

KINBOW

緑と星の2026版活動集

仲間づくりアクティビティ

野外炊飯
絵地図オリエンテーリング
グリーンアドベンチャー
冒険ハイク
だるまちゃん
グループアドベンチャーゲーム
テント泊
キャンプファイヤー

館内アクティビティ

天体観測
竹林整備学習
KINBOWドミノ
スティックポイントゲーム
新聞紙テント
キャンドルファイヤー
クラフト

金峯山登山
母狩〜金峯縦走登山
ロングウォーク

自然交流アクティビティ

自然観察ハイキング
ちびっこ森のオリエンテーリング
ナイトハイク
野宿（ビバーク）
ボンファイヤー
ネイチャーゲーム
雪山たんけん隊
ロングヒップスライダー
そりすべり

山形県金峰少年自然の家（本館）

R 8年度 金峰少年自然の家 緑と星の活動 一覧

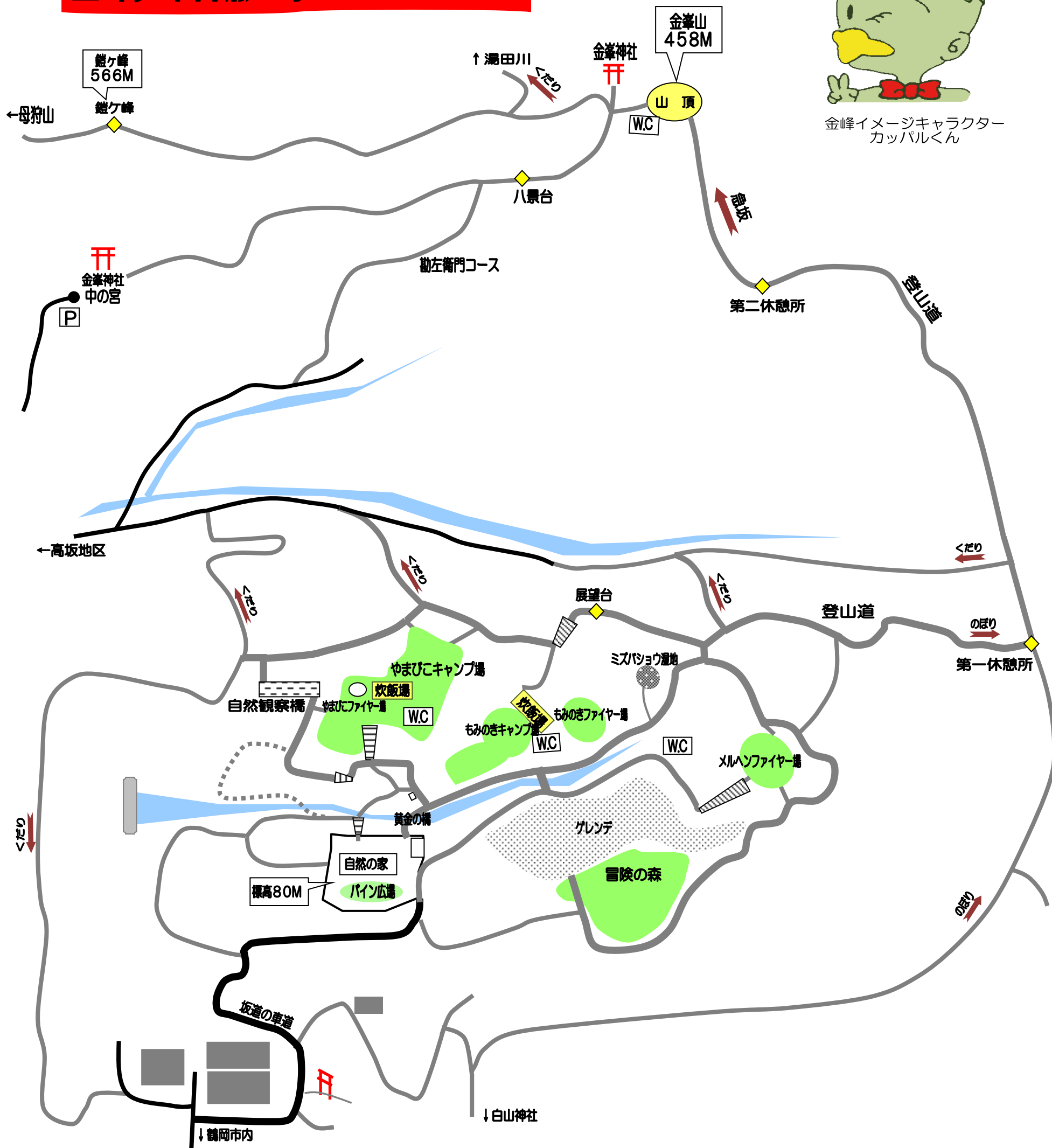
種類	ページ	アクティビティ名	活動のねらい・テーマ				職員の支援					
			◎効果が高い活動 ○効果が期待できる活動				【依頼】 職員・指導員による直接指導 【説明依頼】 職員による説明のみ 【事前】 研修担当が団体引率者に事前に方法などを説明。活動は自主。					
			自然を楽しむ	自然に興味や関心、心を高める	仲間との触れ合い、協調を図る	挑戦し、達成感を味わう	依頼	説明依頼	自主活動	引率者の事前研修 ○ 必須 ●	外部講師等依頼	【備考】 ★★…長靴推奨 ★…長靴必須
	4	野外炊飯			◎	○		○	○	○		在庫：50セット
野外ゲームコースで遊ぶ	11	自然観察ハイキング	◎	◎	○				○	○		
	13	絵地図オリエンテーリング	○	○	◎	◎			○	○		
	15	グリーンアドベンチャー（ショート・ミドル）	◎	◎	○	○			○	○		
	17	冒険ハイク	○		◎	◎			○	○		★★
	19	だるまちゃん	○		◎	◎			○	○		
	21	ちびっこ森のオリエンテーリング	◎	◎	○	○			○	○		★
	24	ナイトハイク		◎	○				○	○		
泊まる森で	26	テント泊		○	◎	○		○	○	○		
	30	ビバーク（野宿）体験		○	◎	◎		○	○	○		
登る・歩く	32	金峯山登山	◎	◎	◎	◎			○	○		
	35	金峯～母狩縦走登山	○	○	◎	◎			○	○		
	38	ロングウォーク			◎	◎			○	○		
かまを火をこむ	39	ボンファイヤー	◎		◎			事前	○	○		
	41	キャンプファイヤー			◎			事前	○	○		貸し衣装あります
野外その他活動	44	ネイチャーゲーム	◎	◎					○	○		
	48	野外グループアドベンチャーゲーム			◎	◎			○	○		
室内で活動する	51	天体観測	◎	◎			○		○		○	
	52	竹林整備学習(竹割り体験・竹炭袋づくり)	○	◎	◎	◎		○	○			
	54	KINBOWドミノ			◎	◎			○			在庫：18箱
	55	スティックポイントゲーム			◎	○			○			5セットあります
	56	室内グループアドベンチャーゲーム			◎	◎			○	○		
	59	新聞紙テント			◎	◎			○			
	61	キャンドルファイヤー			◎			事前	○			貸し衣装あります
冬の活動	62	雪山たんけん隊	◎	◎					○	●		状況によりかんじき着用
	63	ロングヒップスライダー	◎		○			○		●		
		そりすべり	◎		○				○			
工作	64	クラフト		◎		○		○	○	○		

職員の支援ができる時間は 8:40～12:00 13:00～17:00となっております。

金峰少年自然の家 エリアマップ



金峰イメージキャラクター
カッパルくん



金峰では、四季折々の自然を
味わうことができます
オオミスミソウ、カタクリ、
イワウチワ、ギフチョウ、ドングリ
その他

テントサイト	やまびこキャンプ場	テントサイト19張(約90名) 雨天炊飯場: かまど40基 トイレ
	もみのきキャンプ場	テントサイト12張(約60名) 雨天炊飯場: かまど40基 トイレ
	パイン広場	テントサイト12張(約60名) 炊飯用砂場(約6班使用可能)
キャンプ ファイヤー場	やまびこキャンプファイヤー場	(約60名)
	もみのきキャンプファイヤー場	(約50名)
	メルハンキャンプファイヤー場	(約150名)
グレンデ	11,400㎡	



野外活動の中で「野外炊飯」はメインとなるアクティビティの一つです。自然の中で仲間と協力しながら作る炊飯活動の楽しさは格別です。自主性・協力・創意工夫・心と心のふれあいなど様々な面から子どもたちの感性をゆさぶり、「学び」を引き出す総合的なアクティビティです。

1 ねらいとして考えられるもの

グループ・班での活動を通して仲間と協力することの大切さを学ぶ。
自然の中での困難・不便さにも、工夫しながら取り組むことの大切さを学ぶ。



2 野外炊飯の流れ

事前準備

○自然の家に準備してあるもの

- | | |
|-----------------------------|------------------|
| ①炊飯用具一式（1セットで6人分が標準。最大で8人。） | ④かまど用ゴトク（1班1つ） |
| ②食材料（事前に注文） | ⑦たわし（1班1個） |
| ③薪（1班1袋） | ⑩生ゴミネット |
| ⑤スポンジタワシ（1班2個） | ⑥液体洗剤・洗い用クレンザー |
| ⑧ゴミ袋 | ⑨三角コーナー |
| ⑪水ときクレンザー | ⑫生ゴミ用バケツ |
| ⑬灰捨て缶・火ばさみ | ⑭スコップ（炊飯場にありますが） |
- ※⑤～⑩はバケツにセットし、⑪～⑬と一緒に引率の方にお渡します。

○団地で準備するもの

- ☐ マッチやライター・チャッカマン ☐ 焚きつけ用新聞紙
☐ 軍手（滑り止め付やゴム製ではないもの）
☐ ふきん 1班4枚以上（台ふき用2枚、食器ふき用2枚）
☐ メニューを決める。

※スチールタワシやメラミンスポンジは、
用具を傷つけてしまうため、持ち込みは
ご遠慮ください。

※推奨役割分担 児童：コンテナ係2名、食材係2名、薪・火ばさみ係1名
 引率：コンテナ係1名、食材係1名、薪・火ばさみ係1名

①オリエンテーション

- 1 班ごとに集合（本館前・体育館前・食器庫前など）

※2～5は、説明依頼の場合1回目の炊飯時に職員が対応します。

- 2 炊飯の流れについて説明。
 3 炊飯用具の貸し出し＝団体ごと貸し出すコンテナ番号を指定します。
 食器庫から指定された番号のコンテナを運び出します。
 4 炊飯用具の内容確認＝コンテナに入っているものを一つ一つ確認します。
 5 注意事項や連絡
 ・食材のもらい方
 ・食器や器具の洗い方、食器点検、コンテナの返却、水ときクレンザーの塗り方
 薪の受け取り

※オリエンテーションで説明する内容や詳しさは、希望によって増減できます。
 事前にご相談ください。

②材料を受け取る

◎食材受取口のドアを開け、毎回必ず厨房職員にお知らせください。
 受け取りの際は、必ず、団体の引率者または代表者がついてください。
 大人数の団体の場合は混雑しますので、複数名ついていただくとスムーズです。

食器コンテナに入っている、ボウルとざるを取り出します。

- 1 食材受取口に並びます。
 ※油・調味料も一緒に受け取り、使用後に箱ごと食材受取口に返却します。
- 2 自分の班のメニューと人数を、食材配布担当の人（引率者など）に伝えます。
- 3 ボウル、ざるに食材を受け取ります。
- 4 薪置き場で、薪を1班につき1セット受け取ります。

炊飯場へ移動

③炊飯活動

- ・ かまど作りは、ゴトクを使用します。
(雨天時、炊飯かまどの場合は、かまどになべを置くだけでよい)
 - ・ かま、なべの準備ができたなら、水ときクレンザーを底に塗ってから火にかけましょう
 - ・ 風を送る時は、灰がとばないように注意する。
- 食事ができあがり、火の勢いがおさまった班からいただきます。

④後始末

詳細については、別ページ「野外炊飯のあとしまつ」をご覧ください。

コンテナ返却（最後の野外炊飯が終わったら）

- ・ 炊飯場で、事前に団体の引率者で予備点検をすることを必ず行ってください。
(点検ポイントは下記の「食器点検について」をご覧ください。)
- ・ 玄関前で所員の食器点検を受けます。
(必ず、スポンジタワシ、洗い用クレンザー、食器用ふきんを持参してください。)
引率者1名以上ついてください。(子ども達だけで食器点検を受けない)
- ・ 合格した班から、引率者の指示のもと、元の場所（炊飯用具庫のコンテナ番号と同じ棚）にもどします。
- ・ 灰や燃えかすは灰捨て缶に入れ、本館玄関脇の「夜間灰捨て缶置き場」に置いてください。
(注) 水ときクレンザーのたらいは、洗わずにそのまま返してください。

食器点検について

○ねらいとして

「使ったものをしっかりと責任を持って後始末をして返す。」「次に使う人が気持ちよく使えるようにする」というマナーを学ぶ場と位置づけています。

○食器点検では以下のことを点検します。

- ・ 炊飯用具の数がそろっているか。
- ・ きちんと洗ってあるか。
かま、なべのすすなどは、きれいにとれるまで洗い直してもらっています。
- ・ きちんとふいているか（水気がないか）
- ・ 強いにおいが残っていないか。

○団体の人数や班の数によりますが、食器点検の時間は1時間以上かかる場合があります。

○当日の自主活動に備え、野外炊飯などの体験ができる「指導者講習会」や、事前下見などの機会を提供しています。利用団体を引率する方には、実際の活動の流れを事前に体験していただくことをお勧めしています。

団体のねらいに合わせて 卓上ガス炊飯・携帯ガス炊飯もできます！

◇なべ・かま ⇒ 「コッヘル2つ」

◇薪・クレンザー ⇒ 「卓上ガスコンロ（または携帯ガスコンロ）・ボンベ」

※ 館内（食堂等）で実施する場合は、洗い場が2箇所使えます。

↳（玄関脇水場・パイン広場テラス）

※ 炊飯活動の流れは薪炊飯と同じ。

※ 卓上ガスコンロ…約60台 携帯ガスコンロ…約20台

※ 使用例…卓上ガスコンロ：食堂、体育館、由良海での調理に適しています。

ごはんのたぎかた

① おこめをとごう



② みずをはかう



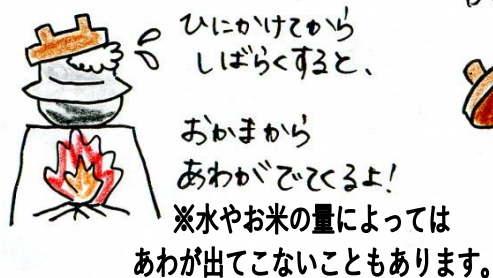
③ クレンザーをぬってもらおう



④ ひにかけよう



⑤ おかまのかんさつ



野外炊飯のあとしまつ

☆多くの団体が利用する施設です。炊飯場およびテントサイトのあとしまつは確実にお願いします。

1 灰や炭のあとしまつ

① 灰や炭をあつめる。

燃え残りの木は水を掛けずに、灰捨て缶に集め、ふたをして、鎮火します。

※やまびこ・もみのきで使用する灰捨て缶置き場は、体育館わき

※パイン広場の灰捨て缶置き場は、テラス脇

※灰を拾うスコップは、各炊飯場にあります。

注意）カマドやたき火には水をかけないでください。



② しっかり消火の確認。

消火の確認ができれば、灰捨て缶を本館玄関脇の「夜間灰捨て缶置き場」に置いてください。

翌日、確実に火が消えたことを確認してから、所員が片付けを行います。

③ ゴトクは熱が冷めたのを確認してから返却します。

※ゴトクを片付ける場所

もみのきキャンプ場・もみのき炊飯場 やまびこキャンプ場・やまびこ炊飯場

パイン広場・テラスわき

※雨天炊飯場のカマドを使用した場合も、灰のしまつの仕方は同じです。



2 ゴミのあとしまつ

1回の炊飯ごとに、ゴミのあとしまつをお願いします。

(置きっぱなしだとカラスや熊、猿などが荒らすことがあります。)

① 三角コーナーの野菜くず、食べ残し、流しの下のごみうけにたまった生ゴミ類

生ゴミ小屋（食材受取口の向かい側）に用意されている、

「生ゴミバケツ」にビニール袋をかぶせて、炊飯場所に持って行きます。

生ゴミをすべて集め終わったら、袋の口を結び、バケツごと生ゴミ小屋に戻してください。

※次の炊飯がある場合は、新しい生ゴミバケツをご使用ください。

※三角コーナーネットは、燃えるごみに捨ててください。

② その他炊飯活動で出たゴミ

ジュースパック、割りばし、汚れのついたビニール類、

三角コーナーネットは茶色のゴミ袋に入れ、本館玄関前の

リサイクルステーションに置いてください。



3 水場・用具のあとしまつ

① 炊飯場の水場はたわしを使ってきれいにし、排水口の中身や流し下のごみ受けにたまった生ゴミ類は生ゴミとして処理し、床はほうきで掃除をします。

② バケツに入った洗剤やクレンザー、三角コーナーは、玄関脇の炊飯用具置き場にもどします。

③ （注）釜・鍋用の「水ときクレンザーのたらい」は、洗わずにそのまま返してください。

④ 食材と一緒に受け取った「サラダ油・しょうゆ」などは、「食材受取口」に返却してください。

⑤ 水を出しっぱなしにしない、その都度蛇口を閉めるなど、節水へのご協力をお願いします。

4 釜、鍋、食器類のあとしまつ

① 釜、鍋、食器、用具をきれいに洗います。洗剤類は、自然の家で準備したものをお使いください。

② 最後の野外炊飯が終わったら、玄関前で職員の「食器点検」を受け、コンテナを食器庫の棚にもどします。この時、引率者が1名以上ついてください。（子ども達だけで食器点検を受けない）

5 食器点検について

○食器点検では以下のことを点検します。

- ・炊飯用具の数がそろっているか
- ・きちんと洗ってあるか（かま、なべのすすなどは、きれいにとれるまで洗い直してもらっています）
- ・きちんとふいているか（水気がないか）、強いにおいがないかなど

○ねらいとして

「使ったものをしっかりと責任を持って後始末をして返す。」

「次に使う人が気持ちよく使えるようにする」

というマナーを学ぶ場と位置づけています。

○団体の人数や班の数によりますが、食器点検の時間は1時間以上かかる場合があります。

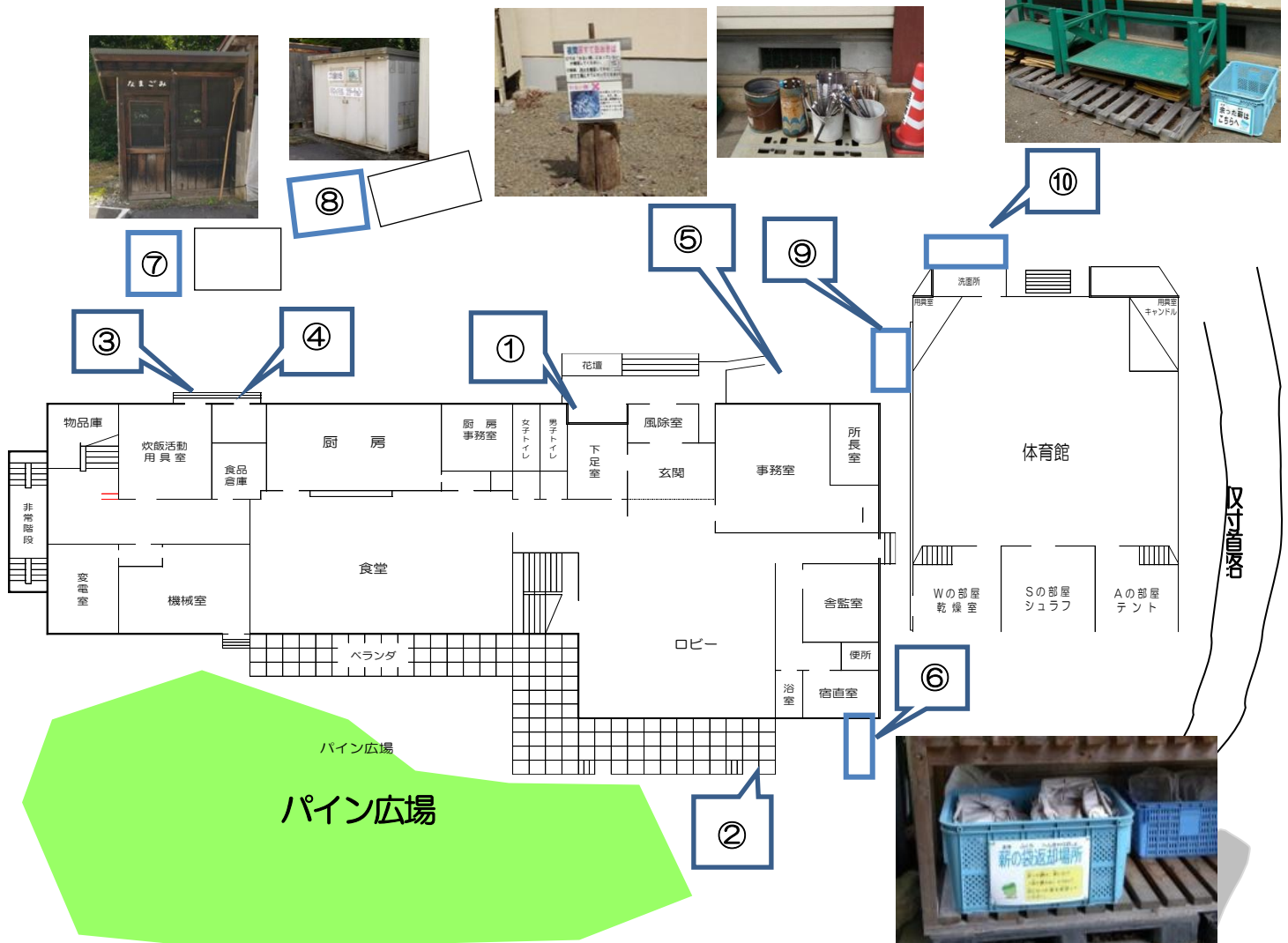
6 その他

○以下の物品が不足した場合は、研修担当にお声がけください。

燃やすゴミ袋（茶色の指定袋）、三角コーナー用ネット、中性洗剤、クレンザー、
釜・鍋用水溶きクレンザー

7 配置図

- | | |
|---------------------|------------------|
| ① 玄関前流し台（蛇口5個） | ② パイン広場流し台（蛇口2個） |
| ③ 「食器庫」入口（コンテナ保管場所） | ④ 「食材受取口」入口 |
| ⑤ 夜間灰捨て缶置き場（看板あり） | ⑥ 使用後の「薪の袋」返却場所 |
| ⑦ 生ゴミ小屋 | ⑧ リサイクルステーション |
| ⑨ 灰捨て缶置き場（使用前・使用后） | ⑩ 薪置き場 |



お弁当について

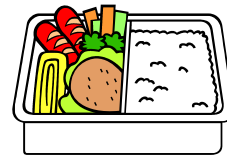
★「カップル弁当」「登山弁当」の受け取りについて

- ・カップル弁当…11:30～食堂にて受け取ることができます。
 - ・登山弁当…7:30～食堂にて受け取ることができます。
- ※由良活動での受け取り…11:30頃に由良コミセン正面玄関に届きます。

自然の家の台車がありますので、ご利用ください。

※由良での弁当を受け渡す場合は、段ボールに保冷剤と弁当を入れてお渡しします。

それ以降の管理については、団体で責任を持って管理するようお願いします。

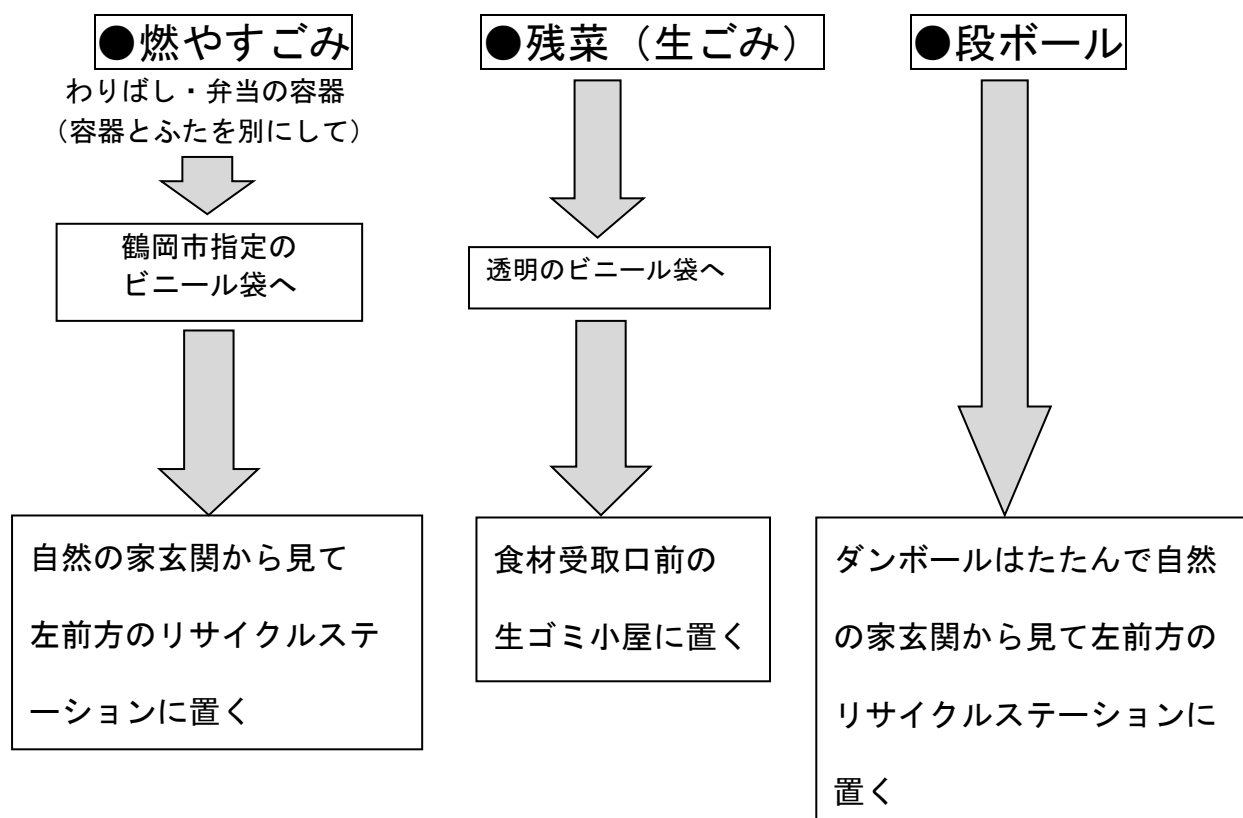


★「持参弁当」のあとしまつ

- ・持参したお弁当のゴミはすべて持ち帰りとなります。団体でゴミ袋の準備をお願いします。
- ただし、連泊中などにおいて、食べ残しや生ゴミが出た場合の処分の仕方については、職員にご相談ください。

★「カップル弁当」「登山弁当」のあとしまつ

【分別しゴミ置き場に運ぶ】



※補助食などで注文したものについて

缶ジュース
紙パック飲料
段ボール

回収袋につぶさないで入れる。
たたんで燃やすごみ袋に入れる。
たたみます。

いずれもリサイクルステーションに置いてください。

※由良での活動中に食べた弁当から出たゴミ類は、金峰職員にお渡しください。

●お弁当選びのワンポイントアドバイス●

- ◇カップル弁当（幕の内弁当） → 活動時間を確保したい時、由良・海の活動に最適。
- ◇登山弁当（持ち運びしやすい形の容器） → 登山や活動中の昼食に最適。
- ◇おにぎりパック（おにぎり2個）＋ 登山おやつ → 登山弁当以外の活動中におすすめ。

【全学年対象ゲーム】

【幼児～対象ゲーム】

【小学3年以上対象ゲーム】

時間 対象	1 時間～	1 時間30分～	2 時間～
 小学3年以上 幼児～	○グリーンアドベンチャー （ショート） ●だるまちゃん ●ちびっこ森の オリエンテーリング	●冒険ハイク ○グリーンアドベンチャー （ミドル） ○絵地図OL（ショート）	○絵地図OL（ミドル）
全学年向け	※●ナイトハイク ※●自然観察ハイク		

☆野外ゲームをするにあたり、引率者による事前のコース下見をお願いしております。



仲間づくりアクティビティ

だるまちゃん



自然の家のエリアにあるポイント地図をたよりに、まわりながら野山を歩きます。ポイントでは、アスレチックを織り交ぜた、冒険的な課題や自然的な課題に挑戦します。
比較的短い時間でできるコースです。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・ 自然と触れ合い、自然に親しむ。
- ・ 自然への気づきや感性を育む。
- ・ グループ・班での活動を通して仲間と協力することの大切さを学ぶ。

☆子どもたちの感性と頭脳、体力、班のチームワークが必要になるアクティビティです。

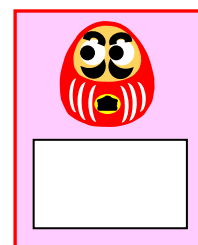
☆低学年から中学年向きの冒険的コース設定になっています。

2 活動場所と所要時間

- ・ コース名・・・だるまちゃんコース
- ・ 所要時間・・・1時間～1時間30分

3 準備するもの

- ・ 自然の家で貸し出しできるもの（各グループ・班1つずつ）
○たんけんバッグ ○だるまちゃんコースマップ ○クマ鈴
- ・ 団地で準備していただくもの
※特にありません。
- ・ 服 装
○野外を歩くのに適した服装（長そで・長ズボン）
○天候によっては雨具・長靴 ○帽子 ○軍手 ○首タオル



4 活動の進め方の例 ●配慮事項 ■引率・指導者の動き

(1) 活動のやり方・ルール進め方を説明する。

活動のやり方

- ①コース上にある「矢印表示」を手がかりにしながら、コースを進む。
- ②コース上の「チェックポイント」プレートの課題を解決しながら進んでいく。
説明用のプレート（自然の家で貸し出し可）で説明します。
- ③チェックポイントの課題をクリアしながら、ゴールまでたどり着く。

この矢印表示をたどってコースを進む。

コースの途中にあるプレートの課題をときながら活動。

(2) 活動中の注意事項について話をする。

注意事項

- ◆植物や虫を採集したり、いたずらしたりしない。
- ◆田や畑、果樹園に入らない。
- ◆クマ・ヘビ・ハチ・ウルシ・マダニに注意（自然の家に写真有り）
- ◆下り坂は走らない。
- ◆ゲームプレート類にいたずらをしない。
- ◆グループ・班で活動する場合は、一緒に行動する。
- ◆植物や生き物（カエルなど）にさわった手で顔や目にふれない。

(3) 活動スタート

- グループ・班ごと時間差（5～10分）をつけてスタート
- 引率・指導者はまちがしやすいポイントに待機または、同行・巡回し、安全管理・支援をする。

(4) ゴールしたグループからふりかえり、わかちあい

※ふりかえり・わかちあい

●ふりかえり活動の例

- 例1) 活動しての感想や気付いたこと（仲間との関わり、がんばりなど）を発表し合う。
- 例2) 自然の中での発見（見つけた物、聞いた音など）について発表し合う。

■気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援

(5) 用具の後始末・返却



自然交流アクティビティ

ちびっこ森のオリエンテーリング



自然観察のコースをまわりながら、自然と触れ合うことができるミッションを散りばめたアクティビティで、低中学年・幼児向けの内容です。小さいお子さんでも森を感じながら楽しく散策することができます。

1 ねらいとして考えられるもの

☆自然を感じるプログラム

「森の宝探し」をしながら、自然観察。「サイレントウォーク」で森の音を聞き、
「でこぼこの山道」大地をふみしめながら、がんばって山歩き。

☆アスレチックにチャレンジ

もみの木広場周辺にあるアスレチックを体験。森の中で思い切り体を動かして遊ぶ。

2 活動場所

・「自然観察ハイキングコース」および自然の家周辺の森

3 所要時間

・約1時間～調整可能

コースの全体ではなく、一部を使う方法も可能です。
学校、園のねらいや、児童の実態に合わせてご活用ください。

4 準備するもの

・各学校、園で準備していただく物

○チャレンジャーカード…ひとり1枚ずつ持ちます

カードの原版を配布させていただきます。

各学校、園で印刷してください。

穴をあけ、ひもを通し、首から下げられるようにすると便利です。

○カード用シール…「オリエンテーション」にチャレンジしたときに、カードに貼るシールです。

幼稚園・保育園で使っている出欠シールの大きさに作ってあります。

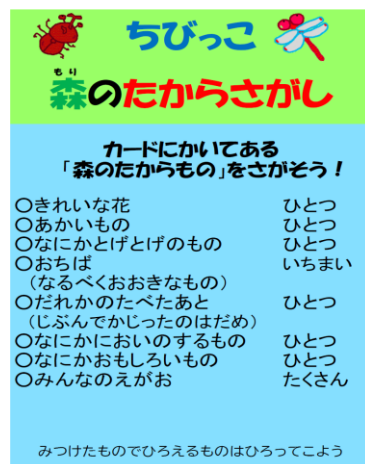
余っているシール（お休みシールなど）を活用ください。



↑カード表

○森の宝物入れ =ひとり1つ

ネイチャーゲーム「たからさがし」をしながらコースを進みます。森の宝物として拾ったものを入れる袋や入れ物を1つ持たせると、「自分が見つけた森の宝物」という実感を持ちながら活動できると思います。学校、園で、事前に牛乳パック等で「宝物入れバック」を作って、それを使うというのもよいと思います。



↑カード裏（たからさがしカード）

このチャレンジカード
は、自然の家 HP
「各種活動の資料」
のページより
ダウンロードできます。

- ・金峰少年自然の家に準備してある物

○ちびっこ森のオリエンテーリングマップ・引率の先生方用

コース中にある番号のところにミッションのプレートがあります。マップや案内の矢印を手がかりにコースをまわります。コースマップは引率の先生方が持ち、子どもたちが迷ったときに支援をしてください。

- ・服 装

- 野外を歩くのに適した服装（長そで・長ズボンが好ましい）
- 帽子
- 軍手
- 首タオル
- 天候によっては雨具・長靴

【活動の進め方】

- ①初めに、全体に「オリエンテーリング」のやり方を説明します。

説明例（ ）は説明の時に提示する物

- ・コース案内の矢印をたどりながら、オリエンテーリングをしていきます。

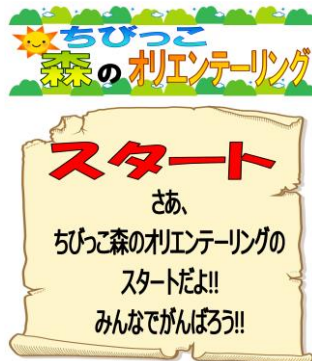
（コース案内矢印プレート）

- ・コースの途中にある課題「オリエンテーリング」にチャレンジしながら、コースをまわります。

（「オリエンテーリング」プレート例）



↑ コース案内矢印



↑ オリエンテーリングプレート例

- ②グループごと、または全員一緒にコースをまわります。ゴール目指して、「オリエンテーリング」にスタートをします。グループごとの活動であれば、3～5分の間隔をあけてスタートします。
- ③1～8までの「オリエンテーリング」にチャレンジしたら、カードの番号のところにシールをはっていきます。（スタート前にポイント4のお題を確認してください）

※ 「クリアすること」にこだわることはありません。特にアスレチックは、「できた」

「できない」よりも、頑張ってチャレンジすることを大切にという考えでコース設定してあります。「頑張ったね!! ペタッ!」と貼ってあげてください。

- ④ グループで活動する際は、先生方が一人ずつグループと一緒に活動できるとベストです。
- ⑤ ゴールした後、「たからさがし」で見つけてきたものを発表し合います。

＝必ずこのコースをフルで活用しなければならないということはありません。

ねらい、子どもたちの実態に合わせて活用してみてください＝

☆ 休憩しながら活動してもOK。

☆ 学校、園のねらいにあわせて、コースの一部を使った活動もOK。

例）・スキー場で虫とりをしたあとで、アスレチック部分だけを活用する。

・前半部分（展望台まで）をまわり、後半は広場を使って自由に遊ぶ。



自然交流アクティビティ

ナイトハイク



夜の森の自然は、日中に見ていた自然とは全く違った姿にみえます。暗闇の中から聞こえてくる様々な音、星空、夜にしか感じるることのできない「自然」を味わうことのできるアクティビティです。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・夜の森のハイキングを通して、自然の不思議さや自然の営みを感じる。

2 活動場所

- ・「ナイトハイクコースマップ」（次ページ「コースマップ」参照）

3 所要時間

- ・約1時間～1時間半

※ねらいにあわせたコース設定で時間も調整できます。

詳しい進め方の例は「活動の進め方の例」を参考にしてください。

4 準備するもの

- ・団地で準備していただくもの

○必要に応じて懐中電灯・ヘッドランプ

※生き物のすみかである山に夜は入っていく＝生き物の生活を第一に考えながらハイキングするという視点で提供しているプログラムです。指導者が安全管理のために、または、班に1つ程度準備。

- ・服装

○野外を歩くのに適した服装（長そで・長ズボンが好ましい） ○帽子 ○軍手 ○首タオル

○天候によっては雨具・長靴

☆いわゆる「きもだめし」ではなく、暗闇の中を静かに歩き、自然の奥深さや神秘性を感じさせるような運営をおすすめします。

5 活動の進め方 ●配慮事項 ■引率・指導者の動き

(1) 明るいうちにナイトハイクのコースを歩く

- 昼と夜の里山の雰囲気の違いを味わうために、明るいうちにみんなで下見ウォークすることをおすすめします。

(2) 活動中の注意事項について話をする。

- ・「矢印表示」をたどりながらコースを回ります。見本の矢印は玄関にあります。

※活動のやり方によって説明内容が変わってきます。「活動のヒント」を参考にしてみてください。

注意事項

- ◆植物や虫を採集したり、いたずらしたりしない。 ◆ゲームプレート類にいたずらをしない
- ◆クマ・ヘビ・ハチ・ウルシ・マダニに注意 ◆暗いので、足元に注意。走らない。押さない。
- ◆グループ・班で活動する場合は、一緒に行動する。 ◆植物や生き物にさわった手で顔や目にふれない。

(3) 活動スタート

- グループ・班ごと時間差（5～10分）をつけてスタート

- 引率・指導者は、同行または巡回し、支援。夜なので最後に人数確認を必ず行ってください。

※自然の家に着いたら玄関にあるマダニブラシで必ず体をはらい合ってください。

(4) ふりかえり・わかちあい

- ふりかえり活動の例

例1) 活動しての感想や気付いたことを発表し合う。

例2) コースをまわりながら見つけたもの、聞いた音などについて発表し合う。

- 気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援

活動のヒント＝ねらいによっていろいろなパターンで＝

【パターン1 夜の自然をじっくり感じさせたい①

＝指導者先導・同行型のナイトハイク＝

★★団体の規模や先導できる指導者の数によって、先導できる指導者の数を配慮してグループ編成をします。

夜の自然にどっぷりと浸らせたい時はこんな進め方でやってみましょう。

- ・あえて懐中電灯やヘッドランプはもたないで、歩く。

- じっくり夜の自然にひたるには最適。はじめは真っ暗でなにも見えなくても、しばらくすると目が慣れてきて、足下のでこぼこを感じ始めるはず。指導者や引率者が一緒に歩くので、声をかけてあげれば意外に安全です。

- ・コースの途中で、たちどまり夜の森の音に耳を澄ます

- 途中たちどまり、「10秒から20秒ほどだまって、どんな音が聞こえるか耳を澄ましてみましょう」と指示して、あえて耳を澄ます時間を作ってみましょう。フクロウなどの動物の鳴き声、風の音、いろいろな発見があるはず。

★★この場合、一番大切なのは指導者や引率者です。子どもたちが大きな声を出したり、さわいだりせず、静かに森に入って歩くように「雰囲気作り」をすることが大切です。★★

＝子どもたちだけのナイトハイク＝】

★★「矢印表示」を見つけるため、班で1つ懐中電灯を持ってもよいでしょう。★★

＝シンプルに夜景を見に行くことだけを目的にした＝

■短い時間（往復約1時間）で活動することができます。





自然交流アクティビティ

自然観察ハイキング



金峰の自然は四季折々、春の芽吹き、新緑、夏の緑と躍動する生き物たち、秋の紅葉、冬景色など変化に富んだ美しい姿をみせてくれます。「自然観察コース」を歩きながら、それぞれの観察ポイントで、五感を通して自然観察をしながら、自然とのふれあいを楽しむアクティビティです。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・周辺の自然散策や自然観察を通して、
 - 自然を大切にすることをはぐくむ。
 - 自然の仕組みについて興味や関心を持たせる。
 - 自然に触れ、自然に親しむ。

2 活動場所

- ・「自然観察ハイキングコース」

3 所要時間

- ・約1時間～（調整可能）

4 準備するもの

- ・自然の家で貸し出しできるもの
 - 自然観察ハイキングマップ ○たんけんバッグ ○クマ鈴 ○筆記用具
- ・団体に準備していただくもの（団体ごとの活動に応じて準備してください）
 - 自然観察用紙（団体のねらいにあわせてオリジナルのもの）
 - ★散策をしながら拾ったものを入れるもの（ビニール袋や牛乳パックで自作したバックなど）を用意すると実際に「触れる」活動が入り、より楽しめる活動になります。
- ・服 装
 - 野外を歩くのに適した服装（長そで・長ズボン・帽子・首タオル）

☆活動予定時間、滞在時間に応じてコース設定を短くするなどオリジナルコースでの活動も可能です。

☆団体のねらいにあわせて、いろいろなパターンで活動ができるアクティビティです。子ども達の実態に合わせてアレンジしてください。

5 活動のすすめ方

●配慮事項

■引率・指導者の動き

- （1）道具を配る（自然観察ハイキングマップ・たんけんバッグ・観察用紙など）
- （2）活動のやり方・ルール・進め方を説明する。

活動のやり方

- ①自然観察ハイキングマップ、または案内の矢印プレートにそって、コースを回る。
 - ②マップの①～⑩の番号のところに、自然観察ポイント看板があるので、その看板にかかれた「課題」をグループや個人で体験しながら進む。
- ※職員の説明や掲示の情報板などで、コース状況（植物・路面など）を確認ください。

- （3）活動中の注意事項について話をする。

注意事項

- ◆植物や虫を採集したり、いたずらしたりしない。
- ◆クマ・ヘビ・ハチ・ウルシ・マダニに注意（自然の家に写真有り）
- ◆植物や生き物（カエルなど）にさわった手で顔や目にふれない。
- ◆下り坂は走らない。
- ◆ゴミは必ず持ち帰る。

- （4）活動スタート

「グループ・班ごと」「全員一緒」「個々」などの活動形態に合わせてスタート

- グループ・班ごとの場合、時間差をつけてスタート
- 引率・指導者は、同行または巡回して支援する。

- （5）コースを回り終えたら「ふりかえり・わかちあい」活動

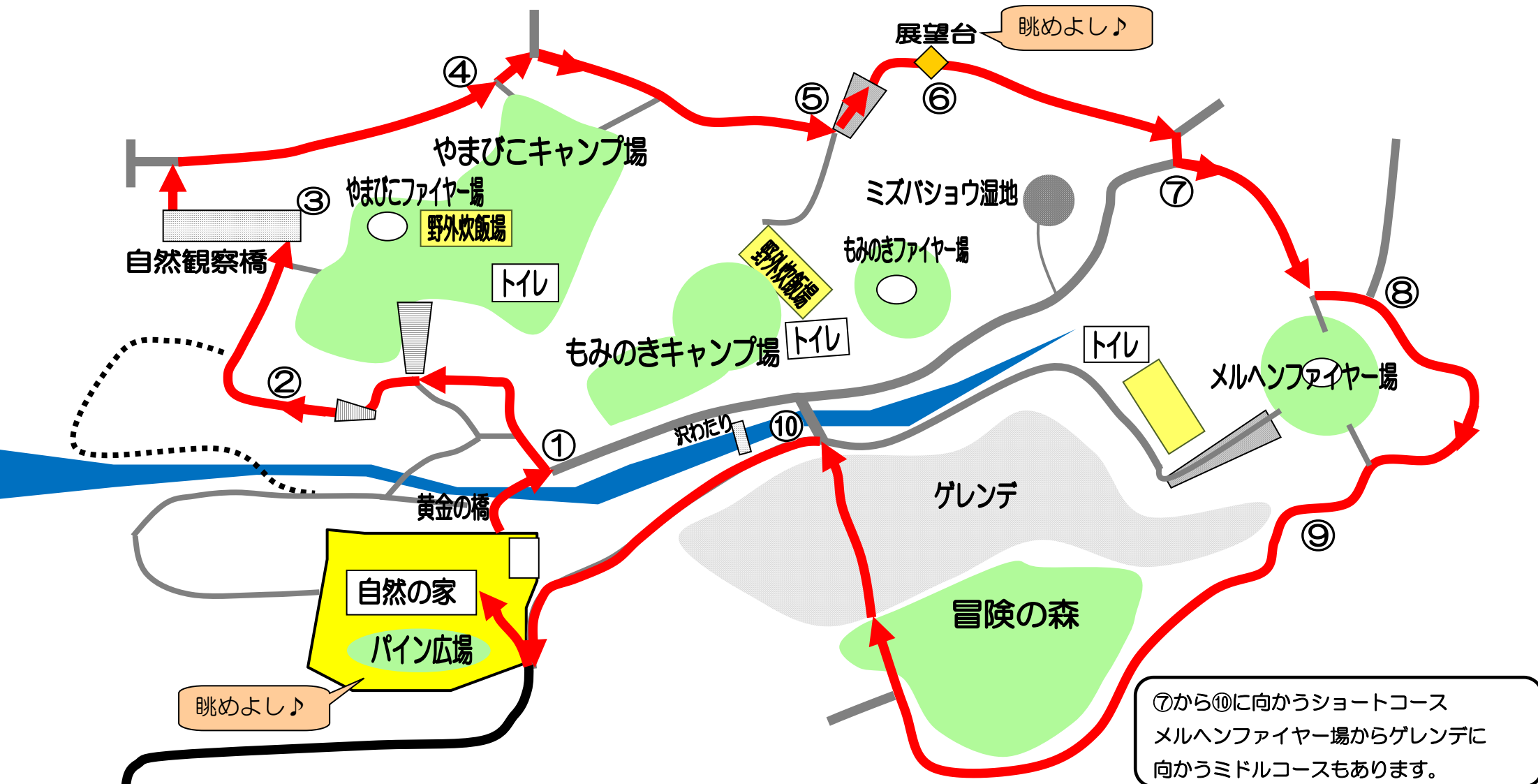
- ふりかえり活動の例

例1）コースをまわりながら見つけたもの、聞いた音などについて発表し合う。

例2）拾ってきたものを見せ合う。

- 気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援する。

- （6）用具の後始末・返却



自然観察ハイキング

1時間～（調整可能）

自然観察 →

青いプレートと白い矢印にそって進みましょう
①②…と番号のところに観察ポイントがあります



仲間づくりアクティビティ

絵地図オリエンテーリング



オリエンテーリングは、普通「OL」と略して言われ、ドイツ語で「方向を定めて走る」という意味です。山野に設けられたオリエンテーリングポストを地図で見つけ出し、制限時間内にゴールする活動です。

金峰少年自然の家のオリエンテーリングは、小学生でも取り組みやすいように、コンパスを使わずに絵地図によってポイントを探して歩き、協力して文字を集める活動になっています。ポイントでチェックした「ひらがな」を並べかえ、「文章をつくる」というゲーム感覚も取り入れています。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・自然の中を歩き回することで、冒険心や自然事象に対する好奇心を育む。
- ・グループ、班での活動を通して仲間と協力することの大切さを学ぶ。

2 活動場所

- ・「絵地図オリエンテーリングコース」（次ページ「コースマップ」参照）

3 所要時間（山から戻って、ひらがなを並べ替える時間を含む）

- ・ショートコース（ポスト No.①～⑩を見つける） 約1時間30分～
- ・ミドルコースコース（ポスト No.①～⑮を見つける） 約2時間～

4 準備するもの

- ・自然の家で貸し出しできるもの
 - 「絵地図オリエンテーリングマップ」 ○たんけんバッグ ○解答用紙
 - 筆記用具 ○クマ鈴
- ・服装
 - 野外を歩くのに適した服装（長そで・長ズボン） ○帽子 ○軍手
 - 首タオル ○天候によっては雨具・長靴

☆矢印がないので、班で絵地図を見ながら相談することが大切で、仲間作りに最適な活動です。

☆長さが異なる2コースから選べるので、子どもたちの実態や設定時間にあわせて活動できます。



6 活動の進め方の例

●配慮事項 ■引率・指導者の動き

- (1) 道具を配る（マップ・たんけんバッグ）
- (2) 活動のやり方・ルール進め方を説明する。

活動のやり方

チェックポイントにあるひらがなを集め、最後に並べ替えて文章をつくります。

- ①絵地図オリエンテーリングマップをみながら、マップ上の①～⑮の○数字のポイントを目指して進みます。
- ②ポイントを回る順番は番号順でなくてよい。
※スタート地点から遠いところから、近いところからなど、グループで相談して、回る順番を決める。
- ③マップの番号がある周辺に、白とオレンジのOLプレート（マップ参照）があるので、それを見つける。
- ④プレートに番号と「ひらがな」ひと文字がついているので、その文字を解答用紙の同じ番号の覧に書く。
- ⑤すべてのプレートを見つけ出し、「ひらがな」集めていく。
※実施するコースによって探すポイントの番号を伝える
- ⑥ひらがなすべてを集めたら（スタート地点へもどり）
ならべかえて文章にして解答覧に書く。

ショート ①～⑩
ミドル ①～⑮

- (3) 活動中の注意事項について話をする。

注意事項

- ◆植物や虫を採集したり、いたずらしたりしない。
- ◆田や畑、果樹園に入らない。
- ◆クマ・ヘビ・ハチ・ウルシ・マダニに注意（自然の家に写真有り）
- ◆下り坂は走らない。
- ◆ゲームプレート類にいたずらをしない。
- ◆グループ・班で活動する場合は、一緒に行動する。
- ◆植物や生き物（カエルなど）にさわった手で顔や目にふれない。

- (4) 活動スタート

- グループ・班ごとスタート（時間差をつけても、一斉にスタートでも、どちらでも可）
- 引率・指導者は、まちがしやすいポイントに待機、同行または巡回し、安全管理、支援。

- (5) ゴールしたグループから、または全員がゴールしたら、答え合わせ

- (6) ふりかえり・わかちあい

- ふりかえり活動の例

例1）活動しての感想や気付いたこと（仲間との関わり、がんばりなど）を発表し合う。

例2）自然の中での発見（見つけた物、聞いた音など）について発表し合う。

- 気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援

- (7) 用具の後始末・返却



絵地図オリエンテーリング

ショート	①～⑩	1時間30分～
ミドル	①～⑮	2時間～



自然交流・仲間づくりアクティビティ

グリーンアドベンチャー



地図を見ながら、チェックポイントを探して山野を歩き、クイズに答えるゲームです。植物・森の生き物について学びながら活動できます。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・ゲーム感覚で植物、樹木や森の生き物に親しみながら、自然の仕組み、営みを感じる。
- ・班行動を通して、協力することの大切さも学ぶ。

2 活動場所

- ・「グリーンアドベンチャーコース」

3 所要時間

- ・ショートコース ①～⑩ 1時間～
- ・ミドルコース ①～⑮ 1時間30分～

☆楽しみながら自然を学べるアクティビティです。
☆グループ・班ごとの活動にすることで「仲間作り」活動にもなります。
☆長さが異なる2コースから選べるので、子どもたちの実態や設定時間にあわせて活動できます。

4 準備するもの

- ・自然の家で貸し出しできるもの ○コースマップ ○解答用紙 ○たんけんバッグ
○筆記用具 ○クマ鈴
- ・服装 ○野外を歩くのに適した服装（長そで・長ズボン）
○帽子 ○軍手 ○首タオル ○天候によっては雨具・長靴

GA
3**5 活動の進め方の例**

●配慮事項

■引率・指導者の動き

- (1) 道具を配る（グリーンアドベンチャーコースマップ・たんけんバッグ）
- (2) 活動のやり方・ルール進め方を説明する。

活動のやり方

- ① グリーンアドベンチャーコースマップをみながら、マップ上の①～⑮のポイントを目指して進む。
- ②マップの番号がある周辺に、黒地に緑色の文字で「GA」のプレートがついた木があるので探し当てる。
- ③木を見つけたら、クイズに答える。
- ④クイズの答えは、「解答用紙」に書き込む。
- ⑤すべての番号を探し当て、答えを書いたら終了→スタート地点へ戻ってゴール。
- ⑥ポイントを回る順番は番号順でなくてよい。
※スタート地点から遠いところから、近いところからなど、グループで相談して、回る順番を決める。
- ⑦ゴールしたら、答え合わせ。

コースの途中にあるプレートの課題を解決しながら活動。

- (3) 活動中の注意事項について話をする。

注意事項

- ◆植物や虫を採集したり、いたずらしたりしない。 ◆田や畑、果樹園に入らない。
- ◆クマ・ヘビ・ハチ・ウルシ・マダニに注意（自然の家に写真有り） ◆下り坂は走らない。
- ◆ゲームプレート類にいたずらをしない。 ◆グループ・班で活動する場合は、一緒に行動する。
- ◆植物や生き物（カエルなど）にさわった手で顔や目にふれない。

- (4) 活動スタート

●グループ・班ごとスタート（時間差をつけても、一斉にスタートでもどちらでも可）

■引率・指導者は、同行または巡回し、支援。

- (5) ゴールしたグループから、または全員がゴールしたら、答え合わせ。

- (6) ふりかえり・わかちあい

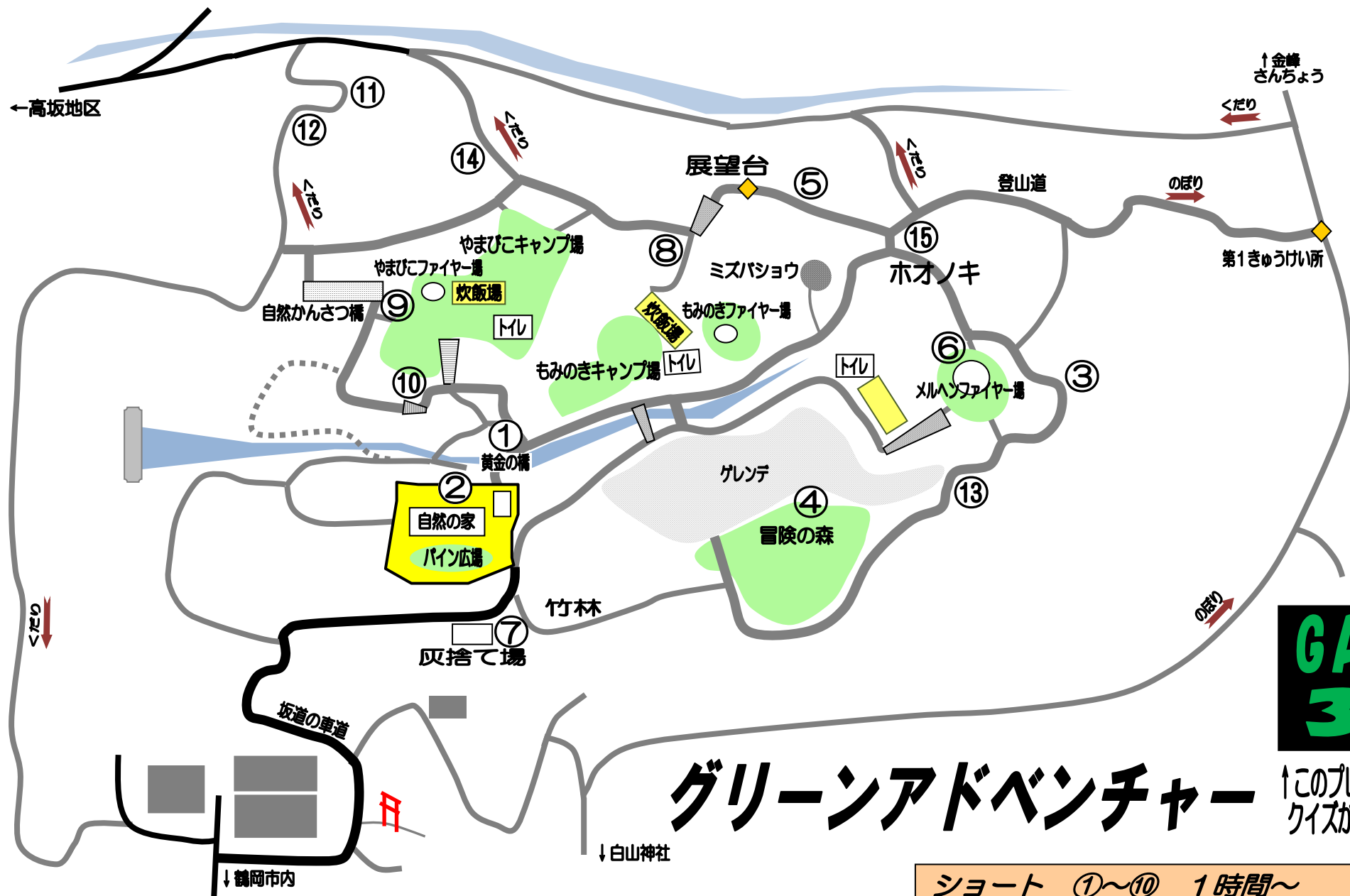
●ふりかえり活動の例

例1) 活動しての感想や気付いたことを発表し合う。

例2) コースをまわりながら見つけたもの、聞いた音などについて発表し合う。

■気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援

- (7) 用具の後始末・返却



グリーンアドベンチャー

GA
3

↑このプレートに
クイズがあるよ

ショート	①～⑩	1時間～
ミドル	①～⑮	1時間30分～



仲間づくりアクティビティ

冒険ハイク



矢印サインをたどって、急坂を登ったり沢を歩いたりする、冒険的なコース設定のゲームです。ポイントでは、アスレチック等を織り交ぜた冒険的な課題や、自然観察的な課題に挑戦します。自然にどっぷりとひたりながら、班のチームワークを生かしてミッションをクリアする活動です。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・ 自然の中を歩き回ること、冒険心や自然事象に対する好奇心をもたせる。
- ・ グループ・班での活動を通して仲間と協力することの大切さを学ぶ。

2 活動場所と所要時間

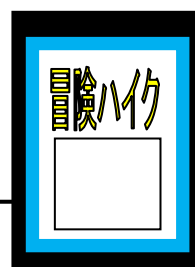
- ・ 「冒険ハイクコース」 1時間30分～

3 準備するもの

- ・ 自然の家で貸し出しできるもの（各グループ・班ひとつずつ）
 - 「冒険ハイクコースマップ」 ○たんけんバッグ ○クマ鈴
- ・ 団体で準備していただくもの
 - ※特にありません。
- ・ 服装
 - 野外を歩くのに適した服装（長そで・長ズボンが好ましい） ○帽子 ○軍手
 - 首タオル ○天候によっては雨具 ○長靴（必須。沢の中やぬかるみ道を通ります。）

☆アスレチック、沢登りなど、他のゲームにはない冒険的なコース設定になっています。

☆仲間と助けあいながら、自然の中で思い切り体を動かしながら活動できるアクティビティです。

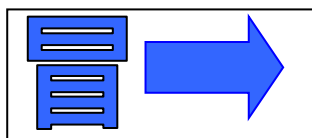


4 活動の進め方の例

●配慮事項 ■引率・指導者の動き

(1) 活動のやり方・ルール進め方を説明する。

活動のやり方



コースの途中にあるプレートの課題を解決しながら活動。

- ①「冒険ハイクコース」と、コース上にある「冒険ハイク案内矢印」を手がかりにしながら、コースを進む。
- ②マップの番号がある地点に、「冒険ハイクのミッション」が書いてある看板がある。グループ・班で①～⑮までの課題を解決しながら進む。
- ③コースを一周して①～⑮の課題をクリアしたらゴール。

(2) 活動中の注意事項について話をする。

注意事項

- ◆植物や虫を採集したり、いたずらしたりしない。
- ◆田や畑、果樹園に入らない。
- ◆クマ・ヘビ・ハチ・ウルシ・マダニに注意（自然の家に写真有り） ◆下り坂は走らない。
- ◆ゲームプレート類にいたずらをしない。
- ◆グループ・班で活動する場合は、一緒に行動する。
- ◆植物や生き物（カエルなど）にさわった手で顔や目にふれない。

(3) 活動スタート

- グループ・班ごと時間差（5～10分）をつけてスタート
- 引率・指導者は、まちがしやすいポイントに待機、同行または巡回し、安全管理、支援。

(4) ゴールしたグループからふりかえり、わかちあい

※ふりかえり・わかちあいについて

●ふりかえり活動の例

- 例1) 活動しての感想や気付いたこと（仲間との関わり、がんばりなど）を発表し合う。
- 例2) 自然の中での発見（見つけた物、聞いた音など）について発表し合う。

■気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援

このあたりは
プレートを見おとしやすいです！
注意してプレートをさがそう！

ミッション&チェック

チェック	番号	ミッション
	①	木道わたり
	②	丸太わたり
	③	沢わたり
	④	パワースポット
	⑤	ターザンネット
	⑥	ころばすの坂
	⑦	沢あるき
	⑧	超！急坂のぼり
	⑨	野鳥やリスをさがせ
	⑩	サイレントウォーク
	⑪	しりとりゾーン
	⑫	ぬかるみ坂のぼり
	⑬	超！急坂くだり
	⑭	目つぶりあるき
	⑮	竹のぬけ道

ふりかえり
冒険ハイクが終わったら、
それぞれのミッションでの
様子を話しましょう。

森の中を大冒険！

冒険ハイク コース

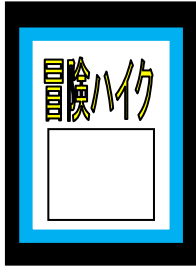
1時間30分～



青い看板の矢印に
そって進みましょう



ショートコース
1時間～



←チェックポイント
この看板には
問題があります





仲間づくりアクティビティ

テント泊

キャンプといえば「テント泊」。普段の生活と違い、森の中にテントを張って生活することで、キャンプならではの雰囲気味わえます。テント生活の技術を習得するだけでなく、テントを張る活動＝グループワーク（仲間づくり活動）という意味合いもあり、自然との交流・仲間との交流の両方の要素も含んだアクティビティです。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・グループワークを通して、仲間との交流を深める。仲間と協力することの大切さを学ぶ
- ・自然と触れ合い、自然に親しむ

2 活動場所

- ・やまびこキャンプ場、もみの木キャンプ場、パイン広場

※緊急時、体育館や研修室にテントを張ることもできます。研修担当にご相談ください。

3 所要時間

- ・設営、撤収ともに40分～60分程度かかります

※片付けの際は、テントを乾かす時間が必要になります。（濡れ具合により、乾くまで2～3時間かかる場合があります。）乾くまでの時間に他の活動を入れる等、プログラム調整をお願いします。

4 準備するもの

- ・自然の家で提供・貸し出しできるもの

○ドームテント一式（テント1張 定員5人）

○ペグセッター式（ペグ：20本・ハンマー2本） ○グランドシート（緑色）

5 テント設営の仕方

①道具の受け取り。 ※ 道具の貸し出しは、職員が行います。



☆ドーム型テント一式

テント袋⇒ テント本体① フライシート①

ポール袋⇒ 長いポール① 短いポール⑥

※どんなふうにしたか覚えておくと、撤収がスムーズです。

☆ペグセッター式

ペグ20本・ハンマー2本

※使う前に、ペグが20本あるか確認しましょう。

足りないときは、金峰の職員に知らせてください。

②テントを立てる場所を決める。

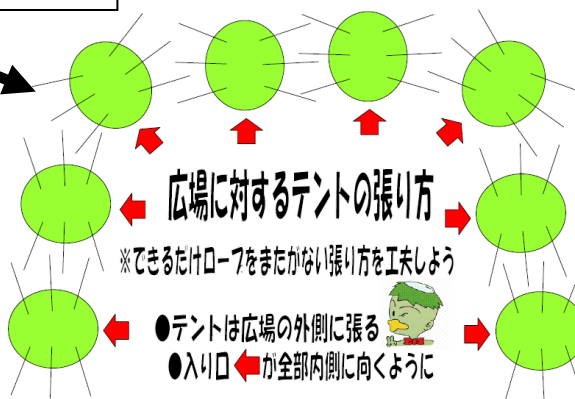
③グランドシートをしきます。

（小さな石や木片をどかしたり、足で地面をならしたりしてから）

④テント本体を広げます。



（出入り口が風下になるようにします）



⑤ポールを組み立てます。



※ポールの真ん中から両はじに向かって組み立てていきます。

ポールの中にはゴムが入っています。

はじから組み立てたり、必要以上に強く引っ張ったりすると、ゴムが伸びてしまいます。

⑥長いポールに、短いポール（6本）を差し込みます。



※奥までしっかり差し込みます。



※広げたテント本体に組み立てたポールを置きます。

長いポールの両はじは、テント本体からはみ出します。

⑦テント本体とポールをジョイントします。



初めに一箇所だけ（テント本体中央の一番高い所にあたる部分）にテント本体についているフックをポールにはめます。

（カチッと音がするまで）



次に2人1組になって、短いポールの先をテント本体の穴に差し込みます。穴は6箇所あります。

※お互いに声を掛け合って、活動を進めます。

→すべてのフックをはめると右の写真のようにテントがたちあがります。

次のページに続く



テント本体の残りのフックを全部ポールにはめます。（カチッと音がするまで）

⑧テントを傾けて中のごみや砂を落とします。



⑨テント本体をペグ（6本）で地面に固定します。



ペグをさす位置

※片側3箇所、全部で6箇所あります。

⑩本体にフライシートをかぶせます。



長いポールの両はじをフライシートのマジックテープでカバーします。



⑪フライシートとテント本体ジョイントしペグで地面に固定します。

テント本体とフライシートについているバックルをカチッとはめます。

オレンジペグをうってフライシートを固定します。この時、テント本体とフライシートの間に、すき間ができるようにします。出入り口として使わない方はオレンジペグで固定します。ポール袋をテント袋に入れます。



風の音・森のにおい・大地との一体感・・・テントの中で楽しいひと時をどうぞ！！



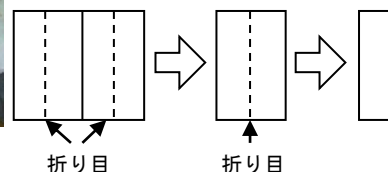
6 テント撤収の仕方

毎年、大勢の人が使うテントです。『次に使う人が気持ちよく使えるように』をキーワードにしてください。また、「自然の力」に対しては強いテントですが、「人間の無理な力や乱暴な扱い」に対しては非常に弱いテントです。やさしく、ていねいに撤収活動を進めてください。まずは、テント内をきれいにします。

①ファスナーを閉め、フライシートをたたみます。(ペグを全部抜き本数をチェックしながらペグ缶へ入れます)



「耳」の部分をつたんで長方形にします。
両端から真ん中に向かって2つ折り、その後、真ん中を折り目にして2つ折りしてください。

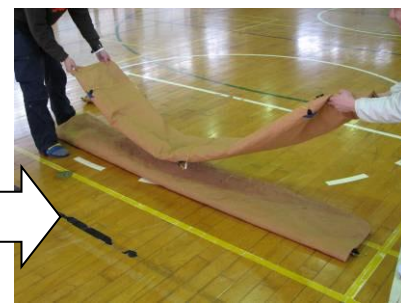


②ポールをたたみます。

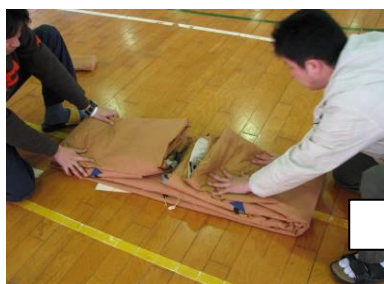


テント本体からポールをはずして、1本ずつていねいにたたみます。ポールの真ん中から順番に折ってたたんでいきます。
※ポールの中のゴムが伸びないように、やさしく・ていねいに作業します。
全部たたんだらポール袋に入れます。

③ファスナーを閉めてから、テント本体をたたみます。



2つ折り ⇒ バックルがついている方から3つ折り ⇒ テント本体の上にフライシートをのせる



⇒ 両はじから真ん中まで折る ⇒ 両はじから力を入れて巻く ⇒ 袋に入れて撤収完成！

④道具の返却。 ※ 道具の返却は、各団体の引率者立会いのもと、確実に「Aの部屋」に返却をお願いします。

7 その他

- テント設営に使うペグ類は、体育館のき下の棚にセットして置いてあります。
- テント設営や撤収は自主活動をお願いします。
- テントの出入り口は常に閉めておいてください。開けっ放しにしておくと虫などが入ることがあります。
- 用具が壊れた時は、事務室にお知らせください。
- テントが雨や露で濡れた場合、体育館脇の物干しで乾かす作業が必要になります。





自然交流アクティビティ

ビバーク(野宿)体験

キャンディービバークの
作り方・片付け方動画

シュラフとブルーシートを使って自然の中にねぐらをつくり一晩を過ごす。
それが『ビバーク(野宿)体験』です。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・自然と一体化し、自然にどっぷりひたらせる。
- ・体全体で自然を感じさせる。

2 活動場所

- ・自然の家周辺 各テントサイト パイン広場 屋上

※緊急時、体育館やロビー等を利用することができます。研修担当にご相談ください。

☆朝、野鳥の声で目を覚ました時のすがすがしさ、その感動は大きいものがあります。自然と一体化できる活動。きっと貴重な体験となるはずです。

3 準備するもの

- ・自然の家で提供・貸し出しできるもの
○シュラフ ○ブルーシート ○PP ロープ(1セット3本) ○シュラフシート ○銀マット
以下のものは必要であればご相談ください
○本部(緊急、引率者用)テント ○タープかブルーシート ○タープ用ロープ1本(10~15m)
- ・団体に準備していただくもの
○懐中電灯 ○小石(自然の家で探します。活動後はもとの場所に戻します。)
- ・服装
○長そで・長ズボンが好ましい ※夜の活動なので、天候によっては防寒対策を。

4 活動のすすめ方 ●配慮事項 ■引率・指導者の動き

==寝る前==

- (1) 道具を配る(シュラフ・ブルーシート・ロープ・シュラフシート・銀マット)
- (2) ビバークセットの作り方を説明 →【参考】次頁の「ソロビバークセット(キャンディー方式)」
- (3) 活動中の注意事項について話をする。
■緊急の場合の動きについても確認する。

注意事項

- ・就寝後は勝手な行動はしない。
- ・雨が降ってきても基本的に大丈夫。もし、急な天候の変化があっても指示があるまで、しっかりシートに入って待つ。

(4) ビバーク場所へ移動

- 時間がある場合は、明るいうちにビバーク場所を全員で下見しておくことで寝床を決めるときにスムーズに活動できます。

(5) 自分のビバーク場所(寝る場所)を決め、ビバークする。

- 安全な場所へ設置しているか支援と見届け。
- ある程度寝付くまで巡回。就寝後も必要に応じて巡回。

==朝起きてから==

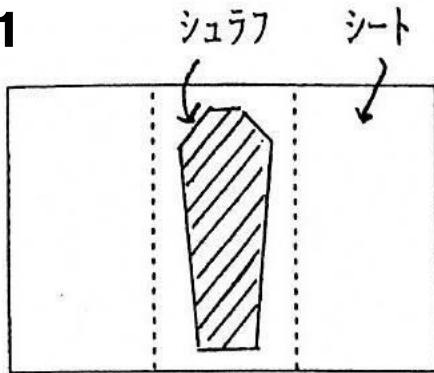
(6) ビバーク撤収活動

(7) 道具の返却

- 朝になったら体育館ギャラリーの手すりに裏返して干す。
(濡れ具合により、乾くまで2~3時間かかる場合がありますので乾くまでの時間に他の活動を入れる等、プログラム調整をお願いします。)
- シュラフ・ブルーシート・ロープ(3本)は指導者が道具の数、たたみ方を点検。
- 点検後、シュラフは体育館用具室「Sの部屋」へ返却。
- シュラフシートは、体育館内にある使用済みシート入れ(青いコンテナ)へ。
- 用具の点検、後始末の見届け、最終確認。
- 用具が破れたり、濡れてしまったりした時は、事務室にお知らせください。

5 ソロビークセット（キャンディー方式）の作り方

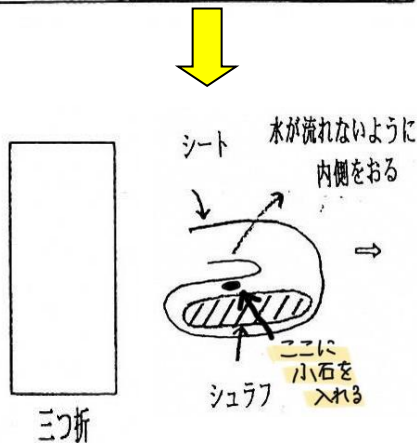
図 1



キャンディ作成（シュラフ準備）は、マダニ被害等の防止のため、現地ではなく、体育館やロビー等の館内で行ってください。

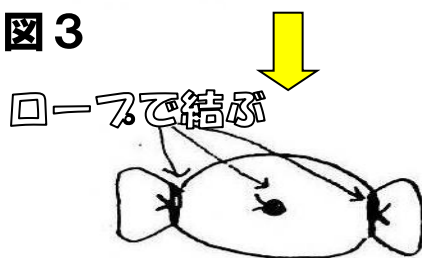
- ①シュラフを「シュラフ袋」から出す。
※「シュラフ袋」はなくさないように、シュラフ本体のひもに結びつけておく。
- ②シュラフにシュラフシートを入れる。
- ③図 1 のように、シュラフをシートの真ん中に置く。

図 2



- ④シートを三つ折りにして、シュラフをくるむ。
※図 2 のように雨や朝露など、水が流れ込んでこないように内側を折る。

図 3

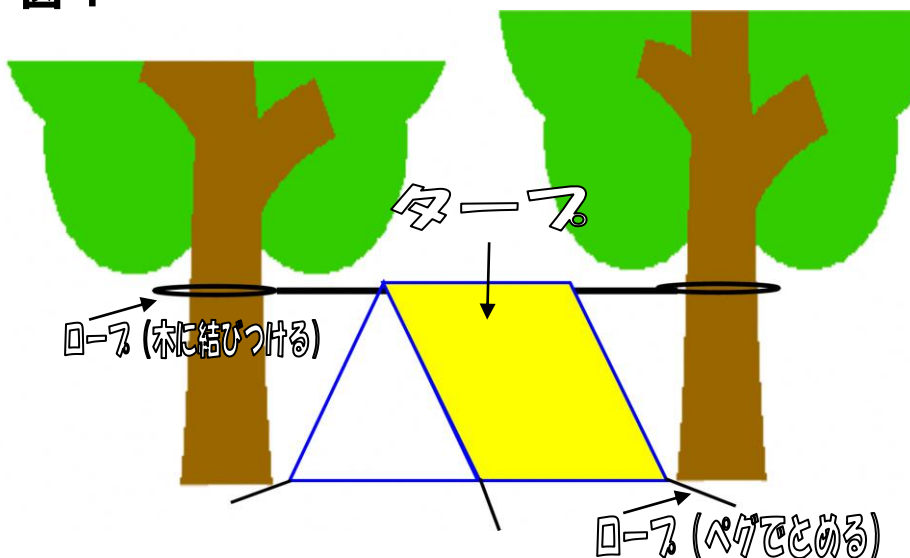


- ⑤くるんだシートの上下をロープで結ぶ。
- ⑥シートの中心に内側から小石を入れ、外側から小石ごとロープで結ぶ。
※活動後小石は元の場所に戻す。
- ⑦寝る場所に銀マットを広げ、シートを乗せたら寝床完成。

6 タープの下で寝るときは・・・

タープを張って、その下にグループごとに寝る活動です。

図 4



- ①図 4 のように適度な間隔の立木を選び、ロープを張る。
- ②シートをロープにかけ、シートの 4 すみをペグや木の枝などをさして固定する。
- ③シートの中にソロビークセットを置き、グループごとに寝る。



自然交流・仲間づくりアクティビティ

金峯山 登山



金峯山（458m）は、当少年自然の家の名にもなっているとおり、古くから人々に親しまれてきた山です。自然のすばらしさ、大きさを感じながら、仲間との交流を通して大きな学びをえることができるアクティビティです。四季折々の、山頂から見える庄内平野の景色は絶景です。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・観察を通して、自然に親しむ。
- ・グループや班での活動を通して仲間と協力することの大切さを学ぶ。
- ・満足感、達成感を味わう。

2 活動場所

- ・「金峯山登山ルート」

3 所要時間とルート

☆仲間と一緒に力を合わせ、声をかけ合いながら、一步一步頂上目指して山に登る。苦しさにも耐えながら、一つのことを粘り強くやりとげたときの満足感、成成感に心に刻みこまれるはずです。

『レギュラーコース登山ルート』（約5km／登り・下りが別の道です）

自然の家→第一休憩所（新山口）→第二休憩所（五葉台）→金峯山頂→勘左衛門コース→自然の家



1時間30分～2時間



1時間30分～2時間



※登りルートと同じ道で下ることは、山頂直下の下りが急こう配で両側も崖で危険なため、おすすめできません。

4 登山の装備

自然の家 HP「各種活動の資料」のページにて、「金峯山登山資料」「勘左衛門コースピックアップ車両通行ルート」もあります。ご活用ください。

・服装

- 野外を歩くのに適した服装（長そで・長ズボンが好ましい）
- 帽子
- 軍手
- 首タオル
- 天候によっては雨具・長靴

・持ち物

- 水筒
- 汗ふきタオル
- あめ等の行動食（団体で準備、または登山おやつとして事前に厨房注文）

・引率者の持ち物として

- 団体で準備するもの
- ・ 〇救急医薬品セット
- 〇ハチジェットなど
- 自然の家で貸し出せるもの
- ・ 〇救助用ロープ
- 〇クマよけ用鈴

5 活動の進め方の例

●配慮事項

■引率・指導者の動き

（0）登山前の準備（服装・持ち物）

（1）集合

■人数・健康状況・服装・装備の確認

（2）登山ルートについて話をする。

スタートから山頂まで1合目～10合目のめやすの看板があります。（1/10～10/10 ゴール）

説明（話す内容）

①隊列の確認

②ルート・行程の確認

●説明例（休憩の取り方、隊列によって説明内容が変わってきます）

○車庫横の黄金の橋からスタート

○スタート

↓ 第一休憩所まで登りが続く。ゆっくり一歩ずつ体を慣らしながら登る。

○第一休憩所【3/10～4/10の間】で休憩（スタートから30分～40分）

↓ 比較的なだらかなコース

○第二休憩所【8/10】で休憩（第一休憩所から30分～40分）

↓ 最大の難関。くさりやロープにつかまって登る場所がある。

○金峯山山頂（第二休憩所から30分）

■不安よりも、山頂まで期待感を持ちながら活動できるような話を加えるとよい。

・体がなれるまでは苦しいが、慣れてくると楽になってくるのでがんばろう。

・苦しいときは仲間と声をかけ合って。 などなど

(3) 活動中の注意事項について話をする。

注意事項

- ◆転んだときのことを考えて、両手はあけて（何も持たず）歩く。
- ◆クマ・ヘビ・ハチ・ウルシ・マダニに注意（自然の家に写真有り）
- ◆ゴミは必ず持ち帰る。
- ◆森の中では走らない、押さない。
- ◆ゲームプレート類にいたづらをしない。
- ◆グループ・班で活動する場合は、一緒に行動する。

(4) 出発

- 活動中の体調や安全管理に十分配慮
- 引率・指導者は、先導・最後尾に配置。人数が多く隊列が長くなる場合には中間にも配置。
- 休憩中は、人数、健康面、汗の始末、ゴミの処理などに気を配り、支援。

(5) 登頂から下山まで

※下山については、選択したコースによって異なります。注意事項は登山と同じ。

(6) 登山活動後のふりかえり

- ふりかえり活動の例
- 例1) 活動しての感想や気付いたこと（仲間との関わり、がんばりなど）を発表し合う。
- 例2) 自然の中での発見（見つけた物、聞いた音など）について発表し合う。
- 気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援

6 金峰山登山 応用編

【その1 中の宮下山コース】

自然の家→第一休憩所（新山口）→第二休憩所（五葉台）→金峰山頂→中の宮→自然の家
 1時間30分～2時間

中の宮～自然の家は、

- ① 歩く（2時間） ②所のバスで（20分） の2パターンから選べます。バス運行は要相談。

【その2 金峰～鎧ヶ峰 もうひとがんばりして景色を楽しむ】

自然の家→第一休憩所（新山口）→第二休憩所（五葉台）→金峰山頂→鎧ヶ峰→自然の家
 1時間30分～2時間

鎧ヶ峰からの下山は、金峰山頂まで戻り、

- ① 勘左衛門コース ②中の宮から徒歩 ③中の宮から所のバス の3パターンから選べます。

【その3 湯田川温泉コース】

自然の家→第一休憩所（新山口）→第二休憩所（五葉台）→金峰山頂→藤沢（湯田川温泉）
 1時間30分～2時間

→自然の家 藤沢～自然の家は 歩き か 金峰バス
 どちらかの方法でもどるができます。

湯田川温泉入浴も可（有料）
 足湯（無料）もあります。

<よりダイナミックなおすすめ登山活動>

- ☆「ナイト登山」で庄内平野の夜景を眺める
- ☆「夜明けを感じる登山」で境目体験をする
- ☆「早朝登山」で山頂から日の出を眺める
- ☆5月の登山で庄内平野の美しい水田を眺める
- ☆「携帯ガス炊飯」で山頂で炊飯活動
- ☆山頂で自然を感じながらビバーク泊をする

金峰山登山は、児童・生徒の実態に合わせて、安心・安全に運営できるように、指導者・引率者の下見を必ず実施するようにお願いします。

金峯神社

小屋

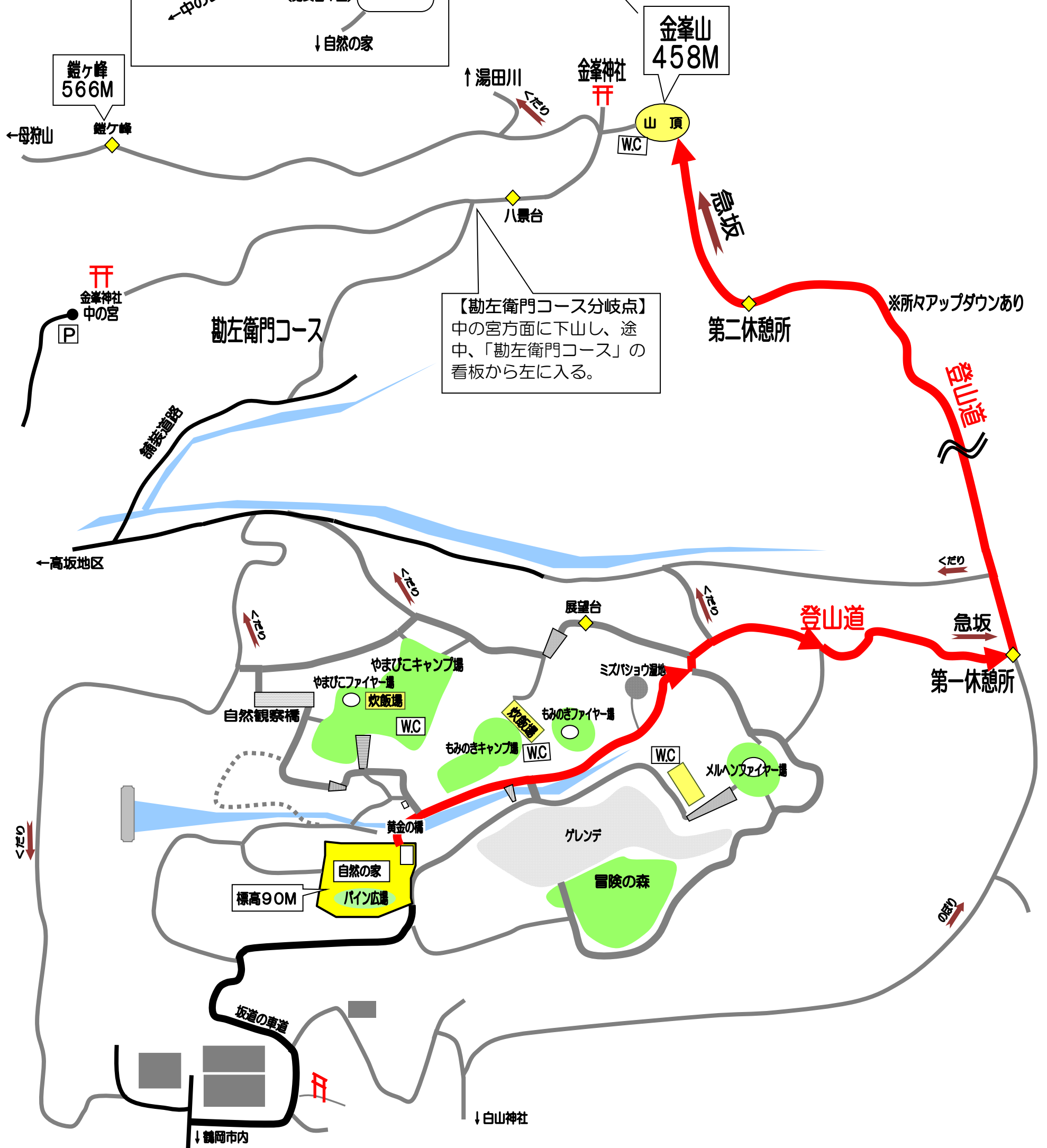
継ヶ峯、母狩山
湯田川

中の宮

山頂広場

バイオトイレ
(男女各1室)

↓ 自然の家





自然交流・仲間づくりアクティビティ

金峯～母狩山縦走登山



金峰の自然を、まるごと全身で味わってみようと思ったら、「母狩～金峰縦走登山」に挑戦してみませんか？
全行程 7 時間にもおよぶ、ダイナミックでチャレンジングなアクティビティです。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・ 観察を通して、自然に親しむ。
- ・ グループや班での活動を通して仲間と協力することの大切さを学ぶ。
- ・ 満足感、達成感を味わう。

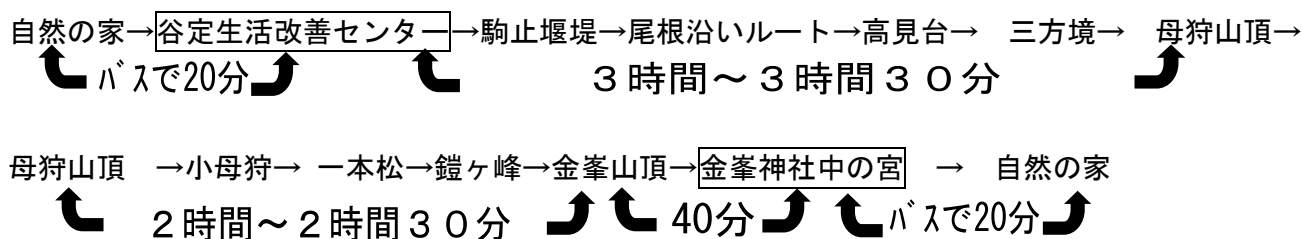
2 活動場所

- ・ 「金峯山～鎧ヶ峰～母狩山縦走登山ルート」
- ※ 冬季の積雪量によって、5 月末まで残雪があります。

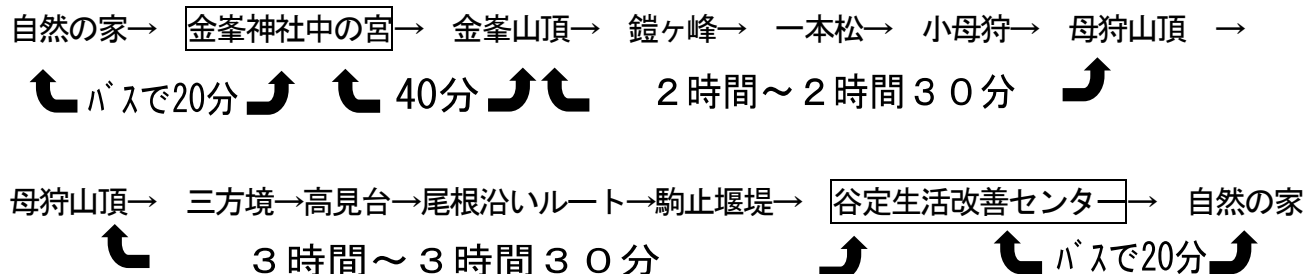
☆ 普段は体験できない、一生に一度のチャンスにもなる活動です。達成したときの喜びは、どんな活動よりも大きく、子どもたちの心に残るようです。思い切ってチャレンジしてみませんか？

3 所要時間

縦走登山ルート①（約 9km／谷定生活改善センター～金峯神社中の宮）



縦走登山ルート②（金峯神社中の宮～谷定生活改善センター）



4 登山の装備

- ・ 服装
 - 野外を歩くのに適した服装（長そで・長ズボンが好ましい）
 - 帽子
 - 軍手
 - 首タオル
 - 天候によっては雨具・長靴
- ・ 持ち物
 - 水筒
 - 汗ふきタオル
 - あめ等の行動食（団体で準備、または登山おやつとして事前に厨房注文）
- ・ 引率者の持ち物として
 - 団体で準備するもの … ○ 救急医薬品セット ○ ハチジェットなど
 - 自然の家で貸し出せるもの … ○ 救助用ロープ ○ クマよけ用鈴

5 活動の進め方の例

● 配慮事項

■ 引率・指導者の動き

（０）登山前の準備（服装・持ち物）

（１）集 合

■ 人数・健康状況・服装・装備の確認

(2) 登山ルートについて話をする。

説明(話す内容)

①隊列の確認

②ルート・行程の確認

※長い行程になるのでおおまかな説明にするか、または、事前に時間をとって説明。

※行程の説明については別紙地図を参考に。

■不安よりも山頂まで期待感を持ちながら活動できるような話を加えるとよい。

・体がなれるまでは苦しいが慣れてくると楽になってくるので、それまでがんばろう。

・苦しいときは仲間と声をかけ合って。 などなど

(3) 活動中の注意事項について話をする。

注意事項

◆転んだときのことを考えて、両手はあけて（何も持たず）歩く。

◆クマ・ヘビ・ハチ・ウルシ・マダニに注意（自然の家に写真有り）

◆ゴミは必ず持ち帰る。

◆森の中では走らない、押さない。

◆ゲームプレート類にいたずらをしない。 ◆グループ・班で活動する場合は、一緒に行動する。

◆5月末でも残雪があり、すべりやすいので注意。

(4) 出発

●活動中の体調や安全管理に十分配慮

■引率・指導者は、先導・最後尾に配置。人数が多く隊列が長くなる場合には中間にも配置。

■休憩中、人数、健康面、汗の始末、ゴミの処理などに気を配り、支援。

(5) 登頂から下山まで

※下山については、選択したコースによって異なります。注意事項は登山と同じ。

(6) 登山活動後のふりかえり

●ふりかえり活動の例

例1) 活動しての感想や気付いたこと（仲間との関わり、がんばりなど）を発表し合う。

例2) 自然の中での発見（見つけた物、聞いた音など）について発表し合う。

■気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援

☆金峰少年自然の家のアクティビティの中で、内容的・時間的・体力的に最もダイナミックな活動になります。実施にあたっては、子どもたちの実態をふまえ、大胆かつ細心にプログラム作成をお願いします。

☆1日を通しての活動としての実施も可能です。

☆山頂での「携帯ガス炊飯」や「山頂でのビバーク」などの活動も取り入れて、1泊2日の活動としても実施可能です。庄内の夜景、美しい庄内平野の景色、日の出がうつる庄内平野の水田も眺めることができる、魅力あふれるプログラムに発展させることもできます。

☆詳しい日程やプログラム立案についてはご相談ください。

金峰～母狩縦走登山は、児童・生徒の実態に合わせて、安心・安全に運営できるように、指導者・引率者の下見を必ずお願いしています。



仲間づくりアクティビティ

ロングウォーク



長い道のりを自力踏破するという、シンプルなものの中にも仲間とのはげまし合いや協力、困難を乗り越えて達成感を味わうなど、様々な「学び」の要素が含まれたアクティビティがロングウォークです。気力、体力が必要になりますが、仲間と一緒に一つの目標を達成することで、思い出深い体験にもなるダイナミックなアクティビティです。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・グループ・班での活動を通して仲間と協力することの大切さを学ぶ。
- ・満足感、達成感を味わう。

2 活動場所（例）と所要時間

ショート（S）コース	自然の家→湯田川温泉	5.1 km	約90分
ロング（L）コース	自然の家→湯田川→中山峠→三瀬→由良	21.2 km	約8時間
オリジナルコース	学校→自然の家		

※Sコースは、自然の家から湯田川方面に一般道を歩くコースです。

※M・Lコース実施の場合、自然の家のバスを使うこともできます。※利用については、要相談。

※トイレや食事方法・場所、休憩場所などについては、所員にお尋ねください。

※上記のコース例以外に、団体が設定したオリジナルコースでの活動もできます。

例：自然の家→加茂水族館（12.3km/約5時間）、自然の家→中の宮（5km/約2時間）

一般道で安全に活動するためにも、必ず引率指導者の事前踏査・下見の実施をしてください。

3 登山の装備

- ・服装
 - 野外を歩くのに適した服装（長そで・長ズボンが好ましい）
 - 帽子
 - 天候によっては雨具・長靴
- ・持ち物
 - 水筒
 - 汗ふきタオル
 - リュックサック（必要に応じて、行動食、昼食も入れて）
- ・引率指導者の持ち物として
 - 救急医薬品セット
 - ハチジェットなど

4 活動の進め方の例

●配慮事項

■引率・指導者の動き

（0）出発前の準備（服装・持ち物）

（1）集 合

■人数・健康状況・服装・装備の確認

（2）ルートについて説明。

説明内容の例

①隊列の確認

②ルート・行程の確認

※長い行程になるのでおおまかな説明にするか、または、事前に時間をとって説明。

※行程の説明についてはルートを参考に。

●期待感・目標を持ちながら活動できるような話を加えるとよい。

（3）活動中の注意事項について話をする。

注意事項

◆転んだときのことを考えて、両手はあけて（何も持たず）歩く。

◆ゴミは必ず持ち帰る。

◆一般道を歩くので交通には十分注意。

◆グループや班で活動する場合は、一緒に行動する。（勝手な行動はしない）

※登山を含む活動の場合には、登山の注意事項が記載の「金峰山登山のページ」を参考に付け加えてください。

（4）出発

●活動中の体調や安全管理に十分配慮

■引率・指導者は、先導・最後尾に配置。人数が多く隊列が長くなる場合には、中間にも配置。

■休憩中、人数、健康面、汗の始末、ゴミの処理などに気を配り、支援。

（5）活動後のふりかえり

●ふりかえり活動の例

例）活動しての感想や気付いたこと（仲間との関わり、がんばりなど）を発表し合う。

■気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援。



環境に対して『ローインパクト』のボンファイヤーは、大きな火床は組まずに、全体もしくは班ごとに小さなたき火を囲みながら静かに語り合うものです。そこでは、儀式も大がかりな出し物も必要ありません。自然の中で、静かな夜をゆったりと過ごしてみませんか。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・グループや班ごとの交流を深める。
- ・1日の活動のふりかえりや次の日の活動に向けて話し合う。(話し合いの場として実施する)

2 活動場所

- ・各テントサイト ・各キャンプファイヤー場 ・パイン広場

3 所要時間

- ・約1時間～1時間半
- ※活動のねらいに応じて調整できます。

4 準備するもの

- ・自然の家で提供するもの
 - 薪(1班1束がめやす) ○火ばさみ
- ・貸し出しができるもの(要相談)
 - 焚き火台(最大8基まで)、ブロック(パイン広場使用時のみ) ○鉄串(ご希望があれば)
 - ※使用後は洗浄後、もとの場所に戻していただきます。
- ・団地で準備していただくもの
 - たきつけ道具(マッチ・新聞紙等)
 - ※活動の内容によって必要なもの(「ふりかえり用紙」「おやつ材料」)は団地で準備してください。
 - ※長めの竹串などを持参いただくと、使用後にそのまま捨てられるため、時間の短縮になります。
- ・服装
 - 野外を歩くのに適した服装(長そで・長ズボンが好ましい) ○帽子
 - 軍手(滑り止め付やゴム製ではないもの)
 - ※夜の活動なので、天候によっては防寒対策も

5 活動の流れ基本形

道具の準備 → 活動場所への移動 → 活動 → 後始末

活動の具体例＝ねらいによっていろいろなパターンで＝

●配慮事項 ■引率・指導者の動き

【パターン1＝班ごとの交流やふりかえりの場として活動する場合＝】

☆☆夜の自然の中でしっとりと時間を過ごすことができるプラン☆☆

- ①活動の進め方と約束事を話す。
 - 活動のねらい(班のみんなで一日をふりかえる時間であることなど)
 - ゆったりとした雰囲気作りが大切です。他の班に迷惑をかけたり、他の班にでかけていったりしないようにする……。などを話します。
- ②班ごとに各テントサイト等で火をおこす
- ③たき火を囲みながら、班の時間を過ごす。
 - 「ふりかえり」活動として実施するとき…。(より深まりのある活動にするためのひと工夫)
 - 今日一日の活動で「一番心に残ったこと」「自然の中で見つけたもの」「感想」など、話をするテーマを提示してあげる。
 - 様子を見ながら、班へ言葉かけをしたり、一緒に会話に加わったりしながら支援。
- ④班ごとに消火し、後始末。

【パターン2＝全体での交流と班ごとの交流の場として活動する場合＝】

- ①はじめに一つだけたき火をたいておき、その回りに全員集める。
- ②今日の活動をふりかえっての感想発表や明日の連絡・健康観察などを話す。
 - みんなでゲーム等の活動を取り入れてもよい。
 - その場の雰囲気にあわせたお話でもよい。
- ③全体での会が終わってから、班ごと薪を持ってボンファイヤーを行う場所に移動し、火を焚く。
- ④火を囲みながら今日一日のふりかえりをします。
 - 様子を見ながら、必要に応じて班への声かけや言葉かけ。
- ⑤班ごとに消火し、後始末。

※たき火DEおやつと併用することができます。

【パターン3＝簡単なおやつ作りを取り入れて活動する場合＝】

★☆☆班ごとの交流の中にお楽しみを一つ加えて、さらに楽しくするプラン☆☆★

- ・活動の進め方は【パターン1】と同じ。
 - ・おやつを用意する方法は2通り。
- 【方法①】
- 自然の家の特別メニュー「たき火DEおやつ」を注文する。（マシュマロ・ウインナーが選べます。）
（貸し出した串は使用後に、洗って乾かして返却してください。）
- 【方法②】
- 団体でマシュマロ・クラッカー・チョコレート・串等を準備してくる。

※菓子類以外の食材を持ち込んで、焼いて食べることはご遠慮ください。

【おやつの例：焼きマシュマロサンド】

材 料 ※1セット分

- ・マシュマロ（1つ）
- ・クラッカー（2枚）

★板チョコを入れて「チョコマシュマロサンド」にしてもおいしい。

作り方 ※1セット分の作り方

- ①串などの細い棒にマシュマロを1つさして、たき火であぶります。
- ②マシュマロの表面がきつね色になってきたら、クラッカーにマシュマロをはさんでできあがり。
 - ★マシュマロと一緒にチョコをはさむと、マシュマロの熱でチョコがとけて、さらにおいしい「チョコマシュマロサンド」になります。

ボンファイヤーの後始末について

- ・後始末等の説明は、事前に所員から受けてください。
- ・後始末（消火確認・灰の始末）は、指導者が見届けまで確実に行ってください。
- ・燃え残りの木は水を掛けずに、灰捨て缶に集め、ふたをして、鎮火します。
灰捨て缶は、本館玄関脇の「夜間灰捨て缶置き場」に置いてください。
- ・たき火台は、水洗いし、乾かしてから返却してください。



仲間づくりアクティビティ

キャンプファイヤー



キャンプ生活の中で、感動的で忘れ得ぬ思い出になるのがキャンプファイヤーです。燃える炎は、神秘的で、わたしたちに、遠い昔を思い起こさせ、厳粛な気持ちにさせてくれます。また、火を囲んでの仲間と楽しい時間を過ごすことで、つながりを深めることもできる活動です。

1 準備

・自然の家で提供・貸し出しできるもの

- トーチ棒 1 本 ○消火用バケツ ○灰捨て用バケツ ○灯油（団体に 1L 程度）※代金に含まれます。
- 火の神、巫女の衣装 ○キャンプファイヤー薪 24 本（50cm×20本、100cm×4本）
- 焚き付け用薪（1束） ※火床の組み立ては団体で行います

・団体に準備していただくもの

- 追加トーチ ○懐中電灯 ○マッチやライター、チャッカマン等
- 軍手（薪を運ぶとき使用）

2 役割分担（参考）・・・各団体の方法で

- ・火の神 ・巫女（2人） ・献詞係（各班の代表者） ・進行 ・消火係 ・火床係

3 活動の進め方の例

伝統的キャンプファイヤー

【第一部】迎え火のつどい（厳粛に）

～全員入場～ 静かに、火床を囲んで輪を作る。

①はじめのあいさつ・・・進行係

②歌「家路」

1 番を歌詞で、あとは火の神が入場して所定の場所につくまでハミングを続ける。

③火の神の入場・・・巫女の先導で入場

火床を一回りして位置につく。

④火の神のお話

⑤分火・・・献詞係は火の神の前にならぶ。

巫女が火の神のトーチに点火。

火の神が献詞係に火を分ける。

⑥献詞・・・献詞係がそれぞれ誓いの言葉を述べる。

⑦点火・・・火の神、巫女、献詞係が火床を囲み一斉に火をつける。

⑧歌「もえろよもえろ」

【第二部】親睦のつどい

各班の出し物・その間にゲームや歌など明るく楽しく

【第三部】（厳粛に）

全員整列・・・全員が元の場所につく。トーチを手元に

①歌「星かげさやかに」

②採火・・・巫女が火床からトーチに採火し、火の神を照らす。

③火の神のお話

④分火・・・献詞係は輪に戻り、それぞれ右側の人に分火していく。

⑤歌「今日の日はさようなら」・・・1～3番、以後ハミングしながら全員退場する。

みんなで楽しくキャンプファイヤー

①点火

②みんなで歌おう！

③みんなで楽しもう！

ゲーム・歌・踊り・その他

④おやつを食べて仲間と語ろう！

⑤消火

味わい深いキャンプファイヤー

①点火

②火を囲んで

あったまろう！

明るい炎を見つめよう！

③今日の活動を振り返ろう！

④明日の目標をもとう！

⑤消火



マニュアルにこだわらず、団体のそれぞれのやり方で楽しいキャンプファイヤーの時間をすごしてください。
きっと良い思い出になります。

4 ファイヤー準備と後始末

【キャンプファイヤー場での準備と後始末】

(1) 火床の材料と組み方

- ①材料は、キャンプファイヤー用の薪24本（50cm×20本、100cm×4本）、焚き付け用薪1束です。
- ②組み方は、50cm×20本の薪を安定よく井桁に組んでいき、崩れないように四角を100cm×4本の薪で押さえます。井桁の中に炊飯用の薪を詰め込み、灯油は、始める直前にかけてください。
- ③火床を組んだら、消火のための水をバケツで汲んできて、キャンプファイヤー場の端に置いておきます。水は雨天炊飯場から汲んできます。（メルヘンファイヤー場の場合は、階段を下りた所の水道から汲んできます。）

(2) 後始末について

- ①キャンプファイヤーが終了後、灰捨てバケツに入る大きさになるまで燃やし、水をかけて消火します。責任者は完全に消火したことを確認してから下りてきてください。
- ②後片付けは、原則として翌日の清掃活動の時間に行います。灰捨て用バケツに灰を入れ、本館玄関前の「夜間灰捨て缶置き場」に置いてください。
- ③清掃に使った用具を元の場所に返します。（竹ぼうき・スコップは雨天炊飯場に、バケツは借りてきた場所に。）

5 灯油とトーチ棒の準備・後始末

(1) 灯油

- ①キャンプファイヤー用の灯油（団体に1L程度）は、自然の家職員が本館玄関脇に準備しておきます。
※1L以上の灯油が必要な場合は、団体で準備してください。
- ②トーチに灯油をつける作業は、ファイヤー場に行ってからにします。玄関前では絶対につけないでください。
- ③余った灯油と入れ物は、活動後に事務室に返してください。

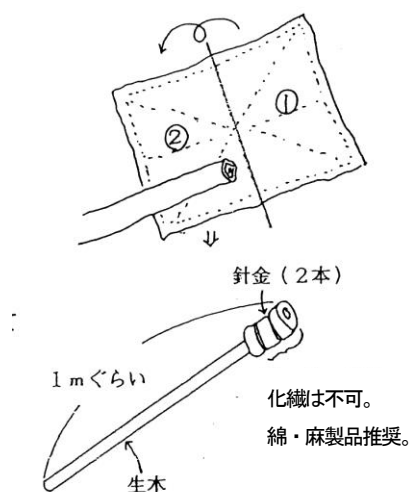
(2) トーチ棒

- ①トーチ棒1本と消火用バケツは、自然の家職員が本館玄関脇に準備しておきます。
※追加のトーチ棒が必要な場合は、材料（生木・ぞうきん・針金）を含めて団体で準備してください。
- ②トーチ棒の後始末は、翌朝の清掃活動時に行うことを原則とします。
消火したトーチ棒と消火用バケツは、本館玄関脇に戻しておいてください。（自然の家職員が片づけます。）

～トーチ棒の作り方～

＜材料＞ 生木・ぞうきん・針金

- 1 ①部分を折り、①と②を一緒にしっかり巻いていく。
- 2 巻いたぞうきん部分の上下2カ所を針金1本につき2重巻にし、しっかりねじってとめる。
- 3 トーチ棒の先を軽く回してみたりしてぞうきんがとれないか確かめる。



キャンプファイヤー台本（例）（30分）

役割 進行：（ ） 火の神：（ ） 巫女：（ ）
 献詩：（ ）・（ ）・（ ）

キャンプファイヤー場に出る前に、キャンプファイヤーがどういうものかを説明し、厳粛な雰囲気にしておくことが、成功の秘訣です。

- 1 （進行）〇月〇日、ここ、金峰少年自然の家にもすっかり夜のとばりがおりました。
 いまから、〇〇小学校のキャンプファイヤーを行います。
 「家路」を歌います。みなさんも歌ってください。
- 2 （進行）（ハミング2番に入ったら、）
 火の神の手によって、聖火が入場します。
 （トーチに火をつけて、火の神と巫女が入場。全体を一周して中央へ）
- 3 （進行）ただいま入場した火は、ここ金峰少年自然の家をおとすれたたくさんの人々によって守り、育てられてきた火です。
- 4 （進行）火の神のお言葉です
 （火の神）※例として。子どもたちへのメッセージをお願いします。
 今、木が燃えはじめました。この太い木も、はじめはたった一粒の種でした。暖かくて明るい太陽の光を受けて芽を出し、小さな木になりました。小さな木は、1年、2年、5年、10年と毎日太陽の光を受けて、大地から栄養をもらい、雨で水をもらいたくさんの枝を伸ばし、大きな木になったのです。
 ここで燃えているのは、長い間ためてきた自然のエネルギーなのです。じっとこの炎を見つめましょう。この炎は自然からの贈り物です。
 この火は、いつまでも私たちの心の中に燃え続け、やるきあふれる元気な心、温かいおもいやりの心を与える火になることでしょう。
- 5 （進行）聖火を見つめて、誓いを立てましょう。
 献詩係の後に続いてみんなも大きな声で言いましょう。
 （ ）：「私たちはどんな時にも元気を出し、友達となかよくすることを誓います」
 （ ）：「体をよく動かし、たくさん遊ぶことを誓います」
 （ ）：「宿題も忘れずにやることを誓います」
- 6 （進行）この聖火が私たちの胸にいつまでも燃え続けるように大きな声で
 「もえろよもえろ」を歌いましょう。
 （学級の歌などがあればいいですね。踊ったりキャンプだホイなどをしてOKです。）
 （手をつながせる）1番をくりかえし、3回歌う。 ゆっくりと
 ♪～もえろよもえろよ ほのおをもえろ ひのこをまきあげ てんまでこがせ～♪
- 7 （進行）今日の一日は、いかがでしたか？
 楽しかったことなど、かんそうをみんなに聞かせてください。（ふり返り）
- 8 （進行）火の神の言葉です。
 今日の子どもたちを見て、ふりかえりのお話をいただく。
- 9 （進行）火の神・火の巫女が退場します。「今日の日はさようなら」を歌いましょう。
- 10 （進行）明日は、いよいよ〇〇です。聖火からもらった元気に〇〇しましょう！
 これで、キャンプファイヤーを終わります。

～明日の朝の連絡～



自然交流アクティビティ

ネイチャーゲーム



自然の中で遊びながら、五感をフルに生かして自然と触れあう活動が、ネイチャーゲームです。
誰もが楽しく参加しながら、自然にとけ込む。また、この活動を体験することで、より「五感」を通した自然との触れ合いにつなげることができます。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・自然を大切にすることをはぐくむ。
- ・自然の仕組みについて興味や関心を持たせる。
- ・自然に触れ、親しむ。

2 活動場所

- ・自然観察コースやキャンプ場など

3 各ゲームの内容・活動時間・進め方

- ・所要時間、詳しい進め方については、次のページの「マニュアル一覧」をご覧ください。

ゲ ー ム 名	内 容
カモフラージュ	自然の中に隠した人工物を見つける。
フィールドパターン	自然が作り出す様々な形を見つける。 ※自然の家に参考カードあり
森の色あわせ	「色あわせカード」を使った自然の中の色探し。 ※自然の家に参考カードあり
色いくつ	じっと目をこらして、自然の中にある色を見つける。
音いくつ	耳を澄まして、自然の音を感じる。
目かくしトレイル	目かくししながら、林の中に張られたロープを伝って歩き、周囲の音、木の肌触り、匂いを感じる。
わたしの木	目かくしをした人にふさわしい木を紹介しあいながら、木の感触を感じる。
宝さがし	「宝物リストカード」に示された森の宝物を探す。 ※自然の家に参考カードあり
フィールドビンゴ	ビンゴゲームの自然版。カードに示されたものを見つける。 ※自然の家に参考カードあり
おなじものを見つけよう	指導者が示した自然物（木の実・木の葉など）と同じ物を自然の中からを見つける。
サンセットウォッチ	夕暮れにおこる様々な自然界のできごとを見つけ、昼から夜への変化を感じる。 ※自然の家に参考カードあり
森の美術館	1人ひとりが自分の感性で「自然がつくる美」を見つける。 ※自然の家に道具あり

4 ネイチャーゲーム実施のヒント

ゲームの内容や進め方については、お気軽にご相談ください。
団体のニーズや年齢に合わせてアドバイスいたします。

①学校団体等での実施

- ・ネイチャーゲームは、五感を活用して自然に関わるきっかけづくりとして有効な活動です。自然に触れさせることはもちろん、自然の中へ入っていくときに動機づけとしても実施できます。活動する場合は「体験のねらい」にあわせて実施をおすすめします。
- ・生活科、理科、図工など教科の学習活動のひとつとしても活用できます。

②子ども会、学級行事などでの実施

- ・手軽に、ゲーム感覚で自然を感じることができるのもネイチャーゲーム。小さいお子さんから大人まで、親子いっしょに楽しむことができます。

③進めるにあたって

- ・活動については原則「自主活動」となります。どのゲームも、自然の家に準備してあるマニュアルをごらんいただきながら実施可能です。
- ・活動場所については、円滑、安全な実施のためにも事前の下見をおすすめします。

【ネイチャーゲーム】 カモフラージュ

【視覚】 ☆活動時間：20分～50分 ☆活動人数：1回1人～15人位【班活動も可】

自然の中に隠した人工物を見つけるゲームです。自然界の生き物のカモフラージュ（擬態）について疑似体験を通して、身近な生き物の知恵や不思議に触れることができます。

ゲームのねらい

- ・身近な生き物のくらしの知恵や不思議を知り、自然への興味を持つ。
 - ・生き物の擬態や保護色、適応について学ぶ
 - ・視覚を通した観察力を養う。
- 準備するもの【自然の家で貸し出しできます】**
- ・カモフラージュ用具
 - ・ロープ

◆◆活動の進め方◆◆

- ※事前に指導者・引率者が「カモフラージュ」のコースを決めて「カモフラージュ用具」の人工物をセットしておく。（対象年齢に応じて難易度を変えて）
※活動場所は金峰周辺「バイン広場」「もみの木広場周辺」など
- ②参加者をカモフラージュコース手前集める。
 - ③ゲームのやり方を説明する
＝やり方＝
・（この先のロープの張られている範囲内）自然の中には人工物がいくつか隠れている。
・かくれている人工物（何）がどこにあるか見つけていき、あわせていくつあるか探していく。
・かくれている範囲を示す。
ex）対象が小学生の場合「範囲は奥行きが1m、高さはみんなの背の高さくらいまで」
・1人ずつゆっくりロープにそって歩きながら、いくつあるか数えながら見つけていく。
・見つけても、声を出したり、周りの人に教えたりしない。前の人を追い越してもよいが、後戻りはできない。
・セットしてある人工物にさわったり、ロープの向こう側に入ったりはしない。
・コースのゴールまでたどり着いたら、ゴール地点の引率者・指導者に見つけた人工物の数を周りの人にきこえないように教える。
 - ④活動スタート→指導者・引率者はゴールのところで参加者の解答を聞く。1回目正解数よりも少なかったらだいたいの目安（もう少し、まだまだ足りないなど）を教え、再チャレンジ（チャンスは2、3回程度）
 - ⑤正解した参加者にはコースからはなれて待っているように伝える。
 - ⑥全員が規定の回数を探し終えたら、ふりかえり。
全員一緒にコースにそって歩きながら、答えあわせする。参加者に一つずつ発表させていく、自由に紹介しあうなど、実態に応じて行う。
 - ⑦カモフラージュ（擬態）について話を、活動のまとめを行う。

【ネイチャーゲーム】 フィールドパターン

【視覚】 ☆活動時間：30分～60分 ☆活動人数：何人でも【班活動も可】

自然が作り出す様々な「形」をテーマに自然を感じるゲームです。
ふだん何気なく見過ごしていても、よく見てみると不思議な「形」がかくれています。

ゲームのねらい

- ・自然の中にあるものの形や模様のおもしろさに気付く
 - ・観察力を高める
- 準備するもの【自然の家で貸し出しできます】**
- ・フィールドパターンカード
 - ・筆記用具

◆◆活動の進め方◆◆

- ①班ごと（または1人ずつ）にフィールドパターンカードを配布する。
- ②ゲームのやり方（ルール）を説明する。
＝やり方＝
・カードにある形とそっくりな形のものを自然の中から見つけ出す。
・拾ってこられるものは持ってきてもよい。
・持ってこられないもの、動かせないものは場所を覚えておき、後でみんなに伝える（見せる）。
・形は大きなものから小さなものまでいろいろなところから探してきてもよい。
・「見る角度によっても形がちがって見える。」
「一つのものもいろいろな角度から見てみると発見できる。」ということ伝える。（よく見るコツ）
・全種類を見つけるか、指導者の集合の合図があったら、スタート位置または指定の集合場所へ戻ってくる。
- ③活動開始＝指導者の合図で＝
- ④活動終了
- ⑤ふりかえり＝全員が戻ってきたら＝
・見つけた形を発表しあう。
・活動をして感じたこと、気付いたことを発表しあう。
- ⑥拾ってきたものは、自然の中へ返す。
- ⑦借りた道具を返却する。

☆「自然観察ハイキング」でコースを歩きながら発見していく形でも実施できます。

【ネイチャーゲーム】 森の色あわせ

【視覚】 ☆活動時間：30分～60分 ☆活動人数：何人でも【班活動も可】

自然の中にはいろいろな色にあふれています。「色あわせ」を通して、微妙な色の違いや自然の多様さを感じることができるゲームです。

ゲームのねらい

- ・自然の中にある様々な色に気づく。
 - ・視覚を通して、自然の多様さを感じる。
- 準備するもの【自然の家で貸し出しできます】**
- ・森の色あわせカード
 - ・見つけた物を入れるもの（袋など）

◆◆活動の進め方◆◆

- ①森の色あわせカードを配る（班活動の場合は班に1枚）
- ②ゲームのやり方を説明する
＝やり方＝
・「森の色あわせカード」にある色と同じ色のものを探す。
・拾ってこられるものがあれば拾ってくる。
・活動の範囲と集合方法を確認
ex）自然の家周辺の広場
（もみの木広場、やまびこキャンプ場）で実施する場合。
・どこからどこまでの範囲で活動するかを伝える。
ex）自然観察ハイキングコースを散策しながら実施する場合。
・コースにそって、散策しながら活動することを伝える。
- ③活動スタート→指導者・引率者は同行しながら活動の支援・見守り
- ④活動終了
☆自然の家周辺広場で実施の場合 →指導者・引率者が合図で集合
☆自然観察コースを散策しながらの場合→全員がコースを回り終えたら終了
- ⑤ふりかえり・わかちあい
・見つけた色をお互いに発表しあう。
ex）一色ずつとりあげ、その色についてお互いに見つけた物を発表し合う。
ex）見つけた色でカードの色と一番近いと思うものを発表しあう。
- ⑦まとめ
・自然の中には、似ていても多くの色があること。
・ふだんはあまり気づかない色（自然の中にかくれている発見）にも、じっくり見る・観察ことで発見することができる。
※その後の活動に生かすことができるよう、に自然への気づきを認め、促す話をしとめる。

活動の合間に「10分間」あれば簡単にできる【ネイチャーゲーム】 色いくつ

【視覚】 ☆活動時間：10分 ☆活動人数：何人でも【全員一斉活動も可】

「見る」ことに意識を集中させて、周辺の自然にいくつ色があったか数えます。やっているうちにたんだん感覚がとぎすまされて、今までに気づけなかった自然の色の美しさや多様さに気づくことができるゲームです。

ゲームのねらい

- ・自然の中にある様々な色に気づく。
 - ・周囲の自然の美しさに気づく。
- ※道具は必要ありません。**

◆◆活動の進め方◆◆

- 活動場所は自然の家周辺の広場など、活動エリア森の中であればどこでも実施できます。
- ①参加者の心を落ち着かせ、色に意識をむけるような導入の話をします。
 - ②ルールを説明する
・エリア内で自分が気に入った場所を選び、そこに移動する。
・引率者・指導者の開始の合図で、1分間、その場から動かずに見える範囲の景色の中から自然の色を見つけ、いくつ見つけたか数える。
・数えるときは両手で、色を見つけるたびに指を1本ずつ折っていく。
・終わりの合図で終了。
 - ③ふりかえり
・いくつ色を見つけることができたか、どんな色を見つけたかなど、発表しあう。
 - ④まとめ こんなことを話してみてもはどうでしょう。
・自然の中にはいろいろな色がある。
・ふだんは見逃してしまっている色や景色でも、じっくり見ることでいろいろな発見がある。→自然の中に入って活動するときに五感をはたらかせることで新しい発見がある。

短い時間で簡単にできる【ネイチャーゲーム】



音いくつ

【聴覚】 ☆活動時間：5～10分 ☆活動人数：何人でも【全員一斉活動可】

耳をすませて、森の中からきこえてくる「自然の音」をじっくりと聞くゲームです。感覚を集中して、いろいろな音を聞いているうちに心も静まり、自然との一体感を得ることができます。

ゲームのねらい

- ・聴覚を集中させて音を数えることにより、まわりから聞こえる音に気づく。
- ・音を通して自然の営みを感じる。

※道具は必要ありません。

活動の進め方

活動場所は自然の家周辺の広場など、活動エリアであればどこでも実施できます。

- ①音に意識をむけるような導入の話をします。
 - ②ルールを説明する
 - ・引率者・指導者の開始の合図で、1分間、目を閉じる。静かに耳を澄まして聞こえた音の数を数えながら森（自然）の音を聞く。
 - ・数えるときは両手で聞こえてくるたびに指を1本ずつ折っていく。
 - ・終わりの合図で終了。
 - ③ふりかえり
 - ・いくつ音を数えることができたか、どんな音が聞こえたなど、発表しあう。
 - ④まとめ こんなことを話してみよう
 - ・自然の中にはいろいろな音（木の葉・森・水・鳥の鳴き声）がある。
 - ・ふだんは聞き逃してしまっている音でも、じっくり目を閉じて耳を澄ませると聞こえてくる。
- 自然の中に入って活動するときには五感をはたらかせると新しい発見がある。

【ネイチャーゲーム】



目かくしくトレイル

【聴覚】 【触覚】 ☆活動時間：30分～50分 ☆活動人数：1回1人～15人位【班活動可】

目かくししながら林の中の木々の間に張られた1本のロープを伝って歩き、自然（周囲の自然の音、木々の肌触り、匂い）を感じながら森の奥深く迷い込んだような体験ができるゲームです。

ゲームのねらい

- ・視覚以外の感覚を精一杯働かせて、じっくり自然を感じる。

準備するもの【自然の家で貸し出しできます】

- ・バンダナ
- ・ロープ（自然の家周辺に常設してあります）

活動の進め方

- ①事前にロープでトレイル（小径）を作り（自然の家常設トレイルコースを使う場合は、自然の家ゲレンデ上のエリア（マップ必要なし）引率者、指導者が安全を確認する。
- ②トレイル（小径）の見えないところで一列を作って、バンダナで目かくしをする。
- ③ゲームのやり方を説明する
 - ＝やり方＝
 - ・スタート地点までは引率者・指導者が1人ずつ誘導する。
 - ・スタート地点から、片手でロープを持ち、もう一方の手でまわりをさがりながら歩く。
 - ・ロープの終わりで話はせずに、静かに歩く。
 - ・歩きながら、木の肌触りやにおい、周りの音などを十分感じながら、ゆっくりと自分のペースで歩く。
 - ・前の人に追いついてしまったら、少し待つ。
 - ・ゴールにたどり着いたら（引率者・指導者が）迎えに来るので、目かくしをしながら待つ。
- ☆説明が終わったら☆☆
- ⑤引率者・指導者が、全員（目隠しをした状態）をトレイルの入り口まで目かくしむし（前の人の肩に手を置いてつながって歩く）で案内する。
- ⑥1人ずつ手を取ってトレイルロープのところまで誘導し、ロープをつかませ、スタート
 - ※前の人と間隔を十分とって。引率者は安全管理を十分行う。
- ⑦ゴールにたどり着いたら、再び引率者・指導者が誘導しゆっくりできるフィールドまでつれていき、目かくしをしながら座らせる。
- ⑧全員がゴールし、しばらく時間をおき、静かな雰囲気できたら目かくしを取るように伝える。
- ⑨スタート地点に戻り、目かくしをしないでもう一度同じコースを全員一緒にたどらせる。
- ⑩ふりかえり目かくしをして歩いたときに感じたことなどを発表しあう。



【ネイチャーゲーム】



わたしの木

【聴覚】 【触覚】 ☆活動時間：20分～40分 ☆活動人数：何人でも【2人1組で活動】

目かくしをした人にふさわしい木を誘導役が案内し、さわった感じ、においなど、感覚でその木の感触をつかみます。目かくしをして「わたしの木」を探し当て、もう一度さわったりにおいをかいだりします。

ゲームのねらい

- ・森の木との出会い、触れ合いを通して自然への親しみを深める。

準備するもの【自然の家で貸し出しできます】

- ・バンダナ

活動の進め方

- ①引率者・指導者がやりかたを実演しやってみせる。
 - ※やり方を説明しながら
 - ＝やり方＝
 - ・2人1組になり、1人がバンダナで目かくしをする。
 - ・目かくしをしていない者が「誘導者」となり、目かくししているパートナーに紹介したい「森の1本の木」を選び、その場所まで誘導する。
 - ※誘導するときは、目かくししているパートナーが安心して歩けるように気配り「でこぼこ」「木の根っこ」「坂道」「張り出した木の枝」体の近く、足もとの状況を伝えながら誘導。
 - ・誘導者は木のところでどおりついたら木にじっくり触れさせながら（手触り、太さ、におい）木をパートナーに紹介する。
 - ・十分にその木を感じてもらったら、目かくしをしたままもとの場所へ戻る。
 - ・目かくしをして、その木を探しに行ってもらう。
 - ・パートナーがその木を見つけたら、もう一度さわったり、においをかいだりして確認してもらおう。
 - ・交代して、同じ流れで体験する。
- ②活動範囲を伝える。
- ③2人1組のペアをつくる。
 - ・1人が目かくしをし、活動を開始する。
 - ・役割を交代して活動。
- ④ふりかえり、わちあひ。
- ⑤最後に集まって、感じたことを話し合う。



という一連の流れで。



【ネイチャーゲーム】



宝さがし

【聴覚】 【触覚】 ☆活動時間：30分～60分 ☆活動人数：何人でも【班活動可】

自然の中を歩きながら、宝物リストカードに示されたものを探してくるゲームです。五感をはたらかせて、自然からの発見や感動を得ることができるゲームです。

ゲームのねらい

- ・感覚を使いながら、自然に触れる、関わる、自然を感じる。

準備するもの

- ・宝物リストカード【自然の家で貸し出しできます】
- ・集めたものを入れるもの（袋など）【団体でご準備下さい】

活動の進め方

- ①宝物リストカードを配る（班活動の場合は班に1枚）
- ②ゲームのやり方を説明する。
 - ・カードの中にあるものをさがす。
 - ・よく見て、さわってみて、においをかいで、聞いて（感覚を十分に使いながら）探す。
 - ・活動の範囲と集合方法を確認。
 - ex) 自然の家周辺の広場（もみの木広場、やまびこキャンプ場）で実施する場合。
 - ・どこからどこまでの範囲で活動するかを伝える。
 - ex) 自然観察ハイキングコースを散策しながら実施する場合。
 - ・コースにそって、散策しながら活動することを伝える。
- ③宝物リストを確認する。
- ④活動の開始→活動スタート→引率者・指導者は同行しながら活動の支援・見守り
- ⑤活動終了
 - ☆自然の家周辺広場で実施の場合 → 引率者・指導者が合図で集合
 - ☆自然観察コースを散策しながらの場合→全員がコースを回り終えたら終了
- ⑥ふりかえり・わちあひ
 - ・集めてきたものをお互いに発表しあう。
- ⑦まとめ
 - ・ふだんはあまり気づかないこと（自然の中にかくれている発見）も、じっくり見る・観察ことで発見することができる。
 - ※その後の活動に生かすことができるよう、に自然への気づきを認め、促す話をしてみよう。

【ネイチャーゲーム】
 **フィールドビンゴ**
【総覚】 【視覚】 【聴覚】 【触覚】 ☆活動時間：30分～60分 ☆活動人数：何人でも【班活動も可】

ビンゴゲームの自然体験版。楽しい雰囲気です。五感を活かして、自然からの発見や感動を得ることができるゲームです。

ゲームのねらい

- ・感覚を使いながら、自然に触れる、関わる、自然を感じる。

準備するもの【自然の家で貸し出しできます】

- ・フィールドビンゴカード ・筆記用具

◆◆活動の進め方◆◆

- ①フィールドビンゴカードを配る（班活動の場合は班に1枚）
- ②ゲームのやり方を説明する。
 - ・カードの中にあるものを捜す。
 - ・見つかったら項目をまるでかこんでいく。
 - ・ビンゴがそろったら、大きな声で「ビンゴ」という。
 - ・よく見て、さわってみて、においをかいで、聞いて（感覚を充分に使いながら）探す。
 - ・活動範囲や集合場所を確認。
 - ex）自然の家周辺の広場（木々の木広場、やまびこキャンプ場）で実施する場合。
 - ・どこからどこまでの範囲で活動するかを伝える。
 - ex）自然観察ハイキングコースを散策しながら実施する場合。
 - ・コースにそって、散策しながら活動することを伝える。
- ③ビンゴでさがすものを確認する。
 - ※本日のスペシャルもここで発表（本日スペシャルは一季節にあわせてのもの、見つけて欲しいものなど参加者・引率者のアイデアで決めて下さい）
- ④活動開始 → 指導者・引率者は同行しながら活動の支援・見守り
- ⑤活動終了
 - ☆自然の家周辺広場で実施の場合 → 指導者・引率者が合図で集合
 - ☆自然観察コースを散策しながらの場合→全員がコースを回り終えたら終了
- ⑥ふりかえり・わちあひ
 - ・見つけたものをお互いに発表しあう。
- ⑦まとめ
 - ・ふだんはあまり気づかないこと（自然の中にかくれている発見）も、じっくり見る・観察ことで発見することができる。
 - ※その後の活動に生かすことができるよう、に自然への気づきを認め、促す話をしてまとめる。

【ネイチャーゲーム】
 **おなじものを見つけよう**
【視覚】 ☆活動時間：30分～50分 ☆活動人数：1回1人～15人位【班活動も可】

提示された（事前に集めておいた）自然物（木の実・枝・葉など）と自然の中から見つけ出してくるゲーム。限られた時間の中で記憶し、探し出す目的を持たせることで自然の中にあるものをじっくり見る感覚をもたせることができます。

ゲームのねらい

- ・視覚を働かせ、自然の中のをじっくり見る感覚を養う。

準備するもの【自然の家で貸し出しできます】

- ・パンダナ

◆◆活動の進め方◆◆

- ① 事前に指導者・引率者が活動フィールドで拾える自然物を5～10種集め、パンダナの上にならべさらに上からも一枚パンダナをかぶせておく。
- ②参加者を集める。
- ③ゲームのやり方を説明する
 - =やり方=
 - ・15秒から20秒（対象年齢によって調整）かぶせてあるパンダナを取るの、置いてある自然物をよく見る。
 - ・おいてあったものと同じ自然物を探してくる。ただし、落ちていたもののみを拾ってくる。
- ☆説明が終わったら☆☆
- ④パンダナを（班ごとに1枚）渡し、袋状にする。（ビニール袋等用意してもOK）
- ⑤15秒から20秒、かぶせてあるパンダナをとり、全員にじっくり見せる。
 - ※手にとって触れてはいいない。
- ⑥活動場所、範囲、集合の仕方（引率者・指導者の合図などで集まること）を伝え、班ごとに探していく。
- ⑦再集合の合図で全員を集める。
- ⑧引率者・指導者がはじめに提示したパンダナのまわりに集まり、1つ1つパンダナの下から取り出し、同じものが探せたかどうか答えあわせをしながら話し合う。
- ⑨ふりかえり
 - ・活動して感じたことを話し合う。
 - ※見つけにくかった物、見つけやすかった物・落ちていた場所、拾ってきたものの自然の中での役割、自然の営み、仕組みに目を向けることができるように声かけをしながら進める。
- ⑩用具の返却、後始末
 - ・拾ってきたものは自然の中に返してあげる。

海エリアでできる【ネイチャーゲーム】
 **サンセットウオッチ**
【総覚】 【聴覚】 【触覚】 ☆活動時間：10分～30分 ☆活動人数：1回1人～【全体一斉活動も可】

夕陽がしずむ瞬間を眺める時間に、じっくりとその前後を味わう時間をもつことで、昼から夜への移り変わりを感じることができます。日々行われる自然の営みのすばらしさに気づくことができるゲームです。

ゲームのねらい

- ・夕暮れの自然の営みに気づく、感じる。
- ・1日の活動の終わりに心を落ち着かせる。

準備するもの【自然の家で貸し出しできます】

- ・サンセットウオッチカード
- ・筆記用具（自然の家周辺エリアでの実施の場合は貸し出し可。エリア外での実施の時は団体準備）
- ※配布枚数は活動のねらいによって違います。
- 個々で→1人1枚 班ごと→グループで1枚

◆◆活動の進め方◆◆

- ①サンセットウオッチカードを配る。
- ②やり方を説明する。
 - ・夕暮れを感じながら、カードのリストに書いてある出来事が起きた順番に番号をつけていく。
 - ・リストに書いてなくとも、自分が発見したことや感じたことも記録していく。
 - ・日が落ちる方向だけでなく、様々な方向に目を向けながら活動する。
 - ・リストに書いてあることを見逃したとか、正確な順番がわからなくなったということは気にせず、活動する。☆大切なのは夕暮れを味わうこと。
 - ・集合までゆったりと自分で決めた場所で活動する。
- ③活動の範囲、集合の仕方を伝える
- ④活動を開始する。
 - ※時間は、夕暮れの薄暗い頃合いから始めるとよい。10分くらいが目安ですが、じっくり感じさせたいときには若干眺めに時間をとってあげるとより効果的です。
- ⑤集合の合図で集合
- ⑥ふりかえり
 - ・リストに書いてあった出来事を見つけることができたか、書いてないもので気づいた出来事について発表しあう。

一日の終わりを時間ではなく自然の出来事を通して感じることができるゲームです。準備も簡単でおすすめです。

【ネイチャーゲーム】
 **森の美術館**
【視覚】 ☆活動時間：30分～50分 ☆活動人数：何人でも【一斉・班活動可】

身近な自然をフレームで切り取り、そこにふさわしいタイトルをつけて発表し合う。1人ひとりの着目をたえ、尊重することで、視点の違いや感性の多様性を認め合い、分かち合うことができるネイチャーゲームです。

ゲームのねらい

- ・視覚を働かせ、自然そのものの美しさや面白さに気づく。

準備するもの【自然の家で貸し出しできます】

- ・写真フレーム（紙製のフレームが自然の家に15個あります。）

◆◆活動の進め方◆◆

- ①写真フレームを配る。
- ②やり方を説明する
 - =やり方=
 - ・自然の中をフレーム越しに見ながら、気に入った景色を見つける。
 - ・フレーム越しに見える自然に好きなタイトルをつける。
 - ・場所やタイトルが決まったら、自分の気に入った景色の所へ連れていき、フレームから見える景色とつけたタイトルを伝えあう。
 - =留意点=
 - ・探す範囲と、集合時間、集合場所を活動前に伝える。
- ③活動を開始する。
- ④集合の合図で全員を集める。
- ⑤全体や、班ごとに気に入った景色とタイトルを発表する。
- ⑥ふりかえり
 - ・活動して感じたことを話し合う。
 - ・いろいろな見方があること、表現の方法だけではなくいろいろな考えがあることに気づかせる。
 - ・発表を通して、友だちの良さを見つける。
- ⑦用具の返却、後始末



仲間づくり
アクティビティ

野外グループ
アドベンチャーゲーム



自然の家周辺に設置されたグループアドベンチャーゲームのエLEMENT（課題解決方活動）を、班・グループで体験を通して解決していくゲームです。目的にむかって仲間と共に挑戦し、「一つの体験」を共有することができ、仲間意識を深めることができます。

グループアドベンチャープログラムは、こうした活動が持つ独特の性質を、意図的に人間的な成長に生かそうとするカウンセリング手法でもあります。仲間づくりにぜひ、取り入れてみてはいかがでしょうか。

グループアドベンチャープログラムの基本理念

グループアドベンチャーゲームは、アメリカで開発された「体験学習法」をベースにしたプロジェクトアドベンチャー（PA）の手法や考え方を取り入れた活動です。

その中でも3つの考え方を基本理念としています。

これらが、相乗的に作用することで、効果を最大限に高めることができます。

3つの基本理念

①フルバリューコントラクト

活動の中でお互いの努力を最大限に評価するという「約束」

活動する中で「自分も含めメンバーをけなしたり、軽んじたりしない」ということ。

具体的には

- ・お互いに心の安全と体の安全を守る
- ・「自分に正直である」
- ・ネガティブなことにこだわらない
- ・欠点よりも課題を指摘 などがあげられる

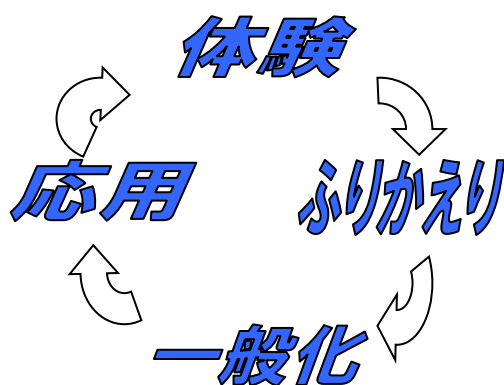
②チャレンジバイチョイス

活動（課題）への参加・挑戦について自己選択を保証する

グループアドベンチャーゲームには強制はありません。個人の挑戦レベルと方法は、「自分自身」が決定します。また、自分が挑戦を選択しなかった場合でも、グループから外れるのではなく、「グループの仲間によどのような方法で協力できるのかを考える」ことも選択のひとつになります。

③体験学習サイクル

体験を学びに変換していくプロセス



初めに参加者同士の仲間づくりを図る意味でアイスブレイクからグループアドベンチャーゲームを「体験」します。

次に体験しただけ学習にならないように、「ふりかえり」の時間を位置づけ、体験を通して気づいたことや学んだことをグループで出し合います。その中から次の活動に活かせそうなことを共有して、「一般化」を図ります。

そして次の活動（たとえば野外炊飯）を始めるときに、前の活動でグループで共有したものを再確認して活動に入ります。「応用」

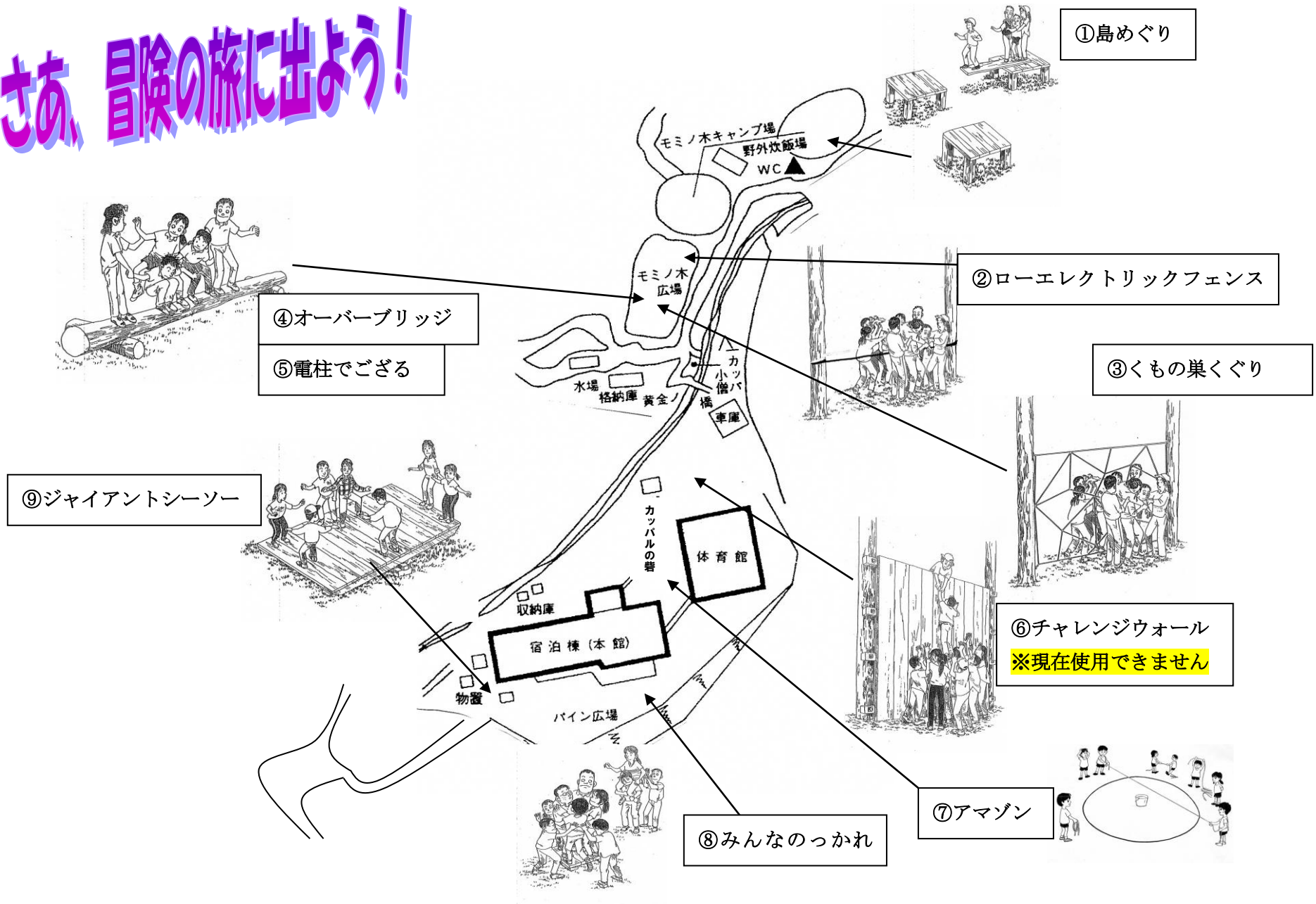
これが効果的な体験学習のサイクルです。

この活動を通して、グループが成長し、互いの信頼関係を築いていくことができます。この手法や考え方を生かし、他の体験活動と組み合わせて行うことができます。

グループアドベンチャーコース図



さあ、冒険の旅に出よう!



グループアドベンチャーゲーム 野外エレメント

一覧 自然の家周辺エリアに設置してあるエレメントを使って行う活動

エレメント	やり方	ねらい・期待できる効果
①島めぐり	設置された台から台へと、全員が移動していく。使用できる物ものは台と台との距離より短い板2枚。	・コミュニケーション・課題解決能力 ・ふれあい ・強調
②ロー エレクトリック フェンス	グループ全体が、木立の間に張られたロープ（ロープから下は高電圧の壁という設定）を手をつないだままで乗り越える。	・課題解決能力 ・リーダーシップ ・コミュニケーション ・グループの協調
③くもの巣めぐり	くもの巣状に張ってあるロープのすき間を、ロープに触れないようにグループ全員が通過する。一度通った穴は、ふさがってしまうので使えない。	・グループの協調 ・信頼 ・チーム作り ・決断力
④オーバー ブリッジ	グループ全員が手つなぎした状態で、丸太の橋の上を、丸太から落ちたり手を離したりしないで渡る。	・グループの協調 ・信頼 ・チーム作り ・コミュニケーション
⑤電柱でござる	グループを半分に分け、両側に分かれてスタートする。お互いが、地面に落ちないように丸太の上で交差し、両グループが反対の端までたどり着く。	・ふれあい ・コミュニケーション ・ユーモア ・チームワーク
⑥チャレンジ ウォール ※現在使用中止	グループ全員が協力して、壁を越える。体を使ったり、上から下がっているロープを利用したりしてよい。登るときには、下の方で、みんなで安全確保をする。	・課題解決能力 ・チームワーク ・信頼 ・チャレンジ ・コミュニケーション ・決断力
⑦アマゾン	地面に描かれた、半径2mの円の中心にある水の入ったバケツを、円内の地面に触れることなく2本のロープを使って円の外に出す。	・リーダーシップ ・コミュニケーション ・グループの協調
⑧みんなのっかれ	小さい木の台（人数によってはブロック）に全員乗る。全員が完全に台に乗った状態で5秒数える。	・ふれあい ・リーダーシップ ・忍耐 ・決断力
⑨ジャイアント シーソー	大きなシーソーが地面に接しないように、バランスをとりながら、グループ全員がシーソーに乗る。一つの方法で成功したら、他の方法でチャレンジしてみる。	・グループの協調 ・チーム作り

※充実した活動と安全面への配慮のためにも、指導者の事前下見をお願いしております。

引率者でゲームの内容・方法を共通理解し、班に引率するか、活動場所に指導者がつく方法をおすすめします。

また、児童・生徒等の実態に合わせ、エレメントを選択して活動することもできます。



館内アクティビティ

天体観測



金峰少年自然の家のテーマ「緑と星と海を求めて」にもあるように、当所では夜の館内活動として天体観測学習を取り入れています。施設4Fに天体ドームを有し、口径300mmの天体望遠鏡で、星空などを観察できます。雨天時でも、パソコンやプロジェクター等の視聴覚機器を使い、星のお話を聞くこともできます。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・天体観測学習を通して、
→自然の仕組みについて興味や関心をもたせる。
→自然に触れ、自然に親しむ。

2 活動場所

- ・2階研修室 ・3階ロビー ・屋上 ・4階天体ドーム

3 所要時間

- ・60分～（利用団体の活動プログラムに合わせて）

※天体指導員ご希望の団体は、開始15分前に指導員と打ち合わせを行います。

4 準備するもの

- ・特に団体で準備していただくものはありません。指導員謝金も必要ありません。
- ・服装は、天候や気温にもよりますが、冷え込む場合もありますので、長袖・長ズボンの準備も忘れずに。

☆当所では、天体観測学習の際、指導員に依頼する形態で行っています。経験豊かな指導員のお話で、有意義な活動になると考えております。自主活動でも行えます。

5 活動のすすめ方

●配慮事項

■引率・指導者の動き

天体観測実施希望の場合は

☆申込みの段階で

（プログラム相談会や事前の申込み）の際に、活動プログラムに「天体観測学習」の希望を記入していただきます。それをもとに、自然の家で天体指導員に依頼します。曇天や雨天の場合でも視聴覚教材を使用して学習を進めます。

☆実施当日は

団体引率者と天体指導員で、学習内容・進め方について打ち合わせを行います。
団体引率者1名は、学習開始15分前に事務室にお越しください。

- （1）集合・人数確認
- （2）指導員の先生と挨拶
- （3）観測活動
 - あいさつの後、指導員と打ち合わせた進行方法で行う。
 - 天体ドーム等に移動が必要な場合は指導者が指示する。
- （4）活動終了後→質問・感想発表
- （5）指導員の先生への挨拶
- （6）用具の後始末



※ 当日のキャンセルはできません。雨天の場合は、視聴覚教材を活用した天体学習を行います。



環境学習・仲間作りアクティビティ

竹林整備学習 (竹割り体験・竹炭袋づくり)



山林の整備のため、増えすぎた竹を刈り取り、のこぎりで一定の長さに切りそろえてなたで割り、燃やして竹炭にし、それを不織布に入れ、脱臭剤にします。竹林整備活動に挑戦してみましょう！

1 ねらいとして考えられるもの

- ・ 自然と触れ合い、自然に親しむ。
- ・ 自然への気づきや感性を育む。
- ・ グループ・班での活動を通して仲間と協力することの大切さを学ぶ。
- ・ なた、のこぎり、木づちなどの古道具の使い方を体験する。



2 活動内容と※所要時間



・ 選択できるコース

- (1) 活動コース (竹林についての学習＋竹割体験)
- (2) クラフトコース (竹林についての学習＋竹炭袋づくり)
- (3) フルコース (竹林についての学習＋竹割体験＋竹炭袋づくり)

※団体が実施可能な行程は、③（竹割体験）と⑥（竹炭袋づくり）です。他の工程は、所員が行います。

※「③と⑥」で実施する場合、③で作成した竹薪をすぐに焼いて、竹炭にするわけではなく、事前に所員が用意した竹炭で脱臭炭袋をつくりまます。（自分たちの竹は

※⑥を選択する場合は、不織布袋、麻紐、持ち帰り用ビニール袋代、竹炭代として1人あたり100円が別途必要です。

3 準備するもの・服装

・準備する物 (○自然の家で貸し出しできるもの ・ 団体が用意するもの)

- ③竹割り体験：○ブルーシート ○画板 ○竹置き台 ○竹用のこぎり ○なた ○木づち
○竹割り台（バトニング台） ○コンテナ ・ 軍手かゴム素材の手袋
- ⑥竹炭袋づくり：○ブルーシート ○銀バット ○はさみ
○不織布・麻紐・脱臭炭袋を持ち帰るためのビニール袋（有料）

・服 装

- ③竹割り体験：動きやすい服装、帽子（頭部保護のため）
⑥竹炭袋づくり：特に指定なし

4 活動の進め方

1. 竹林についての学習…依頼説明または所の資料（説明台本あり）で引率者が説明することが可能

竹林整備の目的、環境への影響について、資料を用いての説明

活動の流れ・道具の使い方についての説明（この部分は、研修担当職員が行います）

活動時の注意事項についての説明（□…竹割り体験、○…竹炭袋づくり）

- 長い竹を持ち運ぶ時は、両はじが周囲の人にぶつからないように気をつけて運ぶ。
- 竹用のこぎりで竹を切る時は、友達に竹を強くおさえてもらう。
- 竹用のこぎりは、必ず画板の上で使う。
- 刃物を持った状態で立ち歩かない。
- 刃物を扱っている人の体にさわらない。
- なたをふりおろす時になたの下に手を置かない。
- なたは、必ずバトニング台の上で使う。
- 竹炭にふれた手で目をこすらない。

のこぎりの作業は特に疲れま
す。全ての活動を、交代しな
がら進めることをおすすめし
ます。

2. 竹割り体験《活動》…前ページ③参照

- ・グループ・班ごとに分かれて竹を切る・竹を割る・竹薪を集める作業を進める。
- ・50cmほどの長さに切りそろえる。

- ・1本が8等分になるようになたで割る。
- ・人手が余っている場合、竹薪の節をハンマーで割る。
- ・できた竹薪をコンテナに集める。

3. 竹炭袋づくり《クラフト》…前ページ⑥参照

班ごと不織布に竹炭を入れ、袋の口を麻紐でしめる。

4. 用具の後始末・返却、使用した場所の清掃を

●班編成について

1班あたり4～6人の編成を推奨します。

- のこぎりで切る ○竹を押さえる
- なたで竹を割る ○できた竹薪を集める

1班あたりの貸し出し資材

- ・竹用のこぎり1丁 ・竹押さえ台1セット
- ・なた1丁 ・竹割り台1台
- ・竹薪回収用のかごかコンテナ

11か所で展開可能ですが、

【資材在庫】

- 竹用のこぎり…13丁
- 竹押さえ台…12セット（2個で1セット）
- 竹割り台…11個、なた…11丁

5. 活動が終了したらふり返しを行う。

●ふりかえり活動（活動しての感想や気付いたこと、自然物についての発見など）

■気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援する

5 竹炭について

脱臭炭袋は、靴の中や、車内、冷蔵庫内に置くことで消臭効果が期待できます。

効果が薄れてきた場合、袋から取り出した炭を、沸騰したお湯でゆでた後に乾燥させるか、天日干しをすることで何度も使い回すことができます。



仲間づくり・館内アクティビティ

KINBOWドミノ



「KINBOWドミノ」は、室内での仲間作りアクティビティとして設定された活動です。ドミノの並べ方や構成について、友だちと相談したり、できあがったドミノを倒して仲間との一体感を味わったりすることができます。ドミノは、1箱につき112枚ありますので、室内においてもダイナミックな活動が展開できます。また、ドミノに使われている木片も大きく、幼児にも扱いやすく作られています。ドミノだけでなく、積み木としても使用できるため、参加者の年齢や実態に応じた活用方法でお楽しみいただけます。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・グループ、班での活動を通して仲間と協力することの楽しさ、大切さを学ぶ。

2 活動場所

- ・館内 ・体育館

3 所要時間

- ・1時間～

※活動プログラム、人数、年齢や実態に応じて調整できます。ドミノの数や活動内容などは、各団体で設定してください。（職員にお問い合わせください。）

4 準備するもの

- ・自然の家で貸し出しできるもの ○ドミノ・・・1箱112個（計18箱）



112枚ごとに、箱に入れて保管してあります。
（計18箱）
※2階廊下…12箱
1階ロビー…6箱



ドミノ1個
縦12cm 横9cm
厚さ2cm

5 活動の進め方の例

●配慮事項 ■引率・指導者の動き

- （1）活動のねらいを説明する。
- （2）活動のやり方・ルール進め方を説明する。

活動のやり方

- ①各班の活動場所を決める。
- ②各班にドミノを配る。（班の作品をつなげるためのドミノは、配布せず確保しておく。）
- ③どんな並べ方をするか、班員で相談する。
- ④決められた活動場所にドミノを並べる。
- ⑤各班のドミノ作品を残りのドミノでつなげる。
- ⑥ドミノをたおす。



ルールや注意点

- ①ある程度並べたら、ドミノを横に倒しておき、ストッパーにする。（初めからやり直しを防止するため。）
- ②移動して良い場所を指定する。（ドミノが人の移動により、誤転倒しないように。）
- ③倒す時、見る場所を指定する。（全員が見えるように。）

（3）活動スタート

- ・参加者の活動場所を回り、支援・助言する。
- ・活動の進行に合わせて、つなぎのドミノを配る。

（4）ドミノ倒し

- ・カウントダウンなど場を盛り上げる工夫をして、ドミノ倒しを行う。

（5）ふりかえり・わかちあい

●ふりかえり活動の例

例）活動しての感想や気付いたこと（仲間との関わり、がんばりなど）を発表し合う。

■気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援する。

（6）用具の後始末・返却

- ・1箱…28個×4列になるように箱に入れる。



館内アクティビティ

スティックポイントゲーム



肉体的な強さをあまり必要とせず、年齢に関係なく老若男女が楽しめるスポーツです。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・活動を通して ⇒ チームで協力することの楽しさを学ぶ。 ⇒ スポーツの世界を広げる。

2 活動場所

- ・館内 ・体育館

3 所要時間

- ・1時間～2時間程度

4 準備するもの

- ・自然の家で貸し出しできるもの

○用具一式(外用1セット、室内用3セットあります) ○記録用紙 ○鉛筆 ○たんけんバック

5 活動の進め方の例

●配慮事項 ■引率・指導者の動き

(1) 活動のねらいを説明する。

(2) 活動のやり方・ルール進め方を説明する。

1

ゲームスタート時の配置です。

3～4mあける

2

倒した本数によって
点数が決まります。

◆ 複数本の場合→倒れた本数が点数
◆ 1本の場合→書かれた数字が点数

3

数字がかかれた棒は、
倒された地点で再び立てます。

・完全に数字がかかれた棒が倒れないと点数はカウントされません。

・50点を超えた場合は25点に戻ります。

・3回連続ミスすると0点になり、失格となります。

2 3 を繰り返し、先に **50点ぴったり** になるまで得点した方が勝ち！

- ・2チーム以上で行う。1チームの人数は1～6名程度。
- ・試合のセット数、ターン数、試合時間の制限は引率者が伝える。(制限なしでも可能)
※「試合」⇒決められたセット数で構成される。「セット」⇒50点になるか、決められたターンで終了。
- ・プレイヤーが審判員、記録員をかねる。(相談して決め、係員も試合に参加する)
※審判員⇒「倒れた本数」を判定し「点数」を言う。
数字がかかれた棒を直し次の人に投げる棒を手渡す。
※記録員⇒用紙に点数を記録する。記録したら、次に投げる人に合図を出す。
- ・チーム内で順番を決め、棒を投げる。(セット中に順番変更はできない)
- ・倒した数字のかかれた棒の本数で得点が決まる。(倒れなかった場合は0点)
- ・一人が投げたら、次のチームの一人が投げ、さらに次のチーム…と交代していく。先に50点に達したチームが勝ちとなりセットが終了。または決められたターンで50点に近いチームが勝ち。次のセットはゲームスタートの配置から始める。多くセットを勝ったチームが試合勝利となる。

(3) ふりかえり・わかちあい

●ふりかえり活動の例

例) 活動しての感想や気付いたこと(仲間との関わり、がんばりなど)を発表し合う。

■気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援する。

(4) 用具の後始末・返却



仲間づくり・館内
アクティビティ

室内グループ
アドベンチャーゲーム



グループアドベンチャーゲームのエLEMENT（課題解決方活動）を、班・グループで体験を通して解決していくゲームです。目的にむかって仲間と共に挑戦し、「一つの体験」を共有することができ、仲間意識を深めることができます。

グループアドベンチャープログラムは、こうした活動が持つ独特の性質を、意図的に人間的成長に生かそうとするカウンセリング手法でもあります。仲間づくりに、ぜひ取り入れてみてはいかがでしょうか。

グループアドベンチャープログラムの基本理念

グループアドベンチャーゲームは、アメリカで開発された「体験学習法」をベースにしたプロジェクトアドベンチャー（PA）の手法や考え方を取り入れた活動です。

その中でも3つの考え方を基本理念としています。

これらが、相乗的に作用することで、効果を最大限に高めることができます。

3つの基本理念

①フルバリューコントラクト

活動の中でお互いの努力を最大限に評価するという「約束」

活動する中で「自分も含めメンバーをけなしたり、軽んじたりしない」ということ。

具体的には

- ・お互いに心の安全と体の安全を守る
- ・「自分に正直である」
- ・ネガティブなことにこだわらない
- ・欠点よりも課題を指摘 などがあげられる

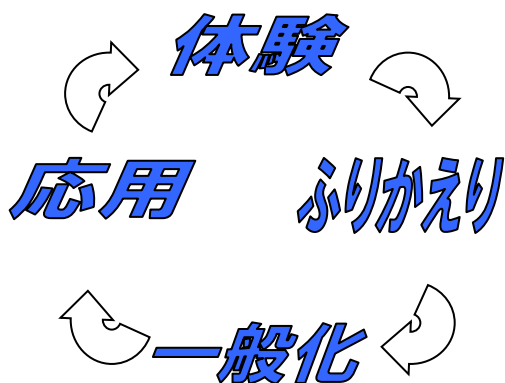
②チャレンジバイチョイス

活動（課題）への参加・挑戦について自由選択を保証する

グループアドベンチャーゲームには強制はありません。個人の挑戦レベルと方法は、「自分自身」が決定します。また、自分が挑戦を選択しなかった場合でも、グループから外れるのではなく、「グループの仲間によどのような方法で協力できるのかを考える」ことも選択のひとつになります。

③体験学習サイクル

体験を学びに変換していくプロセス



初めに参加者同士の仲間づくりを図る意味でアイスブレイクからグループアドベンチャーゲームを「体験」します。

次に体験しただけ学習にならないように、「ふりかえり」の時間を位置づけ、体験を通して気づいたことや学んだことをグループで出し合います。その中から次の活動に活かそうなことを共有して、「一般化」を図ります。

そして次の活動（たとえば野外炊飯）を始めるときに、前の活動でグループで共有したものを再確認して活動に入ります。「応用」

これが効果的な体験学習のサイクルです。

この活動を通して、グループが成長し、互いの信頼関係を築いていくことができます。この手法や考え方を生かし、他の体験活動と組み合わせて行うことができます。

◎室内で実施できるゲーム一覧（仲間づくりとして活用できるゲーム）

雨天で野外でのグループアドベンチャーができない場合にも実施できます！

※一覧の「やり方」は概略です。 ※指導・支援体制・活動場所についてはご相談ください。

エレメント	やり方	ねらい 期待できる効果	必要な用具
①ラインアップ	全員で輪になり、基準になるテーマに沿って並び替えをする。言葉を使わずに並び替える、ジェスチャーもなしにするなど、レベルをアップしていく。	・コミュニケーション ・ふれあい	なし
②フープリレー	グループで円を作り、手をつなぐ。輪の中どこか一箇所にフープを入れ、手を離さずにフープを一周し、そのタイムを計る。1回目のタイムが出たら、さらにタイムを縮めることができないかグループで判断し、グループで満足できるタイムが出るまでチャレンジを続けていく（具体的な目標タイムを設定）	・コミュニケーション ・グループでの協調	・フラフープ （自然の家に9つ）
③パイプライン	小さいボール（ビー玉・ピンポン球）をオイル、ハーフパイプ（円筒を半分にした形のもの）をオイルパイプとして見立て、グループで協力して任意の数のボールを1人1ずつ、持っているパイプを使ってゴールまで運ぶ。	・コミュニケーション ・グループでの協調 ・チーム作り	・ハーフパイプ （自然の家に3セット） ・ビー玉 （ピンポン球）
④魔法の じゅうたん	ブルーシート（レジャーシート）にグループ全員が乗り、全員が乗ったままシートを裏返しにする。	・コミュニケーション ・グループでの協調 ・チーム作り	・ブルーシート
⑤みんな のっかれ （室内版）	みんなのっかれの室内版。ブルーシートにグループ全員がのることを目標に活動。 全員でのることができたら、ブルーシートを2つ折り→さらにできたら4つ折りとどんどん小さくして難易度を上げていく。	・コミュニケーション ・グループでの協調 ・チーム作り	・ブルーシート
⑥アマゾン （室内版）	やり方は「野外版アマゾン」と全く同じ。バケツの中に水のかわりにボールを入れる。ボールをこぼさないように。	・コミュニケーション ・グループでの協調 ・チーム作り	・バケツ （自然の家に3セット） ・ボール ・ゴルフボール

⑦ヘリウム リング (スティック)	フラフープを、グループのメンバー全員の片手人差し指で支えながら持つ。全員の指がフラフープに触れたまま地面へ下ろす。	・コミュニケーション ・グループでの協調	・フラフープ (自然の家に9つ)
⑧前後左右	班の仲間全員が輪になり手をつないだまま、リーダーの声に合わせて、前や後・右・左などの方向にみんなでジャンプする。	・コミュニケーション ・グループでの協調	なし
⑨ダブル (カードゲーム)	「ダブル」というカードを使います。1人1枚ずつカードを持って同時に裏返し、いくつか描かれている絵のうち、共通する絵を見つけます。先に見つけた人は、相手に話しかけて、自分と相手の共通点や相違点を探し、見つけたら別れて次の相手を探します。最大5人までが一斉にできる仲間作りゲームです。	・コミュニケーション ・ふれあい ・アイスブレイク	ダブル (自然の家に2セット)
⑩動物交差点	動物の絵が描かれてあるカードを洗濯ばさみで背中や首元に付け、他の人にYESかNOで答えられる質問をして、背中の動物を推理して当てる。	・コミュニケーション ・ふれあい	動物カード (自然の家に30種類 動物カード2セット) 洗濯ばさみ
⑪セブン イレブン	じゃんけんの変形版です。2～3人組をつくり0～5までの数をじゃんけんのように出す。指の本数が、合計で7や11になったら成功。ハイタッチして次の人とやる。	・コミュニケーション ・ふれあい	なし
⑮ヤートロープ	偶数で行うゲーム。10人ぐらいがちょうど良い。「さば」「アジ」など奇数、偶数の人を決める。手をつないで輪になり、奇数が前、偶数が後ろに向かって傾く。「チェンジ」の掛け声で役を交代してみる。	・コミュニケーション ・ふれあい ・チームづくり	なし
⑯たすたす じゃんけん	じゃんけんの変形版。両手を使い、じゃんけんの合図で0～10の指を出す。お互いの指の本数の合計を早く言えた方の勝ち。 レベル1:自分の数を0にする 戦略を入れる。 レベル2:わざと相手の視界から遠ざけるように出す。	・コミュニケーション ・ふれあい	ない

※上の表にあるもの以外にも、仲間づくりゲームはあります。ご相談ください。



仲間づくり・館内アクティビティ

新聞紙テント



新聞紙でできた棒を使い、たくさんの正三角形を作ってつなぎ合わせると…？あらふしぎ！ふしぎな形の「新聞紙テント」ができあがります！テントが立ち上がった時には、みんなで作り上げたという達成感を味わうことができます。正三角形の組み方を変えれば、オリジナルの形にすることも可能です。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・グループ、班での活動を通して仲間と協力することの楽しさ、大切さを学ぶ。

2 活動場所

- ・館内 ・体育館

3 所要時間（対象）

- ・1.5時間～ （小学4年生～）

※人数、年齢により異なります。ご相談ください。

4 団体に準備するもの

- ・新聞紙（一つ作るのに約10日分必要です。）
- ・セロハンテープ（テープカッター台）1班あたり2台～
- ・活動後に持ち帰るための袋（大量に）※自然の家に置いておくことはできません。



5 活動の進め方

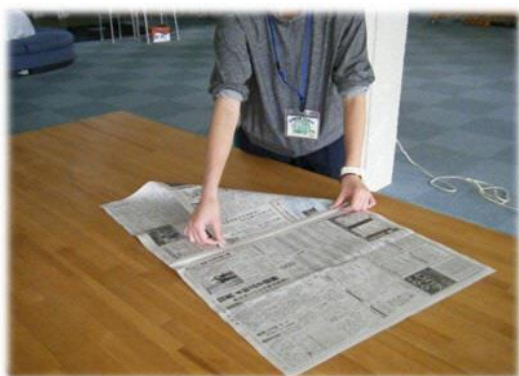
●配慮事項

■引率・指導者の動き

- （1）活動のねらいを説明する。
- （2）活動のやり方を説明する。

活動のやり方

- ①新聞紙見開き2枚分を重ねて広げ、角から斜め上にくるくると丸める。
最初は、角を新聞紙の中央を目安に三角に折って丸めやすくする。
巻き終わりをセロテープでとめて、それを36本分作る。

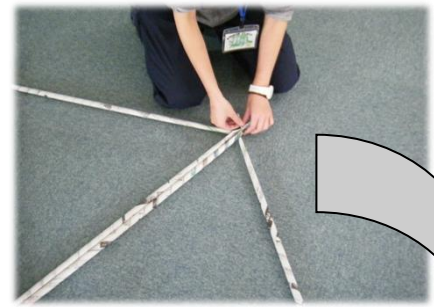
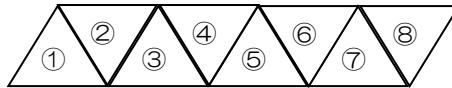
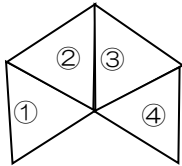


- ②「正三角形をたくさん作る」ために、全ての棒の長さをそろえる。
両端を3～4cm折って基準となる1本を作ったら、それをそばに置いてお手本にして、全ての棒の両端を同じように折って同じ長さになるように目印をつける。



- ③ 3本の両端どうしをつなぎ合わせて、正三角形を12個つくる。
写真のように、折り目の部分どうしをテープで巻いてとめる。
それをくり返して正三角形をどんどん作る。補強してテープでつなげる。

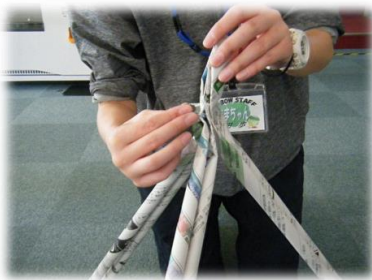
- ④ 正三角形の底辺と頂点を交互に重ねて横に並べて1辺あたり2か所ほどセロテープでとめる。
下の写真のような、4個と8個の2種類を作る。



このようにとめます



- ⑤ 底辺部分は8個、頂点部分は4個のつなげた正三角形を使い、骨組みを完成させる。
セロテープとガムテープでつなぎ合わせる。



- ⑥ 立体の骨組みが完成したら、テント生地をセロテープで貼り付けます。広げた新聞紙をテント生地に
見立てて、外側から骨組みをおおうように、貼り付けます。入口の部分は開けておきます。
※④の時に工夫をすることで、オリジナルの立体を作れるかもしれません。挑戦してみましょう！

発展型例⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒⇒
棒の本数を追加すればこのようなテントもつくれます。



(3) 活動スタート

- ・参加者の活動場所を回り、支援・助言する。

(4) 作品鑑賞会

- ・作品を囲んで記念撮影を行う。他の班の作品を見に行き、感想を伝え合う。

(5) ふりかえり・わかちあい

●ふりかえり活動の例

例) 活動しての感想や気付いたこと(仲間との関わり、がんばりなど)を発表し合う。

■気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援する。

(6) 用具の後始末・返却

- ・作品を解体し、用意しておいた袋に入れて持ち帰る。



館内アクティビティ

キャンドルファイヤー



室内でも、炎を囲んで仲間と交流できるアクティビティです。人の心を洗うような、澄んだ輝きを持つキャンドルの小さな炎を見つめ合うことで、静かであたたかな雰囲気を作り出すことができます。1日の活動のまとめやふりかえりとしても最適です。

1 活動場所及び所要時間

- 体育館（研修室：複数団体活動時）○ 約1時間30分～2時間

2 準備

- 自然の家で貸し出しできるもの
 - ・燭台（大・中・小）・キャンドル手持ち台（大/小）・キャンドル小（1本/人）・キャンドル大
 - ・火の神（衣装3、冠3）・巫女（衣装9、冠6）・バケツ・黄色のシート
 - ・マイク（有料ですが、貸出もできます）
- 団体で準備するもの
 - ・チャッカマンなどの点火用具
 - ・CDラジカセやマイク（必要に応じて）

キャンプファイヤーに比べ、設営の負担がなく、室内でも、炎を使った活動を簡単に行うことができます。雨天プログラムとしても最適です。

3 役割分担

- ・火の神・巫女（複数人）・献詞係（各班の代表）・進行係・消火係

※その他、各団体で必要な係を設ける。

※自然の家 HP「各種活動の資料」のページから

『キャンプファイヤーの台本(例)』がダウンロードできます。ご参考にどうぞ。

4 活動の進め方の例

※事前準備と片付けについては別紙「キャンドルファイヤー準備手順」参照

区 分	内 容 ・ 方 法 ・ 留 意 事 項
【第一部】 迎え火のつどい 厳粛に・静かな 雰囲気の中で	①全員入場⇒キャンドルを持ちながら静かに入場し、燭台を囲んで輪をつくる。 ②はじめのあいさつ（進行係） ③歌『家路』⇒1番を歌詞で、その後は火の神が入場して所定の位置につくまでハミングを続ける。 ④火の神のお話（例：火のありがたさ・人間と火の関係など） ⑤分火⇒献詞係は火の神の前に並ぶ。巫女が火の神のキャンドルに点火。火の神が献詞係に火を分ける。 ⑥献詞⇒献詞係がそれぞれ誓いの言葉を述べる。 ⑦点火⇒献詞係は輪に戻り、それぞれ右側の人のキャンドルに火をつける。進行係の指示で中央の燭台のキャンドルに火をつけ、最後に自分のキャンドルを消す。 ⑧歌『もえろよもえろ』
【第二部】 親睦のつどい 明るく楽しい 雰囲気の中で	※進行係を交代してもよい。 ※第二部に入ったら、照明をつけ、大キャンドルだけを残してほかのキャンドルは消す。 ※全体での歌やゲーム、各班の出し物などを取り入れ、明るく楽しい会にする。
【第三部】 送り火のつどい 厳粛に・静かな 雰囲気の中で	※全員整列⇒自分のキャンドルを持って、燭台を囲んで輪をつくる。 ①歌『星かげさやかに』 ②採火⇒巫女が大キャンドルから採火し、火の神の横に並ぶ。 ③火の神のお話 ④分火⇒献詞係は火の神の前に並ぶ。巫女が火の神のキャンドルに点火。火の神が献詞係に火を分ける。献詞係は輪に戻り、それぞれ右側の人のキャンドルに分火していく。進行係の指示で、みんなで燭台のキャンドルに火をつけ、もとの場所に戻る。 ⑤歌『今日の日はさようなら』⇒1～3番を歌い、以後ハミングしながら全員退場する。

※上記は参考例です。各団体で工夫をし、心に残る活動にしてください。

※館内で火を使用しますので、火の取り扱いには十分注意してください。

※準備や後始末の方法については、自然の家職員にお尋ねください。



自然交流アクティビティ

雪山たんけん隊



雪に埋もれた山のなかを歩き回り、動物の足跡をたどったり、木々の冬芽の様子をのぞいたりしてみましょう。冬山だからこそ、多くの発見があります。もしかしたら、雪の中で生活しているキジや、小さな虫に出会うこともあるかもしれません。雪国だからこそ「雪山たんけん隊」になりきって、冬山の宝ものを探しにいきましょう！

1 ねらいとして考えられるもの

- ・冒険心や自然事象に対する好奇心を持たせる（育む）

2 活動場所

- ・自然の家周辺の森

3 所要時間

- ・1時間～1時間30分程度（活動予定の時間に応じて調整可能です）

4 準備するもの

- ・自然の家で貸し出しできるもの

○かんじき（30セット）

- ・服装

○冬の野外を歩くのに適した服装

・防寒着 ・手袋 ・帽子 ・長靴

（・スパッツ（長靴の中に雪が入りにくくなりますのでおすすめです。））

◆「かんじき」は、深い雪のなかでも歩き回れるように、雪国の昔の人が作ったすばらしい生活用具です。
※ご希望があれば、研修担当にご相談ください。

5 活動の進め方の例

●配慮事項

■引率・指導者の動き

（1）かんじきをつける

■かんじきのはき方の説明、指導（依頼があれば職員が説明・指導します）

（2）活動の説明をする。

●活動の進め方は内容によって様々あります。

雪の山の中をただ歩くだけでなく、せっかくですから自然の様子に目を向けることができるような「ポイント」「テーマ」を持ちながら活動してみましょう。

●次のような活動を歩きながらやってみましょう

- ・アニマルトラッキング … 足跡をたどって、動物の食べ跡やふんの観察
- ・冬の植物観察 … 「冬芽」の形や「寒さ」に耐えるための植物の知恵を知る
- ・深雪あるき … あえてかんじきを使わずに、雪山を歩いてみる。

（3）活動中の注意事項について話をする。

注意事項

- ◆1人で行動しない（冬の山は天気が変わりやすいので迷子にならないように）
- ◆崖などの危険な場所には行かない。

（4）活動スタート

●団体でたてた計画に沿って活動する。

■一緒に歩き、危険箇所には近寄らないように声かけ、見守りをする。

■必要に応じて、時間をみながら活動終了の声かけ

（5）ふりかえり・わかちあい

●ふりかえり活動の例

例1）活動しての感想や気付いたこと（仲間との関わり、がんばりなど）を発表し合う。

例2）自然の中での発見（見つけた物、聞いた音など）について発表し合う。

■気づきや発見を拾い上げ、より効果的でねらいにそった活動になるように支援

（6）用具の後始末・返却



自然交流アクティビティ

ロングヒップスライダー
そりすべりロングヒップスライダー
オリエンテーション動画

金峰ゲレンデでできる楽しい冬の遊びです。ロングヒップスライダーやそりすべりはスピード感があり、人気のある活動です。肥料袋や米袋を加工して作った『ヒップスライダー』ですべる「ロングヒップスライダー」は、待ち時間が少なく手軽に楽しむことができます。滑り降りる時の体の向きやスピードをコントロールできた時に、達成感や爽快感を味わうこともできます。小さいお子さんから大人まで楽しめる、冬にしか体験できないアクティビティです。

「ロングヒップスライダー」を行いたい場合、安全な実施のため、1月上旬・下旬に行われる「雪あそび事前研修会」への参加が必須となりますのでご注意ください。もし、「雪遊び事前研修会」に参加できない場合、別日における事前下見の実施が必要となりますので、その際はご相談ください。

1 ねらいとして考えられるもの

冬ならではの雪に親しんで活動する。

2 活動場所

※積雪量や天候によってはスタート位置を下げたり、コースを短くしたりして実施する場合があります。

ロングヒップスライダー：ゲレンデコース

そりすべり（プラスチック製のそり）：そりすべりエリア（ぼうけんの森）

3 所要時間

1時間～2時間程度

（活動予定の時間に応じて調整可能です）

【引率者人数】

※使用レーン数で人数が変わります

使用レーン	①	②	③	④
スタート係	1	2	3	4
ゴール係 （整備）	1	2	3	4
整列・誘導係 （整備補助）	1	2	3	4
合計	3	6	9	12

※写真係は人数に含まれておりません。

4 準備するもの

・自然の家で貸し出しできるもの

○ヒップスライダー（肥料袋そり） ○そり（プラスチック製）

○トランシーバー

（スタート係兼緊急連絡用1台、ゴール係用2台）計3台

○スコップ3本

※コースの整備は、所員が事前に行います。

※そりすべりエリアの整備も可能ですが、事前にご相談ください。

・ロングヒップスライダーの場合、引率者数が使用レーン数で異なります。

・服装 冬に野外で活動するのに適した服装

・防寒着 ・手袋 ・帽子 ・長靴

5 ロングヒップスライダーの進め方

●配慮事項

■引率・指導者の動き

（1）ロングヒップスライダー・そりすべりの説明をする。

■道具の使い方や注意事項を説明する。

（2）活動中の注意事項について話を（詳しくは上のQRよりオリエンテーション動画をご覧ください。）

注意事項

◆雪山では走らない。

◆スタート地点では、スタートの指示があるまで、立って待つ。

◆コース内に人がいないことを確認してから滑る。

◆滑り降りるコース内を、下から上らない。

◆滑り終えたら、すぐにコースから離れる。

活動中の引率者の連携は、トランシーバー、声、ハンドサイン等の中からやりやすい方法をお選びください。

（3）会場へ移動し、活動をスタートする。

■スコップ3本、トランシーバー3台を持ち、ゲレンデへ移動する。

■スタート係、整列係、ゴール兼整備係で安全管理をしながら、活動を進める。

■整備係は、ゴール部分が柔らかくなるように崩しながら、安全に止まれるように整備をする。コース途中に危険な凹凸ができてしまった場合はスコップでならす。

（4）終了時間になったら、用具を持って移動する。

（5）用具の後始末、返却をする。



自然素材を使って、自分だけのオリジナルのものを創り出していく楽しさ。創り出すまでの苦労とできあがった時の成就感。子どもたちが自然の材料と触れ合う活動を通して、自然とのかかわりを深めるきっかけになります。木の枝、木の葉、石、竹などを使ったクラフトで、金峰の思い出作りをお手伝いします。

1 ねらいとして考えられるもの

- ・ 自然素材を使った創作活動を通して、自然との関わりを感じる。

2 活動場所

- ・ 自然の家本館（体育館、ロビー・2F研修室・3Fホール等）
※ 野外での活動も可能です。

3 活動の進め方

① 準備・・・必要な用具や材料の準備（事前に）

- 職員が必要な材料や道具を準備しておきます。
（人数分の材料、ホットボンド・小刀・ペンなどの必要な道具）
※ 森や海で材料を拾う場合は、事前の活動に入れると流れができます。

② 説明・・・場所の準備、製作するクラフトの材料や使用する道具についての説明

- 基本時に職員が簡単な説明を始めに行います。「説明依頼」
※ 団体の希望で「自主活動」で進めることも可能です。
※ ホットボンド・小刀等については、職員が使用上の注意を行います。

③ 製作・・・各クラフトのマニュアルボードやシートを活用しながらの製作

- どんな作品を作るかイメージしながら製作する。（完成作品紹介）

④ 片付け・・・制作で出たゴミくず、使用した道具の片付け

- 団体で、使用した用具・道具を指定された場所に返却する。
■ 団体で、活動場所を清掃する。
■ 持ち帰る際、入れ物があると便利です。（団体で準備）

4 クラフト活動利用にあたって

☆ 自然散策をしながら、森の中から自分で材料を集めてくるところからはじめる「流れ」のあるクラフト活動をおすすめします。

☆ 学校や地域にある自然素材をあらかじめ確保しておき、クラフトに活用して取り組むこともできます。

☆ 子どもたちの発達段階に応じて、材料や道具を変更することができます。

☆ 団体の指導者が事前に研修して、本番に取り組むと、よりスムーズな活動をすることができます。

クラフトの種類と活動内容（全１９種類）

自由にクラフト

※団体のねらいに合わせて活用ください。

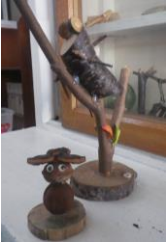
接着剤各種	各１０円	ホットボンド、木工用ボンド、多用途ボンド
絵の具類各種	各１０円	絵の具、ペン、色鉛筆

気軽にクラフト

種 類	内 容	種 類	内 容
木メダル 	所要時間：１時間 難易度：幼児～（☆） 料金：５０円 材料：木の輪切り、毛糸、ヒートン、油性ペン、紙やすり ・切ってある雑木にやすりをかけ、好きな絵を描き、ヒートンを差し込み、ひもをつけます。	☆印の見方「☆」 易しい 「☆☆」 ↓ 「☆☆☆」 ↓ 「☆☆☆☆」 難しい	
ネイチャーしおり 	所要時間：１時間 難易度：幼児～（☆） 料金：６０円 ※落ち葉は、各団体が拾う。 ※葉が濡れていると乾かす時間が必要です。 用具：ラミネート用紙、台紙、色鉛筆、ひも、油性ペン、 ・葉が乾いているもの ・葉が平らなものを拾うのがポイントです。	マイバッジ 	所要時間：３０分～１時間 難易度：幼児～（☆） 料金：６０円 用具：木の輪切り、油性ペン、紙やすり 名札クリップ（安全ピンつき） ・切ってある雑木にやすりをかけ、好きな絵を描き、裏にクリップを取り付けます。
落ち葉の窓（秋限定） 	所要時間：４５分 難易度：幼児～（☆） 料金：３０円 ※落ち葉は、各団体が拾う。 ※葉が濡れていると乾かす時間が必要です。 用具：台紙、油性ペン、セロハンテープ ・紅葉した落ち葉を拾います。台紙の窓に合わせて葉っぱを切って、窓に貼り、色の違いなどを楽しめます。	プラ板 キーホルダー 	所要時間：１時間 難易度：幼児～（☆） 料金：８０円 用具：プラ板、キーホルダー、油性ペン クッキングシート、 ・プラスチック板に好きな絵や言葉をかきます。 トースターで加熱すると、１／４に縮んでキーホルダーになります。

ホットボンドで広がる楽しさ

【ホットボンドを使用して行うクラフトについては、持ち帰る際に作品が破損しないように、箱や入れ物等をご持参ください。】

種 類	内 容	種 類	内 容
雑木クラフト 	所要時間：１時間～ 難易度：小１～（☆☆～） 料金：４０円 用具：自然素材、ホットボンド、動眼、油性ペン、紙やすり、（台座） ・いろいろな形の木切れや枝を組み合わせ、ホットボンドで接着し、アイデア豊かに創ります。	松ぼっくりツリー 	所要時間：１時間 難易度：小１～（☆☆） 料金：３０円 ※ビーズなどの飾りは、各団体が準備。 用具：ホットボンド、ペン（ボスカ）、松ぼっくり、台座、自然素材 ・松ぼっくりを木の台座にのせます。 ホットボンドで木の実などをつけて飾ります。
メモリアル フォトフレーム 	所要時間：１時間３０分～ 難易度：小１～（☆☆～） 料金：１３０円 用具：フォトフレーム、自然素材、ホットボンド、油性ペン ・既成のフォトフレームにホットボンドで木の実や枝をつけて飾ります。	ネイチャー キーホルダー 	所要時間：１時間～ 難易度：小１～（☆☆～） 料金：９０円 用具：木の輪切り、ホットボンド、動眼、キーホルダー、ヒートン、紙やすり、油性ペン、自然素材 ・台座にヒートンとキーホルダーチェーンをつけ、ホットボンドで木の実や雑木、動眼で飾り付けをします。

貝殻クラフト 	所要時間 ：１時間 難易度 ：小１～（☆☆） 料金 ：４０円 <u>※貝殻は、各団体が拾う。</u> 用具 ：貝殻、ホットボンド、動眼、油性ペン	ネイチャーリース 	所要時間 ：２時間 難易度 ：小１～（☆☆） 料金 ：３０円 <u>※つるを巻いた台は、各団体が準備。</u> <u>※ビーズなどの飾りは、各団体が準備</u> 用具 ：自然素材、たこ糸、ホットボンド、ペン（ボスカ）、ひも（毛糸など）
	・海辺で見つけた貝殻、流木や動眼などをホットボンドで貼り付けて作ります。		・つるを巻いた台に木の実や松ぼっくりなどをホットボンドでつけて飾ります。
ルームボード（表札） 	所要時間 ：１時間～ 難易度 ：小１～（☆☆） 料金 ：１６０円 用具 ：木の板、ホットボンド、ヒートン、毛糸や麻ひも、油性ペン、自然素材、紙やすり	【ホットボンドを使用して行うクラフトについては、持ち帰る際に作品が破損しないように、箱や入れ物等をご持参ください。】	
	・木の板に木の実や枝などをホットボンドで飾り付けます。		

ノコギリや小刀で木と触れ合う

種 類	内 容	種 類	内 容
バードコール 	所要時間 ：１時間 難易度 ：小３～（☆☆） 料金 ：１００円 <u>※木には、穴があけてあります。</u> 用具 ：穴のあいた木、ボルト、紙やすり、ひも（麻や毛糸）、油性ペン	ウッド ネームプレート 	所要時間 ：１時間～１時間３０分 難易度 ：小４～（☆☆～） 料金 ：６０円 用具 ：太めの木、紙やすり、油性ペン、名札用クリップ（安全ピン付き）
	・木の切れ端に、ねじをはめて回すと小鳥の声のような音を出します。小刀で削り、模様をつけます。		・のこぎりで木を切ります。名前や絵を油性ペンでかき、裏にクリップを取り付けます。
小枝のストラップ 	所要時間 ：１時間～１時間３０分 難易度 ：小４～（☆☆～） 料金 ：８０円 用具 ：小枝、ストラップ、ヒートン、紙やすり、油性ペン <u>※軍手があるとよいです。</u>	ウッド ボールペン 	所要時間 ：１時間 難易度 ：小４～（☆☆） 料金 ：７０円 <u>※枝には、穴があけてあります。</u> 用具 ：穴のあいた木、多用途ボンド、油性ペン、ボールペンの芯、紙やすり
	・ノコギリで小枝を切り、小刀を使って形を整えます。ヒートンとストラップをつけ、マジックで模様をつけます。		・穴をあけてあるタニウツギの枝にボールペンの芯を入れて、小刀で削って形を整えます。
マイスプーン マイフォーク 	所要時間 ：１時間 難易度 ：小４～（☆☆） 料金 ：１６０円（どちらも） <u>※枝には、穴があけてあります。</u> 用具 ：穴のあいた枝、紙やすり、スプーン・フォークヘッド、多用途ボンド、油性ペン	竹はし 	所要時間 ：最大３時間 難易度 ：小４～（☆☆☆） 料金 ：３０円 用具 ：竹、箸袋、紙やすり、油性ペン <u>※軍手があるとよいです。</u>
	・枝の真ん中に空けた穴に、スプーンやフォークのヘッドを差し込み、小刀で削って形を整えます。		【製作工程が３プランあります。】 3時間プラン 全行程を行います。2mほどの長い竹からのこぎりとなたで材料を切り出すところから始めます。 2時間30分プラン 竹を箸の太さに割っていく作業からのスタートになります。 1時間30分プラン ある程度箸の形になっている竹を小刀で削っていくところからのスタートになります。 <u>※以上の3プランから活動に合わせてお選びいただけます。詳しくは所員へご相談ください。</u>
竹とんぼ 	所要時間 ：３時間２０分～ 難易度 ：小５～（☆☆☆☆） 料金 ：３０円 用具 ：竹、紙やすり、油性ペン <u>※2mほどの新鮮な長い竹からのこぎりとなたで材料を切り出す工程から始めます。</u>	・竹を小刀で削り、薄く羽を作ります。芯棒も小刀で細く削り、最後に両方で接着します。 <u>※軍手があると良いです。</u>	