返り 別れのつどい				

イ　自然の家を中心にした活動例（６～９月）　　（　　）は雨天案

1日目		10:00 出会のつどい	10:30～ テント設営	昼食	13:00～ フォトオリエンテーリング （館内フォトオリエンテーリング） ナイトハイク下見	夕食	19:00～ ナイトハイク （レクリエーション）	テント泊
2日目	朝食	9:00～ テント 片付け	10:00～ 野外炊さん		14:30～ グラウンド・ゴルフ （室内グラウンド・ゴルフ） キャンプファイア準備	夕食	19:00～ キャンプファイア （キャンドルファイア）	宿舎泊
3日目	朝食	9:00～ カヌー体験 （インドアアスレチック）		昼食	13:30 振り返り 別れのつどい			

活動例３　**小学校３泊４日**

ア　自然の家を中心にした活動例　　（　　）は雨天案

1日目		10:00 出会のつどい	10:30～ テント設営	昼食	13:00～ フォトオリエンテーリング (館内フォトオリエンテーリング) キャンプファイア準備	夕食	19:00～ キャンプファイア （キャンドルファイア）	テント泊
2日目	朝食	9:00~ 野外炊さん			14:30～ グラウンド・ゴルフ （室内グラウンド・ゴルフ）	夕食	19:00～ 振り返り	テント泊
3日目	朝食	8:30～ テント 片付け	9:30～ ネイチャーゲーム （創作活動）	昼食	13:00～ カヌー体験 （インドアアスレチック） ナイトハイク下見	夕食	19:00～ 星空観測 （レクリエーション）	宿舎泊
4日目	朝食	9:00～ 焼杉板づくり		昼食	13:30 振り返り 別れのつどい			

イ　周辺施設を活用した活動例　　（　　）は雨天案

1日目		10:00 出会のつどい	10:30～ テント設営	昼食	13:00～ ウォークラリー （創作活動） キャンプファイア準備	夕食	19:00～ キャンプファイア （キャンドルファイア）	テント泊
2日目	朝食	9:00～ テント 片付け	10:00～ 野外炊さん		14:30～ グラウンド・ゴルフ （室内グラウンド・ゴルフ）	夕食	19:00～ 胎内自然天文館にて 星空観測	宿舎泊
3日目	朝食	9:30～ 周辺散策 〈乙宝寺〉	10:30～ 胎内昆虫の家　見学	弁当	14:00～ クレーストーン博士の家にて 天然石アクセサリー作り体験 ナイトハイク下見	夕食	19:00～ ナイトハイク （レクリエーション）	宿舎泊
4日目	朝食	9:00～ カヌー体験 （インドアアスレチック）		昼食	13:00 振り返り 別れのつどい			

＜人間関係づくり・仲間づくり・SGE＞

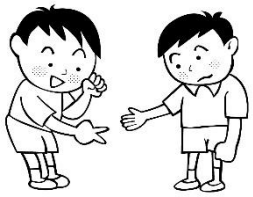
ねらい

（１）自然の中での集団活動体験を通して、自己及び友人のよさを再発見させる。
（２）規律ある集団行動を通して、自分も周りの人も大切にするという気持ちを育てる。
（３）主体性・協調性・実行力を養うとともに問題解決能力を高める。

活動例１　新入生のオリエンテーション・新学期の学年・学級づくり（中学校）

ア　１日日程（日帰り）　　（　　）は雨天案

日帰り	9:30 出会いのつどい オリエンテーション アイスブレイク	10:00～ 野外炊さん	13:30～ オリエンテーリング フォトオリエンテーリング レクリエーション　　等 （館内チャレンジ）	15:30 別れのつどい



イ　１泊２日　　（　　）は雨天案

1日目	9:30 出会いのつどい オリエンテーション アイスブレイク	11:00～ 構成的グループエンカウンター	弁当持参	13:00～ 学級・学年目標づくり	15:30～ キャンプファイア準備とスタンツ練習 （キャンドルファイア準備）	夕食	19:00～ キャンプファイア スタンツ発表 （キャンドルファイア）	宿舎泊
2日目	朝食	9:00～ 学級・学年目標づくり	昼食	13:00～ 振り返り	14:30 別れのつどい			

活動例２　生徒会（児童会）リーダー研修　　（　　）は雨天案

1日目	9:30 出会いのつどい オリエンテーション アイスブレイク	11:00～ グループワーク トレーニング	弁当持参	13:00～ リーダー研修講義	15:30～ キャンプファイア準備とスタンツ練習 （キャンドルファイア準備）	夕食	19:00～ キャンプファイア スタンツ発表 （キャンドルファイア）	宿舎泊
2日目	朝食	9:00～ リーダー研修 実技	昼食	13:00～ 振り返り	14:30 別れのつどい			

＜学年行事・学習など＞

ねらい

（１）自然体験を通して、豊かな情操を養うとともに、教科等の学習を補充して知識を広げさせる。
（２）集団活動を通じて班、学級、学年の連帯感を育成する。
（３）周辺の教育環境を生かし、環境保護の大切さを理解させ、自然愛護の心を育てる。

活動例１　生活科等での木の実や草花の採集、自然素材を使った創作活動（日帰りプラン）

日帰り	9:30 出会いのつどい	10:00～ 遊歩道内での材料集め ・小枝、木の実、木の葉、松ぼっくり、どんぐり 等	昼食	13:00～ 自然素材を使った工作 ・松ぼっツリーづくり ・「この顔だれだ？」	14:00～ 作品鑑賞会	15:30 別れのつどい	

活動例２　野外活動で協力性・チームワークを高める（日帰りプラン）

日帰り	9:30 出会いのつどい	10:00～ 野外炊さん（昼食） ・カレーライス ・豚汁 ・オリジナルメニュー 等	13:30～ チームで楽しむ野外ゲーム ・オリエンテーリング ・フォトオリエンテーリング ・ウォークラリー ・野外ワイドゲーム 等	15:30 別れのつどい	

＜小学校ＰＴＡ活動＞

活動例１　野外活動を通して親子のふれあいを深める（４～１０月）

日帰り	9:00 出会いのつどい	9:30～ 野外炊さん（昼食） ・カレーライス ・豚汁	13:30～ チームで楽しむ野外ゲーム ・オリエンテーリング 等	15:00 別れのつどい	

活動例２　室内のレクリエーション等の活動を通して親子のふれあいを深める（１０～３月）

日帰り	9:45 出会いのつどい	10:00～ ・うどん打ち ・米粉ピザづくり ・もちつき　のいずれか	13:00～ レクリエーション	14:30 別れのつどい	

備　考

（１）うどん打ちや米粉ピザづくり、もちつきは、所員による指導で実施します。
（２）所員によるレクリエーション等の指導については、事前に打ち合わせをしてください。

２　少年団体など

＜少年団体＞

ねらい

（１）様々な野外活動体験を通し、冒険心やチャレンジ精神を身に付けさせる。
（２）子どもたち一人一人が素晴らしい感動体験や新しい発見をすることにより、自然を理解するとともに仲間の大切さを理解させる。
（３）同じ地域の仲間との触れ合いを通して、協調性を身に付けさせるとともに、友達のよさを発見させる。

活動例１　子ども会、公民館主催

ア　１日日程（日帰り　６～９月）　　（　　）は雨天案

日帰り	9:00 出会いのつどい （カヌー艇庫集合）	9:15～ ・カヌー体験 （インドアアスレチック）	昼食	13:00～ ・オリエンテーリング ・フォトオリエンテーリング ・ウォークラリー ・野外ワイドゲーム　等 （館内チャレンジ）	15:00 別れのつどい	

イ　１日日程（日帰り　１０～３月）

日帰り	〈うどん打ち〉					
	9:45 出会いのつどい	10:00～ うどん打ち		13:00～ ・室内レクリエーション ・室内グラウンド・ゴルフ ・創作活動	15:00 別れのつどい	
	〈米粉ピザづくり〉					
	10:00 出会いのつどい	10:30～ 米粉ピザづくり		13:00～ ・室内レクリエーション ・室内グラウンド・ゴルフ ・創作活動	15:00 別れのつどい	
	〈ぽっぽ焼き〉					
	10:00 出会いのつどい	10:30～ ・室内レクリエーション ・室内グラウンド・ゴルフ ・創作活動	昼食	13:00～ ぽっぽ焼き	15:00 別れのつどい	
	〈クリスマス会〉					
	10:00 出会いのつどい	10:30～ クリスマス会の準備 室内レクリエーション	昼食	13:00～ クリスマス会 ・室内ゲーム　等	15:00 別れのつどい	
	〈お正月・もちつき〉					
	10:00 出会いのつどい	10:30～ もちつき		13:00～ 正月用の工作 ・和だこ ・投げゴマ　等	14:30～ 作品をもとに遊ぶ	15:30 別れのつどい

ウ　１泊２日（６～９月）

1日目		11:00～ 出会いのつどい	昼食	13:00～ ネイチャーゲーム きもだめし下見	15:00～ 野外炊さん ・オリジナルメニュー ・鉄板焼きセット	20:00～ きもだめし	宿舎泊
2日目	朝食	9:00～ ・ウォークラリー ・オリエンテーリング （※カヌー）	昼食	13:00 別れのつどい			

活動例２　子ども会、公民館主催リーダー研修　　１泊２日

1日目				13:00 出会いのつどい アイスブレイク	14:00～ 講義 リーダーのあり方と心構え	15:30～ 館内 チャレンジ	夕食	19:00～ グループ別会議 テーマをもとに話合い	宿舎泊
2日目	朝食	9:00～ グループワークトレーニング	10:00～ 野外炊さん		14:00 振り返り 別れのつどい				

活動例３　市町村教育委員会主催ジュニアリーダー研修　　（２泊３日　６～９月）　（　　）は雨天案

1日目				13:30 出会いのつどい	14:00～ 仲間作りレクⅠ	16:00～ きもだめし 下見	夕食	19:00～ きもだめし （インドアスポーツ大会）	宿舎泊
2日目	朝食	9:30～ 野外炊さん		13:30～ 仲間作りレクⅡ		16:00～ キャンプファイア準備	夕食	19:00～ キャンプファイア （キャンドルファイア）	宿舎泊
3日目	朝食	9:00～ カヌー （インドアアスレチック）	昼食	13:00 振り返り 別れのつどい					

＜小・中学生のクラブ（部）活動＞

ねらい

（１）チームワークの重視や強化練習を目的にした合宿の意義を踏まえ、連帯感や技術の向上を身に付けさせる。

（２）合宿を通じて、集団活動やルールを身に付けさせる。

活動例 スポーツ等の合宿を中心とした活動

ア　クラブの練習や協力をテーマにした体験活動を加えた活動（１泊２日　６～９月）

1日目		9:00～ 出会いのつどい	10:00～ 練習	昼食	13:00～ 練習		夕食	19:30～ きもだめし	宿舎泊
2日目	朝食	8:30～ 練習	10:00～ 野外炊さん		13:30～ オリエンテーリング	15:00 別れのつどい			

イ　クラブの練習や協力をテーマにした体験活動を加えた活動（１泊２日）　**１０～３月**

1日目		9:00 出会いのつどい	10:00～ 練習	昼食	13:00～ 練習		夕食	19:30～ キャンドルファイア	宿舎泊
2日目	朝食	8:30～ 練習	10:00～ ・うどん打ち ・米粉ピザづくり ・もちつき　　のいずれか			14:00 振り返り 別れのつどい			

３　幼稚園・保育園・こども園の活動など

＜幼稚園・保育園・こども園の活動＞

ねらい

（１）自然の中での活動を通しながら、友達と仲良く遊んだり、協力したりすることを体験させる。
（２）自然の不思議さ・楽しさを体験させる。
（３）保護者と一緒に楽しく活動させる。

活動例１　１泊２日

ア　野外活動を取り入れた活動　　（　　）は雨天案

1日目		10:00 出会いのつどい	10:30～ 散歩	昼食	13:00～ 野外ワイドゲーム （レクリエーション）	15:00～ 自由交歓	夕食	19:00～ キャンプファイア 花火 （キャンドルファイア）	宿舎泊
2日目	朝食	9:30～ 野外炊さん				14:00 別れのつどい			

活動例２　日帰り

ア　親子、祖父母とふれあいを楽しむ活動Ⅰ

日帰り	9:45 出会いのつどい	10:00～ うどん打ち	13:00～ 野外ワイドゲーム	14:30 別れのつどい	

イ　親子、祖父母とふれあいを楽しむ活動Ⅱ

日帰り	10:00 出会いのつどい	10:30～ 米粉ピザづくり	13:00～ レクリエーション	14:30 別れのつどい	

ウ　親子、祖父母とふれあいを楽しむ活動Ⅲ

日帰り	10:00 出会いのつどい	10:30～ もちつき	13:00～ 創作活動	14:30 別れのつどい	

エ　親子、祖父母とふれあいを楽しむ活動Ⅳ

日帰り	9:45 出会いのつどい	10:00～ 館内フォトオリエンテーリング	昼食	13:00～ ぽっぽ焼き	14:30 別れのつどい	

オ　どんぐり拾いなどを楽しむ活動

日帰り	10:00 出会いのつどい	10:15～ どんぐり・ 松ぼっくり拾い	昼食	13:00～ 収集したもので工作	14:30 別れのつどい	

カ　卒園間近の時期に、親子でふれあいを楽しむ活動

日帰り	10:00 出会いのつどい	10:15～ レクリエーション	昼食	13:00～ できること 発表会	14:00 別れのつどい	

備　考

（１）うどん打ちや米粉ピザづくり、もちつき、ぽっぽ焼きは、所員による指導で実施します。
（２）所員によるレクリエーション等の指導については、事前に打ち合わせをしてください。
（３）室内グラウンド・ゴルフは、他の団体が利用しない場合に限ります。

４　大人の活動など

＜成人・高齢者の活動＞

ねらい

○　自然の中で、仲間と楽しく体や頭を使いながら、心身のリフレッシュを図る。

活動例１　日帰り

ア　簡単な健康体操とレクリエーションで楽しむ活動

日帰り	9:45 出会いのつどい	10:00～ ・うどん打ち ・米粉ピザづくり　のいずれか	13:00～ 健康体操 レクリエーション	15:00 別れのつどい	

イ　グラウンドゴルフや野外ゲームで楽しむ活動　　（　　）は雨天案

日帰り	9:00 出会いのつどい	9:15～ グラウンド・ゴルフ （室内グラウンド・ゴルフ）	昼食	13:00～ ネイチャーゲーム （創作活動）	15:00 別れのつどい	

ウ　地域のグラウンド・ゴルフサークルで楽しむ活動　　（　　）は雨天案

日帰り	来所	9:00~ グラウンド・ゴルフ （室内グラウンド・ゴルフ）	昼食	12:45 退所

活動例２　１泊２日

ア　野外活動を取り入れた活動　　（　　）は雨天案

1日目		10:00 出会いのつどい	10:15～ 自然散策	昼食	14:00～ 野外炊さん キャンプファイア準備	19:00～ キャンプファイア （キャンドルファイア）	宿舎泊
2日目	朝食	9:30～ グラウンド・ゴルフ （室内グラウンド・ゴルフ）		昼食	14:00 別れのつどい		

イ　地域のグラウンド・ゴルフサークルで合宿を行う活動　　（　　）は雨天案

1日目			13:00 出会いのつどい	13:30～ グラウンド・ゴルフ （室内グラウンド・ゴルフ）	夕食	18:00～ 自由時間	宿舎泊
2日目	朝食	9:00～ グラウンド・ゴルフ （室内グラウンド・ゴルフ）	昼食	12:45 別れのつどい			

備　考

（１）うどん打ちや米粉ピザづくり、もちつきは、所員による指導で実施します。
（２）所員による健康体操・レクリエーション等の指導（１０月～５月）については、事前に打ち合わせをしてください。
（３）グラウンド・ゴルフや健康体操、レクリエーションのみを定期的に実施している団体もあります。
（４）テント泊も可能です。（６～９月）
（５）合宿の際は、出会いのつどいや別れのつどいを簡易的に行う場合があります。

５　胎内型ツーリズムの紹介

「ツーリズム」は、一般的に「観光」と訳されますが、物見遊山・一過性的な通過型観光の代名詞のように使用されるのが「観光」だとすれば、「ツーリズム」は、その観光という概念から抜け出し、「もの（地域の持つ特性）」と「ひと（来訪者）」の交流、さらに「ひと（地域住民）」と「ひと（来訪者）」との交流の時代を豊かに創造していく「新しい旅」の形と言えます。

胎内型ツーリズムは、以上の考え方を踏まえて名付けられたものであり、胎内市の地域資源を最大限に活用し、グリーン・ツーリズムの基本理念を追求しながら、都市生活者との感動的・継続的な交流を図ろうとするものです。（胎内市ホームページより）

お問い合わせ
農林水産課農村交流係
新潟県胎内市新和町２番10号
℡　代表 0254-43-6111

６　胎内市・近隣市にあるその他の体験活動紹介

※ 詳しくは直接お問い合わせください（自然の家からは申込等はしません）。

施設名	活動内容等	所要時間	備考
松原ステーブルス	養老牧場と体験乗馬を行っています。	車で約30分	住所：胎内市築地字地原２４８４ 電話：0254-45-5322
HUT WALL （ハットウォール）	ボルダリングやクライミングが楽しめます。	車で約20分	住所：胎内市中条３２１０ 電話：0254-28-7008
ヨリシロ	ツリーイングの活動ができます。自然の家で行う場合、次のような内容となります。（要予約） 活動場所・・・遊歩道 所要時間・・・４５分（５人まで） 対象　　・・・幼児から		住所：胎内市小舟戸45 電話：050-1720-1027
要害山 平林城跡・不動滝	登山、ハイキング		P７９参照　村上市
大峰山・桜公園	登山、ハイキング		P８０参照　新発田市
鳥坂山	登山		P８１,８２参照　胎内市
高坪山	登山		P８３参照　胎内市

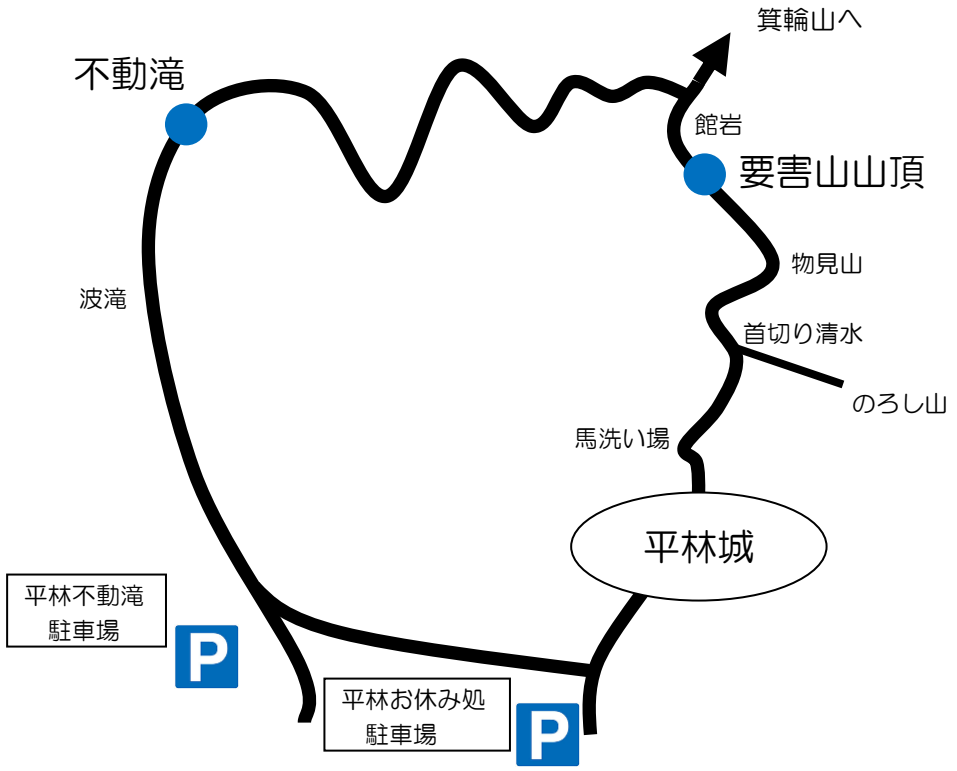
(1) 要害山登山・平林城跡（または不動滝）ハイキング

村上市平林に国指定史跡「平林城址」があります。平林城は、色部氏の居城で麓に平時の居城を構え、背後の要害山（別名加護山）に戦闘用の山城を備えていました。東西３００m、南北２００mにも及ぶ広大な居館跡には、大規模な土塁や空堀が良好な状態で残り、要害山山頂の山城跡には曲輪や堀切など多数の遺構が残っています。また、不動滝は２０１４年に「新潟県の名水」に選定されています。

時　期	４月～１１月	**所要時間**	２時間～ ４時間程度	**活動場所**	平林城お休み処から ＜自然の家から９.５㎞＞
対　象	小学生以上 (大人同伴であれば幼児でも可)	**人　数**	最大１５０人程度		
準 備 物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体や個人で準備するもの**			
		体育着（長袖長ズボンがよい）等登山に適した服装、履きなれた運動靴、帽子、軍手、雨具、下着などの着替え、タオル、熊よけ鈴など			

活動コース

国道７号線より千眼寺（看板あり）に向けて、市道に入り千眼寺前の坂を下りたところで左折すると「平林お休み処」（トイレあり）の駐車場がある。



活動展開例

周遊コースの例

○自然の家・・・・駐車場・・・・平林城跡・・・・・・馬洗い場・・・・・・首切り清水
バス約２０分　約５分　約１０分　休憩１０分　約１５分　休憩１０分

首切り清水・・・・・・要害山山頂・・・・・・・・館岩・・・・・・新道分岐
約２０分　昼食６０分　約５分　約１０分

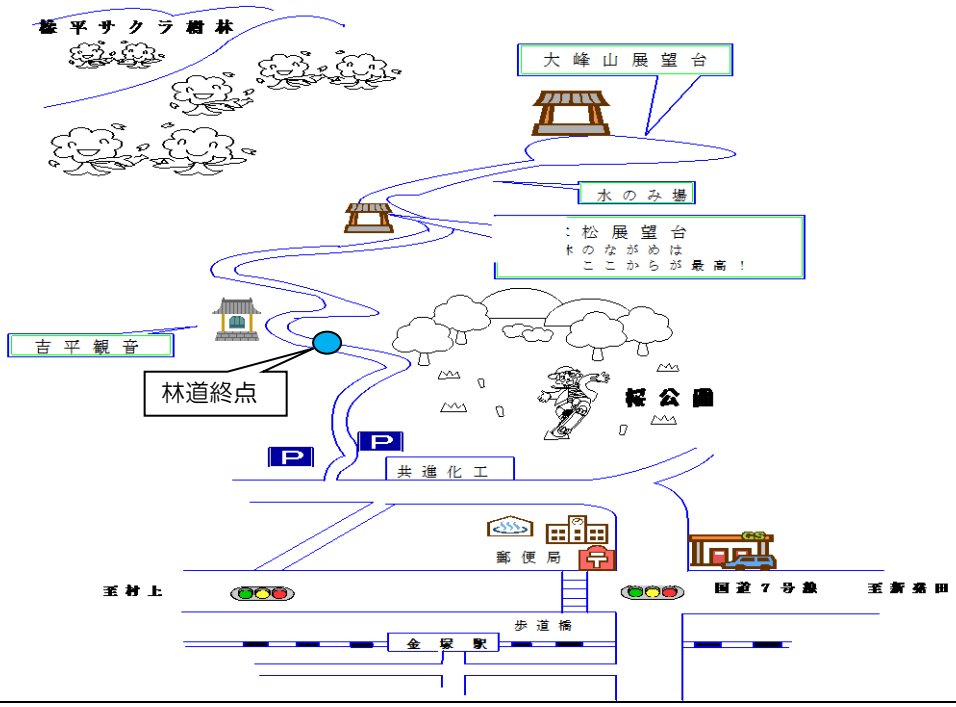
新道分岐・・・・・不動滝・・・・・・・波滝・・・・駐車場・・・・・自然の家
約２５分　休憩 15 分　約１０分　約３０分　バス約２０分

備　考

1　駐車場から不動滝までは車道ですが、一般車は侵入できません。
2　不動滝から要害山への道は急登です。周遊の場合は平林城址から上り下山で不動滝に向かうようにしてください。

(2) 大峰山登山・桜公園ハイキング

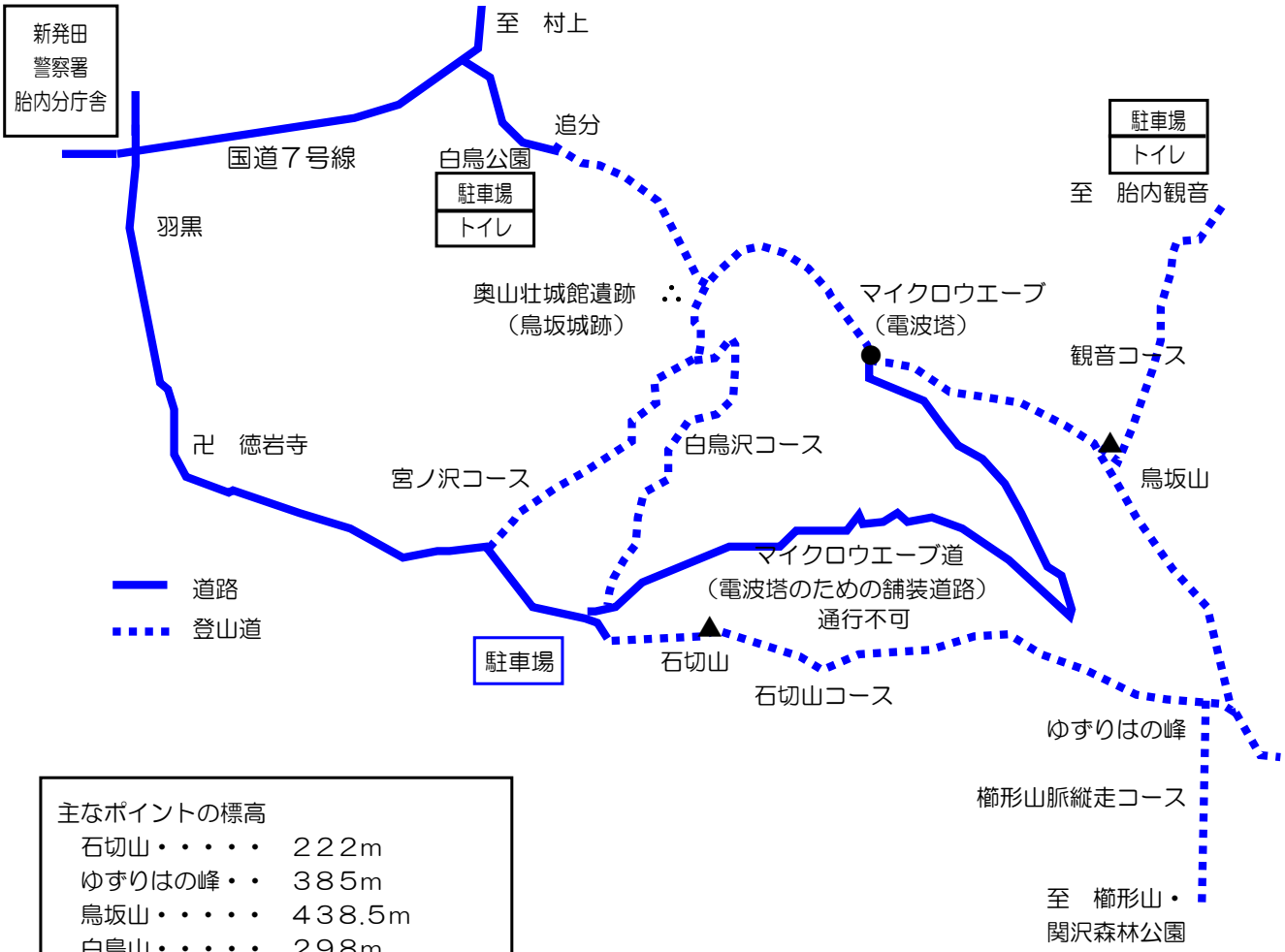
日本一小さな山脈「櫛形山脈」にある標高 399.5m の大峰山は、櫛形山脈系ハイキングコースの要として知られています。大峰山の北方にある「橡平」の桜樹林は国の天然記念物に指定されています。
また、山には登らず、気軽に桜公園内を散策するハイキングにも人気があります。桜公園には 40 種類数千本の桜があります。他の花も次々に咲くので、長い期間、いろいろな花が楽しめます。

時　期	４月～１１月	**所要時間**	２時間～ ４時間程度	**活動場所**	大峰山桜公園から ＜自然の家から１５㎞＞
対　象	小学生以上 (大人同伴であれば幼児でも可)	**人　数**	最大２００人程度		
準 備 物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体や個人で準備するもの**			
		体育着（長袖長ズボンがよい）等登山に適した服装、履きなれた運動靴、帽子、軍手、雨具、下着などの着替え、タオル、熊よけ鈴など			
活動コース	国道７号線を進み、金塚駅付近へ。金塚郵便局のある金塚交差点を郵便局側に入り県道へ。その県道を 1,500m 行くと右側が寺沢林道の入り口になっており、寺沢林道入り口　から 100m のところに駐車場（大型４台・普通車 40 台可、トイレ有り）がある。  				
活動展開例	○自然の家・・約 12 ㎞・・駐車場・・約１㎞・・・桜公園・・約 1.5 ㎞・・・一本松展望台 バス約 30 分　約 20 分　休憩 15 分　約 30 分　休憩 15 分 ・・約 0.8 ㎞・・大峰山展望台・・約 0.3 ㎞・・・大峰山山頂・・・約 1.1 ㎞・・・ 約 15 分　昼食・休憩約 60 分　約５分　約 20 分 一本松展望台・・・約 2.5 ㎞・・駐車場・・・約 12 ㎞・・・自然の家 休憩 15 分　約 40 分　バス約 30 分 （登山距離 7.2 ㎞　行程約４時間４５分）				
備　考	１　病人やけが人が出た場合は、寺沢林道終点まで車で行くことができます。 ２　緊急避難場所として、大峰山展望広場に「チェリーヒュッテ大峰」があります。 ３　中級者向けに願文山を経由した周遊コース、上級者向けに法印瀑を経由した周遊コースもあります。 ４　参考：新発田市ホームページ https://www.city.shibata.lg.jp/kanko/yama/1005151.html				

(3) 鳥坂山登山（とっさかやま） ～史跡と豊かな自然を求めて～

胎内市の東方にそびえる鳥坂山（とっさかやま）は、日本一小さい山脈である「櫛形山脈」の北端部に位置し、標高は４３８.８mの山です。
石切山（いしきりやま）・鳥坂山（とっさかやま）・白鳥山（しろとりやま）を結ぶ史跡の探訪と併せて、野鳥の声に親しみ、豊富な植物を観賞することができます。実り豊かな越後平野、果てしなく続く日本海の海原、遥かに佐渡や粟島の島影も望め、また飯豊（いいで）連峰、二王子（にのうじだけ）岳、風倉山（かざくらさん）など、胎内の山岳景観は圧巻です。体を鍛えるとともに、森や山の素晴らしさを体験することができます。

時　期	５月～１１月	**所要時間**	５時間～７時間程度	**活動場所**	○胎内市羽黒（国道７号線脇） ＜自然の家から　９㎞＞ ○胎内市関沢（国道７号線脇） ＜自然の家から１３㎞＞
対　象	小学校４年生以上				
準備物	**自然の家で貸し出すもの**		**団体や個人で準備するもの**		
			体育着（長袖長ズボンがよい）等登山に適した服装、履きなれた運動靴、帽子、軍手、雨具、下着などの着替え、タオル、熊よけ鈴など		
活動コース	【石切山コース】（４時間）　追分登山口・・石切山・・ゆずりはの峰・・鳥坂山・・ﾏｲｸﾛｳｪｰﾌﾞ・・白鳥山・・・・・・追分登山口 【宮ノ入（みやのいり）コース】（３時間４０分）　宮ノ入登山口・・宮ノ入・・白鳥山・・ﾏｲｸﾛｳｪｰﾌﾞ・・・鳥坂山・・・・ゆずりはの峰・・石切山・・羽黒登山口 【観　音コース】（４時間）　胎内観音・・鳥坂山・・胎内観音 【追　分コース】（３時間）　追分登山口・・白鳥山・・・ﾏｲｸﾛｳｪｰﾌﾞ・・・鳥坂山・・・ﾏｲｸﾛｳｪｰﾌﾞ・・・白鳥山・・・追分登山口 【櫛形山脈縦走コース】（７時間）　関沢登山口・・・櫛形山・・タカツムリ城跡・・・飯角分岐ゆずりはの峰・・・鳥坂山・・・ﾏｲｸﾛｳｪｰﾌﾞ・・・白鳥山・・・・白鳥沢・・・羽黒登山口				
活動展開例	石切山コースの例 自然の家・・９㎞・・羽黒登山口・・0.6㎞・・石切山・・1.3㎞・・ゆずりはの峰・・0.8㎞ バス30分　15分　休憩10分　50分　休憩15分　20分 ・・鳥坂山・・0.75㎞・・ﾏｲｸﾛｳｪｰﾌﾞ・・0.6㎞・・白鳥山・・1.4㎞・・羽黒登山口・・ 昼食･休憩45分　20分　15分　休憩15分　40分 ・・９㎞・・自然の家（登山距離約５.４５㎞、行程約５時間２５分） バス25分				
備　考	・　白鳥沢は沢に沿って下りるため、すべりやすいので注意してください。増水で歩行できないことがありますので、そのときは、宮ノ入コースを下りてください。				



主なポイントの標高
- 石切山・・・・・　２２２m
- ゆずりはの峰・・　３８５m
- 鳥坂山・・・・・　４３８.５m
- 白鳥山・・・・・　２９８m

主な休憩ポイント
- 石切山付近
- ゆずりはの峰（分岐点）
- 鳥坂山山頂
- 白鳥山山頂
- 奥山荘城館遺跡（鳥坂城跡）

※参考：新発田市ホームページ（大峰山）に櫛形山脈縦走図とパンフレットがあります。
URL・https://www.city.shibata.lg.jp/kanko/yama/1005151.html

(4) 高坪山登山（たかつぼやま） ～ブナ林と山頂での眺めが美しい～

高坪山の登山道は周回コースになっており、変化を楽しみながら歩くことができます。登山道の途中からはブナ林が広がっており、山頂まで、その緑が美しく続きます。また、途中の展望台や頂上で見る景色は、疲れも忘れさせてくれます。

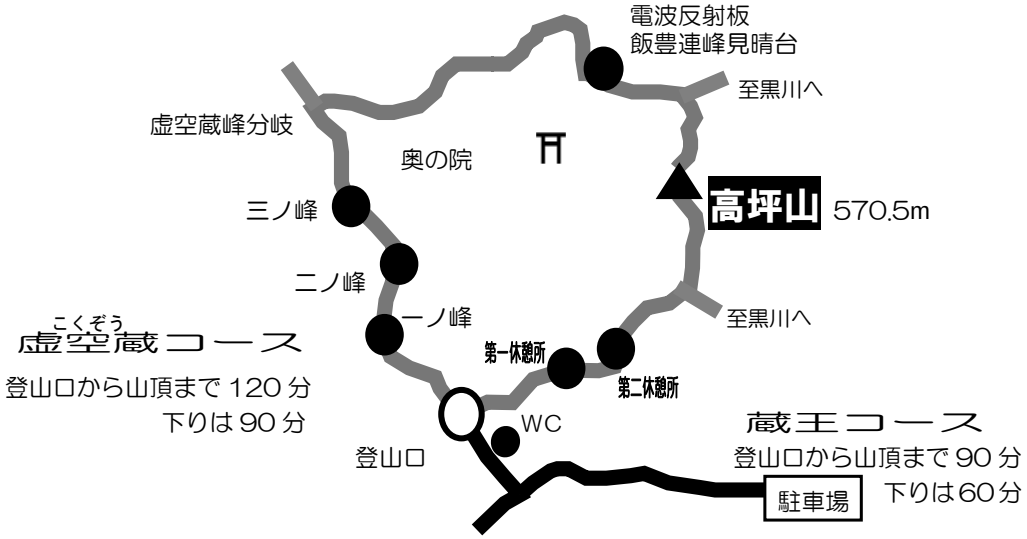
時　期	４月～１１月	**所要時間**	４時間～６時間程度	**活動場所**	荒川総合運動公園から ＜自然の家から７㎞＞
対　象	小学校４年生以上	**人　数**	最大１５０人程度		
準備物	**自然の家で貸し出すもの**	**団体や個人で準備するもの**			
		体育着（長袖長ズボンがよい）等登山に適した服装、履きなれた運動靴、帽子、軍手、雨具、下着などの着替え、タオル、熊よけ鈴など			

活動コース

国道７号線と国道１１３号線が交差する旧荒川町の十文字交差点から 113 号線で東へ向かい、３００m程で右折。グリーンパークあらかわ総合運動公園に向かう。

その道を直進すると駐車場がある。駐車場から登山口までは徒歩で 10 分程度。

登山口から山頂まで、虚空蔵（こくぞう）コースと蔵王コースがあり、一方だけを使うことも、往路・復路でコースを変えることも可能。



活動展開例

往路は虚空蔵コース、復路は蔵王コースの例

自然の家・・・・駐車場・・・登山口・・・・・虚空蔵峰＜休憩 20 分＞・・・
バス２５分　１０分　５０分　３０分

飯豊連峰見晴台・・・・山頂〈昼食・休憩 45 分〉・・黒川分岐・・・・・・登山口
３０分　１０分　５０分

備　考

1　飯豊連峰見晴台は東西の景色が見渡せます。平地になっているので、ここで昼食をとるのもよいでしょう。
2　山頂には地蔵尊と「高坪の鐘」が設置されています。また、山頂から、青い日本海と緑の稲田が見渡せます。
3　参考：村上市ホームページ
https://www.city.murakami.lg.jp/site/kanko/takatuboyama.html

活動計画案１「フォトオリエンテーリング」

１　活動の概要

自然の家周辺を撮影した写真を見て、その写真が地図上のどこから撮ったものなのかを推理しながら歩き、グループで得点を競います。

写真は全部で18枚です。乙宝寺三重塔や猿塚の写真も含まれているため、歴史的な史跡や文化財にふれさせることもできます。

２　教科・領域等との関連　（小学校学習指導要領　平成29年3月）

【体育】
[第5学年及び第6学年]
２　A
(2)　自己の体の状態や体力に応じて，運動の行い方を工夫するとともに，自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。
(3)　運動に積極的に取り組み，約束を守り助け合って運動をしたり，仲間の考えや取組を認めたり，場や用具の安全に気を配ったりすること。
【特別の教科　道徳】[友情・信頼]
[第5学年及び第6学年]
友達と互いに信頼し，学び合って友情を深め，異性についても理解しながら，人間関係を築いていくこと。

３　指導の実際

（1）　活動のねらい
○　ルールを理解して、フォトオリエンテーリングに楽しく参加する。（学びに向かう力、人間性））
○　友達と協力して課題を解決しながら、友達のよさに気付く。（思考力、判断力）

（2）　準備品
①　団体・個人で準備するもの：各班に時計１個・鉛筆２～３本、雨具（天候に応じて）、賞状記入用ペン
②　自然の家で貸し出すもの：フォトオリエンテーリングマップ、フォトオリエンテーリングチェックカード、フォトカード、記録用のバインダー、ビブス、看板「この先進めません」見本、解答、賞状

（3）　展開例
○　学校での事前学習【2時間】

＜課題の発見＞
・特別の教科　道徳「B　主として人との関わりに関すること　［友情、信頼］」について学習し、学んだことを今後の自分の生き方にどうつなげるか考える。
○協力して安全にフォトオリエンテーリングを実践しよう。
・フォトオリエンテーリングを協力して安全に実施するにはどうしたらよいかを話し合う。
＜解決方法の検討・計画＞
○フォトオリエンテーリングについて知ろう。
フォトオリエンテーリングのルール等を知り、チャレンジしようという意識をもつ。
○班員全員が楽しく活動する方法について考えよう。
・班員全員が楽しく活動する方法を話し合う。
・フォトオリエンテーリングをとおしてのめあてを考える。
・友だちの良さや自分の良さも発見することも意識する。

○自然の家での学習【1時間30分～2時間】

	児童の活動	活動上の留意点
導入10分	1　競技の説明を聞く。 （1）　楽しさやねらい （2）　競技方法 （3）　注意事項 （4）　マップの使い方 （5）　約束の確認 友達と協力して、たくさんのチェックポイントを回り、高得点を目指そう！	・事前に引率者の役割分担やグループ編成、用具の準備をしておく。 ・自然の家から貸し出す用具は、多目的ルーム用具室2にあり、引率者同伴で準備をする。 ・玄関前ポーチをスタート・ゴールにすることで、フォトカード1番を利用して地図の見方を確認することができる。
展開60分	2　フォトオリエンテーリングに挑戦する。 ・建物周辺（駐車場、外観・・・） ・乙宝寺周辺（三重塔、血の池・・・） ・営火場 ・野外炊さん場　など	・全部のグループが一斉にスタートする。 ・グループで回る順番等の作戦を話し合わせ、グループ単位の活動であることを念押しする。 ・あかまつ小屋（本部）に待機するもの以外の引率者は、監視箇所に移動する。 ・ゴールしたグループからチェックカードを回収し、採点・集計を行う。
まとめ20分	3　後片付けと活動の振り返りをする。 （1）　表彰式 （2）　使用した道具の片付け （3）　振り返り	・使用した用具を返却したグループから、自分や友達ががんばっていた姿や活動反省をワークシートに記入する。

○　学校での事後活動【1時間】

＜実践活動の応用・発展＞
○活動の振り返りをしよう。
・指定された時間にゴールすることや協力して安全に活動することを意識して友達とできたか。
・友だちの良さや自分の良さを見つけることができたか。

（4）　評価

○　ルールを理解して、フォトオリエンテーリングに楽しく参加できた。（活動観察・ワークシート）
○　友達と協力して課題を解決しながら、友達のよさに気付いた。（活動観察・ワークシート）

4　その他

○　乙宝寺の境内は自由に参拝できる。有料で拝観できる宝物殿には、猿塚の伝説に登場する木皮経やお釈迦様の左眼が納められている。
○　制限時間の目安は60分だが、増減させることによって難易度を調節できる。
○　赤松林をフィールドにしてグループで行う野外活動として、他には「オリエンテーリング」「ウォークラリー」「野外ワイドゲーム」がある。

活動計画案2　「ナイトハイク」

1　活動の概要

昼間とは異なる夜の自然の姿を知るために行うハイキング。五感を研ぎ澄ませて、新たな発見をしたり、自然との一体感を実感したりすることができる。

2　教科・領域等との関連　（小学校学習指導要領　平成29年3月）

【特別の教科　道徳】
B ［友情、信頼］
［第5学年及び第6学年］
友達と互いに信頼し，学び合って友情を深め，異性についても理解しながら，人間関係を築いていくこと。
D ［自然愛護］
［第5学年及び第6学年］
自然の偉大さを知り，自然環境を大切にすること。
D ［感動、畏敬の念］
［第5学年及び第6学年］
美しいものや気高いものに感動する心や人間の力を超えたものに対する畏敬の念をもつこと。

3　指導の実際

（1）　活動のねらい
○　グループで協力してナイトハイクを体験することで、身近な自然や現象に目を向け畏敬の念をもつとともに，さらにそれらを守っていこうとする。（学びに向かう力、人間性）
○　音の実験、あかりの実験では、役割分担に沿って活動を進めることができる。（技能）
○　実験を通して暗闇の中で音やにおいを感じながら新たな発見をすることができる。（知識）

（2）　準備品
○　各グループ懐中電灯1本以上

（3）　展開例
○　学校での事前学習【２時間】

＜課題の発見＞
・特別の教科　道徳「D　主として生命や自然，崇高なものとの関わりに関すること　感動、畏敬の念」について学習し、自然の偉大さについて考えたことをまとめたり、学んだことを今後の自分の生き方にどうつなげるか考えたりする。
＜課題解決に向けた実践活動＞
○ナイトハイクについて知ろう。
・ナイトハイクについて知り、チャレンジしようという意識をもつ。
・ナイトハイクをとおしてのめあてを考える。
・新潟県少年自然の家の赤松林の様子を知り、どのような様子か想像する。また、昼間と夜間では、様子にどのような違いがあるかを考えさせる。
＜実践活動の評価＞
○班員全員が楽しく活動する方法について考えよう。
・班員全員が楽しく活動する方法を話し合う。
○自然との一体感を実感しながらナイトハイクを実践しよう。
・ナイトハイクを通して、自然との一体感を実感するにはどうしたらよいかを話し合う。

○　自然の家での活動【30分～2時間】

	児童の活動	活動上の留意点
導入20分	1　参加者全員で、明るいうちに同じコースを歩いて下見する。 2　グループに付いたり、危険箇所に立ったりする。引率者の役割分担をする。	・夜の自然と比較できるように、日中の自然の様子を記録しておくと、さらに夜の自然に対する興味が広がる。
展開45分	1　活動の説明を聞く。 （1）　ナイトハイクの楽しみやねらい （2）　注意事項 2　遊歩道をグループごとにゆっくり歩く。 （1）　グループ毎に出発（1班6～7人程度） ①　「音いくつ」 ３分間、一切しゃべらずに聴覚だけを研ぎ澄ませ、聞こえてくる音の種類を数える。終わってから、グループ内でその場で聞こえた音を子どもから発表する。 ②　「あかりの実験」 片眼は手でふさぎ、もう一方の目であかり（ろうそく）を3分見つめる。 参加者は消した後に片眼ずつで周りの景色を見る。隠していた目との見え方の違いを知り、時間の経過とともに暗闇に目が慣れてくる体の仕組みを知るために行う。	・各班に分かれて実験する。 ・「耳をすませてごらん、どんな音が聞こえる？いくつ聞こえる？何の音？」 ・記録係が記入する。 ・3班に分かれて実験する。 ・ろうそく2本を点火させ、子どもに見つめさせる。 ・「右目をふさいでろうそくの光を見つめて」 （3分後にろうそくの火を消させる） ・「先ず周りの景色をよく見て見よう。さあ、次に左目をふさいであたりの暗闇をよく見てみよう。どちらの目のほうが良く見えるかな？」
まとめ15分	3　活動の振り返りをする。 （1）　振り返り ①と②について班長が結果を発表する。	・ワークシートに記入した　内容を班内で確認し発表に備える。

○　学校での事後学習【1時間】

＜実践活動の応用・発展＞
○活動の振り返りをしよう。
・ナイトハイクや新潟県少年自然の家での生活の中で、自然の美しさを感じたことを記述する。
・振り返ったことを班の人と交流する。

（4）　評価

○　グループで協力してナイトハイクを楽しむことができた。（活動観察）
○　音の実験、あかりの実験では、役割分担に沿って活動を進めることができた。
（活動観察・ワークシート）
○　実験を通して暗闇の中で音やにおいを感じながら新たな発見をすることができた。（ワークシート）
○　崇高なもの（特に自然）に対して、畏敬の念をもって生きようとしているか。（活動観察・ワークシート）

4　その他

○　コース設定については、事前に要相談。
○　きもだめしではないので、怖い話などして子どもを怖がらせることがないようにする。
○　ナイトハイク終了後には、遊歩道や施設周辺で星空観察も楽しめる。

活動計画案3「鳥坂山登山」

1　活動の概要

胎内市の東方にそびえる鳥坂山は、日本一小さい山脈「櫛形山脈」に位置する、標高438．8m の山です。

登山によって体を鍛えるとともに、石切山・鳥坂山・白鳥山を結ぶ史跡の探訪と、野鳥の声に親しみ、豊富な植物を観賞することができます。

2　教科・領域等との関連　（小学校学習指導要領　平成29年3月）

【社会】
［第4学年］
(1) 都道府県の様子について，学習の問題を追究・解決する活動を通して，次の事項を身に付けることができるよう指導する。
ア　次のような知識及び技能を身に付けること。
（ア）自分たちの県の地理的環境の概要を理解すること。また，47 都道府県の名称と位置を理解すること。
（イ）地図帳や各種の資料で調べ，白地図などにまとめること。
【特別の教科　道徳】
Ａ　［希望と勇気、努力と強い意志］
［第5学年及び第6学年］
より高い目標を立て、希望と勇気をもち、困難があってもくじけずに努力して物事をやり抜くこと。
Ｄ　［自然愛護］
［第5学年及び第6学年］
自然の偉大さを知り、自然環境を大切にすること。

3　指導の実際

（1）　活動のねらい
○　友達と協力し、励ましあって困難を乗り越え、登頂した喜びを味わう。（学びに向かう力、人間性）
○　休憩のとり方や、疲れにくい登り方を考え工夫している。（思考力、判断力、表現力）
○　安全な登山の方法や登山しやすい登山道が分かる。（知識及び技能）

（2）　準備品
団体・個人で準備するもの：体育着（長袖長ズボンがよい）等登山に適した服装、履きなれた運動靴、帽子、軍手、雨具、下着などの着替え、タオルなど

（3）　展開例
○　学校での事前学習【8時間】

＜課題の発見＞
・地勢図や断面図を読み取り、県の地形と特色、土地利用について調べる。（等高線について学習する）
・県の交通の広がり方や産業について、地図帳や資料などで調べる。
・県の特色についてまとめる。
○登山をするとき、どのような登山道を歩くよいだろうか。
・鳥坂山登山において、登山しやすい（なだらかな・緩やかな）登山道はどの道か考える。
＜課題解決の方法の検討、計画＞
・鳥坂山周辺の地図を活用して考える
・「等高線」を使用して、どの道が登山しやすい道か説明させる。

○　自然の家での活動【5～7時間】

	児童の活動	活動上の留意点
導入30分	1　活動の説明や注意事項を聞く。 （1）　健康観察や服装・持ち物の確認 （2）　登山コースの説明と諸注意 （3）　疲れにくい歩き方の説明 安全に気を配り、友達と励ましあい協力しあって鳥坂山の頂上を目指そう！	・登山前に、必ずトイレに行くよう徹底する。 ・出発前の健康観察を確実に行い、体調の優れない児童・生徒は残留させる。 ・グループで行動することを確認し、危険な行動について具体的な例を挙げて指導する。
展開4時間30分	2　鳥坂山に登る。（途中、昼食休憩） （1）　羽黒登山口～石切山 （2）　休憩　　（10分） （3）　石切山～ゆずりはの峰 （4）　休憩　　（15分） （5）　ゆずりはの峰～鳥坂山山頂 （6）　昼食・休憩（45分） （7）　鳥坂山山頂～白鳥山 （8）　休憩　　（15分） （9）　白鳥山～羽黒登山口	・必ず一列で行動し、無理な追い越しや並列で登らないよう留意する。 ・グループごとに健康状態に気を配り、必要に応じて随時休憩をとる。 ・昼食・休憩は、体力の回復を図るため確実に休ませる。 ・登山しやすい（なだらかな・緩やかな）登山道はどの道か確認しながら登山をしていく。 ・下りは特に滑りやすいので、前の人と間を空けて下山するよう徹底する。
まとめ30分	3　後始末と活動の振り返りをする。 （1）　着替えや登山用具の片付け （2）　振り返り	・汗の始末をしっかりやり、からだが冷えないよう早めに着替える。 ・ワークシートに、自分や友達ががんばっていた姿と活動反省を記入する。

○　学校での事後指導【1時間】

＜実践活動の応用・発展＞
・活動を振り返り、地図の等高線と実際の登山道を関連させて考える。
・登山しやすい（なだらかな・緩やかな）登山道はどのような道か、「等高線」という言葉を使って説明させる。

（4）　評価

○　友達と協力し、励ましあって登頂の喜びを味わうことができた。（活動観察・ワークシート）
○　効果的に休憩時間を過ごし、体力が消耗しない登り方を工夫できた。（活動観察・ワークシート）
○　危険な行動について理解し、安全な登山の方法が分かった。（活動観察・ワークシート）
○　登山しやすい登山道について、「等高線」と関連させて説明することができる。（ワークシート）

4　その他

○　活動の対象は、小学校4年生以上。
○　鳥坂山登山のコースは史跡の宝庫であり、社会科の歴史分野や、地域学習に活動のねらいを設定するのも有意義である。
○　高学年の場合や児童・生徒の体力に応じて、スタート地点を櫛形山～大峰山に設定し、日本一小さい櫛形山脈の縦走も可能である。

活動計画案4「レクリエーション」

1　活動の概要

体を使った遊びやゲーム、簡単な運動などを通して、集団の団結力を高めます。簡単な遊びで緊張をほぐすことから始め、段階的に仲間とのかかわりや協力が必要な課題に取り組ませていきます。

2　教科・領域等との関連　（小学校学習指導要領　平成29年3月）

【道徳】
B　主として人との関わりに関すること　［友情、信頼］
［第5学年及び第6学年］
友達と互いに信頼し、学び合って友情を深め、異性についても理解しながら、人間関係を築いていくこと。

【特別活動：学級活動】
2　(2)
イ　よりよい人間関係の形成
学級や学校の生活において互いのよさを見付け、違いを尊重し合い、仲よくしたり信頼し合ったりして生活すること。

3　指導の実際

（1）　活動のねらい
○　ゲームのやり方を理解し、友達と協力して楽しく活動する。　（学びに向かう力、人間性）
○　友達のよさや新しい一面に気付く。　（思考力、判断力、表現力）
○　活動場所や用具の安全に気を配って活動する。　（知識及び技能）

（2）　準備品
①　団体・個人で準備するもの：レクリエーションの内容に応じたもの
②　自然の家で貸し出すもの：ストップウォッチ、セロテープ等

（3）　展開例
○　学校での事前学習【1時間】

＜課題の発見＞
学級内の人間関係についてアンケートを取り、その結果について話し合う中で、課題を明らかにする。
例：男女の仲が悪い。いつも同じ友だちで固まっている。休み時間に一人ぼっちの人がいる、など。

＜解決方法の検討・計画＞
①　自然の家での活動を通して、学級の人間関係をどのように変えたいか考え、目標を立てる。
例：誰とでも協力して活動できる、今まで関わりの少なかった人と仲良くなる、友だちのよさや新しい一面を見つける、など。
②　目標達成のきっかけづくりとして、レクリエーションの時間を設定し、その意義や内容について確認する。

○自然の家での学習【1時間30分】

	児童の活動	活動上の留意点
導入10分	1　活動の説明を聞く。 レクリエーションの楽しみ方やねらい、ゲームの方法について話を聞く。	・1 班は4人～8人程度で編成し、最大 10 班でゲームをする。
展開60分	2　レクリエーションを行う。 （1）　仲間さがし ・リーダーの言うことを聞いて、自分と同じ仲間を探す。例えば「生まれた月」と言ったら、自分と同じ月に生まれた人を探す。 （例）好きな○○、苦手な○○、ご飯とパンのどっちが好きかなど。 （2）　フープリレー ・班で円になって手をつなぐ。どこか一箇所に大きいフラフープを入れて、「はじめ」の合図でフラフープを隣に送っていく。1 周したら全員座る。タイムを計り、どのくらい縮められるか挑戦する。 （3）　インパルス対決 ・2班ずつ向かい合って座り、横一列になって手をつなぐ。1番目の人だけが目を開ける。リーダーが大きなさいころをふり、偶数が出たら手を握る。次々に手を握るリレーをしていく。 ・アンカーの人は自分の手を握られたら、目の前にある人形を取る。向かい合った班よりも先に取ったら勝ち。 （4）　ペーパータワー ・班で新聞紙を使ったタワー作り挑戦する。折ったり、丸めたり、アイデアを生かして協力して高くしていく。出来上がったらどこが一番高いかを見比べる。お互いのタワーを鑑賞し合うのもよい。	・集まったら腰を下ろす。 ・手を離してはいけない。 ・たくさん班がある場合　は、リーダーを中心に放射線状に並ばせるとよい。2つのグループは向き合う。 ・新聞紙はできるだけたくさん用意する。 ・セロテープ（各班）
まとめ20分	3　後片付けと活動の振り返りをする。 （1）　使用した道具の片付け （2）　振り返り ・頑張ったことや、お互いのよ　かったことなどを発表したり、 ワークシートに記入したりする。輪になってゆっくりを感想を述べ合うのもよい。	

○　学校での事後活動【1時間】

＜実践活動の応用・発展＞
・レクリエーションで行った遊びを、係活動等で再度行ったり、内容をさらに発展させたりして、学級の人間関係をよりよいものにしていく。

（4）　評価

○　ゲームのやり方を理解し、友達と協力して楽しく活動した。　（活動観察・ワークシート・発表）
○　友達のよさに気付き、新たな一面を発見した。　（活動観察・ワークシート・発表）
○　活動場所や用具の安全に気を配って活動した。　（活動観察）

4　その他

○　レクリエーションの内容や時間は、あくまで一例です。学級や集団の実態に合わせて変更していただいて構いません。

活動計画案5「グラウンド・ゴルフ」

1　活動の概要

ゴルフのようにボールをスティックで打ち、少ない打数でホールポストに入れることを競います。ゲーム性があり、楽しみながら集中力や調整力を身に付けることができます。

2　教科・領域等との関連　（小学校学習指導要領　平成29年3月）

【体育科】
［第5学年及び第6学年］
A　体つくり運動
（1）知識及び運動
次の運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、体を動かす心地よさを味わったり、体の動きを高めたりすること。
ア　体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体との関係に気付いたり、仲間と関わり合ったりすること。
（3）学びに向かう力、人間性等
運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動したり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすること。

【道徳】
B　主として人との関わりに関すること　［友情、信頼］
［第5学年及び第6学年］
友達と互いに信頼し、学び合って友情を深め、異性についても理解しながら、人間関係を築いていくこと。

3　指導の実際（所要時間　1時間～3時間）

（1）　活動のねらい
○　友達と協力しながら、グラウンド・ゴルフの楽しさを味わう。（関心・意欲・態度）
○　競技方法の理解に努め、競技を通して技術を身に付けることができる。（技能）

（2）　準備品
①　各グループで鉛筆2～3本
②　雨具　　※天候に応じて

（3）　展開例
○　学校での事前学習【1時間】

＜課題の発見＞
・ニュースポーツについて調べる。
（ニュースポーツ：年齢や体力にかかわらず、誰もが楽しめるスポーツ。多くの種類がある。）
・多くの高齢者がグラウンド・ゴルフというスポーツに親しんでいることを知り、自分たちも年齢や体力の異なる、様々な人たちと交流したいという思いをもつ。

＜解決方法の検討・計画＞
・グラウンド・ゴルフの準備や活動の流れを確認し、班で役割分担をする。
・ルールや注意事項を確認する。

○自然の家での学習【1時間30分】

	児童の活動	活動上の留意点
導入 20 分	1　グループ編成 グループごとに記録係を1名決める。 2　用具の準備 3　コースの設定 8ホールが標準。人数・年齢に応じてホール数を増減する。	・記録係だけの責任にせずに、グループで協力してスコアに記録する。 ・事前にコースになる遊歩道、グラウンドの下見を行いコースの設定を考えておく。
展開 90 分	4　競技の説明 （1）　グラウンド・ゴルフの楽しさやねらい （2）　競技方法の説明 ・ボールをスタートマットの上に置く。 ・グループで順番を決めて、ホールポストに入るまでボールを順番に打つ。 ・グループ全員のボールがホールに入ったら次のホールに移動する。 ・全ホール打ち終わったら、スコア表を集計する。 （3）　注意事項の説明 ・スイングする時は、周囲に人がいないか確かめる。 5　コースでのグラウンド・ゴルフ開始 ・全部のグループが同時スタートで競技を開始する。 6　終了後、チーム順位、個人順位を出す。	・ホールインワンは、そのプレイヤーの合計打数から3打差し引く。 ・空振りは打数に数えない。 ・第１グループは第１ホールから、第２グループは第2ホールからというように各グループが一斉にスタートする。 ・次のホールに行ったときに、前のグループがプレイ中の場合は終わるまで待つ。
まとめ 10 分	7　表彰式と用具の返却。 （1）　表彰式 ①　表彰 ②　感想発表 （2）　後片付け	・感想発表は、振り返りになるため班内で話し合い、班長が感想を発表する。

○　学校での事後活動【1時間】

＜実践活動の応用・発展＞
・地域の方との交流の機会として、自然の家を会場としたグラウンド・ゴルフ大会を企画・実施する。
・その他のニュースポーツについても興味を持ち、児童会の活動や行事に取り入れられないか検討する。

（4）　評価
○　友達と協力しながら、グラウンド・ゴルフの楽しさを味わうことができた。（活動観察）
○　競技方法の理解に努め、競技を通して技術を身に付けることができた。（活動観察）

4　その他
○　荒天の場合は、他団体が屋内で活動していなければ、屋内でグラウンド・ゴルフを行うことができる。コース設定については要相談。
○　グループを意識した活動になるよう、グループの合計打数やグループで1つのボールを打って得点を競うなどの方法を変えることもできる。

活動計画案6「キャンプファイア」

1　活動の概要

キャンプ活動の「精華（せいか）」とも言われています。星空の下、燃えさかる神秘の炎を囲み、火を見つめることで心をひとつにし、 喜びを分かち合うことができます。また、炎で顔を赤く染めた仲間と繰り広げられるレクリエーションは、仲間との親睦を図ることができます。丸太を使用しないボンファイアに変更することも可能です。

2　教科・領域等との関連　（小学校学習指導要領　平成29年3月）

【特別活動：学級活動】
2　(2) 日常の生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全
　イ　よりよい人間関係の形成
　　学級や学校の生活において互いのよさを見付け、違いを尊重し合い、仲よくしたり信頼し合ったりして生活すること。

3　指導の実際

（1）　活動のねらい

○　幻想的な雰囲気の中、創意工夫して、仲よくキャンプファイアをする。
（よりよい生活を築くための知識・技能）

○　歌を歌ったり、踊ったりすることで友達と関わり、互いに協力し合って温かな人間関係を形成しようとする。　（主体的に生活や人間関係を よりよくしようとする態度）

（2）　準備品

①　団体・個人で準備するもの：軍手、トーチ用古布、トーチに点火するためのマッチ又は点火用ライター

②　自然の家で貸し出すもの：火の神・火の子・火の守の衣装、冠、火の神が使う杖、マイク、式典用CD・レク用CD

（3）　展開例

○　学校での事前学習【3時間】

＜課題の発見＞
・授業において取り上げる課題について自分の現状について考えたり、学級の現状を調べたりして問題意識を高める。
・アンケートや調査結果を活用し、学級の現状を知り、自分自身の課題として捉えるようにする。

＜課題解決に向けた実践活動＞
・キャンプファイアのセレモニーの方法を知り、役割分担等を話し合う。
・みんなで話し合い、協力して個々の意思決定へと向かっていけるようにする。
・みんなが楽しめる出し物を考える。班ごとにどんな出し物にするか話し合う。必要物品、シナリオを話し合い決定する。

○　自然の家での活動【2時間】

	児童の活動	活動上の留意点
導入15分	1　集合して活動の説明を聞く。 （1）　役割に分かれ、準備をする。 ・セレモニーの役、司会進行などは所定の位置へ付く。 ・それ以外の人は、入場の準備をする。	＜事前に必要な準備（団体）＞ ・児童生徒の役割分担・グループ編成 セレモニーの役割（火の子・火の守など）や司会進行、ゲーム担当、音楽担当など、団体の予定している内容に合わせて分担を決める。 ・歌やフォークダンス等の練習 ・引率者の役割分担 火気の現場責任者、司会進行補助やセレモニーの役割（火の神）等 ＜営火場の準備＞ ・放送器具の設定、まきの組み立てと灯油の準備 ・トーチの準備 ・火文字の設置　　※必要な団体のみ行う。
展開90分	2　キャンプファイアをする。 （1）第 1 部　迎え火のつどい（15 分） おごそかに、神秘的な雰囲気で！ （2）第 2 部　交歓のつどい（60 分） 楽しく、交流を深めて！ （3）第 3 部　送火のつどい（15 分） 静かに、心の糧を確認し、 明日への希望をもつ！	・服装を整え、火の粉による火傷を予防する。 ・火災が起こらないよう十分注意する。火勢や火の粉 に気を配り、場合によっては、注水しながら火勢を　弱める。 ・第 2 部の終わりには火が弱く燃えるように調節する。
まとめ15分	3　後片付けと活動の振り返りをする。 （1）　使用した道具の片付け （2）　振り返り	・片付けが終了したら、自分や友達ががんばっていた姿や活動反省をワークシートに記入する。 ・水をかけて 21 時 30 分までに完全消火する。 ＜翌朝の片付け＞ ・営火場の燃え残った丸太や薪、灰を片付け、きれいに掃除する。

○　学校での事後指導【1時間】

＜自己評価＞
・友達と関わり、互いに協力できたかを振り返る。
・キャンプファイアで得た体験を振り返る。
・振り返ったことを班の人と交流する

（4）　評価

○　幻想的な雰囲気の中、創意工夫して、仲よくキャンプファイアができた。（活動観察・ワークシート）

○　歌を歌ったり、踊ったりすることで友達と関わり、互いに協力し合って温かな人間関係を築けた。（活動観察）

4　その他

○　火文字をする団体は、古布を針金で細長く加工したものを用意し、営火場の金網に針金で取り付けます。火文字取り付け用の脚立を貸し出します。事務室に声を掛けてください。

○　セレモニー役が話す言葉集、進行表などを「Ⅰ活動プログラム編」に載せましたので、参考にしてください。

活動計画案7 「キャンドルファイア」

1　活動の概要

キャンドルファイアは「灯火のつどい」とも呼ばれます。グループの協同精神を高め、友情と豊かな情操を育て、感謝と思索の場ともなります。

事前の申し込みにより、水を張ったグラスにろうそくを浮かべるグラスキャンドルに変更することも可能です。幻想的に揺れる炎を見つめることができます。

2　教科・領域等との関連　（小学校学習指導要領　平成29年3月）

【特別活動：学級活動】

2　(2)

イ　よりよい人間関係の形成

学級や学校の生活において互いのよさを見付け、違いを尊重し合い、仲よくしたり信頼し合ったりして生活すること。

3　指導の実際

（1）　活動のねらい

○　幻想的な雰囲気の中、友達と協力したり創意工夫を生かしたりして、楽しくキャンドルファイアをする。（学びに向かう力、人間性）

○　音楽に合わせて歌を歌ったり、簡単なステップでダンスを踊ったりする。（知識及び技能）

（2）　準備品

①　団体・個人で準備するもの：ろうそく、マッチ、使用済みろうそくを回収・持ち帰るための入れ物

②　自然の家で貸し出すもの：火の神・火の子・火の守の衣装、冠、火の神が使う杖、キャンドルファイア用トーチ、小さいろうそくを立てる小皿、式典用CD・レク用CD、CDラジカセ、マイク、キャンドルファイア用燭台、燭台の下に敷くシート、消火用バケツ

（3）　展開例

○　学校での事前学習【3時間】

＜課題の設定＞

・授業において取り上げる課題について自分の現状について考えたり、学級の現状を調べたりして問題意識を高める。

・アンケートや調査結果を活用し、学級の現状を知り、自分自身の課題として捉えるようにする。

＜課題解決に向けた実践活動＞

・キャンドルファイアのセレモニーの方法を知り、役割分担等を話し合う。

・みんなで話し合い、協力して個々の意思決定へと向かっていけるようにする。

・みんなが楽しめる出し物を考える。班ごとにどんな出し物にするか話し合う。必要物品、シナリオを話し合い決定する。

	児童の活動	活動上の留意点
導入 10 分	1　集合して活動の説明を聞く。 （1）　役割に分かれ、準備をする。 ・セレモニー役、司会進行などは所定の位置へ付く。 ・それ以外の人は、入場の準備をする。	＜事前に必要な準備（団体）＞ ・児童生徒の役割分担・グループ編成 セレモニーの役割（火の子・火の守など）や司会進行、ゲーム担当、音楽担当など、団体の予定している内容に合わせて分担を決める。 ・歌やフォークダンス等の練習 ・引率者の役割分担 火気の現場責任者、司会進行補助やセレモニーの役割（火の神）等 ＜会場の準備＞ ・放送器具の設定 ・燭台やトーチ、キャンドル用小皿の準備
展開 80 分	2　キャンドルファイアをする。 （1）第 1 部　迎え火のつどい（10 分） おごそかに、神秘的な雰囲気で！ （2）第 2 部　交歓のつどい（60 分） 楽しく、交流を深めて！ （3）第 3 部　送火のつどい（10 分） 静かに、心の糧を確認し、 明日への希望をもつ！	・第１部が終わったら、中央の燭台の火を消して端へ寄せ、第2部の準備をする。 ・第2部が終わりそうになったら、燭台の準備を始める。 ・第３部では、参加者一人一人がキャンドルをつけた小皿をもって燭台を囲んで集合する。
まとめ 10 分	3　後片付けと活動の振り返りをする。 （1）　使用した道具の片付け （2）　振り返り	・ろうそくの火を完全消火する。 ・片付けが終了した班から、自分や友達ががんばっていた姿や活動反省をワークシートに記入する。

○ 学校での事後指導【1時間】

＜自己評価＞
・友達と関わり、互いに協力できたかを振り返る。
・キャンドルファイアで得た体験を振り返る。
・振り返ったことを班の人と交流する。

（4）　評価

○ 幻想的な雰囲気の中、友達と協力したり、創意工夫をしたりして、楽しくキャンドルファイアをすることができた。（活動観察・ワークシート）

○ 音楽に合わせて歌を歌ったり、簡単なステップでダンスを踊ったりした。（活動観察）

4　その他

○ キャンプファイアの雨天案として計画することも可能です。

活動計画案8「カヌー体験」

1　活動の概要

カヌーに乗って、自分一人の力で水面を進んでいきます。日常の、陸から見る景色、陸で聞く音、感じる風とは全く違う感覚を全身で味わうことができます。

自然の家の職員が、十分に時間をとって実技指導を行います。すぐに操作にも慣れ、楽しく活動できています。

2　教科・領域等との関連　（小学校学習指導要領　平成29年3月）

【理科】
［第5学年］
2　B　生命・地球
(3) 流れる水の働きと土地の変化
流れる水の働きと土地の変化について，水の速さや量に着目して，それらの条件を制御しながら調べる活動を通して，次の事項を身に付けることができるよう指導する。
ア　次のことを理解するとともに，観察，実験などに関する技能を身に付けること。
(ア) 流れる水には，土地を侵食したり，石や土などを運搬したり堆積させたりする働きがあること。
(イ) 川の上流と下流によって，川原の石の大きさや形に違いがあること。
(ウ) 雨の降り方によって，流れる水の量や速さは変わり，増水により土地の様子が大きく変化する場合があること。

3　指導の実際

（1）　活動のねらい

○　流れる水には、土地を侵食したり、石や土などを運搬したり堆積したりすることが分かる。
（知識及び技能）

○　カヌー活動を通して、自然を尊重しようとする態度をもつ。
（学びに向かう力、人間性等）

（2）　準備品

①　団体・個人で準備するもの：バスタオル、着替え、飲み物、ホイッスル（引率者）
※　活動時の服装：水着、Tシャツ、運動靴（ぬれてもよいもの、またはかかとのあるサンダル、メガネ使用者はメガネ留めバンド）
②　自然の家で貸し出すもの：カヌー、パドル、ライフジャケット、ヘルメット

（3）　展開例

○　学校での事前学習【3時間】

＜共通の課題の設定＞（1時間）
・洪水の映像やこれまでの生活経験から川の様子を想起する。
・流れる水にはどのような働きがあるのか、水の量が増えると流れる水の働きはどうなるか、という視点で課題設定をする。
・胎内川の地形変化（河口付近）を調べる。（Google マップとの違い）
＜条件を制御しながら調べる活動＞（2時間）
・川は真っ直ぐな所と曲がった所の様子の違いを考える。
・「浸食」「運搬」「堆積」の用語の学習をする。
・真っ直ぐな場所・曲がった場所の川の様子はどうかを考える。
・水の量が増えると、浸食、運搬、堆積にどのような変化があるかを考える。

	児童の活動	活動上の留意点
導入50分	1　活動の説明を聞き、準備と練習をする。 （1）　全体説明 （2）　用具準備 （3）　パドル操作練習 自分の力を信じて、胎内川にこぎ出そう！	・カヌー場到着前に着替えておく。 ・2班編成の場合は、できるだけ人数を均等にする。 ・パドルの操作練習は、スロープで行う。 ・パドルの操作練習中に救助艇の担当者と引率者が役割分担等の打ち合わせをする。
展開60分	2　カヌーを体験する。 （1）　直進 （2）　基本練習 （3）　上流の船だまり （4）　胎内大橋の上流 （5）　帰港	・川の流れや風の向きを考慮して、所員が実習コースを決定する。 ・救助艇には、監視者（補助者）として団体から1名が同乗する。 ・2班編成の場合は、20～30分程度が2回の活動となる。 ・カヌー場には飲用の水道がないため、各自が水筒をもつか、団体でまとめて飲み物を用意する必要がある。（熱中症対策）
まとめ40分	3　後片付けと活動の振り返りをする。 （1）　使用した道具の片付け （2）　振り返り ※自然の家の多目的ホール玄関付近でシャワーを使用できる。	・カヌーの片付けやライフジャケット洗い等は、所員の指示に従って進める。 ・片付けが終了後、艇庫前で感想発表等の振り返りを行う。 ・自然の家所有のバスを利用する場合は、バスタオルを腰に巻いてシートを汚さないようにする。

○　学校での事後指導【1時間】

＜次時の繋がり＞
・「石」に対する流れる水の働きを学習する。胎内川の石を見せ、場所によって石の大きさや形に違いがあることに触れる。
・身近な川（学校周辺）の川の変化を調べる。

（4）　評価

○　流れる水には、土地を侵食したり、石や土などを運搬したり堆積したりすることが分かった。
（知識及び技能）

○　カヌー活動を通して、自然を尊重しようとしていた。　（学びに向かう力、人間性等）

4　その他

○　活動の対象は、小学4年生以上。

○　活動できる期間は、5月下旬～10月上旬まで（日曜は行わない。及び原則月曜は行わない）。期間内であっても、悪天候の（特に風や流れが強い）場合は中止することがある。

○　カヌーの保有台数から、一斉に活動できる人数は35名までとする。35名を超える場合は、2班編成とし、最大の実習人数は70名となる。

○　事前の申請により、自然の家から胎内川のカヌー場までの送迎に、自然の家所有のバスを利用することができる。（火曜～金曜）

○　ライフジャケットや釣り竿の貸出を受けて、カヌー場脇の船だまりで釣りをすることもできる。

活動計画案9「インドアアスレチック」

1　活動の概要

屋内で、チーム対抗で行う活動です。同じ部首の漢字を集めるゲームや、跳んだり走ったりするゲーム、みんなで気持ちを合わせて歌を歌うゲームなど、知力、体力、チームワークが要求される活動です。

2　教科・領域等との関連　（小学校学習指導要領　平成29年3月）

【道徳】
B　主として人との関わりに関すること　［友情、信頼］　［第5学年及び第6学年］
友達と互いに信頼し、学び合って友情を深め、異性についても理解しながら、人間関係を築いていくこと。
【特別活動：学級活動】
２（2）イ　よりよい人間関係の形成
学級や学校の生活において互いのよさを見付け、違いを尊重し合い、仲よくしたり信頼し合ったりして生活すること。

【体育】
［第5学年及び第6学年］
A　体つくり運動
（1）次の運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、体を動かす心地よさを味わったり、体の動きを高めたりすること。
ア　体ほぐしの運動では、手軽な運動を行い、心と体との関係に気付いたり、仲間と関わり合ったりすること。

3　指導の実際（所要時間　2時間～3時間）

（1）活動のねらい
○　ゲームのやり方を理解し、友達と協力して楽しく活動する。　（学びに向かう力、人間性）
○　友達の活動のよさに気付く。　（思考力・判断力・表現力）
○　活動場所や用具の安全に気を配って活動する。　（知識及び技能）

（2）準備品
①　団体・個人で準備するもの：記録用の鉛筆、賞状書きのペン
②　自然の家で貸し出すもの：チェックカード、ゲームの表示、碁石、ぞうり、はし、カラーコーン、ドッジボール、ストップウォッチ、賞状

（3）展開例
○　学校での事前学習【1時間】

＜課題の発見＞
学級内の人間関係についてアンケートを取り、その結果について話し合う中で、課題を明らかにする。
例：男女の仲が悪い。いつも同じ友だちで固まっている。休み時間に一人ぼっちの人がいる、など。

＜解決方法の検討・計画＞
①　自然の家での活動を通して、学級の人間関係をどのように変えたいか考え、目標を立てる。
例：誰とでも協力して活動できる、今まで関わりの少なかった人と仲良くなる、友だちのよさや新しい一面を見つける、など。
②　目標達成のきっかけづくりとして、インドアアスレチックの時間を設定し、その意義や内容について確認する。

○自然の家での学習【1時間30分】

	児童の活動	活動上の留意点
導入30分	1　活動の説明を聞く。 インドアアスレチックの楽しみ方やねらい、競技の方法について話を聞く。	・1班は8人から10人程度に編成し、最大10班でゲームをする。
展開90分	2　各グループが一斉に競技を開始する。 **(1) 藤吉郎のぞうり取り** ・ぞうりを2足用意し、1人が1足ずつ、次々に前へ運んで並べ、もう1人がその上を歩き、折り返し点で交代して戻る。 **(2) 碁石送り** ・お椀に入った碁石 10 個を箸でつまんで別のお椀に移す。終わったら折り返し点を回って戻り、次の人にタッチする。 **(4) 綱渡り** ・スラックラインを渡り切る。同じ班の人が手をつないで補助してもよい。 **(5) グラウンド・ゴルフ** ・グラウンド・ゴルフで、1打でポストに止める。 **(6) スクラムリレー** ・3人組で背中合わせにスクラムを組んで、リレーをする。 **(7) 関所破り** ・コースの途中にある関所で引率者とジャンケンをし、勝ったら折り返し点を回ってくる。負けたらスタートに戻ってやり直す。 **(8) ３０秒の歌** ・30秒ちょうどで終わるように歌を全員で歌う。30秒ちょうどで歌えたら10点。（1秒の長短につき1点減点。） **(9) 三ツ玉リレー** ・2人が各自ボールを持ち、そのボールで1つのボールをはさみ、折 り返し点を回って戻ってくる。	・各種目のブースを設置する。 ・各種目のコーナーに1班ずつ移動する。 ・笛の合図で一斉にゲームをスタートし、次の笛の合図で終了する。 ・1ゲームの制限時間は4分。時間は団体の計画に合わせて変更も可。 ・1ゲーム終了後、記録用紙に得点を記入し、次のコーナーに移動する。 ・ゲームとゲームの間には場所移動や練習の時間を設定する。
まとめ30分	3　後片付けと活動の振り返りをする。 （1）　使用した道具の片付け （2）　表彰式・振り返り	・頑張ったことや、お互いのよかったことなどを発表したり、ワークシートに記入したりする。

○　学校での事後活動【1時間】

＜実践活動の応用・発展＞
・自分たちでゲームをさらに発展させたり、新たなゲームを考えたりして、児童会等のイベントとして行う。

（4）　評価
- ○　ゲームのやり方を理解し、友達と協力して楽しく活動した。　（活動観察・ワークシート・発表）
- ○　友達の活動のよさに気付いた。　（活動観察・ワークシート・発表）
- ○　活動場所や用具の安全に気を配って活動した。　（活動観察）

4　その他
- ○　外での活動ができないときにおすすめです。
- ○　所員に対しての指導の依頼ができますが、5 月下旬～10 月上旬は**カヌーが中止になった団体のみ**行います。

活動計画案10 「星空観測」

1　活動の概要

天体望遠鏡を使って月や星を観察したり、星座等の説明を聞いたりすることができる。新潟県少年自然の家では、近隣の建物からは慣れており、光害がほとんどなく、晴れた日には満天の星空を堪能できる。また、近隣に胎内自然天文館があり、専門家からの説明を聞きながら観察することも可能である。

2　教科・領域等との関連　（小学校学習指導要領　平成29年3月）

【理科】
[第4学年]
B 生命・地球
(4) 月と星
月や星を観察し，月の位置と星の明るさや色及び位置を調べ，月や星の特徴や動きについての考えをもつことができるようにする。
イ 空には，明るさや色の違う星があること。
ウ 星の集まりは，1日のうちでも時刻によって，並び方は変わらないが，位置が変わること。
【特別の教科　道徳】
D ［自然愛護］
［第5学年及び第6学年］
自然の偉大さを知り，自然環境を大切にすること。
D ［感動、畏敬の念］
［第5学年及び第6学年］
美しいものや気高いものに感動する心や人間の力を超えたものに対する畏敬の念をもつこと。

3　指導の実際

（1）　活動のねらい
○ 月や夜空に輝く星から自然の美しさを感じ、主体的に観察することができる。
（学びに向かう力、人間性等）
○ 天体観測を通じて、星の位置の変化と時間経過の関係について、根拠のある予想や仮説を立て、表現することができる。（思考力、判断力、表現力等）
○ 器具などを正しく扱って観察を行い、星の明るさや色の違いを理解する。（知識及び技能）
（2）　準備品
○ 団体・個人で用意するもの：懐中電灯、関連学習に必要な用具（星座早見、方位磁針）、筆記用具等、今日のほしぞら（※国立天文台ホームページより引用可能）
○ 自然の家で貸し出すもの：双眼鏡、天体望遠鏡
（3）　展開例
○ 学校での事前学習【2時間】

＜課題の発見＞
・夜空に見られるたくさんの星にはどのような違いがあるかを話し合う。
・星の明るさや色を調べる。（星座早見の使い方）
＜解決方法の検討・計画＞
○自然体験学習当日、どのような星座が見られるか考えよう。
・自然体験学習当日の星空の様子について、星座早見を使って考える。

○自然の家での学習【30分～1時間】

	児童の活動	活動上の留意点
導入10分	1 活動の説明や注意事項を聞く。 (1) 星空観察の楽しみやねらい (2) 道具の使い方の確認 (3) 注意事項	・明るいうちに天体望遠鏡を組み立て・設置をする。 ・班で活動することを確認し、注意点について具体的に指導する。（足元に注意すること、望遠鏡は触らない、走らない など）
展開40分	2 活動開始 双眼鏡、天体望遠鏡、星座早見を使っての観察例 (1) 方角を知る。北の空を眺めて北極星を探す。 ・北斗七星から ・カシオペア座から (2) 足をしっかり開いてどっしり構えて双眼鏡での観察。 (3) 目印になる明るい星を見つける。 (4) 星座はやみを見ながら、少しずつたどっていくようにする。 (5) 見つけたら、よく見てみよう。（長く見続けているとよく見えてくる。） (6) ときどき、双眼鏡から目を離し肉眼で見る。	・望遠鏡を触ったり目を押し付けたりして見る子がいるので、そーっと覗き込むように促す。 ・人数が多いときは「1人10秒」など時間を決めて待ち時間を短くするよう工夫する。 ・双眼鏡で観察する場合、「どんなふうに、何が見える」など問いかけるなどの余裕をもって実施する。
まとめ10分	3 後片付けと活動の振り返りをする。 (1) 使用した道具の片付け (2) 振り返り	・頑張ったことや、お互いのよかったことなどを発表させたり、 ワークシートに記入させたりする。 ・参加人数の確認をする。

○ 学校での事後学習【1時間】

＜実践活動の応用・発展＞
・活動の振り返り、月や星の動きについて考えを深める。
・月や星、星座について関心をもち、調べたことをまとめる。

（3）評価

○ 友だちと協力し、実際の夜空と星座早見とを見比べて夏の大三角やさそり座などを積極的に探している。（活動観察）

○ 星座早見などを正しく使って，星や星座を観察し，星によって明るさや色に違いがあることを理解している。（活動観察・ワークシート）

4 その他

○ 胎内自然天文館（胎内市夏井 1251-7、℡ 0254-48-0150）；専門家からの説明を受けながらの観察や観測ドームで口径 60 センチ反射望遠鏡を利用することも可能。
（自然の家に減免申請書を提出後に、事前に直接天文館にご相談ください。）

○ 天文館まで自然の家から片道 30 分程度かかる。夜間のため、自然の家のバスは利用できない。

○ 夜間の活動のため、自然の家所員は指導に付けない。

活動計画案11 「野外炊さん」

1　活動の概要

「仲間との関わり」が期待できる活動です。グループ内でのよりよい人間
関係づくりを学ぶことができます。食事を作ることの大変さと大切さを感じられます。力を合わせて作った食事をみんなで食べれば、会話がはずみ、自然に笑顔があふれることでしょう。

2　教科・領域等との関連　（小学校学習指導要領　平成29年3月）

【家庭科】
⑶ 栄養を考えた食事
ア 次のような知識を身に付けること。
（ア） 体に必要な栄養素の種類と主な働きについて理解すること。
（イ） 食品の栄養的な特徴が分かり，料理や食品を組み合わせてとる必要があること を理解すること。
（ウ） 献立を構成する要素が分かり，1食分の献立作成の方法について理解すること。
イ 1食分の献立について栄養のバランスを考え，工夫すること

3　指導の実際

（1） 活動のねらい
○ 調理に必要な材料の分量や手順が分かる。（知識及び技能）
○ 野外炊さんに関心をもち、班との食生活をよりよくしようとする。（学びに向かう力、人間性等）

（2） 準備品
① 団体・個人で準備するもの：食器用洗剤、食器用スポンジ、液体クレンザー、がんこだわし（鍋の焦げ落とし用）※各班に2～3つあるとよい、ふきん、台ふき、キッチンペーパー（拭き取り仕上げ用）、手洗い石けん（適宜）、除菌スプレー（適宜）、マッチまたは点火用ライター、綿の軍手（滑り止め用のゴムがついている軍手は、熱いものに触れたときに溶けてやけどをするおそれがあり、危険です。透明ゴミ袋（残飯やその他の野外炊さん関係用）、割りばし（必要に応じて）、薪代（1回1名につき50円）
② 自然の家で貸し出すもの：炊飯用具や食器（利用の手引き参照）

（3） 展開例
○ 学校での事前学習【7時間】

＜課題の発見＞
・毎日、何を食べるか1週間記録する。
・五大栄養素に分類し、五大栄養素を含む代表的な食材を知るとともに、不足しがちな栄養素を確認する。
＜解決方法の検討・計画＞
①ごはんとみそ汁を作る計画を立てよう。
・米やみそ汁の特徴を調べる。
②ごはんとみそ汁を作ろう。
③栄養満点のカレーを考えよう。
・五大栄養素を満たすカレーを考える。
・役割分担を計画する。

展開 90分	2　炊さん活動・食事準備 （1）調理 （2）食事準備 （3）食事	・かまどを作る。食材それぞれの鍋に入れ火をかける。 ・かま場周辺の机・椅子に食事の準備をする。 ・雨天の場合は、かま場または「まつかさの家」に各団体で用意したレジャーシートを敷いて食事する。
まとめ 60分	3　後片付け 【調理場】 （1）　ごみのしまつ （2）　食器や用具の洗浄 （3）　食器の用具の乾燥 （4）　用具の返納 （5）　調理場の洗浄と床掃除 【かま場】 掃き掃除・グレーチングの片づけ	・「燃えるゴミ」と「燃えないゴミ」に分別してビニル袋に入れ、「燃えるゴミ」は灰捨て場隣のゴミ置き場へ運ぶ。「燃えないゴミ」はゴミ置き場へ運ぶ。ペットボトルのゴミも同様である。（ゴミ袋は団体で用意する） ・引率者が点検し、自然の家所員の確認を受けてから用具を片付ける。（所員確認後、炊さん用具小屋に搬入する。）

○　学校での事後指導【1時間】

＜実践活動の応用・発展＞
・家族に栄養満点のカレーを作る計画を立てる。
・活動の振り返りや生ゴミの計量結果をもとに、調理の改善点や生ゴミを減らす方法について考える。

（4）　評価

○　調理に必要な材料の分量や手順が分かった。　（知識及び技能）
○　野外炊さんに関心をもち、班との食生活をよりしようとしていた。　（学びに向かう力、人間性等）

4　その他

○　カレーライス以外にも、豚汁ライスやカレーうどんも調理することができる。
○　野外炊さんのノウハウが P5～6 に示されているので確認しておく。
○　活動できる期間は、4～11月末まで。（天候等の条件を鑑みて、夜の野外炊さんは9月末まで。

活動計画案12「どんぐり拾い」

1　活動の概要

自然の家には、形や大きさの異なるどんぐりがたくさんあります。また、松ぼっくりもたくさん落ちています。秋の自然を感じながら遊歩道を散策し、生活科の工作の素材を集めることができます。拾ったどんぐりなどを使って、自然の家で工作をすることもできます。

2　教科・領域等との関連　（小学校学習指導要領　平成29年3月）

【生活】

身近な人々、社会及び自然と関わる活動に関する内容

(5) 身近な自然を観察したり、季節や地域の行事に関わったりするなどの活動を通して、それらの違いや特徴を見付けることができ、自然の様子や四季の変化、季節によって生活の様子が変わることに気づくとともに、それらを取り入れ自分の生活を楽しくしようとする。

(6) 身近な自然を利用したり、身近にある物を使ったりするなどして遊ぶ活動を行う。

3　指導の実際（所要時間　2時間～3時間）

（1）　活動のねらい

○ みんなと楽しみながら遊びを創り出そうとする　（学びに向かう力、人間性等）

○ 遊びや遊びに使う物を工夫して作る。　（思考力・判断力・表現力等の基礎）

○ 身近な自然を利用した遊びの面白さや、自然の不思議さに気付く。　（知識及び技能の基礎）

（2）　準備品

① 団体・個人で準備するもの：ビニール袋、軍手

② 自然の家で貸し出すもの：遊歩道マップ、「きみもどんぐり博士になろう」（資料）

（3）　展開例

○ 学校での事前学習【1時間】

＜課題の発見＞

秋の自然を使ったおもちゃ作りをするにあたって、どんなところに行けばどんぐりや松ぼっくりが見つかりそうか、意見を出し合う。→学校の近くではなかなか見つからない。松林やどんぐりの木がたくさんある場所に行く必要性を感じさせる。

＜解決方法の検討・計画＞

①赤松林で有名な自然の家に行く計画を立てる。

②自然の家の遊歩道マップや、どんぐりの木の特徴について調べておく。

○自然の家での学習【2時間】

	児童の活動	活動上の留意点
導入10分	1　説明を聞く 遊歩道を歩く際の注意事項や、どんぐりがたくさん落ちているポイントについて話を聞く。	
展開100分	2　どんぐり拾いをする ・遊歩道マップで現在地を確かめながら、いろいろな形のどんぐりや松ぼっくりを拾う。 3　秋の自然について理解を深める ・拾ったどんぐりの種類を、資料（「きみもどんぐり博士になろう」）などで確かめる。 ・夏から変わったことを話し合う。 4　簡単な工作をする（省略可） ・まつぼっツリー　・どんぐりトトロ　・やじろべえ	・迷子にならないように気を付ける。 ・ツタウルシに注意する。 ・工作を行う場合は、料金が発生する場合がある。（要相談）
まとめ10分	4　活動の振り返りをする ・どんぐりや松ぼっくりなど、秋ならではの自然に触れてみて、感じたことを共有する。	・学校に戻ってから行ってもよい。

○　学校での事後活動【3時間】

＜実践活動の応用・発展＞
・素材の形や大きさ、重さなどを活かしながら、おもちゃ作りをする。
・作ったおもちゃを使った遊びを考えて、みんなで遊ぶ。

（4）　評価

○　みんなと楽しみながら遊びを創り出そうとした。（活動観察・発表）
○　遊びや遊びに使う物を工夫して作った。（活動観察・作品・発表）
○　身近な自然を利用した遊びの面白さや、自然の不思議さに気付いた。（活動観察・ワークシート）

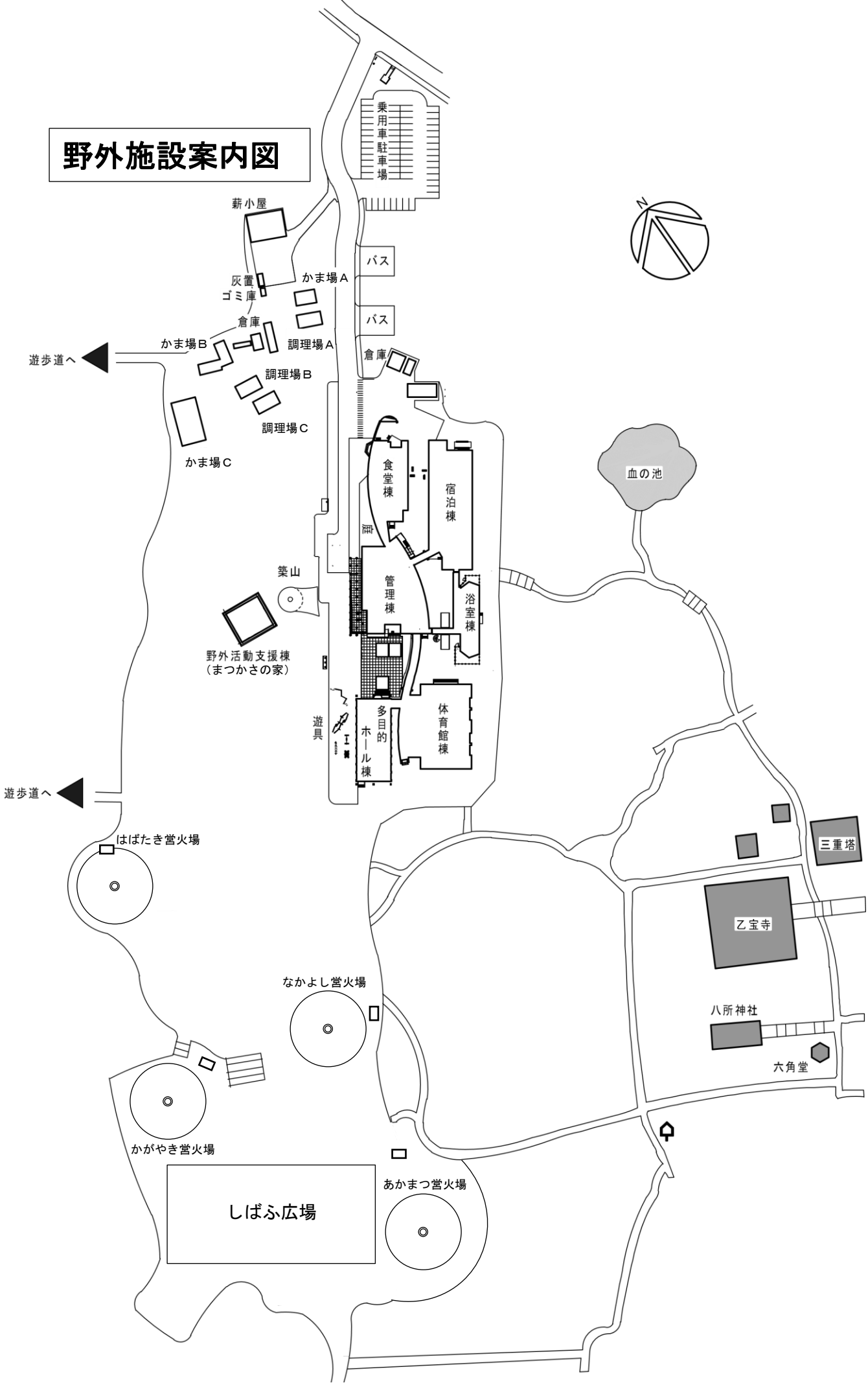
4　その他

○　どんぐりが採れる時期は、例年10月～11月頃です。

令和7(2025)年度　新潟県少年自然の家　主催･企画事業一覧

事業名		令和７年度		ねらい・内容	募集人数・期間	会　場
利用団体 引率指導者研修会	1	4月22日（火）	一日・午後	午前：野外炊さんや野外ゲーム、キャンプファイヤー等、主要な活動について研修します。（希望参加） 午後：同日利用の団体とプログラムの作成・調整を行います。（原則参加） ※5月23日～10月10日利用の団体が対象	5月23日～6月22日に利用する団体	新潟県 少年自然の家
	2	5月13日（火）			6月23日～7月20日に利用する団体	
	3	5月20日（火）			7月21日～9月7日に利用する団体	
	4	6月23日（月）			9月8日～10月10日に利用する団体	
〈県主催事業〉 はつらつ体験塾	ミニ	5月10日（土）	日帰り	不登校・不登校傾向にある児童生徒に、自然体験活動や宿泊体験を通じて集団への適応性や人間関係作りの資質を高められるよう、自立を支援します。 《キャンプについて》 下記の３つのキャンプがあります。 ①ミニキャンプ 日帰りの日程で気軽に参加できます。大人（保護者や担任の先生、適応指導教室の先生等）も一緒に参加することができます。 ②ＦＣ（フレンドリーキャンプ） 参加者が人間関係を結んだり、深めたりできるようなプログラム内容で活動します。 ③ＣＣ（チャレンジキャンプ） 参加者が自主性・積極性を高められるようなプログラム内容で活動します。	『ミニキャンプ』 県内小中学生 ２０名程度＋大人 『ＦＣ・ＣＣ』 県内小中学生 ３０名程度	新潟県 少年自然の家
	FC	6月14日（土）～15日（日）	一泊			
	CC	7月12日（土）～13日（日）	一泊			
	ミニ新潟	8月24日（日）	日帰り			新潟市 アグリパーク
	ミニ柏崎	9月27日（土）	日帰り			柏崎市 夢の森公園
	ミニ	11月15日（土）	日帰り			新潟県 少年自然の家
	FC	12月13日（土）～14日（日）	一泊			
	CC	1月17日（土）～18日（日）	一泊			
新潟ぼうけんクラブ 春・夏 Part1・2・3	1	5月31日（土）～6月　1日（日）	1泊	胎内市を中心とした春、夏の自然環境を舞台とした様々な原体験を行うとともに、こどもたち同士での活動を通したコミュニケーション能力、協調性等の向上を図ります。 ※本事業はPart1～3まで連続してご参加いただく連続事業です。	小学４年生～中学生 ３０名程度	新潟県 少年自然の家 カヌー艇庫
	2	6月28日（土）～29日（日）				
	3	7月26日（土）～27日（日）				
Let's！Interact！ たいない国際交流キャンプ		9月20日（土）～21日（日）	1泊	新潟県内の中高生と留学生が異なる文化や習慣、言語等に触れ、様々な活動を通して互いに理解し、学び合う機会とします。	県内の留学生及び中高生 ５０名程度	新潟県 少年自然の家 カヌー艇庫
自然と遊ぼう！ ちびっこ大集合！		10月4日（土）～5日（日）	1泊	胎内市の自然環境を活かした様々な原体験を通し、体験活動の楽しさを五感を使って感じる機会とします。	３歳～小学２年生とその家族・グループ ５０名程度	新潟県 少年自然の家
新潟ぼうけんクラブ 秋・冬 Part1・2・3	1	10月25日（土）～26日（日）	1泊	胎内市を中心とした秋、冬の自然環境を舞台とした様々な原体験を行うとともに、こどもたち同士での活動を通したコミュニケーション能力、協調性等の向上を図ります。 ※本事業はPart1～3まで連続してご参加いただく連続事業です。	小学４年生～中学生 ３０名程度	新潟県 少年自然の家
	2	11月22日（土）～23日（日）				
	3	12月20日（土）～21日（日）				
いっしょが楽しい！ ふれあい親子キャンプ		11月8日（土）～9日（日）	1泊	家族・グループごとでの様々な活動を通し、体験活動の楽しさを知ってもらうとともに、家族・グループごとの親睦を図ります。	小学生以上の家族・グループ ５０名程度	新潟県 少年自然の家
ウィンターフェスティバル in 胎内		1月31日（土）～2月　1日（日）	1泊	冬の胎内市を舞台に様々な雪遊びを全身を使って楽しむとともに、集団活動を通じたコミュニケーション能力や協調性等の向上を図ります。	小学４年生～中学生 ３０名程度	新潟県 少年自然の家
ちびっこ科学アーティスト		2月28日（土）～3月　1日（日）	1泊	身近なものを使った化学反応、物理現象に触れるとともに、こどもたちの独創性を引き出し、こだわって表現をするきっかけを提供します。	小学生以上の家族・グループ ５０名程度	新潟県 少年自然の家
胎内歴史を巡る旅		3月14日（土）～15日（日）	1泊	胎内市の歴史や文化を学び、体験することで胎内市の魅力を知る機会とします。	どなたでも ３０名程度	新潟県 少年自然の家
プログラム体験会 野外炊さん・カヌー体験		5月24日（土）	日帰り	自然の家でのプログラムである野外炊さんとカヌー活動を体験し、体験活動への理解と技術の習得を行います。	体験活動に興味のある高校生以上の方 ３０名程度	新潟県 少年自然の家 カヌー艇庫
海を守ろうブルーサンタ！		7月21日（月）	日帰り	海辺の散策、清掃活動を行いながら、海を起点とした水の循環や環境問題について学びます。	どなたでも ３０名程度	新潟県 少年自然の家
竹で遊ぼう！ ～流しそうめんと竹クラフト～		8月10日（日）	日帰り	竹を使った様々な体験活動を通し、竹害、環境問題や竹の利活用などを学びます。	小学生以上の家族・グループ ３０名程度	新潟県 少年自然の家 カヌー艇庫
家族でカヌーを楽しもう！ ～水から感じる胎内の自然～	1	9月6日（土）午前の部	日帰り	家族・グループごとにカヌー活動を通じた水上スポーツ、自然体験の良さと危険性を楽しく学びます。	小学４年生以上の家族・グループ 各部３０名程度	新潟県 少年自然の家 カヌー艇庫
	2	9月6日（土）午後の部				
	3	9月7日（日）午前の部				
	4	9月7日（日）午後の部				
たいない ネット利用チュートリアル		10月18日（土）	日帰り	インターネットの利便性と危険性を学び、インターネットを利用する上で必要な知識を得る機会とします。	小学５年生～中学生 （保護者も可） ３０名程度	新潟県 少年自然の家
所長杯 グラウンド・ゴルフ大会	1	11月28日（金）	日帰り	グラウンド・ゴルフでの交流を通し、健康増進を図るとともに親睦を深めます。	６０名程度	新潟県 少年自然の家
	2	2月10日（火）				
刃物に触れよう・向き合おう ～ナイフでクラフト体験～		12月6日（土）	日帰り	刃物を使ったクラフトを通し、刃物の有用性と危険性を学び、身近な刃物に対する理解を深めます。	小学５年生以上・一般 ２０名程度	新潟県 少年自然の家
オリジナルリースで クリスマスを彩ろう！		12月7日（日）	日帰り	リース作りや講座を通し、クリスマスの文化や歴史を楽しく学びます。	小学４年生以上・一般 ３０名程度	新潟県 少年自然の家
自然の家でお正月 ～おもちつき・正月遊び～		1月11日（日）	日帰り	餅つきや様々な正月遊びを通し、日本の正月文化や歴史を楽しく学びます。	小学生以上の家族・グループ ３０名程度	新潟県 少年自然の家
みんなでたき火をしてみよう ～火を知る・使う・感じ取る～		3月7日（土）	日帰り	火おこし体験や火を使った簡単な料理体験を通し、火の有用性と危険性を学び、身近な火に対する理解を深めます。	小学４年生以上・一般 ３０名程度	新潟県 少年自然の家
お外でこんなの作れるの！？ 内緒のアウトドア料理体験会		3月8日（日）	日帰り	屋外での料理体験を通し、野外活動の良さや家族・グループで料理をする楽しさを感じる機会とします。	小学４年生以上・一般 ３０名程度	新潟県 少年自然の家
キャンプ利用 開放Day	1	6月7日（土）～8日（日）	任意	自然の家をキャンプ場として開放することで、施設や胎内市の魅力を知ってもらうとともに、自然体験の良さを感じる機会とします。	各日１０組程度	新潟県 少年自然の家
	2	10月11日（土）～13日（月）				
出前事業		随時 （6月～9月を除く）	-	幅広い年代を対象としたワークショップ指導の他、中学生等のリーダーシップ研修としての依頼も大歓迎です。	-	-

野外施設案内図


乗用車駐車場
薪小屋
バス
バス
灰置
ゴミ庫
かま場A
倉庫
かま場B
調理場A
倉庫
遊歩道へ
調理場B
調理場C
かま場C
食堂棟
宿泊棟
血の池
築山
管理棟
浴室棟
野外活動支援棟
（まつかさの家）
遊具
多目的ホール棟
体育館棟
遊歩道へ
はばたき営火場
三重塔
乙宝寺
なかよし営火場
八所神社
六角堂
かがやき営火場
あかまつ営火場
しばふ広場

新潟県少年自然の家

〒 959-2602　新潟県胎内市乙 1503 番地 166
ＴＥＬ　０２５４（４６）２２２４
ＦＡＸ　０２５４（４６）３０７０
ＵＲＬ　https://www.pref.pref.niigata.lg.jp/site/shizen/

公式ホームページ