

令和7年度版

熊本県立

豊野少年自然の家

活動プログラム集

 熊本県立豊野少年自然の家

ち

とよドン家



目次

1 野外活動

ハイキング	P 1～ 2
ウォークラリー	P 3～ 4
オリエンテーリング	P 5～ 6
ネイチャーゲーム	P 7～ 8
アスレチック	P 9～10
野外炊飯	P11～12

2 交歓活動

ナイトゲーム	P13～14
キャンプファイヤー	P15～16
キャンドルのつどい	P17～18

3 創作活動

P19～20

4 その他(レクリエーション等)

レクリエーション	P21～22
ニュースポーツ	P23～24
イニシアティブゲーム	P25～26
キャンプ活動	P27～28
グラウンドゴルフ	P29～30
モルック	P31～32
防災プログラム	P33～34

ハイキング



期待される活動の効果													
思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力		
	○		○	○		○		○	○	○	○		
対象・人数					コース紹介				時期				
<input type="checkbox"/> 小学生以上 ※未就学児の場合は要相談 <input type="checkbox"/> 事前に参加者の体調や体力に合わせた山登りの計画を立てましょう。					池周りコース 昼食無 3～4時間				通年				
					昼食有 4～5時間				(悪天候時は不可)				
					民族資料館コース 6時間				時間				
					雁回山コース 7時間				コースごと				
					豊野フットパスコース 2時間								
活動の概要・様子													
<input type="checkbox"/> 豊野町の田園風景、古い街並や史跡など地域にあるありのままの風景を楽しむハイキングや長い距離を歩くことでグループの結束が深まる活動まで団体の目的に合わせた活動ができます。													
										必要経費		必要なし	
豊野少年自然の家で準備するもの					団体・利用者で準備するもの								
<input type="checkbox"/> 無線機 ※同行する職員が持っているもの <input type="checkbox"/> 無線機 <input type="checkbox"/> 蜂撃退スプレー <input type="checkbox"/> 救急セット <input type="checkbox"/> トイレトペーパー					<input type="checkbox"/> 長袖・長ズボンの動きやすい服装 <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> リュックサック <input type="checkbox"/> 水筒 <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 救護車・救急箱								
留意点													
<input type="checkbox"/> 事前下見や自然の家職員との打ち合わせをしっかりとっておく。 <input type="checkbox"/> 全てのコースで、車の往来が多い箇所があるので、注意が必要です。 <input type="checkbox"/> 池周り・民族資料館・雁回山コースでは、前半部分でロープを使って急な坂を下るので、安全確認を徹底。 <input type="checkbox"/> 最後尾が遅れがちなため、後ろからしっかり前についていくよう引率者で指導を行う。													
おすすめポイント													
<input type="checkbox"/> 活動をとおして、仲間とともに自然の中でハイキングをすることによって、自然を満喫するとともに、仲間への思いやりの気持ち、みんなでゴールできた時の感動などを感じることでできる活動です。													

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容	
事前	事前打ち合わせ	<input type="checkbox"/> 活動前に態度決定を行います。※利用者体調・天候状況など	
	コースの確認	<input type="checkbox"/> 引率者の配置確認、連絡方法、エスケープゾーン等の最終確認	
	準備物の確認	<input type="checkbox"/> ハイキングに必要な服装・道具を準備してください。	
20分	道具の確認 活動の説明 目的の確認 準備運動	<input type="checkbox"/> 帽子、水筒、タオル、長袖、長ズボン、軍手の着用。 <input type="checkbox"/> コースや全体の流れの説明を受けます。 <input type="checkbox"/> 安全対策の説明 <ul style="list-style-type: none"> ・ 1人にならない。(グループで行動) ・ 水分補給 (熱中症対策) ・ 害虫等への対応 ・ トイレの確認 ・ 体調不良の際は先生へ連絡をします。 	見通し
1時間 ～ 7時間	ハイキング	<input type="checkbox"/> 目的地に向け出発します。 ハイキング (一斉スタート) <input type="checkbox"/> コースには、ロープを使って登り下りする急な斜面もあり、自然の厳しさを体験できます。 <input type="checkbox"/> 期待される教育効果 <ol style="list-style-type: none"> ①ゴールしたときの達成感が味わえます。 ②危険を察知し回避する判断力が養われます。 ③苦しい時や手助けが必要な時に仲間と助け合い励ましあう協力心が身につきます。 ④ルールを守って安全に楽しく活動する協調性が養われます。 <p>※天候によりコースを変更する場合があります。</p>	共通体験
10分	まとめ	<input type="checkbox"/> 健康観察を行います。 <input type="checkbox"/> 目的が達成されたか確認します。 <ul style="list-style-type: none"> ・ 各班の代表の感想発表 ・ 引率の方の講評 <input type="checkbox"/> 次の活動の準備を行います。	ふりかえり

ウォークラリー



期待される活動の効果											
思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
○	○	○	○	○				○	○	○	○
対象・人数				コース				時期			
小学生高学年以上 例：1班 3～6名程度 引率者（5名以上）				<input type="checkbox"/> ショートコース 2時間 <input type="checkbox"/> ロングコース 3時間				通年 (悪天候時は不可)			
活動の概要・様子											
<p>□各グループで看板とリボンを頼りに設定されたコースを進んでいく。</p> <p>□宣言タイムに近い時間でゴールまで進む。</p> <p>※引率者には、利用者の安全を確保するために、各ポイントに待機してもらいます。</p>											
											
豊野少年自然の家で準備するもの						利用者で準備するもの					
<input type="checkbox"/> 無線機 <input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> コンパス						<input type="checkbox"/> 長袖・長ズボン <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 鉛筆 <input type="checkbox"/> 飲料 <input type="checkbox"/> 時計 <input type="checkbox"/> グループ分け					
留意点											
<p>□班内で別れた行動をすると危険を伴い、解散時間に影響が出るので班行動を徹底する。</p> <p>□公道を歩く際の注意点を確認する。(横並びで歩かない、車に注意するなど)</p> <p>□指導ポイントの方は連絡を取り合い、班の人数や体調確認を行う。</p> <p>□自然の家職員との打ち合わせをしっかりと行なっておく。</p>											
おすすめポイント											
<p>□班活動の中でも、協力を必要とする場面が多いため、チームワークを高めることができます。</p> <p>□班の構成人数はできるだけ少ない人数で行うのが望ましい。例：3～6人位</p> <p>□広範囲での活動となるため、体力増強を図ることができ、ゴールした時の達成感も味わえます。</p> <p>□自然の中を歩いて活動するため、自然に深く触れることができます。</p>											

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容	
事前	事前打ち合わせ	<input type="checkbox"/> コース等の打ち合わせを行います。 <input type="checkbox"/> チェックポイントの確認を行います。 事前に引率者の配置が決まっているとスムーズです。 <input type="checkbox"/> 活動班の確認をします。 <input type="checkbox"/> 活動前に態度決定を行います。※利用者体調・天候状況など	
	準備物の確認	<input type="checkbox"/> 野外活動に適した服装の確認。水分補給関係の準備物の確認 <input type="checkbox"/> 必要に応じて無線機を借用	
10分	事前説明 目的の確認	<input type="checkbox"/> ウォークラリーの説明を受けます。 ・コース ・地図の見方 ・注意事項など <input type="checkbox"/> 役割分担 ※グループ内の役割を決めます。 <input type="checkbox"/> 引率者とのチェックポイントを確認し移動します。 <input type="checkbox"/> 目的、目標の確認をします。	見 通 し
50分 ～ 1時間半	活動開始	<input type="checkbox"/> 班ごとに3分～5分間隔で出発をします。 <input type="checkbox"/> チェックポイントでは、班で協力し、課題解決に向けたゲームに取り組みます。 ※判断力・観察力・協調性に添うような内容です	共 通 体 験
10分	まとめ	<input type="checkbox"/> 健康観察を行います。 <input type="checkbox"/> 目的が達成されたか確認します。 ・各班の代表の感想発表 ・引率の方の講評 <input type="checkbox"/> 次の活動の準備を行います。	ふ り か え り

オリエンテーリング



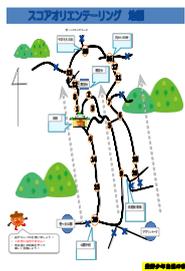
期待される活動の効果

思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
○	○	○	○	○				○	○	○	○

対象・人数	コース	時期
小学生高学年以上 例：1班 3～6名程度 引率者（4～5名）	<input type="checkbox"/> スコアオリエンテーリング ショート 1～2時間程度 <input type="checkbox"/> スコアオリエンテーリング ロング 2～3時間程度 <input type="checkbox"/> コンパスゲーム 2時間程度 <input type="checkbox"/> ツリーハンティング 2時間程度	通年 (悪天候時は不可)

活動の概要・様子

□グループで協力しながら、地図とコンパスを用いて、豊野少年自然の家周辺の山野に設置した看板を所定の時間内にできるだけ多く発見し、ポイントをたくさん集めていく活動です。(スコアOL、コンパスゲーム)
 □敷地内から木の名前看板を探して、木や葉の特徴と写真ヒントを元にクイズに答えていく活動です。(ツリーハンティング)



スコアオリエンテーリング記録用紙

選手名				
チーム名(部)				
終了時間	分			
ポスト番号	100	101	102	103
合計				

豊野少年自然の家で準備するもの	利用者で準備するもの
<input type="checkbox"/> 無線機 <input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> コンパス <input type="checkbox"/> 記録用紙	<input type="checkbox"/> 長袖・長ズボン <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 鉛筆 <input type="checkbox"/> 飲料 <input type="checkbox"/> 時計 <input type="checkbox"/> グループ分け <input type="checkbox"/> バインダー

留意点

□班内で別れた行動をすると危険を伴ったり、解散時間に影響が出るので班行動を徹底する。
 □公道を歩く際の注意点を確認する。(横並びで歩かない、車に注意するなど)
 □指導ポイントの方は連絡を取り合い、班の人数や体調確認を行う。
 □自然の家職員との打ち合わせをしっかりと行なっておく。

おすすめポイント

□班活動の中でも、協力を必要とする場面が多いため、チームワークを高めることができます。
 □班の構成人数はできるだけ少ない人数で行うのが望ましい。例：3～6人位
 □広範囲での活動となるため、体力増強を図ることができ、ゴールした時の達成感も味わえます。
 □自然の中を歩いて活動するため、自然に深く触れることができます。

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容	
事前	事前打ち合わせ	<input type="checkbox"/> コース等の打ち合わせを行います。 <input type="checkbox"/> チェックポイントの確認を行います。 <p style="text-align: center;">事前に引率者の配置が決まっているとスムーズです。</p> <input type="checkbox"/> 活動班の確認をします。 <input type="checkbox"/> 活動前に態度決定を行います。※利用者体調・天候状況など	
	準備物の確認	<input type="checkbox"/> 野外活動に適した服装の確認。水分補給関係の準備物の確認 <input type="checkbox"/> 必要に応じて無線機を借用	
10分	事前説明 目的の確認	<input type="checkbox"/> オリエンテーリングの説明を受けます。 ・コース ・地図の見方 ・注意事項など <input type="checkbox"/> 役割分担 ※グループ内の役割を決めます。 <input type="checkbox"/> 引率者とのチェックポイントを確認し移動します。 <input type="checkbox"/> 目的、目標の確認をします。	見通し
50分 ～ 1時間半	活動開始	<input type="checkbox"/> スタート前に、班で作戦会議を行います。 <input type="checkbox"/> ゴール時に別紙資料でふりかえりを行い得点化します。 ※判断力・協調性・問題解決型能力に添うような内容です	共通体験
10分	まとめ	<input type="checkbox"/> 健康観察を行います。 <input type="checkbox"/> 目的が達成されたか確認します。 ・各班の代表の感想発表 ・引率の方の講評 <input type="checkbox"/> 次の活動の準備を行います。	ふりかえり

ネイチャーゲーム



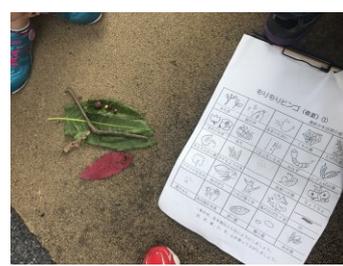
期待される活動の効果

思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
				○	○	○		○	○		○

対象・人数	コース	時期
どなたでも 未就学児向け	<input type="checkbox"/> もりもりビンゴ 1時間～ <input type="checkbox"/> カモフラージュ 1時間～	通年 (悪天候時は不可)

活動の概要・様子

自然の中に隠されたニセモノ（人工物）を探す活動です。



豊野少年自然の家で準備するもの

(共通) 無線機
 (もりもりビンゴ) もりもりビンゴカード 虫眼鏡
 (カモフラージュ) ニセモノ(人工物) 20種類 地図・記録用紙

利用者が準備するもの

必要に応じてグループ分け
 鉛筆
 飲料
 バインダー

留意点

危険な場所に入らない
 班全員で活動する。
 必要に応じて水分補給をする。

おすすめポイント

自然の中を歩いて活動するため、自然に深く触れることができます。
 班活動の中でも、協力を必要とする場面が多いため、チームワークを高めることができます。
 班の構成人数はできるだけ少ない人数で行うのが望ましい。例：3～6人位

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容	
事前	事前打ち合わせ	<input type="checkbox"/> コース等の打ち合わせを行います。 <input type="checkbox"/> チェックポイントの確認を行います。 <input type="checkbox"/> 活動班の確認をします。 <input type="checkbox"/> 活動前に態度決定を行います。※利用者体調・天候状況など <input type="checkbox"/> 事前に、エリア内にニセモノを隠す。(団体の担当者)	
	準備物の確認	<input type="checkbox"/> 野外活動に適した服装の確認。水分補給関係の準備物の確認 <input type="checkbox"/> 必要に応じて無線機を借用	
10分	事前説明 目的の確認	<input type="checkbox"/> 活動のルール・記録用紙の記入方法の説明を受けます。 (もりもりビンゴ) ・ビンゴに書いてあるものを探す。 ・見つけたらビンゴに丸をつける。 ・制限時間がある。 (カモフラージュ) ・決められた範囲の中にある「ニセモノ(人工物)」を探す。 ・見つけても、場所を動かしたり、持ってきたり、 声を出して教えない。 ・制限時間がある。 <input type="checkbox"/> 団体からの注意事項等 <input type="checkbox"/> 移動など	見 通 し
1時間	活動開始	<input type="checkbox"/> スタート前に、班で作戦会議を行います。	共 通 体 験
10分	まとめ	<input type="checkbox"/> 健康観察を行います。 <input type="checkbox"/> 目的が達成されたか確認します。 ・各班の代表の感想発表 ・引率の方の講評 <input type="checkbox"/> 次の活動の準備を行います。	ふ り か え り

アスレチック



期待される活動の効果											
思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
○	○		○	○				○	○		
対象・人数				時期				時間			
どなたでも ※必ず引率者が見守ること				通年 (悪天候時は不可)				通年 (悪天候時は不可)			
活動の概要・様子											
□豊野少年自然の家の敷地内にある7種類のアスレチックでの活動											
豊野少年自然の家で準備するもの						利用者で準備するもの					
□蜂撃退スプレー						□野外活動に適した服装 □帽子 □タオル □水筒					
留意点											
□野外の危険生物がいる可能性があるため、周囲の安全確認を行う。 □アスレチックで危険な行動はしないよう注意し、目を離さない。 □アスレチック以外の場所には行かないよう指導する。											
おすすめポイント											
□アスレチック活動をとおして、バランス感覚や体力の向上ができる。 □遊びの中で他者とのコミュニケーションをとることで、協調性が養われる。											

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容	
事前	事前打ち合わせ	<input type="checkbox"/> 活動の内容・範囲、注意事項の打ち合わせを行います。 <input type="checkbox"/> 活動前に態度決定を行います。※利用者体調・天候状況など	
	準備物の確認	<input type="checkbox"/> 野外活動に適した服装の確認。水分補給関係の準備物の確認 <input type="checkbox"/> 必要に応じて無線機を借用	
10分	事前説明 目的の確認	<input type="checkbox"/> 団体の代表者から参加者へアスレチック活動の指導及び説明 <input type="checkbox"/> 団体からの注意事項等 <input type="checkbox"/> 移動など	見通し
1時間	活動開始		共通体験
10分	まとめ	<input type="checkbox"/> 健康観察を行います。 <input type="checkbox"/> 目的が達成されたか確認します。 ・各班の代表の感想発表 ・引率の方の講評 <input type="checkbox"/> 次の活動の準備を行います。	ふりかえり

野外炊飯



期待される効果

思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○

対象・人数	班分けの基準	時期	時間
小学5年生以上 120人程度(16班まで)	一班4~8人程度	通年	4時間程度 (後片付けを含む)

活動の目的

- 作業を円滑に進めるには役割の分担が必要であることを知る。(協調性の必要性)
- ものを作り上げる喜びを知る。(完成の喜び) 創意と工夫を活かす機会である。(創造と工夫の喜び)
- 火起こし等の作業をおこなうことで人間の文化の原点を知り、文明の発展に感謝する心を育てる。

活動の様子	必要経費(食材費)		
	カレー材料(5食セット)	¥2,000	豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、カレールー
	BBQ食材	¥1,500	牛肉(150g)、豚肉(80g)ウインナー2本 キャベツ、ピーマン
	和食セット(5食セット)	¥660	味噌汁(豆腐、わかめ、煮干し、合わせ味噌) ウインナー10本
	カートドッグ(5食セット)	¥1,200	ホットドッグ用パン(5本)、とろけるチーズ(5枚) ソーセージ(10本)、ケチャップ、マスタード
	豚汁(5食セット)	¥650	豚肉、大根、にんじん、こんにゃく、ごぼう、油揚げ 合わせ味噌、昆布だし
	生米(0.8合)	¥110	
	炊き上がり米(0.8合)	¥210	
	薪(1コンテナ)	¥600	

豊野少年自然の家で準備できるもの

- 野外炊飯用具 基本セット は釜(1) なべ(1) ポウル(1) ざる(1) まな板(2) 包丁(2) ピーラー(2)
 おたま(1) しゃもじ(1) へら(1) 火ばさみ(2) うちわ(2)

その他	物品名	数	物品名	数	物品名	数
	<input type="checkbox"/> 飯ごう	20	<input type="checkbox"/> お玉	10	<input type="checkbox"/> BBQコンロ	10
<input type="checkbox"/> フライパン	10	<input type="checkbox"/> しゃもじ	10	<input type="checkbox"/> テント	10	
<input type="checkbox"/> ポウル	20	<input type="checkbox"/> 菜箸	10	<input type="checkbox"/> テーブル	15	
<input type="checkbox"/> ざる	15	<input type="checkbox"/> ピーラー	10	<input type="checkbox"/> 皿	230	
<input type="checkbox"/> まな板	20	<input type="checkbox"/> 火ばさみ	5	<input type="checkbox"/> スプーン	170	
<input type="checkbox"/> 包丁	20	<input type="checkbox"/> トング	10			

利用者で準備するもの(必須)

- スポンジたわし 亀の子たわし 金たわし 軍手 アルコール消毒液 手洗いせっけん 布巾(調理器具は、全て水分を拭き取ってください)
- 食器用洗剤 新聞紙 クレンザー(は釜・鍋などの周りに塗ります) 火をつけるための道具(マッチ・ライターなど)

利用者で準備するもの(必要に応じて)

- 紙皿(食器を使わない場合) 木炭(BBQ時) 各種調味料・タレなど カセットコンロ・カセットボンベなど
- アルミホイール、クッキングシート、牛乳パック(カートドッグ用)

留意点

- ゆとりをもった時間設定にする。特に、交歓活動をする場合は、開始時刻を早めるなどの工夫が必要。
- は釜や鍋など、直接火にかけるものには「粉クレンザーを水で少し溶いたもの」をまんべんなく塗る。
- 原則、食材の持ち込みはできない。食材注文が必要。

おすすめポイント

- 自分たちで、食事を作り、食べることにより、食べ物に感謝するとともに、日頃の生活に感謝する心を育むことができる。
- 防災教育として取り組むことにより、災害時に自分たちで食事を作ることができるようになる。
- 火おこし体験(キャンプ活動)とセットで実施することで、学んだことを生かすことができる。

活動内容(手順)

所要時間	項目	内容
事前	事前打合わせ	□炊具確認、片付け方法確認、薪確認
	食材受け渡し	各団体が必要に応じて班数に分ける。
30分	活動の説明	<input type="checkbox"/> 健康観察 服装 持ち物チェック <input type="checkbox"/> 活動中の諸注意 <input type="checkbox"/> 物品受け渡し(班毎にチェックシートをもとに) <input type="checkbox"/> 役割分担 <input type="checkbox"/> 火起し・調理法の指導(自主or依頼) <ul style="list-style-type: none"> ・火のつけ方、消し方及び危険性 ・火加減、水加減 ・調理法 ・刃物、炊事用具の正しい使い方
	目的の確認	<input type="checkbox"/> 各団体(各班)の目的・目標を確認します。 ※出きるだけ少ない本数のマッチで火を起こす。(目標本数を決める) 飯盒ご飯を焦がさないように工夫する。 ご飯とおかずの出来上がりを時間をできるだけ同時刻になるよう工夫する。
90分	野外調理開始	<input type="checkbox"/> 役割を確認し、取り掛かる
	食事	<input type="checkbox"/> 会食(全員でor班毎)
	片付け	<input type="checkbox"/> 片付けの分担と方法の確認
	点検	<input type="checkbox"/> 利用した食器・調理器具の点検と返却をします。 引率者の確認後、自然の家スタッフが確認をします。 ※洗い残しがある場合は、再度洗浄してください。
10分	まとめ	<input type="checkbox"/> 健康観察を行います。

見通し

共通体験

ふりかえり

ナイトゲーム



期待される活動の効果

思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
	○		○	○		○		○		○	○

対象・人数	コース	時期
<input type="checkbox"/> どなたでも ※引率者5名以上が必要です。	<input type="checkbox"/> 瓦谷コース <input type="checkbox"/> 公園コース	通年 (悪天候時は不可)
		時間
		1周あたり30分～40分

活動の概要・様子

- 各グループで看板と反射板を頼りに、設定されたコースを進んでいく。
 ※引率者には、利用者の安全を確保するために、各ポイントに待機してもらいます。



豊野少年自然の家で準備する物	利用者で準備する物
<input type="checkbox"/> 無線機 <input type="checkbox"/> ストップウォッチ <input type="checkbox"/> 看板・反射板の見本	<input type="checkbox"/> 野外活動に適した服装(長袖・長ズボン) <input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 運動靴 <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 救急箱

留意点

- 暗闇で視界が悪いため、絶対に走らないでください。また、前の班を追い越さないでください。
 必ず班で行動します。緊急時も二人以上で行動してください。
 各ポイントの引率者は人数確認とケガ等がないか必ず確認を行ってください。

おすすめポイント

- 夜の山道を歩くことによって子ども達の結束力とコミュニケーション能力を向上させることができます。
 普段体験することの少ない、子ども達だけの山道歩きは危険予知能力を養う体験活動となります。
 対象や時間に応じてコースを選ぶことができます。

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容	
事前 (30分前)	事前打ち合わせ	<input type="checkbox"/> 参加する引率者全員と自然の家職員で事前打ち合わせを行います。 ※児童・生徒は必ず部屋で待機	
20分	各ポイントへ移動	<input type="checkbox"/> 自然の家職員が各ポイントに案内します。 その間に児童・生徒は指定された場所に移動します。 (自然の家職員が放送をかけます。)	
10分	活動の説明	[本部担当の引率者から] <input type="checkbox"/> コースや全体の流れを説明します。 <input type="checkbox"/> 安全対策の説明をします。 ・班で行動すること (一人にならない) ・前の班を追い越さない ・絶対に走らない など <input type="checkbox"/> 活動の目的を説明します。	見 通 し
各班30分 ～40分	スタート ゴール	<input type="checkbox"/> 班ごとに3分～5分間隔で出発します。 <input type="checkbox"/> 夜の野外活動を楽しむ。 ※昼間見る、聞くことのできない景色や音を感じる。 ・何の音が聞こえたか (夜の自然) ・1人だったらいけたか (仲間の大切さ) ・今の自分の力を知る (怖い・楽しい・嬉しいなどの体験の重要性) <input type="checkbox"/> ゴールした班は、人数確認・怪我等がないかの確認をします。	共 通 体 験
5分	まとめ	<input type="checkbox"/> 全体での人数確認・健康観察を行います。 <input type="checkbox"/> 目的が達成されたか確認をします。 ・各班の代表の感想発表 ・引率者の方の講評 など <input type="checkbox"/> 片付け (貸出物の返却等) ※団体によってはゴールした班から入浴する場合があります。	ふ り か え り

キャンプファイヤー



期待される活動の効果

思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
		○	○			○		○			
対 象						人 数					
どなたでも						120人程度まで					
時 期						時 間					
通年						2時間程度					

活動の概要・様子

第1部・第2部・第3部の3部構成で行う。第1部は点火、第2部はレクリエーションや出し物、第3部は納火が基本的な流れであるが、各団体でオリジナルのものでも構いません。



豊野少年自然の家で準備する物

- 薪 ※有料5段4,000円
- トーチ(8)
- 女神の衣装
- 灯油、チャッカマン
- CD デッキ・CD
- 進行例・言辞例プリント

利用者で準備する物

- 活動に適した服装
- 懐中電灯 救急箱
- ゲームや出し物で使用するもの 必要な曲
- 言葉(言辞例)や歌、全体の動きの練習
- 役割分担(実施例参照)

留意点

- 活動中は、火の取り扱いに十分留意しながら進行してください。(風向き、服装等)
- 当日までに事前の流れや出し物の練習をしておく、当日スムーズに進行できます。

おすすめポイント

- 火による神秘的な雰囲気を楽しむことができます。
- 暗い中で火を囲み、会話や歌、ゲームを楽しむことで、参加者の親睦が深まります。

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容	
15分	リハーサル	<input type="checkbox"/> 各係になっている引率者、児童・生徒と自然の家職員でリハーサルを行います。(流れ・各係の確認) <input type="checkbox"/> 片付け方の確認を行います。 ※リハーサル終了後、各係・参加者はスタンバイします。 入場前に、必ず注意事項の説明をお願いします。 <input type="checkbox"/> 女神の衣装貸出を行います。 ※衣装合わせは、利用団体引率者が対応してください。	
15分	第1部 点火	※主な流れ <input type="checkbox"/> 参加者入場 <input type="checkbox"/> はじめの言葉(エールマスター) <input type="checkbox"/> 全員合唱 <input type="checkbox"/> 女神入場・女神の言葉 <input type="checkbox"/> 営火長へ分火・営火長の言葉 <input type="checkbox"/> 点火係へ分火・点火 <input type="checkbox"/> 全員合唱	見 通 し
60分	第2部 レクリエーション等	<input type="checkbox"/> 各班・クラス等出し物やレクリエーションを行います。 ※内容は団体で決めてください。 <input type="checkbox"/> レクリエーションをとおして、コミュニケーション能力や絆を深め一体感を生み出すことができます。 <input type="checkbox"/> 出し物をとおして、表現力が養えます。	共 通 体 験
15分	第3部 納火	※主な流れ <input type="checkbox"/> 誓いの言葉 <input type="checkbox"/> 営火長の言葉 <input type="checkbox"/> 全員合唱 <input type="checkbox"/> 参加者退場	ふ り か え り
	後片付け	<input type="checkbox"/> 貸出物の返却をお願いします。 <input type="checkbox"/> 薪の焼却をお願いします。(しっかり水をかけてください) ※翌朝、薪・灰等を指定された場所へ片付けてください。	

キャンドルのつどい



期待される活動の効果

思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
		○	○			○		○			
対象						人数					
どなたでも						120人程度まで					
時期						時間					
通年						2時間程度					

活動の概要・様子

第1部・第2部・第3部の3部構成で行う。第1部は点火、第2部はレクリエーションや出し物、第3部は納火が基本的な流れであるが、各団体でオリジナルのものでも構いません。



豊野少年自然の家で準備する物

- ろうそく付きキャンドル台
- 大トーチ(2)、小トーチ(8)
- 女神の衣装
- チャッカマン
- CD デッキ・CD
- 進行例・言辞例プリント

利用者で準備する物

- ゲームや出し物で使用するもの 必要な曲
- 言葉(言辞例)や歌、全体の動きの練習
- 役割分担(実施例参照)

留意点

- 活動中は、火の取り扱いに十分留意しながら進行してください。
メインキャンドルに火をつけるときは、上部の遠いキャンドルから火をつけてください。
- 当日までに事前の流れや出し物の練習をしておく、当日スムーズに進行できます。

おすすめポイント

- 火による神秘的な雰囲気を楽しむことができます。
- 会話や歌、ゲームを楽しむことで、参加者の親睦が深まります。

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容	
15分	リハーサル	<input type="checkbox"/> 各係になっている引率者、児童・生徒と自然の家職員でリハーサルを行います。(流れ・各係の確認) <input type="checkbox"/> 片付け方の確認を行います。 ※リハーサル終了後、各係・参加者はスタンバイします。 入場前に、必ず注意事項の説明をお願いします。 <input type="checkbox"/> 女神の衣装貸出を行います。 ※衣装合わせは、利用団体引率者が対応してください。	
15分	第1部 点火	※主な流れ <input type="checkbox"/> 参加者入場 <input type="checkbox"/> はじめの言葉(エールマスター) <input type="checkbox"/> 全員合唱 <input type="checkbox"/> 女神入場・女神の言葉 <input type="checkbox"/> 営火長へ分火・営火長の言葉 <input type="checkbox"/> 点火係へ分火・点火 <input type="checkbox"/> 全員合唱	見 通 し
60分	第2部 レクリエーション等	<input type="checkbox"/> 各班・クラス等出し物やレクリエーションを行います。 ※内容は団体で決めてください。 <input type="checkbox"/> レクリエーションをとおして、コミュニケーション能力や絆を深め一体感を生み出すことができます。 <input type="checkbox"/> 出し物をとおして、表現力が養えます。	共 通 体 験
15分	第3部 納火	※主な流れ <input type="checkbox"/> 誓いの言葉 <input type="checkbox"/> 営火長の言葉 <input type="checkbox"/> 全員合唱 <input type="checkbox"/> 参加者退場	ふ り か え り
	後片付け	<input type="checkbox"/> 貸出物の返却をお願いします。 <input type="checkbox"/> ろうそくが床に落ちた場合は掃除をお願いします。	

創作活動



期待される活動の効果

思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
○		○					○		○	○	○

対象・人数

□どなたでも ※活動内容によって人数の制限があります。

時期

通年（一部を除く）

活動の概要・様子

□自然のものを使って創作することで豊かな感性を磨くことができます。

必要経費・所要時間

活動名	所要時間	必要経費
(1) どんぐりストラップ	1時間	100円
(2) 小枝 de アート	1時間	50円
(3) 竹箸	2時間	50円
(4) プラホビー	1時間	100円
(5) フォトスタンド	1時間	100円
(6) どんぐりの森	2時間	150円
(7) 焼き杉壁掛け	2時間	150円
(8) 切り絵	2時間	150円
(9) 勾玉	2時間	300円
(10) 松ぼっくり (11月～12月限定)	2時間	150円
(11) クリスマスリース (12月限定)	2時間	300円
(12) ミニ門松 (12月限定)	3時間	500円



豊野少年自然の家で準備するもの

□各創作活動の材料 □バーナー □はさみ □カッター
□マジック □ポスカ □グルーガン □ボンド □新聞紙
□トースター □デザインナイフ □切り出しナイフ

利用者が準備するもの

□枝 □どんぐり □松ぼっくり
(自分で準備をすると、よりオリジナルの作品となります。)
□下絵 □ペンなど(多人数の場合)
□竹固定用の砂、土 ※ミニ門松のみ

留意点

□グルーガン・バーナーを使用する際は火傷に注意をする。
□刃物類を使う際は怪我をしないように注意をする。
□期間限定の創作活動は、大幅な数の変更はできませんので予めご了承ください。(増減5個程度)

おすすめポイント

□自然物を使って、オリジナルの作品が作れます。
□天候(雨等)に関係なく活動することができます。

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容	
事前	デザインの構想	□事前に下絵を描いたりしてデザインを考えます。	
	飾りの準備	□飾り付けで使うものを準備してください。(※準備している場合)	
	打ち合わせ	□時間・場所・進め方を職員と打ち合わせを行います。	
15分	道具の受渡 活動の説明	<input type="checkbox"/> 活動に必要な道具・材料を配ります。 <input type="checkbox"/> 職員が活動の流れ・注意点の説明を行います。 <input type="checkbox"/> 完成までのイメージと目的の確認します。 <input type="checkbox"/> タイムスケジュールを作成し流れを説明します。 <input type="checkbox"/> 安全対策 (例)・刃物の使用法、注意点 ・ガスバーナーの使用法、注意点 ・グルーガンの使用法、注意点	見 通 し
30分 ～1時間半	創作体験	<input type="checkbox"/> 目的とタイムスケジュールに沿って活動を行います。	共 通 体 験
※各活動で 異なる	振り返り	<input type="checkbox"/> グループ・全体で、作品の鑑賞会をします。 <input type="checkbox"/> 各々こだわったポイントなど発表しあいます。 <input type="checkbox"/> 目的が達成されたか確認します。	ふ り か え り
10分	片付け	<input type="checkbox"/> 片づけの流れを説明します。 <input type="checkbox"/> 怪我をした人がいないか確認します。 <input type="checkbox"/> 次の活動の準備をします。	

レクリエーション

期待される活動の効果

思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感謝する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○

活動名	対象	人数・班数	時期・時間
とよリンピック	どなたでも可	何人でも可 ※8 班まで	通年 1.5 時間～2 時間
昔遊びリンピック		何人でも可 ※8 班まで	
レクリンピック ※対戦型のため 偶数班推奨		何人でも可 ※12 班まで	

活動の概要・様子

- 8 種目の競技で、各種目に出した点数の合計得点で競う。
- 昔遊びの道具を使用した 8 種目のゲーム。ゲームをとおして、昔遊びの道具に親しむことができる。
- 6 種目のレクリエーション競技で対戦ができる。最大 12 グループで実施が可能。



プログラム	豊野少年自然の家で準備するもの	利用者が準備するもの
とよリンピック	<input type="checkbox"/> 記録用紙 <input type="checkbox"/> 各種目に必要な道具	<input type="checkbox"/> グループ分け <input type="checkbox"/> 飲料 <input type="checkbox"/> 鉛筆 <input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> 指導者 4～6 名
昔遊びリンピック		
レクリンピック		

留意点

- ルールをしっかりと聞き、グループで行動をする。
- 必要に応じて水分補給をする。
- 周りに注意して競技を行う。
- 練習時間を多く設け、より昔遊びの道具に親しむことができるようにする。

おすすめポイント

- さまざまな道具を使って色んな遊びを体験することができる。

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容	
事前	事前打ち合わせ	<input type="checkbox"/> 活動前に集合場所・活動場所を確認。 <input type="checkbox"/> 必要資料があるので、班数を事前に連絡する。	
	準備物の確認	<input type="checkbox"/> 記録用紙 <input type="checkbox"/> 鉛筆 <input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> 各種目に必要なもの <input type="checkbox"/> 飲料	
30分	活動の説明 道具の受渡	<input type="checkbox"/> 活動の流れの説明をします。 <input type="checkbox"/> 道具の配布 ・道具の使い方や注意事項の説明をする。 ・ルールや記録用紙の記入方法の説明を行う。	見 通 し
50分	活動開始 活動終了	<input type="checkbox"/> グループが、各種目の場所に移動したら活動を開始する。 ・各種目、記録と配点まできちんと記入する。 <input type="checkbox"/> 昔遊びのゲームについては、練習時間を設け、昔遊びの道具に親しむことができるようにする。	共 通 体 験
10分	片付け・まとめ	<input type="checkbox"/> 各種目の集計を行う <input type="checkbox"/> 結果発表をする。 <input type="checkbox"/> 全員で使った道具の片づけを行う。(貸出物の返却等)	ふ り か え り

ニュースポーツ



期待される活動の効果（ニュースポーツ全般）

思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感謝する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
○	○	○	○	○			○	◎	○	○	○

対象・人数

活動の概要

時期

□どなたでも
※最大 12 班まで

□活動内容によって異なりますが、
みんなで楽しく活動することができます。

通年

時間

団体に応じて

ニュースポーツ種類

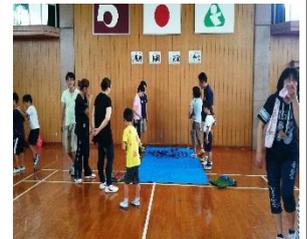
【RDチャレンジ】

- ・ストラックアウトのドッチビー版。
- ・各チームフリスビーと的を1セット
- ・1人ずつ投げ、時間内に多く射抜いたチームの勝ち。
- ・投げたフリスビーは自分で取りにいき、次の人に手渡す。



【ベタンク】

- ・2チームで1つの的を狙う。
- ・的に円があり、内側になるにつれて高得点となる。
- ・両チームのボールがなくなり次第、得点を集計し競う。
- ・得点の多い方が勝ち。



【ガガ】

- ・囲いの中での転がしドッジボール。
- ・ボールが膝より下に当たるとアウトとなり、囲いの外に出る。
- ・時間内で人数が多く残っているチームの勝ち。
- ・ボールは持つ・掴む・キャッチするのは禁止で手の平で弾くのみ。



★対戦表★

- ・活動前に全体の人数でチーム分けをお願いします。
- ・4・6・8・10・12チームのいずれかでチーム編成をお願い致します。

豊野少年自然の家で準備すること

利用者で準備すること

- 各ニュースポーツに必要な道具
- スコアカード

- 運動に適した服装
- 屋外シューズ・体育館シューズ
- 飲料

留意点

- 天候によっては、他団体との合同になる可能性もあります。その際はご協力をお願いします。
- 人数によっては、活動できるニュースポーツも限られてきます。

おすすめポイント

- 競技性があまりないニュースポーツを、みんなで楽しくプレーすることができます。
- 普段あまり使うことがない道具を使い、みんなで協力・工夫することで、コミュニケーションをとることができます。
- プレイホールは、天候に関係なく使用することができます。

活 動 内 容

所要時間	項 目	内 容	
事前	事前打ち合わせ	<input type="checkbox"/> 活動前に人数確認と班数を決めます。※利用者体調なども確認	
	準備物の確認	<input type="checkbox"/> 活動に適した服装・シューズ・飲料水を準備してください。	
10分	活動の説明 目的の確認	<input type="checkbox"/> 道具・使い方の説明 <input type="checkbox"/> ルールの説明 <input type="checkbox"/> 安全な道具の使い方・注意点を説明します。 ・周りの人の見る場所 <input type="checkbox"/> 各団体（各班）の目的・目標を確認します。	見 通 し
50分 ※時間は 団体による	ニュースポーツ 活動開始	<input type="checkbox"/> 各チームに分かれて競技の練習をします。 <input type="checkbox"/> 各コートに分かれてゲームを行います。 <input type="checkbox"/> 1試合ゲームが終わったら、休憩（水分補給等・作戦タイム）の時間をとります。 <input type="checkbox"/> 作戦タイム終了後、再び試合を行います。 ※協調性はもとより、コミュニケーション能力を高め、問題解決能力や課題解決能力が養われます。	共 通 体 験
10分	まとめ	<input type="checkbox"/> 道具等の後片付けをしていただきます。 <input type="checkbox"/> 健康観察を行います。 ※けが等をしていないかの確認 <input type="checkbox"/> 目的が達成されたか確認します。 ※各班での課題は達成できたか？ <input type="checkbox"/> 次の活動の準備を行います。	ふ り か え り

イニシアティブゲーム

期待される活動の効果											
思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感謝する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○
対象				人数				時期・時間			
高学年向け				4～6人推奨 ※8班まで				通年 約2時間			
活動の概要・様子											
 <p>各課題を班員と協力して解決していく課題解決型の活動。課題の解決だけでなく、話し合いの方法や協力の仕方についても学ぶことができる。</p> <p>解決方法に正解はなく、いかに班でコミュニケーションをとることができるかが重要である。</p> <p>引率者は、ヒントを与えたりアドバイスはしない。(解決へのプロセスに多くの学びがある。)</p> <p>【バケツボール】 【目かくし正方形】 【パイプライン】 【魔法のじゅうたん】 【ラインナップ】 【スパイダーネット】 【クロス ザ リバー】 【迷走 UF0】 計8種目</p>											
自然の家で準備すること						利用者で準備すること					
<input type="checkbox"/> 各活動の道具						<input type="checkbox"/> グループ編成(1班4～6人) <input type="checkbox"/> 活動に適した服装 <input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> 鉛筆 <input type="checkbox"/> 飲料 <input type="checkbox"/> 指導者4名以上					
留意点											
<input type="checkbox"/> 参加者の実態に応じて、実施する種目やルールについて配慮する。											
おすすめポイント											
<input type="checkbox"/> 緊張をほぐすことができる。 <input type="checkbox"/> 人数や時間に合わせて、実施する種目を選ぶことができる。 <input type="checkbox"/> 課題解決のために、作戦を立てるなど体も頭も使うことができる。											

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容	
事前	事前打ち合わせ	<input type="checkbox"/> 活動前に集合場所・活動場所を確認 <input type="checkbox"/> 必要資料があるので、班数を事前に連絡する。 <input type="checkbox"/> 各ゲームの確認後、引率者で道具の設置、ポイントへ移動。	
	準備物の確認	<input type="checkbox"/> イニシアティブゲーム道具一式 <input type="checkbox"/> 記録用紙 <input type="checkbox"/> 鉛筆 <input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> 飲料	
20分	活動の説明 (全体) 道具の受渡	<input type="checkbox"/> 活動の流れ、場所の説明をします。 <input type="checkbox"/> 道具の配布 ・注意事項の説明をする。 ・ルールや記録用紙の記入方法の説明を行う。	見通し
90分 ※時間は 団体による	活動開始 各ゲームの説明 ※引率者 活動終了	<input type="checkbox"/> グループ全員で、種目の場所へ移動し、課題を読み作戦を立てる。 <input type="checkbox"/> その後、活動を開始する <input type="checkbox"/> クリアできたら、一回目よりもっと良い記録が出るように 作戦タイムを行い、ゲームを続けます。 <input type="checkbox"/> 次のゲームへ移動します。 <input type="checkbox"/> 引率者は各ゲームの場所ごとに補助を行います。	共通体験
10分	片付け・まとめ	<input type="checkbox"/> 各種目の振り返り <input type="checkbox"/> 目的の達成についての振り返り <input type="checkbox"/> 道具等の後片付けをしていただきます。 <input type="checkbox"/> 健康観察を行います。 ※けが等をしていないかの確認	ふりかえり

キャンプ活動



期待される活動の効果（キャンプ活動全般）											
思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感謝する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
○	○		○			○	○	◎	○	○	○
対象・人数					活動の概要					時期	
□どなたでも					□キャンプの主な活動を行います。					通年	
										時間	
										団体に応じて	
キャンプ活動種類											
【火おこし】 ・薪に火をつける体験を行います。 					【ロープワーク】 ・ロープワークの基本となる4つの結び方を学びます。 						
豊野少年自然の家で準備すること					利用者で準備すること						
□キャンプ活動に必要な道具（ロープなど）					【火おこし】 □軍手 □長袖・長ズボン □マッチ □新聞紙 □薪（購入することも可能：600円/コンテナ）						
留意点											
□引率者からの指導もお願いします。 □人数や時間によっては、活動に制限がある場合があります。											
おすすめポイント											
□キャンプだけでなく、防災教育として取り組むこともできます。 □様々な課題に対して班で協力や工夫し取り組むことで、コミュニケーションをとることができます。 □火おこし体験を野外炊飯とセットで行うことで、学びを活かすことができ活動の流れに繋がりができます。											

活 動 内 容

所要時間	項 目	内 容	
事前	事前打ち合わせ	<input type="checkbox"/> 活動前に人数と班数の確認を行います。※利用者体調なども確認	
	準備物の確認	<input type="checkbox"/> 活動に適した服装・必要な道具を準備してください。	
10分	活動の説明 目的の確認	<input type="checkbox"/> 道具・使い方の説明 <input type="checkbox"/> ルールの説明 <input type="checkbox"/> 安全な道具の使い方・注意点を説明します。 <input type="checkbox"/> 各団体（各班）の目的・目標を確認します。	見 通 し
50分 ※時間は 内容による	活動開始	<input type="checkbox"/> 各班でそれぞれの役割分担を行います。 <input type="checkbox"/> 各班に分かれて活動を行います。 <input type="checkbox"/> 安全に気を付けて活動できているかなどの確認を行います。 <input type="checkbox"/> 水分補給は、活動に応じて適宜行います。 <input type="checkbox"/> 目的が達成されない場合、班で話し合いを行い、 改善点を探し、それに取り組みます。 ※協調性はもとより、コミュニケーション能力を高め、問題解決能力や課題解決能力が養われます。	共 通 体 験
10分	まとめ	<input type="checkbox"/> 道具等の後片付けをしていただきます。 <input type="checkbox"/> 健康観察を行います。 ※けが等をしていないかの確認 <input type="checkbox"/> 目的が達成されたか確認します。 ※各班での課題は達成できたか？ <input type="checkbox"/> 次の活動の準備を行います。	ふ り か え り

グラウンドゴルフ

期待される活動の効果

思考力	判断力	表現力	コミュニケーション 能力	体力	生命尊重	感謝する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
○	○		○	○			○	○	○	○	○

対象	人数	時期	時間
小学生以上	何人でも可	通年	1時間～1.5時間

活動の概要・様子

- 豊野少年自然の家特設コース全8ホールでのグラウンドゴルフ
- スティックでボールを打ち、ホールポストまでの打数を競う競技。



豊野自然の家で準備するもの	利用者が準備するもの
<input type="checkbox"/> 用具一式（スティック24本） <input type="checkbox"/> スコア用紙	<input type="checkbox"/> 長袖・長ズボン <input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 鉛筆 <input type="checkbox"/> 飲料 <input type="checkbox"/> グループ分け

留意点

- 必ずグループで行動をする。
- スティックをむやみに振り回さない。ボールを打つ際も、周りの安全確認を行った後に打つようにする。
- 打ったボールが参加者に当たらないように、事前に声掛けをするなど安全に配慮して行う。
- 体調に応じて、休憩や水分補給をしっかりと行う。（夏の時期は熱中症に注意する）
- 蜂などの虫に注意しながら、安全に活動を行う。

おすすめポイント

- 子供から大人までどなたでも楽しめる競技です。（幼児のみでのプレーは不可）
- 人数に応じて、ルールを変更して行うことができます。

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容
事前	事前打ち合わせ	□活動前に集合場所・活動場所を確認。※天候状況などによって活動変更
	準備物の確認	□グランドゴルフに関する用具一式（スティック24本） □スコア用紙 □鉛筆 □バインダー □長袖・長ズボン □軍手 □帽子 □飲料 □指導者（要2名）
20分	活動の説明 道具の受渡 目的の確認	□ゲームの流れの説明受けます。 ・ ルールの説明や持ち物の確認を行う。 ・ 注意事項等の説明を行う。（休憩・水分補給等） □説明が終了後、グループごとに各ホールへ移動する。
50分	ゲーム開始 ゲーム終了	□グループ内で打順、記録用紙記入者を決めスタートする。 □グループ内の全員が1ホール終了したら、次のホールへ移動する。 ・ 指導者は、全体を見通しながら安全確認を行う。 ・ 体調を考慮しながら、休憩・水分補給をとる。
20分	片付け・まとめ	□全グループが全ホール終了した時点でゲーム終了。 □指導者は各記録用紙を集計し、その後結果発表を行う。 □グラウンドゴルフを使用した道具をまとめて自然の家の職員へ返却する。 ・ 道具の数などの確認を行う。 □次の活動の準備を行います。

見
通
し

共
通
体
験

ふ
り
か
え
り

モルック

期待される活動の効果

思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感謝する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
○	○		○	○			○	○	○	○	○

対象	人数	時期	時間
どなたでも	1班3～6人程度推奨	通年 ※晴天時のみ	1時間～2時間

活動の概要・様子

- モルックを投げ、スキットルを倒して点数を競う競技。
- 50点ちょうどで決着のため、班での協力・作戦が大切。



豊野自然の家で準備するもの	利用者で準備するもの
<input type="checkbox"/> 用具一式（4セット） <input type="checkbox"/> スコア用紙	<input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 鉛筆 <input type="checkbox"/> 飲料 <input type="checkbox"/> グループ分け <input type="checkbox"/> バインダー

留意点

- 必ずグループで行動をする。
- モルックを投げる際、周りの安全確認を行った後に投げるようにする。
- 投げたモルックが参加者に当たらないように、事前に声掛けをするなど安全に配慮して行う。
- 体調に応じて、休憩や水分補給をしっかりと行う。（夏の時期は熱中症に注意する）
- 蜂などの虫に注意しながら、安全に活動を行う。

おすすめポイント

- 子供から大人までどなたでも楽しめる競技です。（幼児のみでのプレーは不可）
- 人数に応じて、ルールを変更して行うことができます。

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容	
事前	事前打ち合わせ	□活動前に集合場所・活動場所を確認。※天候状況などによって活動変更	
	準備物の確認	□用具一式（４セット） □スコア用紙 □鉛筆 □バインダー □帽子 □飲料 □指導者（要２名）	
20分	活動の説明 道具の受渡 目的の確認	□ゲームの流れの説明受けます。 ・ ルールの説明や持ち物の確認を行う。 ・ 注意事項等の説明を行う。（休憩・水分補給等） □説明が終了後、グループごとに移動する。	見 通 し
50分	ゲーム開始 ゲーム終了	□グループ内で順番、記録用紙記入者を決めスタートする。 □グループ内での対戦が終了したら、元の形に戻す。 ・ 指導者は、全体を見通しながら安全確認を行う。 ・ 体調を考慮しながら、休憩・水分補給をとる。	共 通 体 験
20分	片付け・まとめ	□全グループの対戦が終了した時点でゲーム終了。 □指導者は各記録用紙を集計し、その後結果発表を行う。 □使用した道具をまとめて自然の家の職員へ 返却する。 ・ 道具の数などの確認を行う。 □次の活動の準備を行います。	ふ り か え り

防災プログラム

期待される活動の効果											
思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
○	○	○	○			○	○	○	○	○	○
活動名		対象			人数		時期・時間				
サバイバル水移し ※晴天時のみ		小学生以上			最大12班		通年 1時間				
防災スーツケース ※座学、グループワーク		どなたでも可			何人でも可		通年 1～2時間				
KYT ～危険予知トレーニング～ ※座学、グループワーク		小学生以上			何人でも可		通年 1～2時間				
ハイゼックス炊飯		小学生以上			何人でも可		通年 2～3時間 (後片付けを含む)				
活動の概要・様子											
<input type="checkbox"/> 与えられた道具を用いて2Lの水をできるだけ多くペットボトルへ移す。 <input type="checkbox"/> 災害時に備えて非常用持ち出し袋の中身を考える。 <input type="checkbox"/> イラストや写真を見て、どのような危険がひそんでいるか考え、危険予知の感覚を養う。 <input type="checkbox"/> 湯煎で炊飯することで、災害時に限られた水でも炊飯可能であることを学ぶ。											
											
プログラム		自然の家で準備するもの				利用者で準備するもの					
サバイバル水移し		<input type="checkbox"/> 道具（金ボウル・コピー用紙・お玉・スプーン・フリスビー・穴あきゴミ袋・お盆・スポンジ） <input type="checkbox"/> フラフープ				<input type="checkbox"/> 運動ができる服装 <input type="checkbox"/> グループ分け <input type="checkbox"/> ペットボトル2L（班に1本）					
防災スーツケース		<input type="checkbox"/> 防災スーツケースシート（A4） <input type="checkbox"/> はさみ <input type="checkbox"/> ホワイトボード・マーカー				<input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> グループ分け					
KYT ～危険予知トレーニング～		<input type="checkbox"/> ダンボール <input type="checkbox"/> KYTワークシート <input type="checkbox"/> ホワイトボード・マーカー				<input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> グループ分け					
ハイゼックス炊飯		<input type="checkbox"/> ハイゼックス炊飯袋 ※20円/枚 <input type="checkbox"/> 野外炊飯道具基本セット（野外炊飯参照）				<input type="checkbox"/> 生米（注文可） <input type="checkbox"/> 火を付ける道具など（野外炊飯参照）					
留意点											
<input type="checkbox"/> ぶつかったりしてケガしないよう注意する。 <input type="checkbox"/> 多くのヒントを出しすぎないようにする。 <input type="checkbox"/> 持ち出す物に正解はないので参加者の意見は否定せずに受け入れる。 <input type="checkbox"/> 火を扱うため火傷などのケガに注意する。											
おすすめポイント											
<input type="checkbox"/> 防災に関する知識や技術を習得させるとともに、防災意識を高め災害時に迅速な対応ができます。											

活 動 内 容 (手 順)

所要時間	項 目	内 容	
事前	事前打ち合わせ	<input type="checkbox"/> 活動前に集合場所・活動場所を確認。※天候状況などによって変更 <input type="checkbox"/> 必要資料があるので、班数を事前に連絡する。	
	準備物の確認	<input type="checkbox"/> ペットボトル2L <input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> ホワイトボード・マーカー <input type="checkbox"/> ダンボール <input type="checkbox"/> KYTワークシートシート10種類 <input type="checkbox"/> はさみ <input type="checkbox"/> フラフープ <input type="checkbox"/> 防災スーツケースシート(A4) <input type="checkbox"/> 道具(金ボール・コピー用紙・スプーン・お玉・フリスビー・穴あきゴミ袋・お盆・スポンジ) <input type="checkbox"/> 火を付ける道具など(野外炊飯参照)	
20分	活動の説明 道具の受渡	<input type="checkbox"/> 活動の流れの説明をします。 <input type="checkbox"/> シート・道具の配布 ・道具の使い方や注意事項の説明をする。	見通し
50分	活動開始	<input type="checkbox"/> ルールや防災スーツケース、危険予知トレーニング、ハイゼックス炊飯についての説明を受けます。 <input type="checkbox"/> 災害時のことを考えて活動を行うように説明する。 <input type="checkbox"/> 配布したワークシートに沿って展開していく。 ※シートに書かれている所持品の切り離しなど <input type="checkbox"/> 各班での話し合い、活動 <input type="checkbox"/> 発表など	共通体験
20分	片付け・まとめ	<input type="checkbox"/> ゴミの分別と使用した道具を洗い、返却をします。 <input type="checkbox"/> 感想や目標が達成されたか確認します。 ・各班で工夫した事など発表します。 ・結果発表 ・引率の方の講評 <input type="checkbox"/> 次の活動の準備を行います。	ふりかえり