

令和5（2023）年度

活動プログラム集



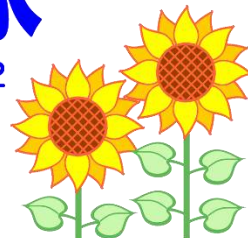
広島県立 福山少年自然の家

〒720-0542 広島県福山市金江町藁江619-2

Tel : (084)935-7166 Fax : (084)935-7179

E-mail : fsshizen@pref.hiroshima.lg.jp

<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/fukuyamashonen/>



ひまわり
太陽に向かってまっすぐに成長する向日葵のように、まっすぐな心で地球を救う人財を育てます

目次

1 はじめに.....	1	野外炊さん.....	34	④ キャンドルサービス.....	61
2 活動プログラムの活用にあたって.....	2	野外炊さんのメニュー及び料金.....	35	⑤ ボルダリング.....	62
3 プログラム相談について.....	4	ごはんの炊き方.....	36	⑥ スポーツ活動一覧.....	63
4 プログラム立案の手順.....	5	① カレーライス.....	37	安全事項確認書	64
5 事前実地踏査（実踏）について.....	5	② 豚汁（とんじる）.....	38		
6 安全・安心の推進（安全管理）.....	6	③ おにぎり.....	39		
活動時の服装と持ち物.....	8	④ すき焼き風煮.....	40		
7 SAFプログラム.....	9	⑤ ピザ.....	41		
SAFプログラム.....	10	⑥ ホットドッグ.....	42		
8 歩く活動.....	13	炊さん場使用上の注意.....	43		
① ウォークラリー.....	15	薪割りの仕方.....	45		
② グリーンアドベンチャー.....	16	木組の仕方.....	46		
③ マップウォーキング.....	17	片付け方.....	47		
④ フィールドビンゴ.....	18	10 作る活動.....	48		
⑤ 所内ビンゴ.....	19	クラフト.....	50		
⑥ 追跡ハイキング.....	20	① 小枝クラフト（キーホルダー）.....	51		
⑦ ハイキング（ヤッホー広場・竜王山）.....	21	② 壁掛け.....	52		
⑧ ネイチャービンゴ.....	22	③ 焼き板.....	53		
トランシーバーの使い方.....	23	④ プラホビー.....	54		
活動マップ.....	24	⑤ しおり.....	55		
9 野外炊さん活動.....	33	切り出しナイフの使い方.....	56		
		11 その他の活動.....	57		
		① 積み木.....	58		
		② ドミノ.....	59		
		③ キャンプファイヤー.....	60		

1 はじめに

人間は、生きる中で自然と何かを見たり、何かを聞いたり、何か行動を起こしたりします。これらのことによって得られるものを一般的に「経験」と言います。

この経験のうち、経験する者の能動性や経験の内容の具体性に着目して、能動的な経験や具体的な経験を指して「体験」と言います。

この体験を何らかの学習が行われることを目的として、体験する者に対して意図的・計画的に提供される体験を指して「体験活動」と言います。
（中央教育審議会「次代を担う自立した青少年の育成に向けて（答申）」平成19年1月）

広島県立福山少年自然の家では、これまで「豊かな体験活動」を提供して参りましたが、この「体験活動」をさらに深め、「体験学習」として本施設で利用される全ての方（青少年から大人まで）に提供しています。

「体験学習」とは、体験の中で生じる課題などを教材として捉え、全ての活動後に振り返りを行うことを通して、明らかになった「気づき」などを、次の活動に活かしながら「学び」として深化を図り、日常生活（学校生活・家庭生活など）に活かす教育活動を目指します。※参考文献（「冒険教育の理論と実践」杏林書院）

さまざまな体験活動を通して、学習者間で気づきを出し合い、交流し、ともに学び合うことで、学習者自らが主体的に学びを獲得できる教育を目指しています。

この考え方の基盤となっているのが、SAFプログラムの理論と手法です。（Step of Adventure with Friends）

今後、福山少年自然の家では「体験学習」を提供する場として、全ての活動プログラムにSAFプログラムの考え方と手法を貫き、学習者が主体的に学びながら、さまざまな体験から「学び方を学ぶ」手法を身につけ、日常生活で広く活用する力を育成していきます。

令和5年4月

広島県立福山少年自然の家



2 活動プログラムの活用にあたって

- ① 広島県立福山少年自然の家では、平成 28 年度から「良好な人間関係づくりを促進するSAFプログラム」（以下、「SAFプログラム」という）の考え方と手法を、活動プログラム（歩く活動や野外炊さんなど）全てに貫いた全体プログラムの展開を、プログラム相談等を通じて利用団体へ提案しています。

また、SAFプログラムの考え方と手法については、次の3つの重要なポイントがあります。

- (ア) 自分や相手のことを尊重する (フルバリューコントラクト)
- (イ) 自己決定による挑戦の一步を踏み出す (チャレンジバイチョイス)
- (ウ) 体験から学んだことを日常生活（学校生活・家庭生活など）に活かす (体験学習サイクル)

(ア) 自分や相手のことを尊重する (フルバリューコントラクト)

活動を行う一人一人が、楽しみながら学習するために、「一生懸命」、「安全」、「フェア」の3つの約束を全員で確認した後、活動をスタートします。



これは、人と人との関係性の中で、個人やグループが安心して学び合える環境を醸成するために、また、グループ一人一人の価値を最大限に尊重するための枠組みとして約束を交わし、活動初期段階における振り返りの基準にしていきます。

(イ) 自己決定による挑戦の一步を踏み出す (チャレンジバイチョイス)

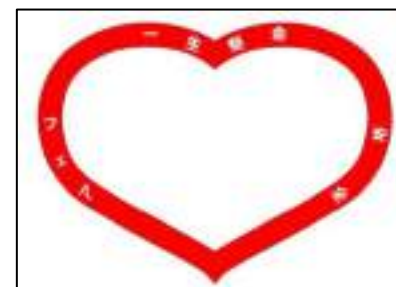
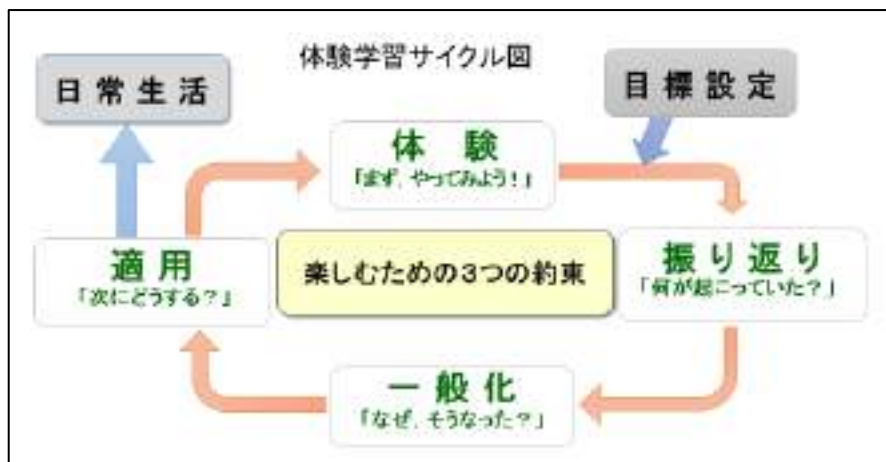
挑戦（チャレンジ）への感じ方は人によって異なります。挑戦の度合や内容は、他者が判断し、決定することで適切に導くことはとても困難なことであると言えます。SAFプログラムでは、個や集団が挑戦することに対し、自分でどう取り組みたいのか等を自己決定によって行い、自らの意思で一步踏み出すことを大事にしています。



これは、全ての学習者に挑戦する機会が均等に設けられているということでもあります。

(ウ) 体験から学んだことを日常生活（学校生活・家庭生活など）に活かす（体験学習サイクル）

体験学習サイクルは、「体験」から「適用」までの循環を繰り返しながら、学習者が体験から得る「気づき」などを『学び』として獲得し、深化させる手法です。



Being(ビーイング)シート

② 体験から獲得した「学び」を見える化（可視化）します

本施設では、Being(ビーイング)シートを活用し、グループの一人一人が、体験をとおして感じたことや気づいたことを振り返りによって出し合い、大切にしたいと思った言葉を全員の合意のもと、Beingシートに書き出し、見える化（可視化）を図りながら、体験ごとに新たな「学び」を書き加え、学習者自らが育てていきます。

これは、学習者一人一人にとって、より安全で安心でき、学び合える学習集団になるよう、学習者自らが自分たちの力で、フルバリューコントラクト（自分や相手のことを尊重する）をつくりあげることになります。

学習者一人一人が主体的に活動し、本施設の活動で獲得した多くの「学び」を日常生活に持ち帰り、活用できるように自然の家の職員全員が支援します。

③ 自然体験活動のプロである自然の家職員が、一緒に全体プログラムづくりを行います。（プログラム相談）

研修計画の立案にあたっては、本施設を有効に活用していただくためにも、学習者（子供など）の実態や利用目的などを踏まえ、より高い教育効果が得られるプログラムを提案させていただきます。

ぜひ、プログラム相談を御活用ください。福山少年自然の家での研修等が、より有意義なものになるよう企画します。

3 プログラム相談について

体験活動において、プログラムを考えることは重要です。福山少年自然の家では、利用団体と個別に相談を行い、利用団体の実施目的の達成に近づけるようプログラムの提案を行います。

○ プログラムとは

①「経験」「体験」「体験活動」「体験学習」の違いは？

「経験」と「体験」,「体験活動」と「体験学習」は、それぞれどのように違うのでしょうか。

【経験】

人間が実際に見たり、聞いたり、行ったりすることを広く指して用いている。

【体験】

経験のうち、経験する者の能動性や経験の内容の具体性に着目して、能動的な経験や具体的な経験を指して用いている。

【体験活動】

体験を通じて何らかの学習が行われることを目的として、体験する者に対して意図的・計画的に提供される体験を指して用いている。

※参考文献（中央教育審議会「次代を担う自立した青少年の育成に向けて（答申）」平成19年1月

つまり、「体験活動」とは、偶然に生じる学びではなく、意図的・計画的に学習する場を提供するものになります。

【体験学習】

学習者中心に体験の中で生じるさまざまな問題を学習の基盤とし、さまざまな考え方を「体験から学ぶ」教育方法であり、学習者間でともに学び合うことを原則とした教育活動である。※参考文献（「冒険教育の理論と実践」杏林書院）

「体験学習」は、体験活動を学習者が主体となり、学習者自らが能動的に「学び」を獲得し、深化させる教育活動になります。

②全体プログラムとは？

全体プログラムとは、ねらいの達成に向けて、活動プログラム等を構成的に選択し配列したものです。

③活動プログラムとは？

活動プログラムとは、活動内容とねらい達成のための指導を組立てたものです。

④プログラム相談では？

図のシートを使用し、効果的なプログラムを組んでいきます。

プログラム相談シート

相談日：令和 年 月 日

担当者： _____

団体名（学校名等）： _____ 団体担当者名： _____

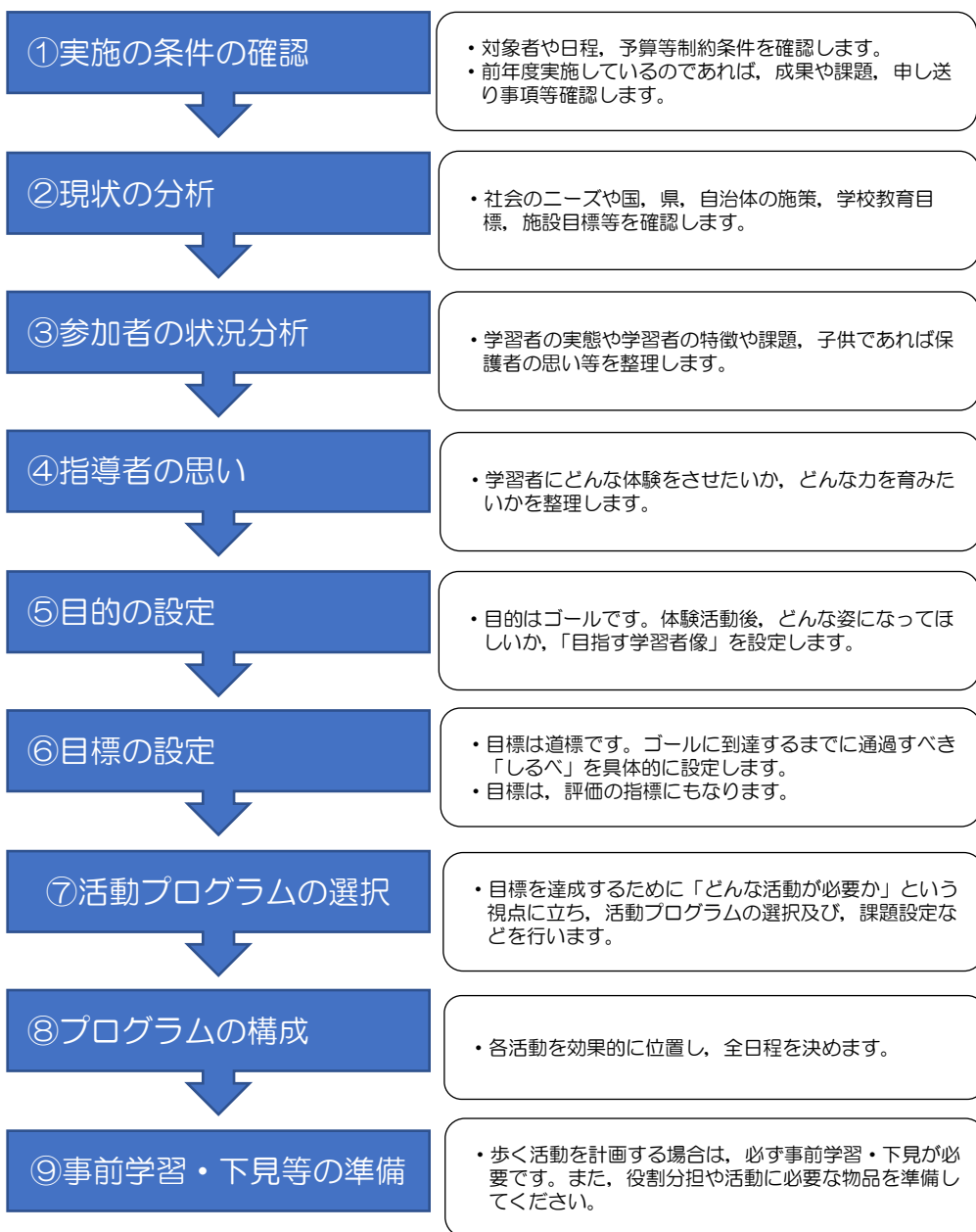
参加者（児童生徒等）の状況		参加者（児童生徒等）人数： 名（男 名、女 名） 支援を要する参加者（児童生徒等）人数： 名							
目的（ねらい）									
活動内容									

時間 月日	6:20 ~ 7:40	7:40 ~ 9:20	9:30~12:00 (2時間30分)	12:00 ~ 13:00	13:00~16:30 (3時間30分)	16:40 ~ 19:30	18:00~21:00 (3時間00分)	21:00 ~ 21:55	22:00
()	起朝 SUI 床い	朝退 所点 食検	朝 食 <活動のポイント>	昼 食	朝 食 <活動のポイント>	タタ ヘの つど い浴	朝 食 <活動のポイント>	入就 寝準 浴備	消 灯
()	起朝 SUI 床い	朝退 所点 食検	朝 食 <活動のポイント>	昼 食	朝 食 <活動のポイント>	タタ ヘの つど い浴	朝 食 <活動のポイント>	入就 寝準 浴備	消 灯
()	起朝 SUI 床い	朝退 所点 食検	朝 食 <活動のポイント>	昼 食	朝 食 <活動のポイント>	タタ ヘの つど い浴	朝 食 <活動のポイント>	入就 寝準 浴備	消 灯

= 留意点など =

4 プログラム立案の手順

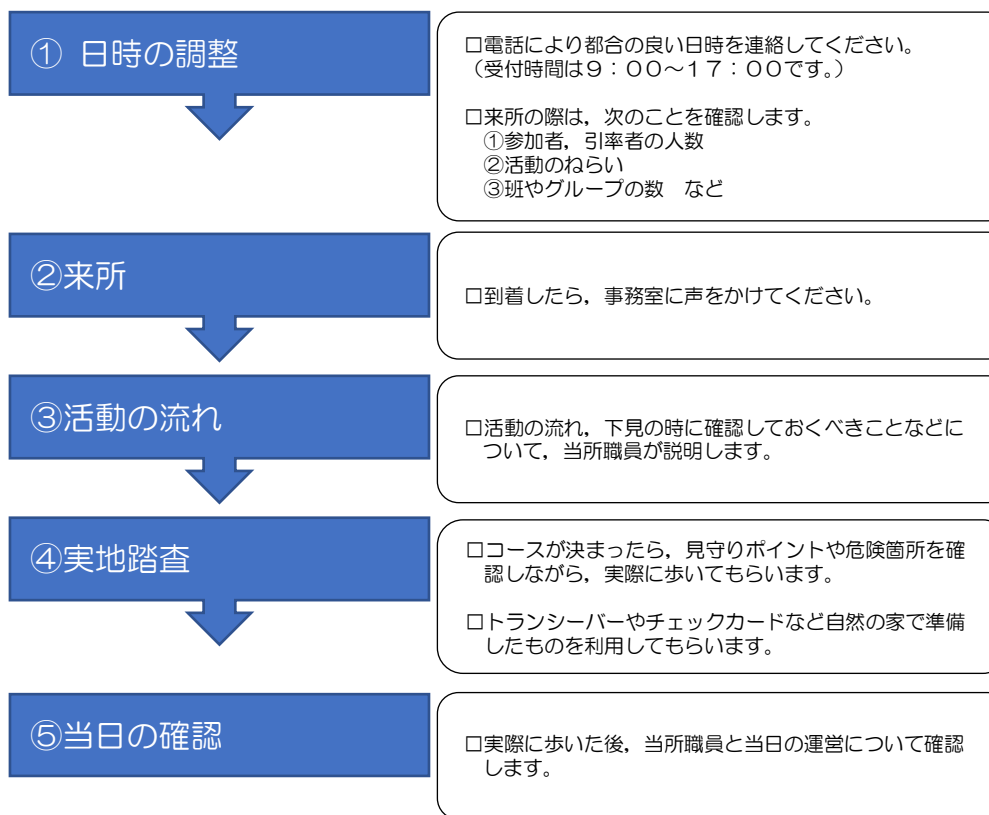
利用目的の達成に迫れるように、効果的なプログラムを構成していきましょう。



5 実地踏査（実踏）について

福山少年自然の家では、歩く活動（ウォークラリーやオリエンテーリングなど）を計画された団体には、安全に活動する、必ず事前学習やコースの下見を行ってもらっています。

○実地踏査までの流れ



○事前実踏の準備物

- | | | |
|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| (準備物) | | |
| <input type="checkbox"/> 水筒 | <input type="checkbox"/> 腕時計 | <input type="checkbox"/> タオル |
| <input type="checkbox"/> 帽子 | <input type="checkbox"/> 雨具（カッパ） | <input type="checkbox"/> 活動しやすい服装 |
| <input type="checkbox"/> 虫よけスプレー | <input type="checkbox"/> 履き慣れた靴 | <input type="checkbox"/> 筆記用具 |

6 安全・安心の推進（安全管理）

安全管理について

引率指導者は、学習者が安全・安心に活動ができるようにするために、事前に「事故を起こさないための取組」を実施し、また、「事故が起きたときのことを想定した動き」を確認しておくことで、活動当日何が起こっても、素早く適切に対応することができます。（右図参照）

安全管理については、引率指導者が学習者に対して一方的に伝え教える場合と、学習者自らが考えて気づく安全学習とがあります。時間的余裕があるならば、学習者と活動中に想定される、「事故」や「要因」を事前に考察し、活動時において学習者自らが意識して行動できるようになることが望ましいです。

さらに、引率指導者は、万が一に備えて、リスクに対する知識を持ち、応急処置などの技術も身につけておくことで役に立ちます。

福山少年自然の家で考えられる様々な危険

自然環境	台風、大雨、強風、落雷、濃霧、火災、地震、倒木、微小粒子状物質 など
動植物	マムシ、スズメバチ、ムカデ、ブト、毛虫、ウルシ、ヌルデ、バラ、タラノキ、ダニ、ヒル、イノシシ、野犬 など
活動中	やけど、切り傷、食中毒、転倒、転落、擦過傷、捻挫、骨折、道迷い、交通事故、熱中症、脱水症状 など

安全管理の取組

事前	<input type="checkbox"/> 子供の実態に合わせたプログラム
	<input type="checkbox"/> 関係者との打ち合わせ
	<input type="checkbox"/> 引率指導者の能力や運営体制
	<input type="checkbox"/> 実施場所の实地踏査
	<input type="checkbox"/> 保険の加入（子供も大人も確認）
	<input type="checkbox"/> 緊急連絡体制の確立（マニュアル化）
	<input type="checkbox"/> 近々の子供の状況把握
	<input type="checkbox"/> 運営スタッフ間の共通理解
活動時	<input type="checkbox"/> 使用する施設や設備などの確認
	<input type="checkbox"/> プログラム変更時を想定した準備
	<input type="checkbox"/> 天候（日没時刻等も含む）の確認
	<input type="checkbox"/> 子供の体調確認
	<input type="checkbox"/> 準備運動
	<input type="checkbox"/> 安全に関する説明（セイフティトーク）
	<input type="checkbox"/> 子供の見守り
	<input type="checkbox"/> 関係者間のミーティング
事故対応	<input type="checkbox"/> 指導者自身の体調管理
	<input type="checkbox"/> 冷静になる
	<input type="checkbox"/> 緊急連絡体制に沿った対応
	<input type="checkbox"/> 正確な状況把握と判断
	<input type="checkbox"/> 事故対応後の全体への対応（継続・中止）
<input type="checkbox"/> 事故の内容をまとめる（説明責任）	



※参考文献「国立中央青少年交流の家活動プログラムガイド」

危険予知シート

「明らかな危険」については、指導者が事前に注意をはらい、安全意識を高める必要があります。その際、指導者が一方的に伝えるのではなく、子供たちと一緒に考えることで、「どうしてその行為が危険なのか」を理解し、意識して行動しようとする態度が培われます。事前に子供たちと取り組んでみてください。

絵を見て考えよう！（危険な場面をいくつか見つけられるかな？）

たくさん子どもたちが協力して、野外で食事づくりに取り組んでいます。ウーン！ちょっとまって「ヒヤリ、ビックリ、ドッキリ」はありませんか？



※参考文献

「国立中央青少年交流の家活動プログラムガイド」

活動時の服装と持ち物


帽子	熱中症予防や小枝、小石、害虫等から頭を守ってくれます。野外炊さんでは、火の粉などから頭を守るためにも着用がのぞましいです。黒系の色は熱を吸収しやすく、ハチにも攻撃されやすいため避けてください。
軍手	野外炊さんでは、木綿軍手を推奨しています（火に強い）。けがややけどから手を守ります。滑り止めゴムのあるものは、ゴム部分が熱で溶けることがあるので、火を扱う場面では適していません。
リュック	活動用は軽くて丈夫であり、両肩にかけて背負えるタイプのものが良いです。両手が使え、転倒時やいざという時にも受け身がとりやすくなります。
靴	普段から履き慣れた運動靴（ひも付）が適しています。履き慣れない靴は、靴ずれなどになりやすいので注意してください。
靴下	くるぶしソックスは、害虫に刺されやすいので、足首が隠れる長さのものを準備してください。
雨具	カッパは、上下に分かれているものが活動に適しています。防寒具としても使えます。
服装	長袖・長ズボンが必要です。やけどや害虫（蚊やブト等）、直射日光から皮膚を守ります。半袖やハーフパンツ姿での活動は、安全管理の支障となるため、屋外で行う活動は、どのような季節であっても、長袖・長ズボンで活動してください。また、火を扱う時の服装は、木綿のものを推奨します。上着にフードがあり、紐が下がっている場合は、紐に火がついてしまうなど危険を伴うため服の中に入れて活動してください。
持ち物	<p>【個人】</p> <p>□水筒 □タオル □着替え □時計（必要に応じて）□筆記用具 □虫よけスプレー □懐中電灯 など</p> <p>【団体】</p> <p>□救急道具 □塩分糖分用アメやタブレット □ホイッスル □携帯電話 など</p>



※活動内容や天候などにより、持ち物は違ってきます。

※参考文献「国立中央青少年交流の家活動プログラムガイド」

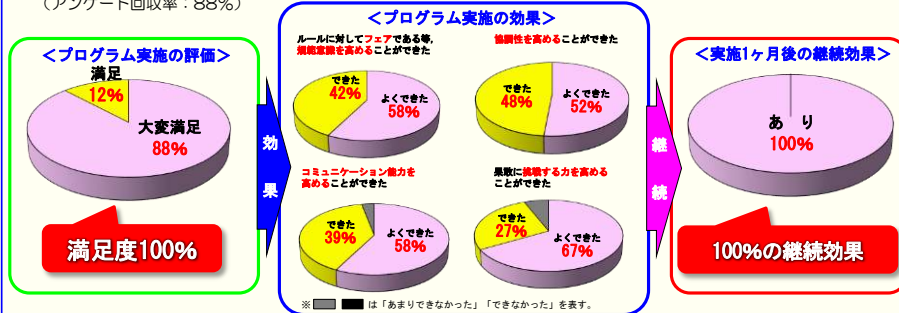
7 SAFプログラム

SAF プログラム					
内容	人数	80 人程度	場所	大研修室など	
	指導	完全指導あり	時間	2.5～3時間	
	対象	原則小学校 5 年生以上	天候	雨天可能	
概要	<p>良好な人間関係づくりを推進する活動プログラムです。楽しみながら、課題解決に取り組むグループ活動です。</p> <p>活動を通して、4つの力（主体性、コミュニケーション、チャレンジ、協調性）などを育成します。</p>				
ねらい	<p>(1) 自分で考え、活動に進んで取り組むことができる。(主体性)</p> <p>(2) 不得意な物事に対して、進んで挑戦することができる。(チャレンジ)</p> <p>(3) 仲間とコミュニケーションを図ることができる (コミュニケーション)</p> <p>(4) 仲間と力を合わせて取り組むことができる。(協調性)</p>				
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物		
	<input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> 鉛筆 <input type="checkbox"/> 展開案およびチェックシート		<input type="checkbox"/> 運動しやすい服装 <input type="checkbox"/> 水筒（必要に応じて） <input type="checkbox"/> タオル（必要に応じて） <input type="checkbox"/> マジック（ピーニングシート記入用）		
班編成	1 グループ 8～20 人程度のグループ、もしくは学級単位				

役割分担	<p>(1) 引率責任者 全体の総括・指揮・自然の家職員との連絡 児童生徒の行動観察 プログラムチェックシートの記入</p>
活動内容	<p>(1) 指定された場所に集合し、グループの人数、健康状態を確認する。</p> <p>(2) SAF プログラムの全体説明を聞く。</p> <p>(3) 活動を開始する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● アイスブレイク（内面で起こる緊張をほぐす活動） ● ディ・インヒビタイザー（安心して活動することのできる雰囲気などつくる活動） ● コミュニケーション（どのように取り組むかを話し合う活動） ● イニシアチブ（困難な課題を解決するために取り組む活動）など <p>(4) 活動の振り返りをする。</p> <p>(5) 活動場所の片付け・清掃をする。</p>
備考	<p>(1) 活動時間は、原則 2 時間 30 分以上で計画してください。</p> <p>(2) 人数の多い団体で、実施を考えている場合は、御相談ください。</p> <p>(3) グループの状態により、活動内容の変更があります。</p>
資料	P11, 12 の「良好な人間関係づくりを推進する SAF プログラム」のリーフレットを参照

《SAFプログラム実施による効果》

SAFプログラムの効果等を検証するために、実施校には事後アンケートを提出していただいています。事後アンケート9項目4段階評価の結果をもとに、SAFプログラム実施による効果を紹介します。(アンケート回収率：88%)



参加者が課題解決に向けたアクティビティ（活動）に取り組みながら活動を振り返ることで、「規範意識を高めること」「協調性を高めること」「コミュニケーション能力を高めること」「挑戦する力を高めること」など、全ての項目において、**94%以上の実施団体でよい効果が見られ、満足度が高いプログラム**となっています。

《子供から大人まで活用できるSAFプログラム》

＜小学校＞

◇ 集団宿泊活動での活用

集団宿泊活動の充実を図るとともに、児童が集団宿泊活動を通じて得た「学び」を日常生活（学校生活や家庭生活）に生かすことができます。

＜中学校・高等学校＞

◇ 新入生のスタートアップ研修

複数の学校から集まった生徒たちを対象として、「お互いのことを知る」など、集団の基礎をつくることができます。

◇ 生徒会役員を対象にした研修

生徒会役員を対象に、リーダーシップの向上を図ることができます。

◇ クラブ活動のチームづくり

クラブ活動に必要なチーム力を高めること（チームビルディング）ができます。

＜大学・専門学校＞

◇ スタートアップ研修

学生生活がスタートしたばかりの学生たちのつながりを強めることができます。

＜スポーツ少年団＞

◇ 各種スポーツのチームワークづくり

サッカーや野球など、各種スポーツのチーム力を高めることができます。

＜企業＞

◇ 新入社員研修

新入社員の主体性や協調性、コミュニケーション能力の向上を図ることができます。

《お問合せ先》

広島県立福山少年自然の家【〒720-0542 広島県福山市金江町粟江619-2】
 電話：084-935-7166 ファクシミリ：084-935-7179
 電子メール：fsshizen@pref.hiroshima.lg.jp
 ホームページ：https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/fukuyamashonen/



SAFプログラムの
詳しい内容はWebを

クリック



良好な人間関係づくりを促進する

SAFプログラム

広島県立福山少年自然の家では、アメリカで開発された冒険教育（体験学習法）の一つである「プロジェクトアドベンチャー（以下「PA」という。）」の理論や手法等を生かした活動プログラム『SAF（サーフ）プログラム』を実施しています。

※ SAFとは、「Step of Adventure with Friends」の頭文字を取り、『福山少年自然の家で仲間とともに、冒険の一步を踏み出そう!!』という意図を込めた名前です。

SAFプログラムは、
「学びの変革」を目指す「主体的な学び」を
促進する教育活動です！！

主体性

コミュニケーション



SAFプログラムのねらい

福山少年自然の家の自然環境（非日常）の中で、楽しみながら課題解決に取り組むグループ活動を通して、4つの力を育成します！！



チャレンジ精神

協調性

広島県立福山少年自然の家

＜SAFプログラム運営の概要＞

- ◇ **対象年齢**：小学校5年生以上（それ以外の学年については、ご相談ください。）
- ◇ **実施可能人数**：8人以上20人以下のグループ、もしくは、学級単位（40名以下）で実施可能
- ◇ **所要時間**：3時間程度
- ◇ **指導体制**：1グループに福山少年自然の家職員1名が、ファシリテーターとしてプログラム進行
- ◇ **プログラムの展開**
 - 実施団体の活動のねらいや要望、参加者の実態などを踏まえ、**プログラム展開案を作成**します。
 - 活動中の参加者の状況に応じて**プログラム展開を最適なものに修正**しながら進行します。



※ 「SAFプログラム運営の概要」に示してある内容以外の実施を希望される場合はご相談ください。

＜SAFプログラム実施後の声＞

令和3年度は、県内外の小・中・高等学校や広島県、福山市初任者研修など**43団体**がSAFプログラムを実施しました。SAFプログラム実施後の参加者や引率指導者の声を紹介します。

- （令和4年2月28日現在）
- ◇ **参加者の声**
 - ◇ みんなで挑戦して、みんなでやり遂げることができてうれしかった。また、みんなで何かをやり遂げてみたい。
 - ◇ 誰かが失敗しても責めることなく、励まし合いながら協力することで、より楽しくなるんじゃないかなと思いました。
 - ◇ チームでアイデアを出し合い、助け合いながら楽しく体験学習ができ、気づくと自然とコミュニケーションをとっていました。
 - ◇ **引率指導者の声**
 - ◇ グループ活動など、友達と協力する姿が増えた。以前より肯定的な声掛けが多くなったと感じる。
 - ◇ 人の失敗より、人の頑張りにつづることができる生徒が増えている。
 - ◇ 何事も、まずはやってみようという姿勢で、学習だけでなく、係や行事などにも前向きに取り組もうとする児童が増えた。

＜SAFプログラム実施の流れ＞



＜さまざまな課題に取り組める大型器具の紹介＞

◇ TPシャッフル（ポータブル型2基）



参加者全員が丸太の上に立ち、丸太から降りずに場所を入れ替わります。

◇ アイランズ（ポータブル型4基）



3つの台（島）から降りずに、大小の板（橋）を使って、3つの台（島）を渡っていきます。

◇ クモの巣（ポータブル型2基）



クモの巣に触れずに、参加者全員が、反対側に移動します。

◇ トラストフォール（固定型1基）



1人のチャレンジャーが、プラットフォームから後ろ向きに倒れるのを参加者全員で受け止めます。

8 歩く活動

歩く活動一覧

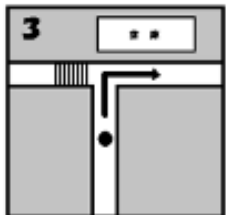
プログラム名		協力	運動量	思考判断	感性	ゲーム性	自然体験	雨天	炎天(木陰)	時間	人数
ウォークラリー	ヤッホーコース	◎	○	◎	○	◎	◎	◎	○	3~4時間	80人程度 16班まで
	緑陽コース	◎	◎		○		◎	◎	△	3~4時間	
グリーンアドベンチャー		◎	○	◎	◎	○	◎	◎	○	3~4時間	
マップウォーキング		◎	◎	○	○	○	◎	◎	△~○	3~4時間	160人程度
フィールドビンゴ (所内)		◎	△~◎	◎	◎	◎	○	◎	△~○	2~3時間	
追跡ハイキング (ヤッホーコース使用)		◎	○	△	○	○	◎	◎	○	2~3時間	80人程度 16班まで
ハイキング	ヤッホー広場	○	○	△	◎	△	○	○	◎	1~2時間	160人程度
	竜王山	○	○	△	◎	△	○	○	○	2~4時間	
ネイチャービンゴ		○	○	○	◎	○	◎	◎	◎	1~2時間	

△(少ない) ○(ほどほど) ◎(多い)


※班の人数は、4~6人(理想)、ハイキングは、全体行動 ※マップウォーキング・フィールドビンゴは、時間を定めて実施

※実地踏査により、活動内容、危険ポイントの把握・見守りポイントの確認


※後日、本部・見守りポイントの職員名簿をメールかFAXで送付

① ウォークラリー				
内容	人数	80人程度	場所	所外コース
	指導	導入指導あり	時間	3～4時間
	対象	小学校5年生以上	天候	雨天可能
				
概要	<p>自然の中の未知のルートを歩く過程で、分かれ道などが簡略化されたコマ図を読み解きながら進んでいく活動です。また、コース途中に設けられたいくつかの課題を解いていきます。</p>			
ねらい	<p>(1) 自分で考え、活動に進んで取り組むことができる。 (2) 初めてのことに對しても、進んで挑戦することができる。 (3) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。 (4) 仲間と力を合わせて取り組むことができる。</p>			
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物	
	<input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> チェックカード <input type="checkbox"/> トランシーバー <input type="checkbox"/> 記録用紙 <input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> ビブス		<input type="checkbox"/> 運動しやすい服装と靴 <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 雨具（レインコート） <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 水筒（必要に応じて） <input type="checkbox"/> 筆記用具	
班編成	1グループは4人～6人が適当			


役割分担	<p>(1) 引率責任者……………全体の総括・指揮・自然の家職員との連絡 (2) マット・ゴール係……………各班のスタート・ゴール、人数確認、時刻と得点の記録 (3) 見守りポイント係……………児童・生徒の安全に留意し適切な指導をする。通過班のチェック ※事前学習……………打合せ、実地踏査、安全確認など</p>
活動内容	<p>(1) 玄関前に集合し、グループの人数、健康状態を確認する。 (2) ビブス、コマ図、チェックカードを確認する。 (3) 実施方法、コマ図、チェックカードの見方を説明する。 (4) 安全事項を伝える。 (5) スタート地点に移動後、スタート時刻を記入し、スタートする。 (6) ゴールごとに人数を確認し、時刻を記入する。 チェックカードを提出順位を決定する。 (7) ビブス等用具の数を確認し、片づけを行う。 (8) 用具を返却する。 (9) グループごとに振り返りを行う。</p> <p>※ 順位決定の発表（採点次第でいつ行うか相談する） ※ 3分割したコマ図を、班内でそれぞれ持って活動することもできます。</p>
備考	<p>(1) 時間にゆとりある計画を立てておく。 (2) 安全と事故防止に十分注意する。 (3) 田畑に立ち入ったり、農作物にふれない。 (4) 必ずビブスを付け、グループでまとまって行動する。</p>
資料	P24, P25

② グリーンアドベンチャー				
内容	人数	80人程度	場所	所外コース
	指導	導入指導あり	時間	3～4時間
	対象	小学校5年生以上	天候	雨天可能
				
概要	<p>グリーンアドベンチャーとは、コース図上に標された場所に指定された樹木を観察しながら探し、自然に親しむ活動です。また、コース途中に設けられたいくつかの課題を解いていきます。</p>			
ねらい	<p>(1) 自分で考え、活動に進んで取り組むことができる。 (2) 初めてのことに對しても、進んで挑戦することができる。 (3) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。 (4) 仲間と力を合わせて取り組むことができる。 (5) 五感を使って自然観察をすることができる。</p>			
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物	
	<input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> チェックカード <input type="checkbox"/> トランシーバー <input type="checkbox"/> 記録用紙 <input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> ビブス		<input type="checkbox"/> 運動しやすい服装と靴 <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 雨具（カッパ） <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 水筒（必要に応じて） <input type="checkbox"/> 筆記用具	
班編成	1グループは4人～6人が適当			


役割分担	<p>(1) 引率責任者……………全体の総括・指揮・自然の家職員との連絡 (2) マット・ゴール係……………各班のスタート・ゴール、人数確認、時刻と得点の記録 (3) 見守りポイント係……………児童・生徒の安全に留意し適切な指導をする。通過班のチェック ※事前学習……………打合せ、実地踏査、安全確認など</p>
活動内容	<p>(1) 玄関前に集合し、グループの人数、健康状態を確認する。 (2) ビブス、参照カード、活動カードを確認する。 (3) 実施方法、参照カード、活動カードの見方の説明を聞く。 (4) 安全事項を聞く (5) スタート地点に移動後、スタート時刻を記入し、スタートする。 (6) ゴールごとに人数を確認し、時刻を記入する。チェックカードを提出し、順位を決定する。 (7) ビブス等用具の数を確認し、片づけを行う。 (8) 用具を返却する。 (9) グループごとに振り返りを行う。</p> <p>※ 順位決定の発表（採点次第でいつ行うか相談する）</p>
備考	<p>(1) 時間にゆとりある計画を立てておく。 (2) 安全と事故防止に十分注意する。 (3) 田畑に立ち入ったり、農作物にふれない。 (4) 必ずビブスを付け、グループでまとまって行動する。</p>
資料	P26

③ マップウォーキング					
内容	人数	160人程度	場所	所外コース	
	指導	導入指導あり	時間	3～4時間	
	対象	小学校5年生以上	天候	雨天可能	
概要	<p>マップウォーキングとは、地図上にマークされたポイントに、グループの合意形成を図りながら進んで行く活動です。課題設定の仕方や振り返りの手法について考察します。</p>				
ねらい	<p>(1) 自分で考え、活動に進んで取り組むことができる。 (2) 初めてのことに對しても、進んで挑戦することができる。 (3) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。 (4) 仲間と力を合わせて取り組むことができる。</p>				
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物		
	<input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> チェックカード <input type="checkbox"/> トランシーバー <input type="checkbox"/> 記録用紙 <input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> ビブス		<input type="checkbox"/> 運動しやすい服装と靴 <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 雨具（カッパ） <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 水筒（必要に応じて） <input type="checkbox"/> 時計 <input type="checkbox"/> 筆記用具		
班編成	1グループは4人～6人が適当				


役割分担	<p>(1) 引率責任者……………全体の総括・指揮・自然の家職員との連絡 (2) スタッフ・J-ル係……………各班のスタート・ゴール、人数確認、時刻と得点の記録 (3) 見守りポイント係……………児童・生徒の安全に留意し適切な指導をする。通過班のチェック ※事前学習……………打合せ、実地踏査、安全確認など</p>
活動内容	<p>(1) 玄関前に集合し、グループの人数、健康状態を確認する。 (2) ビブス、地図、チェックカードを確認する。 (3) 実施方法、地図、チェックカードの見方の説明を聞く。 (4) 安全事項を聞く。 (5) スタート地点に移動後、スタート時刻を記入し、スタートする。 (6) ゴールごとに人数を確認し、時刻を記入する。チェックカードを提出する。順位を決定する。 (7) ビブス等用具の数を確認し、片づけを行う。 (8) 用具を返却する。 (9) グループごとに振り返りを行う。</p> <p>※順位決定の発表（採点次第でいつ行うか相談する）</p>
備考	<p>(1) 時間にゆとりある計画を立てておく。 (2) 安全と事故防止に十分注意する。 (3) 田畑に立ち入ったり、農作物にふれない。 (4) 必ずビブスを付け、グループでまとまって行動する。</p>
資料	P27

④ フィールドビンゴ				
内容	人数	160人程度	場所	自然の家周辺
	指導	導入指導あり	時間	2～3時間
	対象	小学校5年生以上	天候	雨天可能
				
概要	<p>福山少年自然の家のフィールドビンゴとは、地図上にマークされた場所に行き、ターゲット写真と照らし合わせながら、場所と写真を一致させる活動です。</p> <p>ターゲット写真と解答シートはビンゴ形式になっており、ゲーム性や自然のフィールドを楽しみながら歩き進めるとともに、グループの協力や仲間づくりにも効果のある活動です。</p>			
ねらい	<p>(1) 自分で考え、活動に進んで取り組むことができる。</p> <p>(2) 初めてのことに對しても、進んで挑戦することができる。</p> <p>(3) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。</p> <p>(4) 仲間と力を合わせて取り組むことができる。</p>			
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物	
	<input type="checkbox"/> ターゲット写真 <input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> 解答シート（ビンゴカード） <input type="checkbox"/> トランシーバー <input type="checkbox"/> 記録用紙 <input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> ビブス		<input type="checkbox"/> 運動しやすい服装と靴 <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 雨具（カッパ） <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 水筒（必要に応じて） <input type="checkbox"/> 筆記用具	
班編成	1グループは4人～6人が適当			


役割分担	<p>(1) 引率責任者……………全体の総括・指揮・自然の家職員との連絡</p> <p>(2) マット・ゴール係……………各班のスタート・ゴール、人数確認、時刻と得点の記録</p> <p>(3) 見守りポイント係……………児童・生徒の安全に留意し適切な指導をする。</p> <p>※事前学習……………打合せ、実地踏査、安全確認など</p>
活動内容	<p>(1) 玄関前に集合し、グループの人数、健康状態を確認する。</p> <p>(2) ビブス、ターゲット写真、地図、解答シート（ビンゴカード）を確認する。</p> <p>(3) 実施方法、ターゲット写真、地図、解答シート（ビンゴカード）の見方の説明を聞く</p> <p>(4) 安全事項を聞く。</p> <p>(5) スタート地点に移動後、スタート時刻を記入し、スタートする。</p> <p>(6) ゴールしたグループごとに人数を確認し、時刻を記入する。解答シート（ビンゴカード）を提出する。順位を決定する。</p> <p>(7) ビブス等用具の数を確認し、片づけを行う。</p> <p>(8) 用具を返却する。</p> <p>(9) グループごとに振り返りを行う。</p> <p>※順位決定の発表（採点次第でいつ行うか相談する）</p>
備考	<p>(1) 時間にゆとりある計画を立てておく。</p> <p>(2) 安全と事故防止に十分注意する。</p> <p>(3) 地図に示された範囲内で活動する。</p> <p>(4) 必ずビブスを付け、グループでまとまって行動する。</p>
資料	P28, P29

⑤ 所内ビンゴ				
内容	人数	160人程度	場所	施設内
	指導	導入指導あり	時間	1～2時間
	対象	小学校5年生以上	天候	雨天可能
				
概要	<p>所内ビンゴとは、施設図上にマークされた場所（番号）に行き、ターゲット写真と照らし合わせながら、場所と写真を一致させる活動です。ターゲット写真と解答シートはビンゴ形式になっており、ゲーム性を楽しむとともに施設使用場所の確認にもなります。また、グループの協力や仲間づくりにも効果がある活動です。</p>			
ねらい	<p>(1) 自分で考え、活動に進んで取り組むことができる。 (2) 初めてのことに對しても、進んで挑戦することができる。 (3) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。 (4) 仲間と力を合わせて取り組むことができる。</p>			
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物	
	<input type="checkbox"/> ターゲット写真 <input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> 解答シート（ビンゴカード） <input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> ビブス <input type="checkbox"/> 記録用紙		<input type="checkbox"/> 運動しやすい服装 <input type="checkbox"/> 屋内シューズ <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 水筒（必要に応じて） <input type="checkbox"/> 筆記用具	
班編成	1グループは4人～6人が適当			

役割分担	<p>(1) 引率責任者………全体の総括・指揮・自然の家職員との連絡 (2) マット・ゴール係………各班のスタート・ゴール、人数確認、時刻と得点の記録 (3) 見守りポイント係………児童・生徒の安全に留意し適切な指導をする。</p> <p>※事前学習………打合せ、実地踏査、安全確認など</p>
活動内容	<p>(1) 1Fロビーに集合し、グループの人数、健康状態を確認する。 (2) ビブス、ターゲット写真、地図、解答シート（ビンゴカード）を確認する。 (3) 実施方法、ターゲット写真、地図、解答シート（ビンゴカード）の見方の説明を聞く。 (4) 安全事項を聞く。 (5) スタート地点に移動後、スタート時刻を記入し、スタートする。 (6) ゴールしたグループごとに人数を確認し、時刻を記入する。解答シート（ビンゴカード）を提出する。順位を決定する。 (7) ビブス等用具の数を確認し、片づけを行う。 (8) 用具を返却する。 (9) グループごとに振り返りを行う。</p> <p>※順位決定の発表（採点次第でいつ行うか相談する）</p>
備考	<p>(1) 時間にゆとりある計画を立てておく。 (2) 安全と事故防止に十分注意する。 (3) 宿泊棟の部屋内や、他団体が活動している部屋には入らない。 (4) 必ずビブスを付け、グループでまとまって行動する。</p>
資料	P29, P30

⑥ 追跡ハイキング				
内容	人数	80人程度	場所	所外コース
	指導	導入指導あり	時間	2～3時間
	対象	小学校5年生以上	天候	雨天可能
				
概要	フィールドに仕掛けられた追跡フラッグを探しながら未知のルートを歩く活動です。また、コース途中に設けられたいくつかの課題を解いていきます。			
ねらい	(1) 自分で考え、活動に進んで取り組むことができる。 (2) 初めてのことに對しても、進んで挑戦することができる。 (3) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。 (4) 仲間と力を合わせて取り組むことができる。			
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物	
	<input type="checkbox"/> チェックカード <input type="checkbox"/> トランシーバー <input type="checkbox"/> 記録用紙 <input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> ビブス		<input type="checkbox"/> 運動しやすい服装と靴 <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 雨具（カッパ） <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 水筒（必要に応じて） <input type="checkbox"/> 時計 <input type="checkbox"/> 筆記用具	
班編成	1グループは4人～6人が適当			

役割分担	(1) 引率責任者……………全体の総括・指揮・自然の家職員との連絡 (2) スタート・ゴール係……………各班のスタート・ゴール、人数確認、時刻と得点の記録 (3) 見守りポイント係……………通過班のチェック、児童・生徒の安全に留意し適切な指導をする。 ※事前学習……………打合せ、実地踏査、安全確認など
活動内容	(1) 玄関前に集合し、グループの人数、健康状態を確認する。 (2) ビブス、チェックカードを確認する。 (3) 実施方法、チェックカードの見方を説明する。 (4) 安全事項を伝える。 (5) スタート地点に移動後、スタート時刻を記入し、スタートする。 (6) ゴールごとに人数を確認し、時刻を記入する。チェックカードを提出する。順位を決定する。 (7) ビブス等用具の数を確認し、片づけを行う。 (8) 用具を返却する。 (9) グループごとに振り返りを行う。 ※順位決定の発表（採点次第でいつ行うか相談する）
備考	(1) 時間にゆとりある計画を立てておく。 (2) 安全と事故防止に十分注意する。 (3) 田畑に立ち入ったり、農作物にふれない。 (4) 必ずビブスを付け、グループでまとまって行動する。
資料	なし

⑦ ハイキング(ヤッホー広場・竜王山)						
内容	人数	160人程度		所内外コース		
	指導	指導 要相談	時間	1～4時間		
	対象	幼児以上	雨天	○	炎天 (木陰)	
概要	<p>ハイキングとは、ゆっくりと周辺の野山を歩きながら自然を満喫するプログラムです。木陰の多い場所にコースを設定しているため、夏場でも無理なく活動できます。</p> <p>また、広場や松永湾を一望できる展望台などで持参した弁当を食べることもできます。</p>					
ねらい	<p>(1) 自然の中での自分の対応力・体力等を知ることができる。</p> <p>(2) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。</p> <p>(3) 声をかけ合いながら集団行動を学ぶことができる。</p>					
準備	施設が貸し出す物			団体が準備する物		
	<input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> バインダー <input type="checkbox"/> トランシーバー <input type="checkbox"/> ビブス(必要に応じて)			<input type="checkbox"/> 運動しやすい服装と靴 <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 雨具(カッパ) <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 水筒(必要に応じて) <input type="checkbox"/> 敷物(昼食をとる場合)		
班編成	クラス単位 全体行動					

役割分担	<p>(1) 引率責任者……………全体の総括・指揮・自然の家職員との連携</p> <p>(2) 引率係……………周囲の安全、幼児・児童・生徒の健康状態、コースから外れていないか確認しながら歩く</p> <p>※事前学習……………打合せ、実地踏査、安全確認など</p>
活動内容	<p>(1) 玄関前に集合し、グループの人数、健康状態を確認する。</p> <p>(2) 実施方法を説明する。</p> <p>(3) 安全事項を伝える。</p> <p>(4) スタート地点に移動後スタートする。</p> <p>(5) 戻ったら人数と健康状態を確認する。</p> <p>(6) 用具を返却する。</p> <p>(7) グループごとに振り返りを行う。</p> <p>※活動時間、目的に応じてコースを変更できます。</p>
備考	<p>(1) 時間にゆとりある計画を立てておく。</p> <p>(2) 安全と事故防止に十分注意する。</p> <p>(3) 田畑に立ち入ったり、農作物にふれない。</p> <p>(4) 一部木陰のない場所がありますが、団体の目的に合ったコース変更もできます。</p>
資料	P31

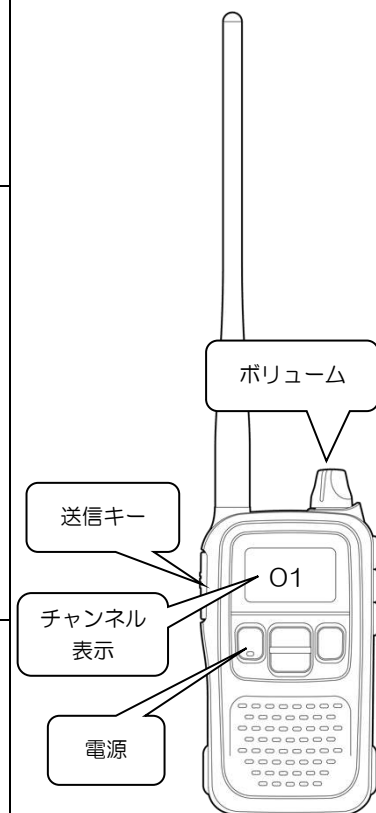
⑧ ネイチャービンゴ					
内容	人数	160人程度	場所	所内コース	
	指導	導入指導あり	時間	1～2時間	
	対象	幼児以上	雨天	○	◎ 炎天 (木陰)
概要	<p>ネイチャービンゴとは、個人やグループで「ビンゴカード」に記された課題（例：穴の開いた葉っぱを見つけ等）を、コース上で探したり自然を感じたりしながら歩く活動です。</p> <p>五感を十分に使って自然観察を行うことで、自然への親しみや感性を高めることができます。</p>				
ねらい	<p>(1) 五感を使って自然観察を行うことができる。 (2) 自然に親しみ、感性を高めることができる。 (3) 自分で考え、活動に進んで取り組むことができる。 (4) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。</p>				
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物		
	<input type="checkbox"/> ビンゴカード <input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> トランシーバー <input type="checkbox"/> 記録用紙 <input type="checkbox"/> ビブス（必要に応じて）		<input type="checkbox"/> 運動しやすい服装と靴 <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 雨具（カッパ） <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> 水筒（必要に応じて） <input type="checkbox"/> 筆記用具		
班編成	<ul style="list-style-type: none"> 個人またはグループ活動 グループで実施する場合は、4人～6人が適当 				



役割分担	<p>(1) 引率責任者……………全体の総括・指揮・自然の家職員との連絡 (2) マト・J-ル係……………各班のスタート・ゴール、人数確認、 (3) 見守りポイント係…通過班等のチェック、幼児・児童・生徒の安全に留意し適切な指導をする。</p> <p>※事前学習……………打合せ、実地踏査、安全確認など</p>
活動内容	<p>(1) 玄関前に集合し、グループの人数、健康状態を確認する。 (2) ビブス、ビンゴカード、地図を確認する。 (3) 実施方法、ビンゴカードの使い方の説明を聞く。 (4) 安全事項を聞く。 (5) ゴール時刻を確かめ、スタートする。 (6) ゴールごとに人数を確認する。 (7) ビブス等用具の数を確認し、片づけを行う。 (8) 用具を返却する。 (9) ビンゴカードを用いて、グループで交流を行う。</p>
備考	<p>(1) 時間にゆとりある計画を立てておく。 (2) 安全と事故防止に十分注意する。 (3) 田畑に立ち入ったり、農作物にふれない。</p>
資料	P32

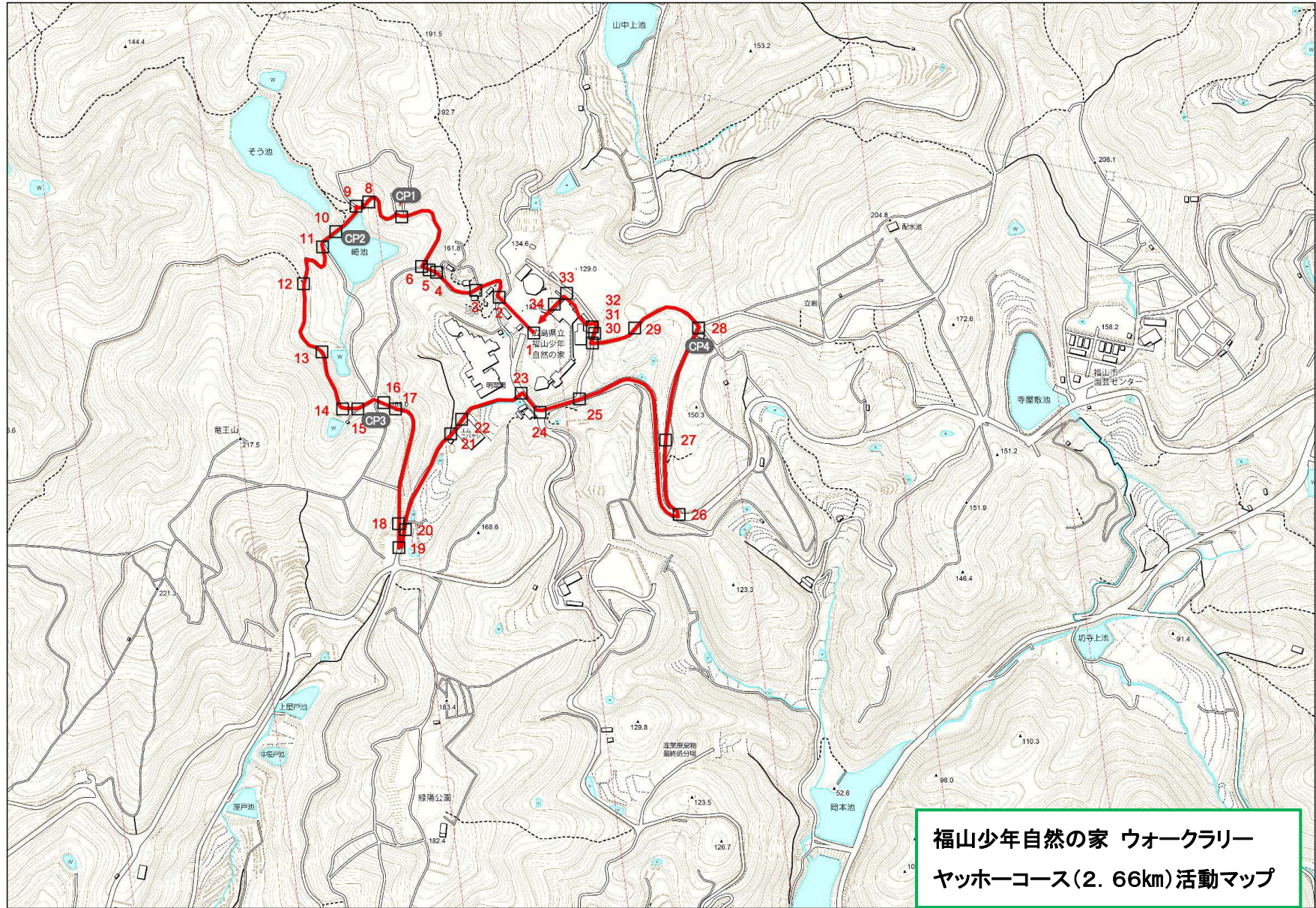
トランシーバーの使い方

取扱方法	<ul style="list-style-type: none"> □ 電源を投入し、チャンネル（01～06）とボリュームを確認しましょう。 □ 活動中、電源は入れたままにしておいてください。 □ 送信キーを押して送話し、送信キーから指を離れた状態で受話します。 □ 短く区切って、端的に送話しましょう。
通信ルール	<ul style="list-style-type: none"> □ 呼び出したい相手の名を呼び、こちらを名乗ります。 「こちら●●です。▲▲さん無線とれますか。どうぞ」「はい、こちら▲▲。●●さんどうぞ」 □ 2回連続して呼びかけて応答がない場合は、呼びかけを中断して、数分間、間を空けなければなりません。（別の人を呼び出して中継してもらうことは可能です） □ 送話を終わるときは「どうぞ」と告げて、相手の送話を促してください。会話を完了するときには、「交信終わります。」で締めくくります。
通信すべき内容(例)	<ul style="list-style-type: none"> ●●：「こちら、ヤッホー広場の●●です。正門下▲▲さん無線とれますか。」 ▲▲：「こちら▲▲です。●●さん、どうぞ」 ●●：「10時24分、黄色のビブス5番が正門下に向かいました。どうぞ」 ▲▲：「黄色のビブス5番。了解しました。」 □ 直接確認した見守りスタッフは、必ず、通過情報を記録してください。連絡を受けた見守りスタッフは、必要に応じて記録してください。コースアウトしたグループがある場合は、グループが実際に取った進路も必ず記録しておきましょう。 □ “いつ” は、時刻で表現してください。「5分前に」という表現は、混乱のもとです。「1組3班」という表現では、施設の職員には分からないので、グループ名は、必ずビブス番号で表現してください。
その他	<ul style="list-style-type: none"> □ メンバーは、送話者の音声を全員同時に聞くことができます。ただし、送話者自身は、送信キーを押している間は送話できるだけで、他者の音声は聞こえません。 □ 電波の状態や状況により、通話できないことがあります。中間地点にいる誰かに中継してもらうことや携帯電話を併用することで補ってください。 □ トランシーバーは2種類ありますが、基本的な使い方は同じです。 □ トランシーバーは、水に濡らしたり、衝撃を与えたりしないようにしてください。 □ チャンネルは、自然の家から指示がある時以外は変更しないでください。



活動マップ

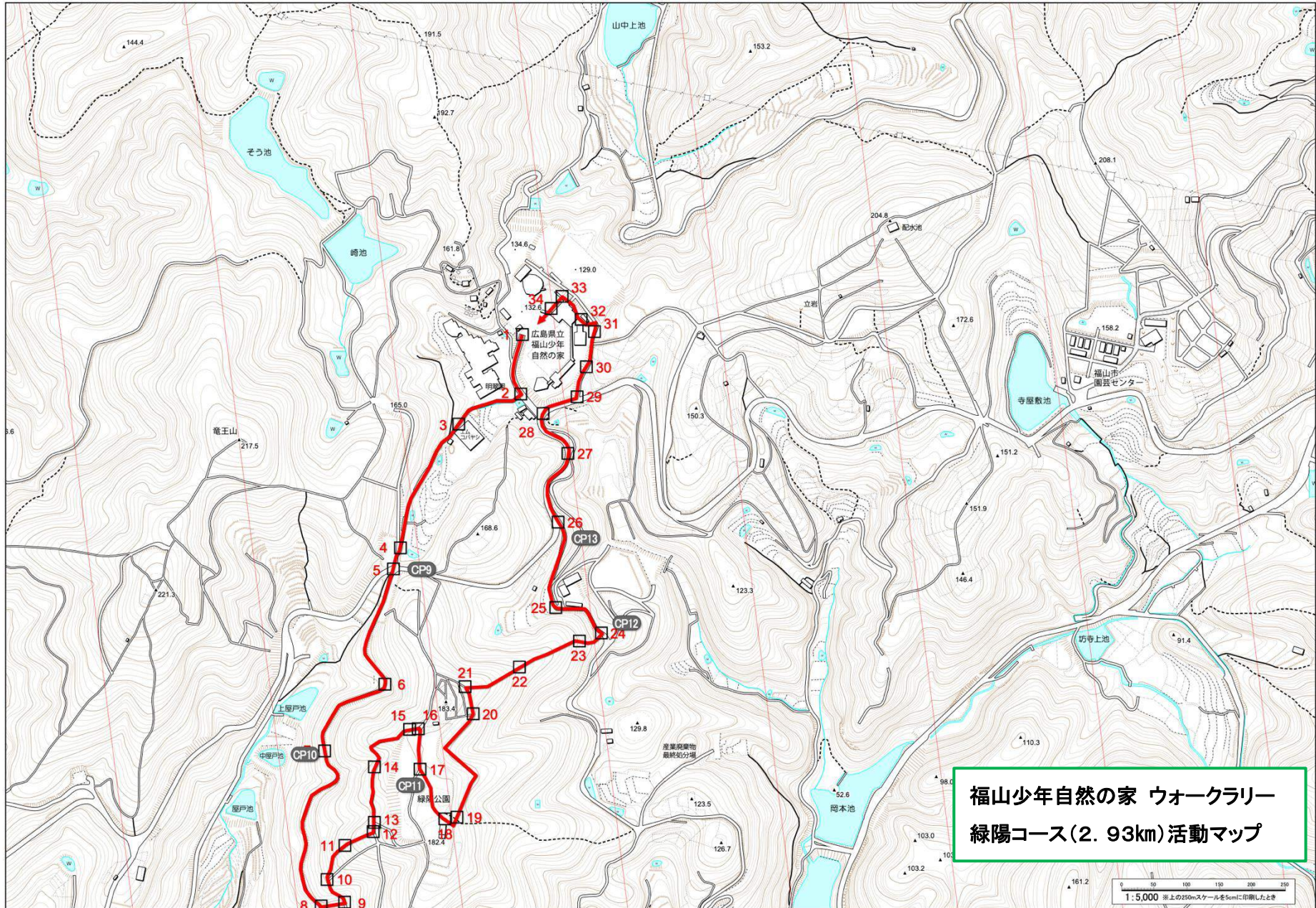
(ア) ウォークラリー ヤッホーコース



福山少年自然の家 ウォークラリー
ヤッホーコース(2.66km)活動マップ

※この活動マップは、福山市都市計画課から提供を受けた「福山市都市計画平面図」をもとに、実踏等により時点修正を加えて作成したものです。

(イ) ウォークラリー 緑陽コース

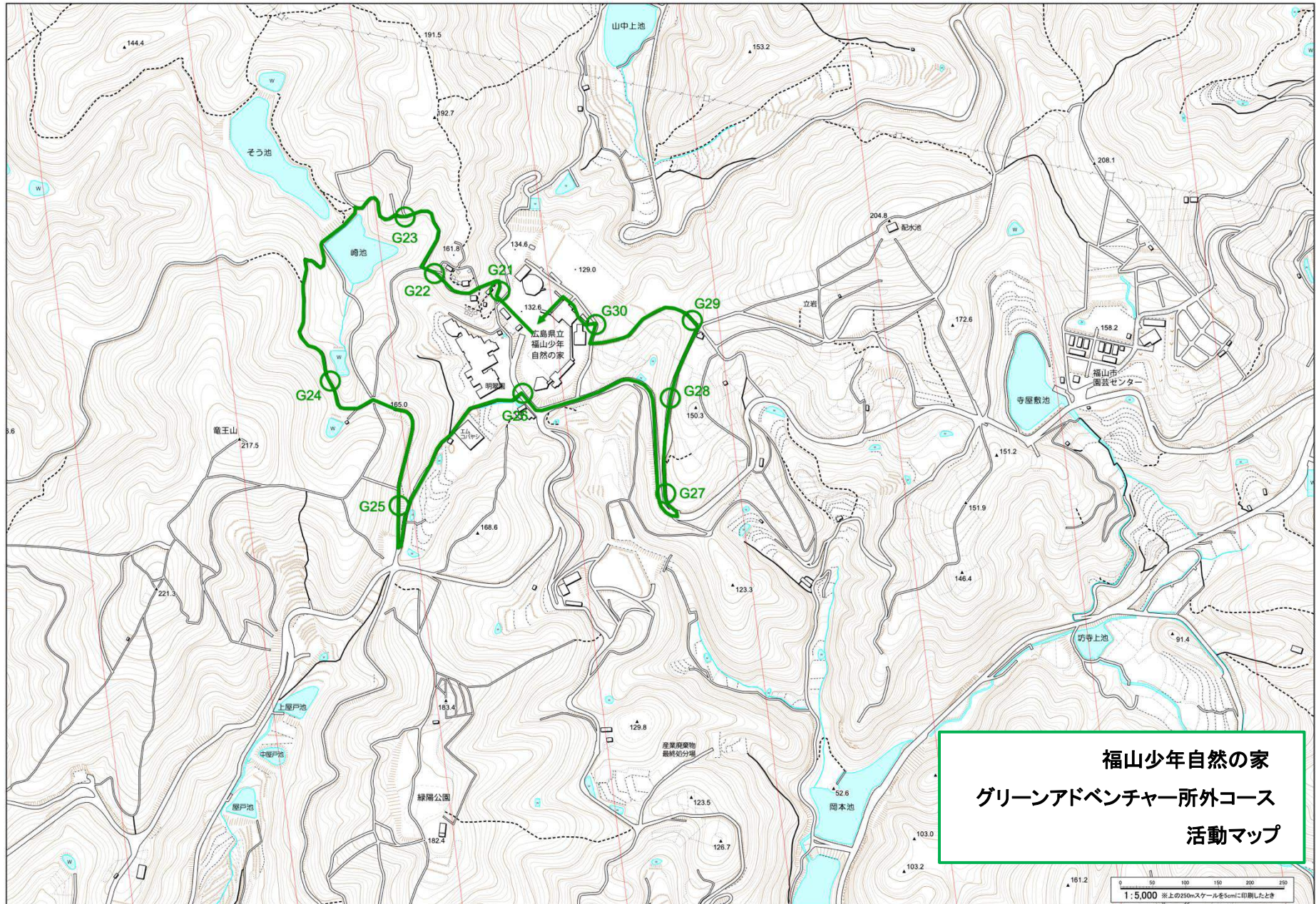


福山少年自然の家 ウォークラリー
 緑陽コース(2.93km)活動マップ

※この活動マップは、福山市都市計画課から提供を受けた「福山市都市計画平面図」をもとに、実路等により時点修正を加えて作成したものです。

H28.4.18

(ウ) グリーンアドベンチャー所外コース

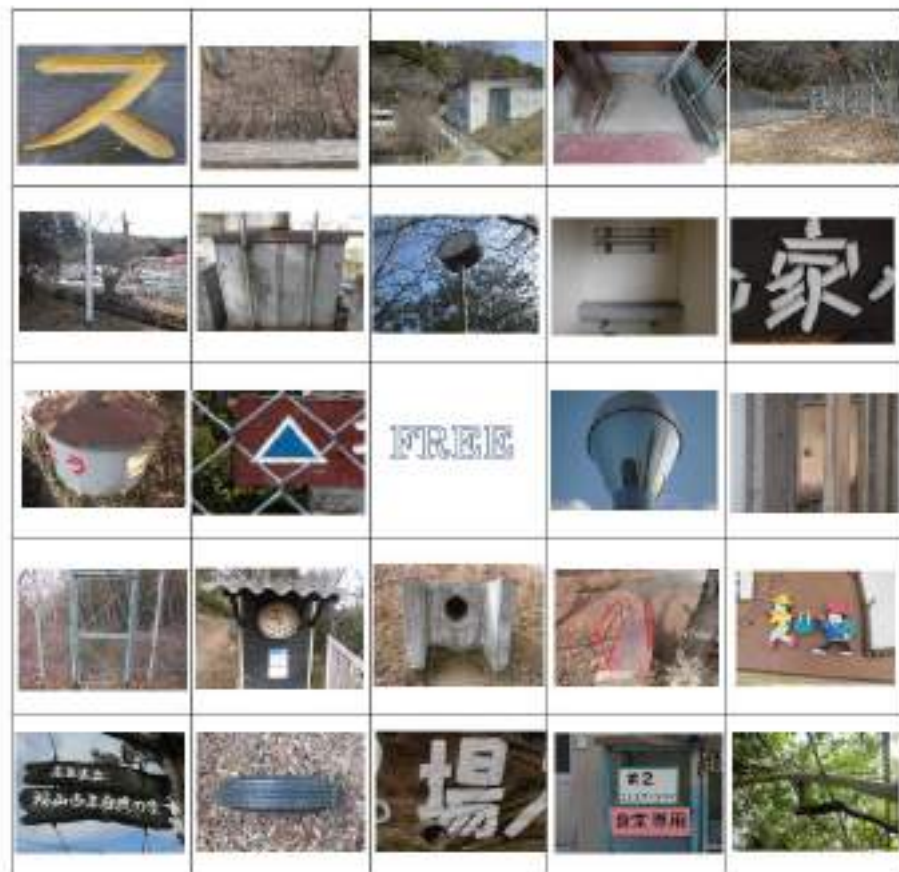


※この活動マップは、福山市都市計画課から提供を受けた「福山市計画平面図」をもとに、実路等により時点修正を加えて作成したものです。

H28.4.18

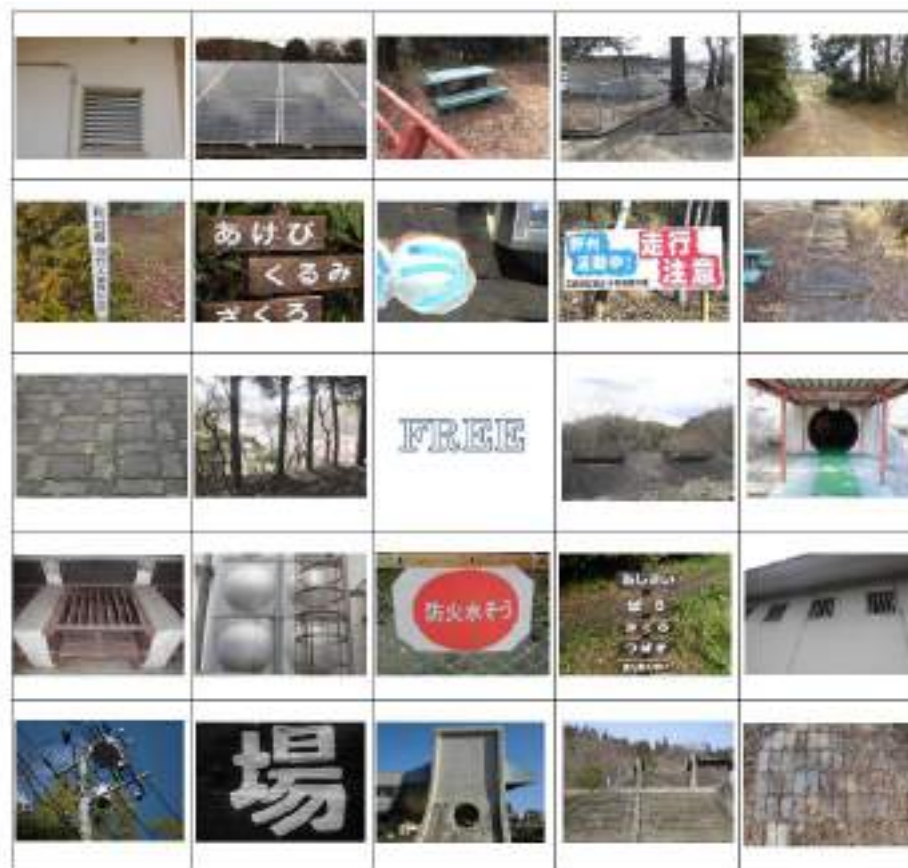
(オ) フィールドビンゴ

ふくやましょうねんしぜん いま
福山少年自然の家 フィールドビンゴ
＜ターゲット写真①＞



ターゲット写真と同じものを見つけたら、地図を見てその場所を特定し、解答シートのターゲット写真があった同じ枠に、場所の番号を書き入れてください。
※ ターゲット写真のあった位置と番号の枠が一致しているか、よく確認をしてね。

ふくやましょうねんしぜん いま
福山少年自然の家 フィールドビンゴ
＜ターゲット写真②＞



ターゲット写真と同じものを見つけたら、地図を見てその場所を特定し、解答シートのターゲット写真があった同じ枠に、場所の番号を書き入れてください。
※ ターゲット写真のあった位置と番号の枠が一致しているか、よく確認をしてね。

福山少年自然の家 フィールドビンゴ
 <地図>



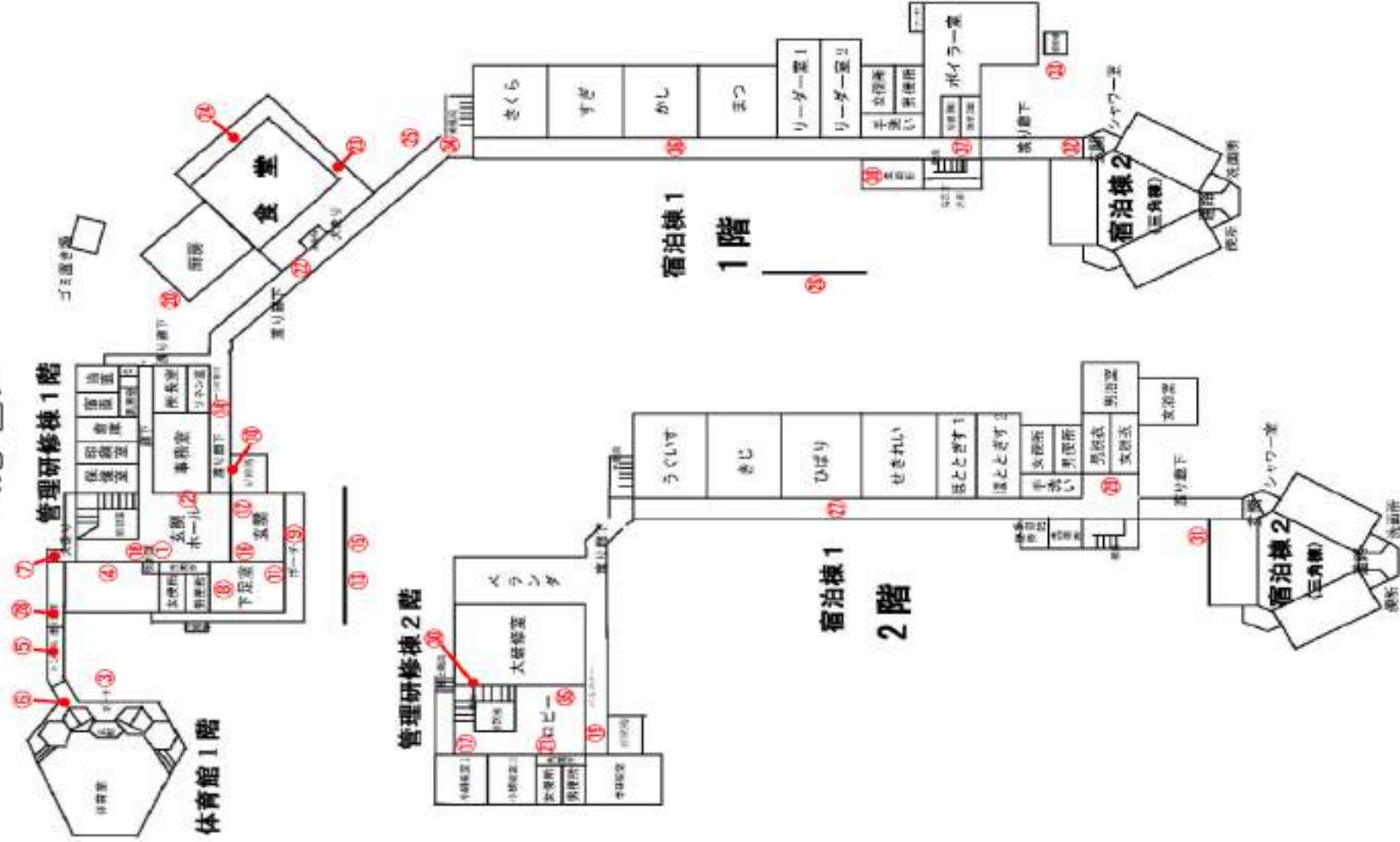
(カ) 所内ビンゴ

福山少年自然の家 所内ビンゴ
 <ターゲット写真>

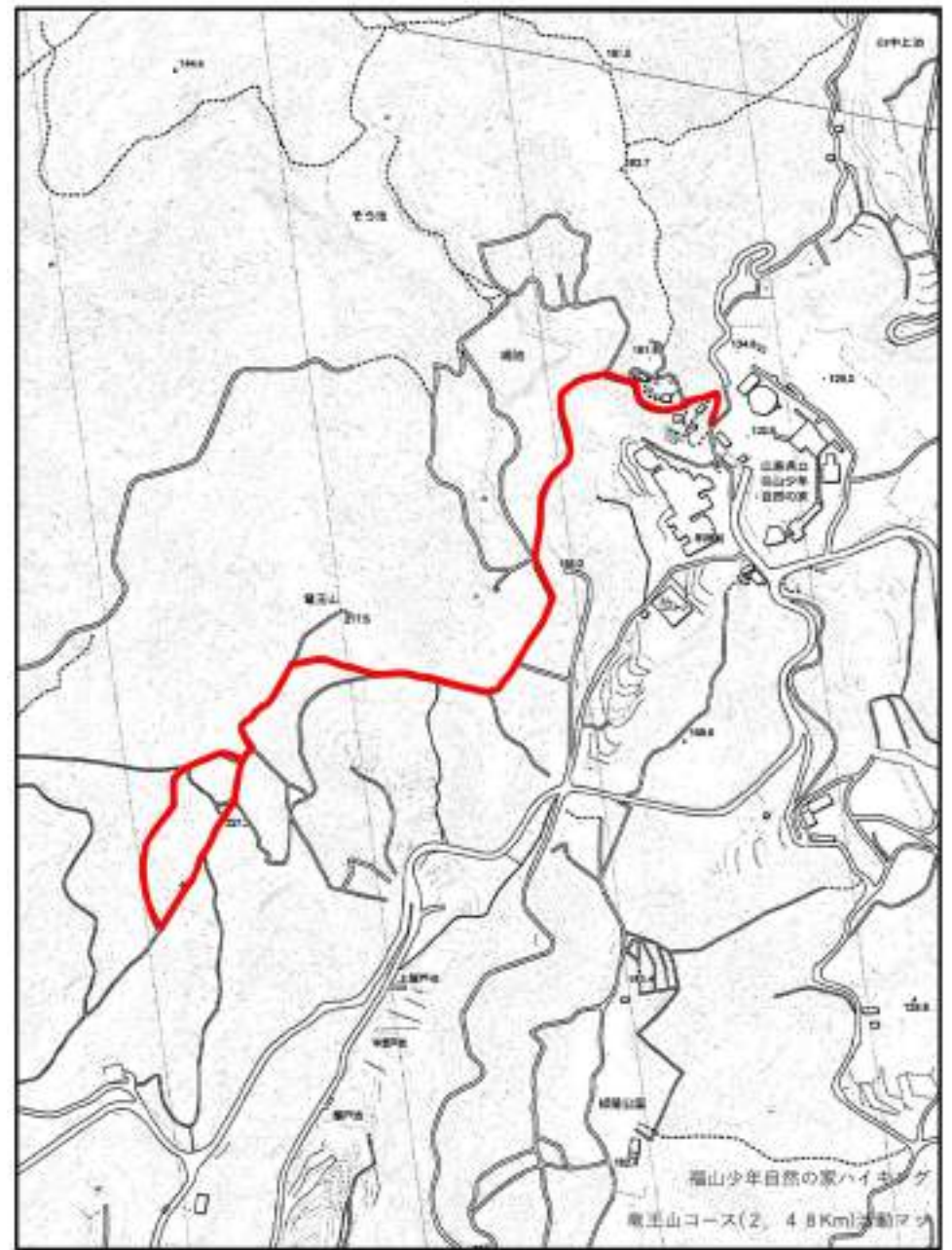
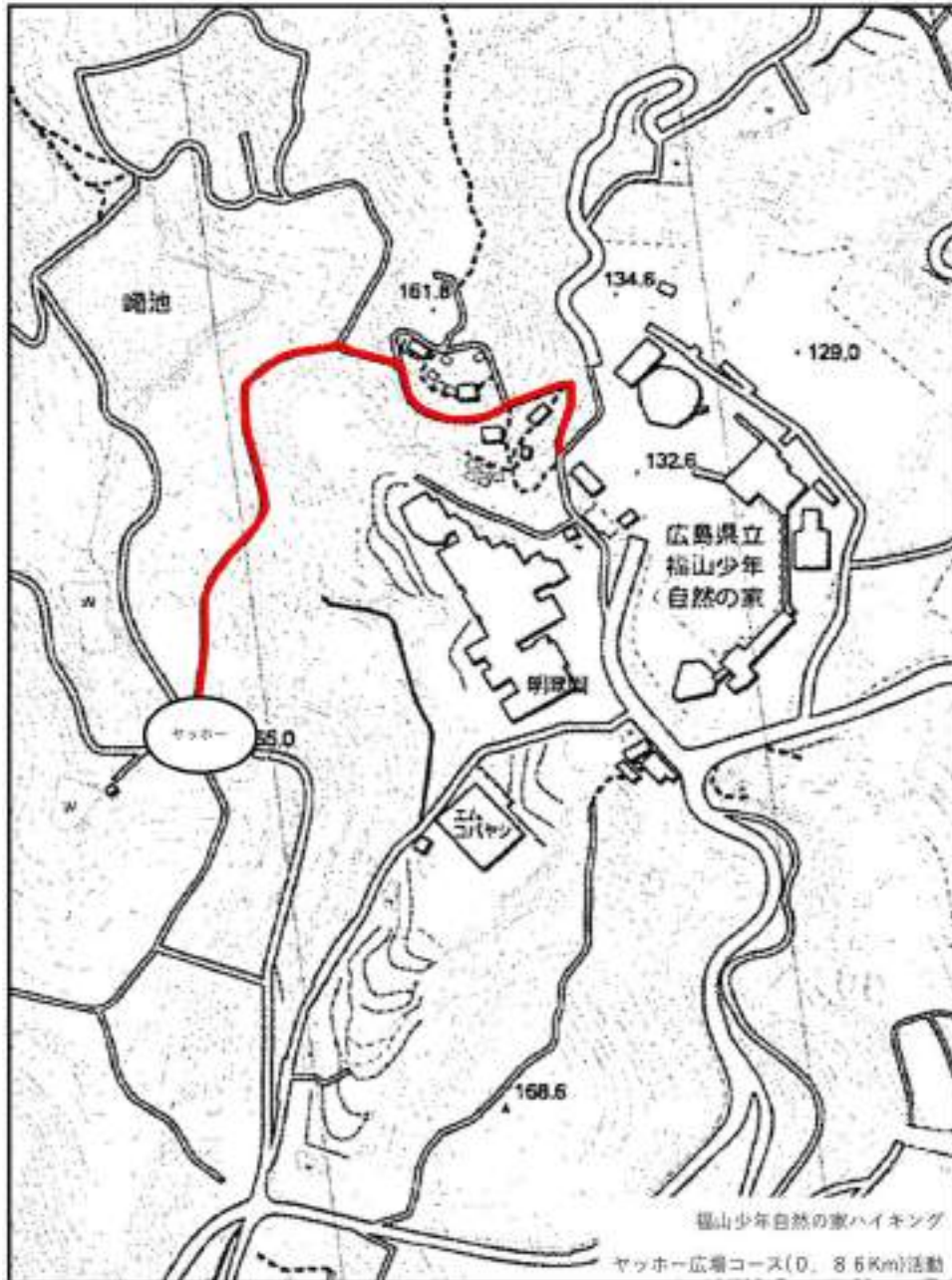


ターゲット写真と同じものを見つけたら、地図を見てその場所を特定し、解答シートのターゲット写真があった同じ枠に、場所の番号を書き入れてください。
 ※ ターゲット写真のあった位置と番号の枠が一致しているか、よく確認をしてね。

福山少年自然の家 所内ピンゴ
ち 地 図



(キ) ハイキング



(ク) ネイチャービンゴ




ちず
地図

たくさん探^{さが}してね!

見つけた場所に★をつけてね

- 先生せんせいがいるよ
- ✕ すすすす進まないでね

9 野外炊さん活動

野外炊さん					
内容	人数	160人程度 ※ピザは人数制限あり	場所	体育館裏炊さん場、 第1・2炊さん場	
	指導	導入指導あり	時間	3～4時間	
	対象	小学校5年生以上	天候	雨天可能	
概要	<p>自然の中で仲間と一緒に食事を作る過程で、薪を割り、火をおこし、ごはんを炊くなど、自分たちで食事を作ることの楽しさを実感することができます。</p> <p>活動中は、コミュニケーションが図られ、仲間との関係がより一層深まります。</p>				
ねらい	<p>(1) 自分で考え、野外炊さんに進んで取り組むことができる。</p> <p>(2) 初めてのことに對しても、進んで挑戦することができる。</p> <p>(3) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。</p> <p>(4) 仲間と力を合わせ、協働して取り組むことの楽しさをつかむことができる。</p>				
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物		
	<input type="checkbox"/> 炊さんセット（皿、しるわん、湯のみ、ごはん鍋、おたま、まな板、しゃもじ、ポウル、なべ、ガンコたわし） <input type="checkbox"/> 包丁 <input type="checkbox"/> ナタ <input type="checkbox"/> 薪（実費） <input type="checkbox"/> 革手袋		<input type="checkbox"/> 木綿軍手 <input type="checkbox"/> 長袖長ズボン <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 布きん <input type="checkbox"/> 洗剤 <input type="checkbox"/> ゴミ袋 <input type="checkbox"/> マッチ <input type="checkbox"/> 台ふき <input type="checkbox"/> 新聞紙 <input type="checkbox"/> スポンジ <input type="checkbox"/> ピーラー <input type="checkbox"/> スチールウールたわし（購入可） <input type="checkbox"/> スプーン・はしなど ※（食材は食堂で注文）		
班編成	<p>1グループは、4人～6人が適当（炊さんセットは8人用）</p> <p>※体育館裏炊さん場は、18グループまで可能です。</p>				

役割分担	<p>(1) 担当者…全体の総括、自然の家職員との連携。</p> <p>(2) 用具係…炊さんセットの受取返却や調理、鍋を洗うなど。</p> <p>(3) 食材係…食事材料の受取や調理、ゴミや残飯処理など。</p> <p>(4) 薪係……薪の受取や火おこし、かまどの灰処理など。</p>
活動内容	<p>(1) 木綿軍手等必要な物を準備し、指定された場所に集合する。</p> <p>(2) 用具、食材、薪を取りに行き、数を確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> 炊さんセット等用具の数を確認 食事の材料がそろっているか確認 注文した薪の束数があるか確認 <p>(3) 片づけ方について説明を聞く。</p> <ul style="list-style-type: none"> 野外炊さんセットなど用具の洗い方や返却の仕方 ゴミや残飯の処理・灰の処理など <p>(4) 炊さん活動について説明を聞く。（ご飯の炊き方など）</p> <ul style="list-style-type: none"> 包丁の使用など安全面について <p>(5) 薪の割り方について説明を聞く。</p> <ul style="list-style-type: none"> ナタの使い方や火の扱いなど安全面について <p>(6) 調理を開始する。</p> <p>(7) 配膳をし、食事をする。</p> <p>(8) 炊さんセットやかまどを片付けた後、職員の点検を受けて、炊さんセットなどを返却する。</p>
備考	<p>(1) ゆとりある炊さん計画を立ててください。</p> <p>(2) 安全上、帽子と長袖・長ズボンの着用が望ましいです。</p> <p>(3) 用具は丁寧に扱い、使用前の確認や点検を十分に行ってください。</p> <p>※ 持込食材による調理・食事はできません。</p>
資料	P36～P42

福山少年自然の家で準備できる
野外炊さんのメニュー

※ 野外炊さんには、事前の申込みが必要です。お問合せください。

No.	メニュー	材 料	所要時間
1	カレーライス	お米 120g, たまねぎ, にんじん, じゃがいも, 牛肉, 福神漬け	カレー粉 3h
2	豚汁	お米 120g, 豚肉, にんじん, 大根, さつまいも, ねぎ, ごぼう, こんにゃく, 味付けのり, ふりかけ, バナナ	みそ, 塩, だし 3h
3	すき焼き風煮	お米 120g, 牛肉, たまねぎ, 白菜, ごぼう, えのき, 長ねぎ, 糸こんにゃく	すき焼きのたれ(しょうゆ, みりん, 上白糖, 料理酒) 3h
4	ピザ ※人数制限あり (直径約23cm1枚分)	薄力粉, チーズ(1枚60g), ピーマン, ウィンナー, たまねぎ, コーン	油, アルミホイル, ピザソース 3h
5	ホットドッグ	ドッグロール(2本), キャベツ, ウィンナー	アルミホイル, ケチャップ 1~2h

◇アレルギー等対応のある場合は、事前に御相談ください。

◇炊さんの所要時間とは、「小学5年生80名」が、「晴天時」に「体育館裏炊さん場」で行い、全体集合後、「準備」「調理」「食事」「片付け」「点検」を行う時間の平均です。

◇料金は、改定される場合があります。

野外炊さんに関わって施設が貸し出す物 : 炊さんセット(8人用×24セット), 包丁, ナタなど

野外炊さんに関わって利用者で準備する物 : 洗剤, スポンジ, ゴミ袋, 布きん, 台ふき, 木綿軍手, 新聞紙, マッチ, ライター, はし, スプーン など
※ ピーラーはありませんので必要な場合は、持参してください。
※ スチールウールたわし(洗剤付き)があると、鍋洗いの際に便利です。(購入可)

ごはんの炊き方

★横から見た図

①お米をごはん鍋に入れる



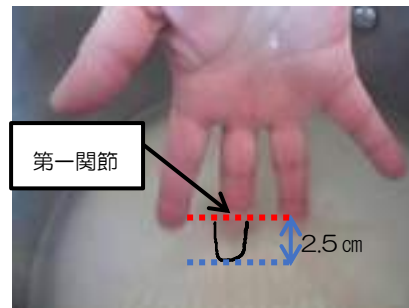
お米をごはん鍋に入れる。
※班の人数分に計られているので、全部入れる。

②お米を洗い、水をきる



ごはん鍋に水を入れ、お米を洗い、水をきる。
※この工程を3~4回行い、にごりがとれて、お米がうっすら見えたら③にすむ。

③水を入れる



平らにならした米の上に軽く指を立てる。
指先が米に埋まらないよう、中指の第一関節まで水を入れる。(指先から約2.5 cm)

④ふたをして火にかける



火をよく観察して、火の勢いを調整する。
写真のように、火の先が鍋に当たるように、弱すぎず強すぎずが◎

⑤炊く



炊きあがりの目安

- ★ ごはん鍋の周りからお湯が吹きこぼれる。
- ★ ふたの振動がなくなる。
- ★ ふたを開けて中を確認する。
- ※ 熱い湯気に注意!
- 水分が無くなっていけば炊き上がり!

⑥火からずらし、数分むらす



火のあたらない所へずらし、少しむらす。

- ※ずらしたら火のあたるところへ具材の入った鍋を置いて、具材を煮込みはじめる。

⑦すすを落とす



持ち手の所もみがく

- 火からはなれ、地面に新聞紙をしき、ごはん鍋をおろす。
- 熱いうちに、丸めた新聞紙やがんこたわしを使って、鍋の周りについたすすをこすって落とす。

⑧テーブルに置く



ごはん鍋をテーブルに持って行く。

- ※ 新聞紙をしく。
- ※ 他の進行状況を確認しながら、ごはんをよそう。
- ※空いた鍋は、すぐに水につけておく。

カレーライス

<p><食材の内容> ○お米 ○にんじん ○たまねぎ ○じゃがいも ○牛肉 ○カレー粉 ○福神漬け</p>	<p><食器セットの内容> ○鍋/ふた：1 ○ごはん鍋/ふた：1 ○まな板：2 ○さら：8 ○湯のみ：8 ○しゃもじ：1 ○おたま：1</p>
---	---

食材



①野菜の皮をむく



野菜の皮をむく。

②野菜を切る



にんじんは火が通りにくいため、うすく切る、小さく切るなど、切り方を工夫する。

③具材を切った様子



牛肉、たまねぎ
じゃがいも、にんじん

④カレーの水をはかる



切った野菜、牛肉を鍋に入れ、おたまで水を入れる。
班の人数分に加えて1杯余分に入れる。
(蒸発分)

⑤かまどに運ぶ



鍋をしっかり持って、かまどまで運ぶ。
※ごはんが炊けてから運ぶこと！

⑥火にかけて煮る



にんじんがやわらかくなるまで火にかけて、煮込む。

⑦カレー粉を入れる→まぜる



にんじんがやわらかくなったら、鍋を火からずらし、カレー粉を入れる。
とろみがつき、1～2分程再び火にかけたら出来上がり。

⑧テーブルに運ぶ



鍋をかまどから下ろし、取手をしっかり持ちテーブルに運ぶ。

※鍋を移動させる時は、まわりに注意の声をかけよう。

⑨テーブルに置く



テーブルの上に新聞紙をしき、その上に鍋を置く。

⑩盛りつけて完成



盛りつけて、出来上がり！

① 豚汁 (とんじる)



食材



<p><食材の内容> ○豚肉 ○にんじん ○大根 ○さつまいも ○ねぎ ○ごぼう ○こんにゃく ○お米 1合 ○味つけのり ○ふりかけ ○バナナ ○調味料 (だし, 塩, みそ)</p>	<p><食器セットの内容> ○鍋/ふた: 1 ○ごはん鍋/ふた: 1 ○まな板: 2 ○皿: 8 ○湯のみ: 8 ○どんぶり: 8 ○しゃもじ: 1 ○さいばし: 1 ○おたま: 1 ○計量カップ: 1 ○バット: 1</p>
--	--

①野菜の皮をむく



にんじんと大根の皮をむく。さつまいもは、むかなくても大丈夫!

②にんじん, 大根, さつまいもを切る



にんじん, 大根, さつまいもは、薄く切り、火が通りやすいよううすく切る。

③ねぎを切る



ねぎはこぐち切りで、火が通りやすいよううすく切る。

④ごぼうを斜めにうすく切る



ごぼうは、しっかり洗い、うすく切る。

⑤こんにゃくをちぎる



こんにゃくを、2センチくらい大きさにちぎる。

⑥豚肉を切る



豚肉を切る。豚肉は、3センチくらいの幅に切る。

⑦鍋に材料を入れる



ねぎ以外の切った材料を、鍋に入れる。

⑧水をはかる



計量カップを使い、水をはかる。(1人:300cc)×人数分+300cc (蒸発分)

⑨水とだしを入れる



計量カップではかった水を鍋に入れた後、だしを入れる。

⑩鍋を火にかける



水とだしを入れたら、火にかける。

鍋を移動させる時「鍋通し」に「まわりに注意の声をかける」。

⑪みそを入れる



ふっとうして、材料がやわらかくなったら、鍋をかまどからおろす。おたまにみそを入れ、さいばしを使って、煮じるときのばしてくわえる。

⑫ねぎを入れる (完成)



ねぎを入れて完成!

⑬ごはんを、おむすびにする



炊き上がっているごはんを、おにぎりにする。
★おにぎりのレシピシートを見ながら作ってください。

⑭机に並べる



おにぎりとうんじゅが完成したら、写真のように机にならべる。

② おにぎり

①お米をごはん鍋に入れる



お米をごはん鍋に入れる。
※班の人数分にはかられているので、全部入れる。

②お米を洗い、水をきる



水を入れてお米を洗い、水をきる。この工程を3~4回行い、お米がうっすらすけて見える程度になればOK。

③水を入れる



平らにならした米の上に軽く指を立てる。
指先が米に埋まらないよう、中指の第一関節まで水を入れる。(指先から約2.5cm)

④ごはんを炊く



火にかけ、ごはんを炊く。ごはん鍋の中の水分が無くなり、ごはんが炊けたら火からずらしてむらしておく。

⑤ごはんをボウルにうつす



ごはんをむらした後、ボウルにうつす。
※ごはん鍋は熱いので、革手ぶくろをする。しゃもじを持っていない手には軍手をはめる。

⑥塩をまぜ、ごはんを取る



ごはん塩を振りかけ、切るようにしゃもじでまぜこむ。
まざったら、ごはんを手取る。
※ごはんは熱いので、注意する。
※ラップ等を使用しても良い。

⑦ごはんをにぎる



両手でごはんをつつみこむように、やさしくにぎる。

⑧形を整える



やさしくにぎりながら、三角形に形づくる。

⑨にぎり終わり



おにぎりは1人3個にぎる。
※大きさによっては2個

⑩のりをまく



おにぎりに、のりをまく。

⑪お皿にのせて、完成



お皿にのせて、できあがり!

ふりかけは、まぜてからにぎっても、
にぎった後につけてもおいしいよ!
好みで使ってね!



③ すき焼き風煮



食材

<p><食材の内容> ○お米 ○牛肉 ○たまねぎ ○白菜 ○ごぼう ○えのき ○糸こんにゃく ○長ねぎ ○すき焼きのたれ(しょうゆ・みりん・上白糖・料理酒)</p>	<p><食器セットの内容> ○鍋/ふた：1 ○ごはん鍋/ふた：1 ○まな板：2 ○どんぶり：8 ○ちゃわん：8 ○湯のみ：8 ○しゃもじ：1 ○おたま：1 ○さいばし：1 ○ザル：1 ○計量カップ：1</p>
---	---

①たまねぎを切る



玉ねぎの皮をむき、食べやすい大きさに切る。

②ごぼうをうすく切る。



ごぼうは、しっかりと洗い、うすく切る。

③白菜・長ねぎを切る



白菜、長ねぎは食べやすい大きさに切る。

④えのきを切る



えのきは、いしづきを切り落とし、手で分ける。

⑤糸こんにゃくを切る



糸こんにゃくをザルにうつし、水洗いをしてから、食べやすい長さに切る。

⑥鍋(なべ)に材料を入れる



切った野菜、糸こんにゃく、牛肉を鍋に入れる。

⑦水をはかって入れる



計量カップを使い、水をはかる。
 (1人：50cc×人数分+50cc)
 人数分の水を入れる。

⑧すき焼きのたれをはかって入れる



計量カップを使い、すき焼きのたれをはかる。
 (1人：80cc×人数分)
 人数分のすき焼きのたれを入れる。

⑨鍋を火にかける



水とすき焼きのたれを入れたら、火にかける。
 沸騰(ふっとう)したら、数回まぜる。

⑩テーブルに運ぶ



食材がやわらかくなるまで火にかけて煮込む。
 テーブルの上に新聞紙をしき、その上に鍋を置く。

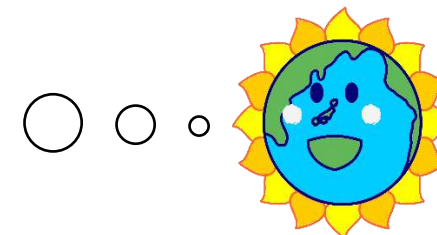
⑪盛りつけて完成



盛りつけて、出来上がり!

★鍋を移動させる時
 包丁を洗いに行く時

「後ろ通るよ!」など
 まわりに声かけをしよう!



④ ピザ（人数制限…40人以下）

<p><食材の内容> ○チーズ ○ウィンナー ○コーン ○ピーマン ○たまねぎ ○薄力粉 ○アルミホイル ○ピザソース ○サラダ油</p>	<p><食器セットの内容> ○ボウル：1 ○まな板：2 ○トレー：4 ○湯のみ：8 ○計量カップ：1 ○スプーン：1 ○しゃもじ：1</p>
---	--

食材



①水と油を混ぜる



（1人：水40cc、油スプーン1杯）
 ×人数分を目安に、ボウルに入れてかき混ぜる。

②薄力粉を混ぜる



その中に（1人：80g）×人数分の薄力粉を入れ、粉に水分がいきわたるようにしゃもじで全体をかき混ぜる。

③生地をこねる



お皿に分けてこねてもよい



まとまってきたら、手で耳たぶ位のかたさの、なめらかな生地になるまでこねる。こねた生地を、4つに分ける。

④具材を切る



野菜などの具材をうすく切る。

⑤生地をうすくのばす



アルミホイルを2枚十字に敷き、油をうすく塗って、生地をうすく均一にのばす。

⑥具材をトッピングする



生地の上にピザソースを塗って、うすく切った具材をトッピングする。（全体にまんべんなく散らす）

⑦かまどを温度を確認する



必ず軍手をつけて！



強火でピザがまを熱し（10分以上）、天井にふれて温かくなったら、ピザ床の上に炎が上がらない程度に、火を落ち着かせる。

⑧焼きあげる



ピザがまに入れて焼く。（同時に2枚まで可能）

⑨出来上がり



約12分ほど焼いて、チーズが溶け、食材に火が通ったら出来上がり！

人数制限…40人まで
 かまど…4かまどまで
 1かまど…6人以下

⑤ ホットドッグ

<p><食材の内容> ○ドッグロール ○ウインナー ○キャベツ ○ケチャップ ○アルミホイル</p>	<p><準備物> ○牛乳パック2 (1人2パック必要) ○マッチ (ライター)</p>
--	---

食材



①アルミホイルを2枚切る

②アルミホイルを2枚重ねる

③ドッグロールに具をはさむ

④ドッグロールを包む

⑤両端を折りたたむ



バットの横の長さに合わせて2枚切る。(1個につき2枚)



アルミホイルを2枚重ねて、その上にドッグロールを置く。



ドッグロールにキャベツ、ウインナーをはさむ。たくさんはさみすぎると火が通りにくいので注意する。



ドッグロールを包む。きつく包むと焦(こ)げやすくなるのでやさしく包む。



包み終わったら両はしを折りたたむ。

⑥牛乳パックに入れる

⑦牛乳パックに火をつける

⑧牛乳パックは立てて燃やす

⑨牛乳パックからホットドッグを取り出す

⑩出来上がり



アルミホイルで包んだドッグロールを牛乳パックに入れる。



牛乳パックの先をやぶって導火線を作り、火をつける。牛乳パックが湿(しめ)っていると、火が付きにくいのでよく乾(かわ)かしておく。



牛乳パックの間かくを空けて立てて置く。じわじわ燃えていき、牛乳パックが倒(たお)れたら出来上がりのサイン。



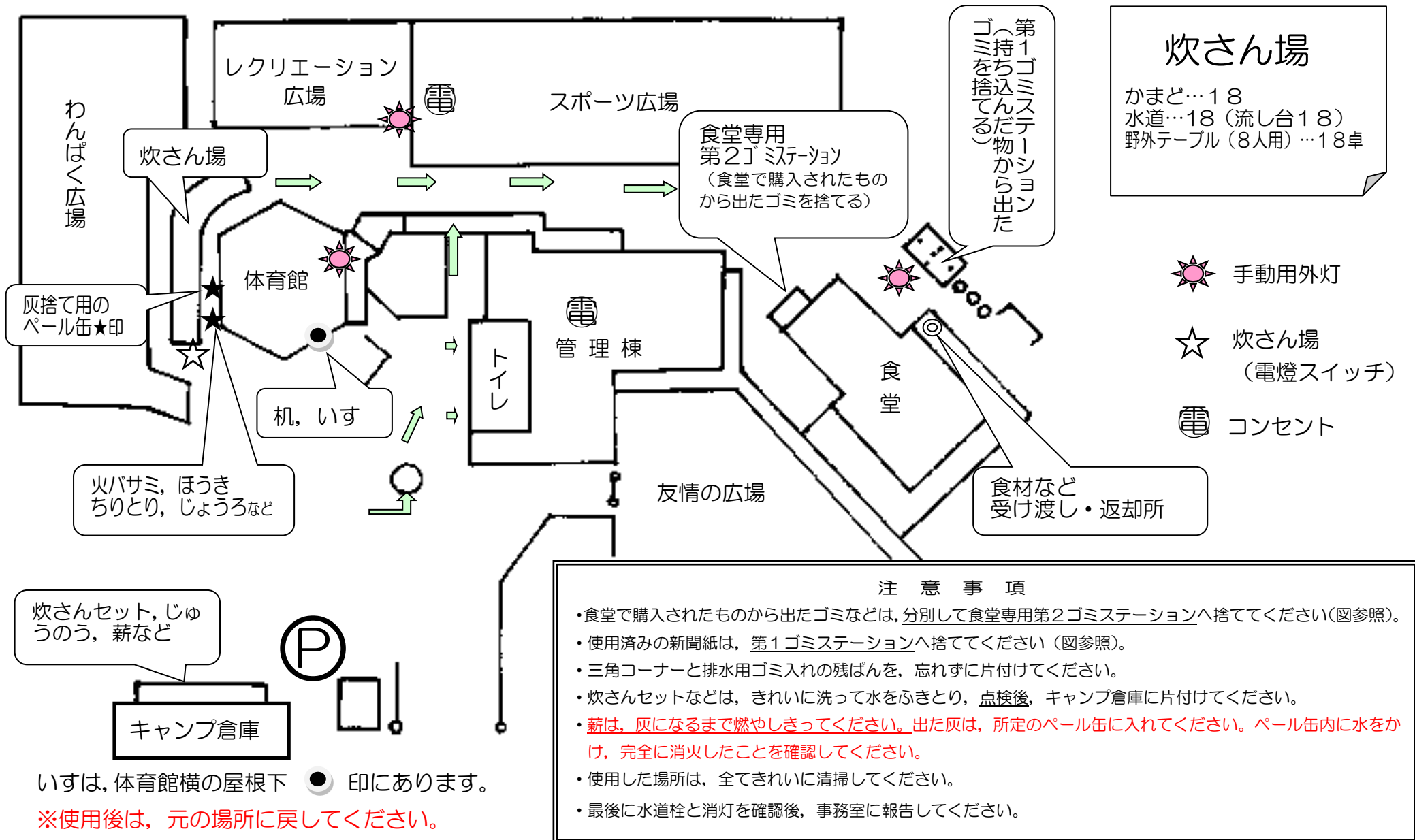
牛乳パックから、ホットドッグを取り出す。このときに熱いので必ず軍手を着用すること。牛乳パックは燃えつきるまで燃やす。



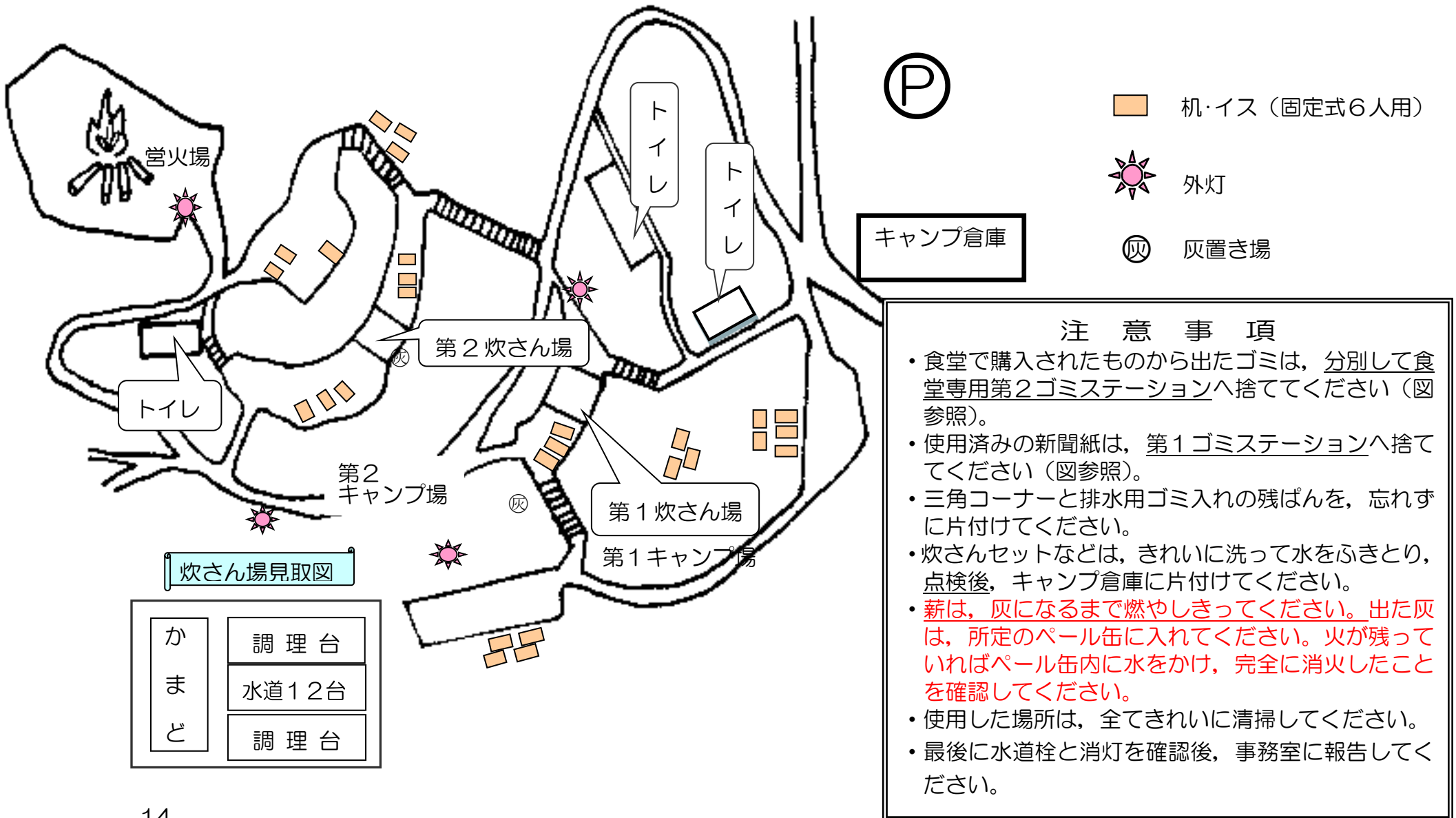
焼き上がったホットドッグにケチャップをかけて食べましょう。

炊さん場使用上の注意

(ア) 体育館裏炊さん場



(イ) キャンプ場内炊さん場



炊さん場見取図

か	調理台
ま	水道12台
ど	調理台

薪割りの仕方

作る細木の大きさと本数

細木 1 (黄色) 細木 2 (赤色)



黄色の太さ:8本 赤色の太さ:8本



薪の選び方



薪の束から、フシのない薪を選ぶ。
※フシのない薪が見つからない場合は、フシが
できるだけ小さい薪を選ぶ。

軍手のはめ方



①利き手側の軍手を外し、反対側の手に、
軍手が二重になるようにはめる。

ナタの持ち方




②ナタは素手で持つ。
※持ち運ぶ場合、刃は下に向ける

ナタの置き方




③ナタは、薪割台の方に刃をむけて置く。
(使用後はすぐに片付ける)


まきの割り方 (2人組で行います)



①ナタを両手でしっかり持ち、薪の真ん
中あたりにナタの刃をあて、薪をまっ
すぐに押さえる。



②押さえたら「いいよ」と声をかけ、
矢印のあたりを一方の人に薪でた
たいてもらう。ナタの刃が、薪を持
ち上げて落ちない位入ったか確
認する。



③上の写真のように、薪を持ち上げて、薪割
台に軽くたたきつけて割る。
※割った薪が飛ぶことがあるので、周りか
ら離れること！



薪割りの説明を受けていない人は、絶対に薪割りをしないでください。

木組の仕方

① かまどの中に、薪を2本平行にならべる。



② 平行に置いた薪の間に、軽く丸めた新聞紙を4つ置く。手前の新聞紙は、導火線のようにして置く。



③ 下の写真のように、細木1を8本ならべる。



④ 下の写真のように、今度は少し内側に、薪を2本平行にならべる。



⑤ 下の写真のように、細木2を6本ならべる。



導火線の役目

⑥ マッチ等で新聞紙に点火する。



⑦ 火が広がる様子を見ながら、薪を重ね、火力を調整する。



片付け方

炊さん場の片付け方



整理整とん



★かまど（周辺含）
灰が残らないよう
きれいにはく。
※水をかけない



★三角コーナー
★排水口の受け皿（2つ）
に残飯が残らないよう
きれいにあらう。



★ペール缶（灰）
灰はこの中に捨てる。
最後にしっかり水を
かけてください。

食器セットの片付けかた



セット内容が書かれた
カードが付いている方
を**手前**に、個数をそろえ
て写真の通りに片付け
る。



★まな板
洗ってよくふい
たら、移動棚に
片付ける。
（1段に8枚）

10 作る活動

作る活動一覧

プログラム名	協力	創造性	思考判断	感性	自然体験	難易度	時間	おもな活動場所	人数
小枝クラフト (キーホルダー)	◎	○	◎	◎	◎	◎	2~3 時間	研修室	120 人程度
壁掛け	◎	◎	○	◎	◎	◎	2~3 時間	体裏炊 研修室	160 人程度
焼き板	◎	◎	◎	◎	◎	◎	3~4 時間	体裏炊	少人数
焼き板 (事前に焼いてある板を使用)	◎	◎	○	◎	◎	◎	2~3 時間	体裏炊	160 人程度
プラホビー	◎	◎	○	◎	○	△	2~3 時間	研修室	160 人程度
しおり	◎	◎	○	◎	○	△	1~2 時間	研修室	160 人程度

△(少ない) ○(ほどほど) ◎(多い)


※研修室・・・大研修室・中研修室・小研修室を利用いただけます。体裏炊・・・体育館裏炊さん場

※班の人数 4~6人(理想)

※小枝クラフトは小刀を使うので高学年が望ましいです。

※焼き板は板を焼く工程が加わるため、人数により時間は変わります。絵付けは室内でも可能です。

※プラホビー・しおり作りはオープンやラミネート加工機を使用するため人数により時間は変わります。

クラフト					
内容	人数	160人程度	場所	大研修室など	
	指導	導入指導あり	時間	2～3時間	
	対象	幼児以上	天候	雨天可能	
概要	福山少年自然の家での活動を振り返り、個人や仲間との「学び」を文字として作品に書くクラフトや、葉っぱなどの自然物を活用したクラフト活動です。				
ねらい	(1) 自分で考え、作品づくりに進んで取り組むことができる。 (2) 初めてのことに對しても、進んで挑戦することができる。 (3) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。 (4) 仲間と力を合わせ、協働して取り組むことができる。 (5) 創造性を育み、創意工夫する力を養うことができる。				
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物		
	※各活動を紹介したシートを参照		<input type="checkbox"/> 活動しやすい服装 <input type="checkbox"/> 水筒（必要に応じて） <input type="checkbox"/> タオル（必要に応じて） <input type="checkbox"/> 筆記用具（必要に応じて） <input type="checkbox"/> 木綿軍手（必要に応じて） <input type="checkbox"/> ゴミ袋		
班編成	1グループは、4人～6人が適当				

役割分担	(1) 引率責任者…全体の総括・指揮，自然の家職員との連絡
活動内容	(1) 指定された場所に集合し，グループの人数を確認する。 (2) 書く文字や活動の絵などを決める。 (3) 作り方の説明を聞く。 (4) 活動を開始する。 (5) 片付けをする。 (6) お互いのグループの作品を見合う。 (7) グループごとに，作品作りで工夫したことなどを交流する。 (8) 全作品を展示し，鑑賞する。
備考	(1) ゆとりある計画を立てておく。 (2) 刃物の取扱いには充分注意する。 (3) 活動に関係ない絵などは描かない方がよい。
資料	P51～P56

① 小枝クラフト（キーホルダー）

施設が準備している物	団体が準備する物
<input type="checkbox"/> 金具（キーホルダー用） <input type="checkbox"/> 切り出しナイフ <input type="checkbox"/> 小枝 <input type="checkbox"/> 工作板	<input type="checkbox"/> 油性マジック, 色えんぴつ, カラーボールペンなど <input type="checkbox"/> 新聞紙 <input type="checkbox"/> ゴミ袋



① 木の枝, 切り出しナイフ, 金具, 工作版を準備する。



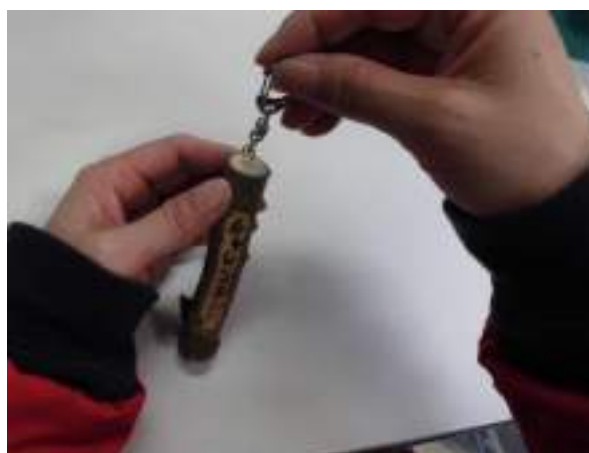
② 工作板にセットして, 切り出しナイフで削る。



③ 削って平らな部分に文字や絵をかく。



④ 金具をつける。※押しながらねじ込む。



⑤ 金具が外れないか確認する。



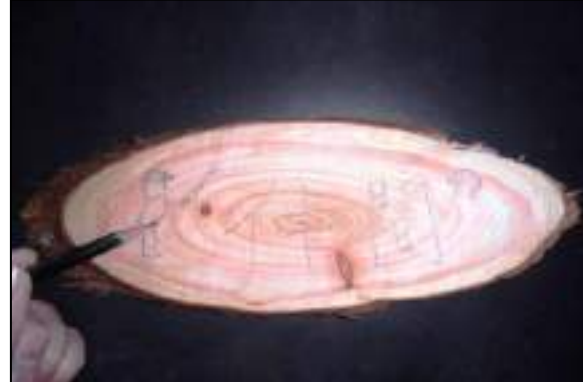
⑥ 完成。

② 壁掛け

施設が準備している物	団体が準備する物
<input type="checkbox"/> 輪切り材 <input type="checkbox"/> 組みひも <input type="checkbox"/> サンドペーパー <input type="checkbox"/> ヒートン	<input type="checkbox"/> 鉛筆 <input type="checkbox"/> 油性マジック, 水性マジック, 水性顔料マーカー, 絵の具道具一式など, いずれか <input type="checkbox"/> 新聞紙 <input type="checkbox"/> ゴミ袋



① サンドペーパーで表面を磨く。
 ※凹凸があると、絵や文字が書きにくいので、できるだけなめらかにする。



② 鉛筆かマジックで下絵を描く。



③ 絵の具やマジックなどで着色する。



④ ヒートンを取り付ける。
 ※押しながらねじ込む。



⑤ 組みひもをむすぶ。

絵の具は、輪切り材に吸収されやすいので、少し濃いめに使用した方が良いです。(使用用途による)
 また、絵の具を乾かす時間が必要です。日程を工夫してください。

③ 焼き板

施設が準備している物	団体が準備する物
<input type="checkbox"/> 輪切り材 <input type="checkbox"/> 薪 <input type="checkbox"/> ヒートン <input type="checkbox"/> 組みひも	<input type="checkbox"/> たわし <input type="checkbox"/> 火ばさみ <input type="checkbox"/> 絵の具道具一式または、水性顔料マーカー <input type="checkbox"/> 木綿軍手 <input type="checkbox"/> 古い布 <input type="checkbox"/> 新聞紙 <input type="checkbox"/> マッチ等 <input type="checkbox"/> ゴミ袋

焼いてある板を購入した場合、②から活動します。



① 火ばさみを使い、火で板の表裏を平均して焼く。
 ※やけどに注意。
 ※急激に強く焼くと割れやすい。



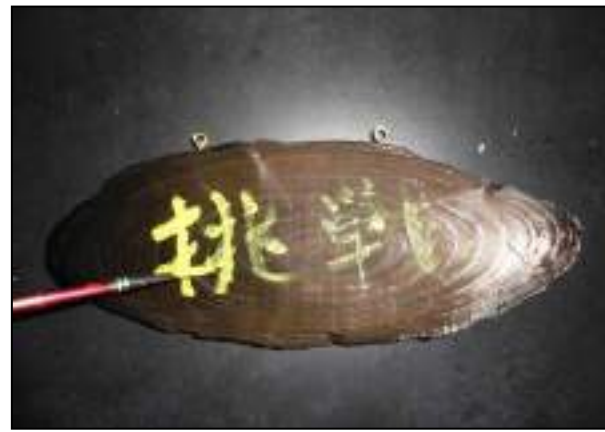
② 木目にそって、火ばさみで押さえながら、たわしですすをこすり落とす。
 ※やけどに注意。



③ 木目にそって、布で木目の光沢が出るまでみがく。
 ※すが残っていると絵の具がのりにくいので、しっかりとみがく。



④ ヒートンをつける。



⑤ 絵の具で文字や絵をかく。
 ※板が黒っぽいので、白・黄色などの明るい色がよい。



⑥ 組みひもをむすぶ。

④ プラホビー

施設が準備している物	団体が準備する物
<input type="checkbox"/> オープントースター <input type="checkbox"/> ラジオペンチ <input type="checkbox"/> プラスチック板 <input type="checkbox"/> クッキングシート	<input type="checkbox"/> パンチ <input type="checkbox"/> ガラス板 <input type="checkbox"/> 金具 <input type="checkbox"/> はさみ <input type="checkbox"/> 木綿軍手 <input type="checkbox"/> 油性マジック <input type="checkbox"/> ゴミ袋



① 紙（9×13 cm）に下絵をかく。



② 下絵の上にプラスチック板を置いて、マジックでりんかくをうつす。



③ プラスチック板に裏から色マジックで色をつける。
※色はあまり重ねてぬらない。

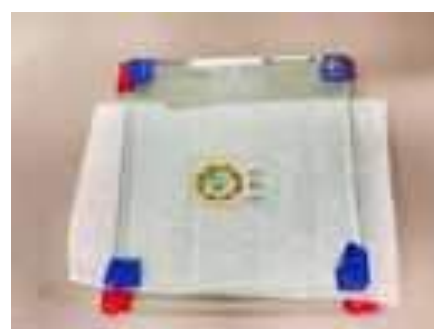


④ パンチで金具をとりつける穴をあける。



⑤ オープントースターの中にクッキングシートをしき、その上にプラスチック板をのせ、トースターのスイッチを入れると、曲がりながら約 20 秒で平面にもどり、1/4位にちぢむ。

※たくさん色をぬった面を上にする。軍手を使用する。



⑥ シートごと取り出して、ガラス板の間にはさむ。（約 10 秒）
※作品を取り出すときは熱いので、やけどをしないように注意する。



⑦ ラジオペンチで金具の小さいリングを写真のように前後に開いて、プラスチック板に取りつける。



⑧ 金具を取りつけて完成。

⑤ しおり

施設が準備している物	団体が準備する物
<input type="checkbox"/> ラミネート加工機 <input type="checkbox"/> リボン <input type="checkbox"/> パンチ <input type="checkbox"/> ガラス板 <input type="checkbox"/> ラミネートフィルム <input type="checkbox"/> 台紙	<input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> 色鉛筆 <input type="checkbox"/> 油性マジック <input type="checkbox"/> 新聞紙 <input type="checkbox"/> ゴミ袋



① 台紙とラミネートフィルムを準備する。



② 台紙をラミネートフィルムに挟む。



③ ラミネート加工機に通す。



④ ガラス版に挟む。



⑤ リボンを通す穴をあける。



⑥ リボンを通して完成。

切り出しナイフの使い方

団体の責任者の方は、次のことに注意して、切り出しナイフを使用してください。

【使用前】

- 自然の家職員から受け取る
 - 本数を確認する。
 - 保管に注意する。
- ※左きき用もあります。

【使用中】

- 振り回さないでください。
- 足の上で使わないでください。
- 刃を人に向けしないでください。
- 隣の人との間は十分に確保してください。

【使用后】

- 刃が所定の位置に納まっているか確認する。
- 数を確認する。
- 自然の家職員に返却する。



① 刃を出して、ネジをしっかりしめる。



② 材料の上に刃を合わせ、左手の親指を刃の背にあてがう。



③ 刃を少したてて、左手の親指で刃を押し削る。




④ 刃の前には、ぜったいに指がこないように注意する。




⑤ 使用後は刃をしまい、ネジをしっかりしめる。

- 切り出しナイフを使用しているときは、周囲を確認し、作業に集中して取り組むようにしてください！
- 作品を作る以外で、切り出しナイフは使用しないでください！
- 絶対にふざけて使わないでください！

1 1 その他の活動

① 積み木				
内容	人数	120人程度	場所	体育館など
	指導	導入指導あり	時間	2～3時間
	対象	幼児以上	雨天	雨天可能
				
概要	<p>直方体, 立方体, 台形の3種類の積み木を自由に組み合わせて創作していく活動です。 課題設定をすることにより, 見通しを持って考えながら挑戦することができます。</p>			
ねらい	<p>(1) 自分で考え, 活動に進んで取り組むことができる。 (2) 初めてのことに對しても, 進んで挑戦することができる。 (3) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。 (4) 仲間と力を合わせて取り組むことができる。</p> <p style="text-align: right;">等</p>			
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物	
	<input type="checkbox"/> 積み木 <input type="checkbox"/> じゅうたん		<input type="checkbox"/> 活動しやすい服装 <input type="checkbox"/> 水筒 (必要に応じて) <input type="checkbox"/> タオル (必要に応じて)	
班編成	<p>・ 1グループは4人～6人が適当</p>			

役割分担	<p>(1) 引率責任者・・・全体の総括・指揮・自然の家職員との連絡</p>
活動内容	<p>(1) 指定された場所に集合し, グループの人数, 健康状態を確認する。 (2) ルール説明を聞く。 (3) まずは1人の活動, その後, 2～3人のグループ活動をする。 (4) 作る物の課題 (テーマ) と条件を聞く。 (5) グループで話し合いをする。 (6) グループで活動を開始する。 (7) 完成後, お互いのグループの作品を見合う。 (8) グループごとに作品について発表をする。 (9) 積み木などの片づけをする。 (10) グループごとに振り返りをする。</p>
備考	<p>(1) 時間にゆとりある計画を立てておく。 (2) 積み木の取扱いには十分注意する。(投げる・踏みつける等は×) (3) じゅうたんの上は土足厳禁です。</p>
資料	


② ドミノ					
内容	人数	160人程度	場所	大研修室など	
	指導	導入指導あり	時間	2～3時間	
	対象	幼児以上	雨天	雨天可能	
概要	<p>大小形の違うドミノを、方向や高さなど工夫をしながら自由に並べて、文字や造形などを作り、すべてのドミノが倒れるように取り組む活動です。</p> <p>課題設定をすることにより、見通しを持って考えながら挑戦することができます。</p>				
ねらい	<p>(1) 自分で考え、活動に進んで取り組むことができる。</p> <p>(2) 初めてのことに對しても、進んで挑戦することができる。</p> <p>(3) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。</p> <p>(4) 仲間と力を合わせて取り組むことができる。</p>				
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物		
	□ ドミノ		<input type="checkbox"/> 活動しやすい服装 <input type="checkbox"/> 水筒（必要に応じて） <input type="checkbox"/> タオル（必要に応じて）		
班編成	<p>・ 1グループは4人～6人が適当</p>				

役割分担	<p>(1) 引率責任者・・・全体の総括・指揮・自然の家職員との連絡</p>
活動内容	<p>(1) 指定された場所に集合し、グループの人数、健康状態を確認する。</p> <p>(2) ルール説明を聞く。</p> <p>(3) まずは1人で並べ、ドミノの大きさや重さを確認する。</p> <p>(4) 作る物の課題（テーマ）をグループで決める。</p> <p>(5) どんなものを作るかをグループで話し合い、構想図をかく。</p> <p>(6) グループで活動を開始する。</p> <p>(7) 完成後、お互いのグループの作品を見合う。</p> <p>(8) グループごとに作品について発表し、その後、ドミノを倒す。</p> <p>(9) ドミノの片づけをする。</p> <p>(10) グループごとに振り返りをする。</p>
備考	<p>(1) 時間にゆとりある計画を立てておく。</p> <p>(2) ドミノの取扱いには十分注意する。（投げて遊ぶ等）</p> <p>(3) ドミノは倒れやすいので、移動には十分注意する。</p>
資料	


③ キャンプファイヤー				
内容	人数	20~160人程度 (場所による)	場所	営火場、スポーツ広場、レクリエーション広場
	指導	指導不可 外部講師(相談)	時間	2~3時間
	対象	特になし	雨天	雨天不可
概要	自然の中で、悠然と燃える火を囲み、ゲームやスタンプを行いながら、仲間との友情を深める活動です。			
ねらい	(1) 自分で考え、活動に進んで取り組むことができる。 (2) 初めてのことに對しても、進んで挑戦することができる。 (3) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。 (4) 仲間と力を合わせて取り組むことができる。			
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物	
	<input type="checkbox"/> ファイヤーセット(有料) <input type="checkbox"/> トーチ棒(有料) <input type="checkbox"/> 灯油 1リットル(有料) <input type="checkbox"/> 追加用まき(有料) <input type="checkbox"/> マイク <input type="checkbox"/> プレイヤー <input type="checkbox"/> 延長コード <input type="checkbox"/> そうじ用具		<input type="checkbox"/> ゲーム、スタンプで必要なもの <input type="checkbox"/> 新聞紙 <input type="checkbox"/> マッチ等火をつけるもの	
班編成	・1グループは4人~6人が適当			



役割分担	(1) 引率責任者(1人)… 全体の総括・指揮・自然の家職員との連絡 (2) 営火長(1人)…… 開会閉会のあいさつ、全体への指揮 (3) 司会者(1~2人)… 司会進行、レクリエーション (4) 火の使い(1~2人)… トーチ入場、点火の言葉、点火 (5) 火の守り(2~3人)… 薪組み、火の調整、後始末 (6) 誓いの言葉(数人)… 誓いの言葉、分火(グループの代表)
活動内容	第1部 迎火のつどい(約15分) (1) 入 場…… 静かに井桁を囲むように入場する (2) 開会の言葉…… 司会者より (3) 歌 唱…… 「遠き山に日は落ちて」等静かな曲 (4) 営火入場…… ハミングの中入場する (5) 点 火…… 営火長の指示で点火する (6) 歌 唱…… 「燃えろよ 燃えろ」 (7) 営火長始めの言葉… 目的や火と人間の関わり等 第2部 交歓のつどい(約60分) ※ゲーム・ダンス・ソング・グループの出しもの等(スタンプ) 第3部 送火のつどい(約15分) (1) 採 火…… 営火長が中央の井桁よりトーチへ火をつける (2) 誓いの言葉…… 営火長より火をつけてもらい誓いの言葉を順に発表 (3) 分 火…… 発表後全員へ分火する (4) 営火長終わりの言葉… 今日を振り返って明日へつなげる言葉等 (5) 歌 唱…… 「今日の日はさようなら」等静かな曲 (6) 退 場…… トーチをその場へ置いて退場する場合もある
備考	(1) 時間にゆとりある計画を立てておく。 (2) 火傷などがないよう、火の扱いには十分注意する。 (3) 薪は灰になるまで焼き、その後はしっかり水をかけておく。 (4) 貸し出し用具は、夜のうちに返却をし、事務室に連絡をする。
資料	

④ キャンドルサービス				
内容	人数	20~160人程度 (場所による)	場所	大研修室・体育館
	指導	指導不可 外部講師(相談)	時間	2~3時間
	対象	特になし	雨天	雨天可能
				
概要	<p>静かな暗闇の中で、キャンドルの炎を見つめることにより、自分を見つめ直し、夢や生き方を考える機会となる活動です。 仲間とゲームやスタンプを通して語り合い、友情を深めます。</p>			
ねらい	<p>(1) 自分で考え、活動に進んで取り組むことができる。 (2) 初めてのことに對しても、進んで挑戦することができる。 (3) 仲間とコミュニケーションを図ることができる。 (4) 仲間と力を合わせて取り組むことができる。</p>			
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物	
	<input type="checkbox"/> セレモニー用燭台 <input type="checkbox"/> 個人用燭台 <input type="checkbox"/> セレモニー用ろうそく(有料) <input type="checkbox"/> 個人用ろうそく(有料) <input type="checkbox"/> マイク <input type="checkbox"/> プレイヤー <input type="checkbox"/> 延長コード		<input type="checkbox"/> ゲーム、スタンプで必要なもの <input type="checkbox"/> マッチ等火をつけるもの	
班編成	<p>・1グループは4人~6人が適当</p>			

役割分担	<p>(1) 引率責任者(1人)…全体の総括・指揮・自然の家職員との連絡 (2) 営火長(1人)……開会閉会のあいさつ、全体への指揮 (3) 司会者(1~2人)…司会進行、レクリエーション (4) 火の使い(1~2人)…キャンドル入場、点火の言葉、点火 (5) 火の守り(2~3人)…キャンドル設置、火の管理、後始末 (6) 誓いの言葉(数人)…誓いの言葉、分火(グループの代表)</p>
活動内容	<p>第1部 迎火のつどい(約15分) (1) 入 場……静かに燭台を囲むように入場する (2) 開会の言葉……司会者より (3) 歌 唱……「遠き山に日は落ちて」等静かな曲 (4) 営火入場……ハミングの中入場する (5) 点 火……営火長の指示で点火する (6) 歌 唱……「燃えろよ 燃えろ」 (7) 営火長始めの言葉……目的や火と人間の関わり等</p> <p>第2部 交歓のつどい(約60分) ※ゲーム・ダンス・ソング・グループの出しもの等(スタンプ)</p> <p>第3部 送火のつどい(約15分) (1) 採 火……営火長が中央の燭台よりセレモニー用ろうそくへ火をつける (2) 誓いの言葉……営火長より火をつけてもらい誓いの言葉を順に発表 (3) 分 火……発表後全員へ分火する (4) 営火長終わりの言葉……今日を振り返って明日へつなげる言葉等 (5) 歌 唱……「今日の日はさようなら」等静かな曲 (6) 退 場……火の女神に先導されながら退場する (やり方は他にもあります)</p>
	備考
資料	

⑤ ボルダリング				
内容	人数	原則20人以内	場所	体育館
	指導	導入指導あり	時間	2時間程度
	対象	幼児以上	雨天	雨天可能
				
概要	<p>ボルダリングとは、本来道具を使わず、体一つで高さ数mの岩（ボルダー）を登るスポーツです。</p> <p>壁を登る中で生ずるさまざまな感情と向き合うことは、文字通り『自分自身と向き合う』ことであり、安全に行動することの大切さに気づかせてくれる活動でもあります。</p>			
ねらい	<p>(1) 自分で考え、活動に進んで取り組むことができる。</p> <p>(2) 困難に対して、進んで挑戦することができる。</p> <p>(3) 安全に行動することの大切さに気づくことができる。</p>			
準備	施設が貸し出す物		団体が準備する物	
	ありません		<input type="checkbox"/> 運動しやすい服装 <input type="checkbox"/> 室内シューズ <input type="checkbox"/> 水筒（必要に応じて） <input type="checkbox"/> タオル（必要に応じて）	
班編成	<p>・待ち時間の関係上、一度に活動する人数は原則20名以内とする。 （例：30人の場合、15人ずつの2回に分けて実施）</p>			

役割分担	(1) 引率責任者…全体の安全管理・指導・自然の家職員との連絡
活動内容	<p>(1) 自然の家職員と引率責任者で、事前打ち合わせを行なう。 （※安全事項確認書に署名）</p> <p>(2) 体育館に集合し、自然の家職員による事前説明を聞く。</p> <p>(3) 肩・ひじ・指・股関節を中心にストレッチを行なう。</p> <p>(4) 活動を開始する。</p> <p>(5) 活動の振り返りをする。</p> <p>(6) 活動が終了したことを事務室に報告し、確認のサインをもらう。</p>
備考	<p>(1) ボルダリング実施中は、体育館1Fフロアで他の活動（バレーボールやドッジボール等）を行うことはできません。</p> <p>(2) 福山少年自然の家のボルダリングウォールではチョークは使用できません。</p> <p>(3) 名札やネックレスなど引っかかる危険性のあるものは外すとともに、パーカー等フードのついた服を着用している場合は、脱ぐか内側にしまっておきます。</p>
資料	

⑥ スポーツ活動一覧

No	種 目	活動場所	貸し出し物品
1	バレーボール	体育館1面	ボール, ネット, 支柱, 得点板
2	卓球	体育館2階	卓球台2台, ラケット, ピンポン球
3	バドミントン	体育館2面	ネット, 支柱, ラケット, シャトルコック
4	ソフトバレーボール	体育館1面	ネット, 支柱, ボール, 得点板
5	サッカー	スポーツ広場	ゴール(ジュニア用), ゴールネット
6	ソフトボール	スポーツ広場	防球ネット
7	ドッジボール	体育館, スポーツ広場	ボール
8	テニス(軟式・硬式)	友情の広場2面	ボール, ラケット ※コートは, アスファルト
9	縄跳び	体育館, スポーツ広場	長縄跳び4本, 短縄跳び3本
10	カローリング	体育館	セッター式, 得点表
11	フットベースボール	スポーツ広場	ありません。(必要なものは持参してください)
12	陸上競技の練習	スポーツ広場	ありません。(必要なものは持参してください)
13	グラウンドゴルフ	スポーツ広場	ホール, ティー, クラブ, ボール
14	ボルダリング	体育館前面	ありません。(室内シューズは持参してください) ※チョークは使用できません。

※各施設の利用は無料です。

※体育館は, コンクリート式の床となっていますので, 正式な競技はできません。

※スポーツ広場等のライン用石灰は持参してください。(ライン引きは, 2つ貸し出します。)

安全事項確認書(ボルダリング版)

利用条件

- ① 団体の指導者（家族の場合は、保護者）がいること。
※幼児、児童、生徒だけで利用することはできません。
- ② 福山少年自然の家職員による事前説明に参加する方全員が受けること。
- ③ 安全事項確認書に団体の代表者（家族の場合は保護者）が署名をすること。
- ④ 一度に活動する団体の人数が原則 20 人以内であること。
(例：30 人の場合、15 人ずつのグループを構成し、2回に分けて実施)

注意事項

- ① 同時にボルダリングウォールに登ることができるのは、2 人までです。
- ② 順番を待つ人や応援する人はセーフティーマットから離れた位置についでください。登っている人以外がセーフティーマットに乗っていると、大きなケガにつながります。
- ③ セーフティーマットがずれた場合は、活動を止め、セーフティーマットを元の位置にもどしてください。
- ④ ボルダリングをする際には、必ず室内シューズ（底の柔らかいスニーカー等が望ましい）を履いて利用してください。裸足厳禁です。（ケガ防止のため）
- ⑤ ボルダリングをする際には、名札やネックレスなど引っかかる危険性のあるものを外してください。
- ⑥ パーカー等フードの付いた服を着用している場合は、脱ぐフードを内側にしまっておいてください。
- ⑦ 降りる際には、高い位置から飛び降りないでください。下に人がいないことを確認して、低い位置まで移動し、両足で着地してください。
(※手をつくような降り方は、ケガにつながります。)
- ⑧ ボルダリング実施中は、体育館 1F フロアでボールを使った活動（バレーボールやドッジボール等）を行うことはできません。（2F での卓球は可）
- ⑨ 福山少年自然の家のボルダリングウォールでは、チョークは使用できません。
- ⑩ ケガ等不測の事態が起きた場合には、速やかに福山少年自然の家職員に連絡をください。

福山少年自然の家のTEL：084-935-7166

- ・施設利用にあたり、安全に関する留意事項を全て理解し、了承しました。
- ・施設を利用することは、団体の代表者（保護者）及び本人の自己決定に基づく自主的なものであり、施設における全ての怪我、事故について保険が準備されていないことを承知しています。
- ・施設利用中のいかなる事故、怪我においても団体の代表者（保護者）及び本人の責任でこれを処理し、福山少年自然の家及びその職員に対し、一切の責任を追及しないことを誓約し、利用を申し込みます。

(利用年月日) 令和 年 月 日
 代表者署名 _____
 活動終了確認：福山少年自然の家職員 ()
 午前 _____
 (確認時刻) 午後 時 分

安全事項確認書(わんぱく広場遊具版)

利用条件

- ① 団体の指導者（家族の場合は、保護者）がいること。
※幼児、児童、生徒だけで利用することはできません。
- ② 利用に関わる注意事項を確認するとともに、安全事項確認書に団体の代表者（家族の場合は保護者）が署名をすること。

注意事項

- ① 雨上がり等、遊具が濡れている場合は利用できません。
- ② 遊具によって、利用条件（対象年齢や一度に利用できる人数等）が異なります。必ず遊具前の掲示板を確認してから利用してください。
- ③ 動きやすい服装・くつで遊んでください。（サンダル等のはきものは不可）
- ④ 鉛筆（特に棒付きのもの）を食べながら利用することはできません。
- ⑤ ケガ等不測の事態が起きた場合には、速やかに福山少年自然の家職員に連絡をください。

福山少年自然の家のTEL：084-935-7166

- ・施設利用にあたり、安全に関する留意事項を全て理解し、了承しました。
- ・施設を利用することは、団体の代表者（保護者）及び本人の自己決定に基づく自主的なものであり、施設における全ての怪我、事故について保険が準備されていないことを承知しています。
- ・施設利用中のいかなる事故、怪我においても団体の代表者（保護者）及び本人の責任でこれを処理し、福山少年自然の家及びその職員に対し、一切の責任を追及しないことを誓約し、利用を申し込みます。

(利用年月日) 令和 年 月 日

代表者署名 _____

活動終了確認：福山少年自然の家職員 ()

(確認時刻) 午前 _____
 午後 時 分

私どもは
太陽に向か
まっすべ
成長する
向日葵の
まっすべ
地球を
人財を育

