

2021年度 活動資料集

独立行政法人国立青少年教育振興機構
国立岩手山青少年交流の家

【目次】

項目	ページ	活動名	対象						活動時間 (時間)	要外部 指導員 講師	職員の 説明あり	職員の 指導あり
			幼	小低	小中	小高	中	高以上				
登山	1	岩手山登山							11	依頼可		
		姫神山登山							6	依頼可		
		鞍掛山登山							4	依頼可		
野外活動	4	キャンプ(テント泊)							1.5~2.5			
	5	野外炊事							4			
	7	アドベンチャープログラム							3			
	8	グリーンアドベンチャー							2			
	9	ピンゴウォーキング							2~3			
	11	ショコラオリエンテーリング							2~3			
	13	ディスクゴルフ							2			
	14	運動会							2~4			
	15	キャンプファイヤー							1~2	依頼可		
17	ナイトハイク							1				
冬季活動	18	スポーツ雪合戦							1~3			
	19	スノーシューで出かけよう							1~2			
	20	クロスカントリースキー							2~3			
	21	そりあそび							1~2			
屋内活動	22	テンちゃれんじピック							1~2			
	23	忍者☆大作戦!!							設定時間			
	25	館内オリエンテーリング							1~2			
	26	館内オリエンテーリング(幼児用)										
	27	レクリエーション							1.5	依頼可		
	28	キャンドルのつどい								依頼可		
	29	キャップハンディ体験(車イス・目かくし歩行)							1			
キャップハンディ体験(点字・手話)								1.5	依頼可			
創作活動	31	焼板・木の実のリース・木の実のコレクション・あけびつるクラフト(表札)							1~4	依頼可		
	32	チャグチャグ馬っこ							1.5~2.5	依頼可		
	33	七宝焼							2.5~3	依頼可		
	34	プラネタリウム作り							1			
	35	自然物のクラフト							1~2			
教科等	36	ファーストエイド・オリエンテーリング(5年体育科 保健領域)							学習指導案 有			
	45	職場体験学習~イーハトーヴに働く大人に学ぶ~ (中学校 総合的な学習の時間)										

※活動資料集をホームページにて提供しております。ダウンロードして事前指導等でご利用ください。

岩手山登山・姫神山登山・鞍掛山登山

1 活動のねらい

グループで山に登ることで、自然に親しむとともに、仲間意識、チャレンジ精神を高め、確かな達成感を得ることができます。



2 活動の概要（場所・時間）

山名	標高(m)	コース	所要時間	登山可能期間
鞍掛山	897		約4時間	5月 1日～10月15日
姫神山	1,124	一本杉	約6時間	5月20日～10月15日
岩手山	2,038	柳沢	約11時間	7月 1日～ 9月15日 (2泊3日のプログラムが標準)

3 指導について

(1) 事前指導

- ① 各団体で必ず登山の事前指導及び引率者の実地踏査を行い、コースの概要と危険箇所等の把握に努めてください。
- ② 岩手山の登山をする場合には、前泊が条件です。登山前日には登山者の健康状態を把握し、十分な事前指導を行ってください。

(2) 登山指導（案内）

- ① 指導員の依頼を希望する団体には、交流の家で手配することができます。配置の目安は50人に1人。（岩手山登山は30人に1人）
- ② 指導員は、道案内と危険箇所状況に応じた指示を行います。登山中の全体指導は、各団体引率者が行ってください。
- ③ 交流の家と登山口間の指導員の送迎を各団体でお願いします。
- ④ 交流の家退所後に登山を実施する場合、原則として指導員の手配は行いません。
- ⑤ 当日は、指導員と登山開始1時間前に必ず交流の家で事前打合せを行います。
※実際に登山される方が打合せを行ってください。

(3) 指導料

支払いは、活動終了後に現金、コンビニ支払い又は銀行振り込みをしてください。
※指導員一人当たりの金額です。

山名	指導料
鞍掛山	9,900円
姫神山	11,550円
岩手山	21,500円

注)岩手山登山は、小学5年生以上が対象です。また、事前に十分な体力づくりが必要となります。途中下山の児童・生徒等の対応も考慮し、十分な人数での引率をお願いします。

4 準備する物

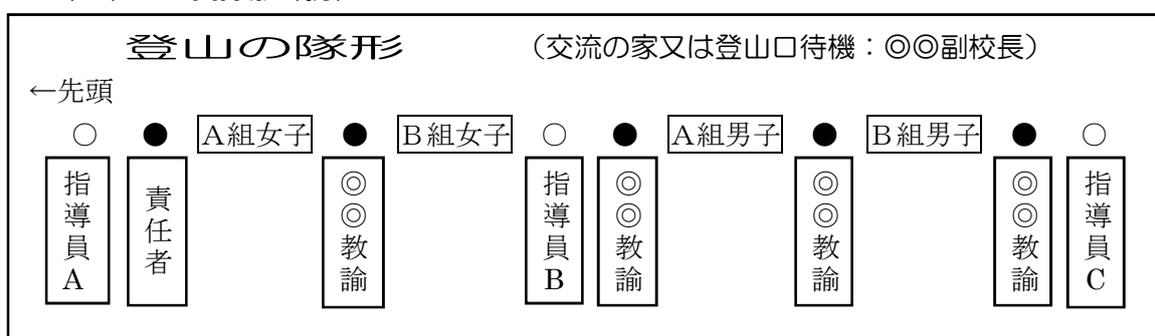
区分	内容	備考
団体	「登山計画書」 緊急車両, 救急用品, 携帯電話(緊急連絡用), 電灯	・利用申込書と同時に提出
個人	弁当, 行動食・非常食, 水筒, リュック, 活動しやすい服装(長袖, 長ズボン), 登山靴, タオル, 帽子, 軍手, 雨具(カッパ)等 ヘッドライト(岩手山登山時は必携) ※軍手は, 薄手・厚手の両方があると便利です。	・必ず準備のこと ・山別の最低必要水分量 岩手山…1,500ml 姫神山…1,000ml 鞍掛山… 500ml
貸出 できる物	ヘッドライト(60個) 熊鈴, 無線機(登山指導員対応時)	・ヘッドライトの借用を希望する団体は, 事前に必要個数をお知らせください。

5 引率者の役割分担と登山隊形

(1) 役割分担

係名	役割
代表責任者	・1名。登山実施, 中止, 中断等の決定を行う。
グループ責任者	・最低50人に1名。健康状態の把握等を行う。 ・学校登山では担任が一般的。
救急係	・救急薬品を携帯し, 応急処置を施す。
本部係	・1名。交流の家又は登山口に待機。途中下山者の対応や緊急車両要員。

(2) 登山隊形(例)



※引率者は先頭・中間・後尾に配置し, 児童・生徒の人数や健康状態の把握につとめ, 疲労した者がいる時は適切な看護を行ってください。

6 活動の流れ

利 用 前	① 事前相談	・指導員の依頼, 弁当等の手配 必要書類の確認
	② 実地踏査	・コース概要, 時間配分の把握
	③ 登山計画作成	・日程, 登山隊形, 役割分担の決定
	④ 書類等提出	・登山計画書, 指導依頼申込書
	⑤ 団体の事前指導	・安全指導, 装備確認, トレーニング



到着後	① 到着時打合せ	・提出書類の確認（未提出の場合，受領） ・弁当等の受け渡し場所，時刻の確認
	② 事前指導	・岩手山登山の場合，交流の家職員が指導

登山当日 (標準プログラム)		鞍掛山	姫神山	岩手山
	起床	6時30分	6時30分	5時00分
	実施の判断 (交流の家に連絡)	6時30分	6時30分	5時30分
	朝食	7時30分	7時30分	6時00分
	弁当等受け取り	8時30分	8時30分	6時15分
	指導員と打合せ	8時30分	8時30分	6時30分
	交流の家出発	9時00分	9時00分	7時00分
	登山口到着	9時20分	9時40分	7時15分
	山頂到着	11時00分	12時10分	12時30分
	下山開始	11時30分	13時00分	13時00分
	全員下山終了	12時30分	14時30分	17時30分
	交流の家到着	13時00分	15時20分	18時00分
	まとめ 登山実施報告書の提出	13時10分	15時30分	18時10分
	※日没時間の早まる9月1日以降の岩手山登山は，6時30分に出発することが可能です。ただし，朝食は弁当となります。 ※登山中止の場合でも朝食時間は変更できません。			

※登山指導員依頼の有無に関わらず，当日登山前に職員と引率者で打ち合わせをし，日程，人数，健康状態，持ち物等の確認を行います。

7 実施上の留意点

- (1) 登山実施日と前後の活動は，ゆとりのあるプログラムを計画してください。
- (2) 登山中は，コースの逸脱，石を蹴る，走るなど，マナーに欠けることのないよう指導してください。
- (3) 栄養補給のために行動食を準備してください。また，**岩手山登山の場合は，非常時を想定し，ヘッドライトと非常食を準備してください。**
- (4) 自然保護，環境保全のため，ゴミは必ず持ち帰り，植物や樹木を採取しないようにしてください。
- (5) **気象状況により登山活動が中止になりますので，ご注意ください。**
(インターネットで気象状況を確認し判断)

○降水量が5mm/h以上	○風速10m/s以上
○「大雨」「暴風」「強風」「雷」の注意報・警報が出た場合	
○24時間以内に台風の接近がある場合	○著しく気候の変化がある場合
○利用者からの中止の申し入れがあった場合	※所として中止と判断した場合

- (6) ヘッドライト，熊鈴等の紛失・破損の場合は，弁償していただきますので予めご了承ください。

キャンプ（テント泊）

1 活動のねらい

野外で仲間と協力してテントを設営し宿泊することで、よりよい人間関係をつくる機会とします。

2 活動の概要

テント設営、共同生活、テント泊、テント撤収など。



3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 交流の家キャンプサイト 200名以内
（4～5名用ドーム型テント×40張）
曲り家キャンプサイト 30名以内
（4～5名用ドーム型テント×6張）
- (2) **期間** 5月～9月
- (3) **時間** 設営1時間30分～2時間30分（説明含む）
撤収1時間～1時間30分（説明含む）
- (4) **場所** 交流の家キャンプサイト・曲り家キャンプサイト

4 準備する物

区分	内容	備考
団体	<ul style="list-style-type: none"> ・虫よけ、虫さされの薬 ・ランタン借用時の電池 	<ul style="list-style-type: none"> ・テント内：虫よけスプレー、蚊取り線香の利用不可 ・ランタン1個につき <ul style="list-style-type: none"> ・単3乾電池3本使用のもの20個 ・単3乾電池4本使用のもの7個 ・単1乾電池4本使用のもの19個
個人	<ul style="list-style-type: none"> ・懐中電灯 ・軍手、帽子、雨具、タオル 	
交流の家	<ul style="list-style-type: none"> ・テント ・シュラフ（寝袋） ※ランタン（借用希望団体） 	<ul style="list-style-type: none"> ・利用団体は、申込時、テントの必要数を連絡のこと ・寝袋は、シートクリーニング代300円が必要 ※寝袋を持参の場合、シート代は不要

5 活動の流れ

活動の流れ	利用団体の動き	交流の家の対応	備考
テント設営	<ol style="list-style-type: none"> ①設営場所、設営方法の確認と設営 ②寝袋、ランタン等搬入 	<ul style="list-style-type: none"> ・テント設営の説明（希望による） ・物品貸し出し 	<ul style="list-style-type: none"> ・借用および使用する物品の管理 ・シュラフシートの使用方法確認
テント撤収	<ol style="list-style-type: none"> ①撤収方法の確認と撤収 ②物品の返納 	<ul style="list-style-type: none"> ・テント撤収の説明（希望による） ・立ち合い 	<ul style="list-style-type: none"> ・責任者は借用物品の返却に立ち会うこと
清掃	<ol style="list-style-type: none"> ①トイレの清掃 ②周辺のごみ拾い 		

6 実施上の留意点

- (1) テントは、設営から撤収まで必ず団体で行って頂きます。
- (2) テント泊と同時に野外炊事などを実施する場合は、時間にゆとりをもって計画を立ててください。
- (3) テント撤収時間は、午前8時45分以降となりますが、テント等がしめっている場合には、天候の回復を待って撤収作業となることがありますので、時間にゆとりをもって計画を立ててください。

野 外 炊 事

1 活動のねらい

野外で仲間と協力して炊事し食事をするこゝで、創造性や勤労意欲を高めたり、よりよい人間関係をつくる機会としたりします。

2 活動の概要

薪・かまどを用いて火をおこし、野外で炊事・食事をします。

3 人数・場所・時間

- (1) **人数** 野外炊事場 8～240名
 (1グループ4～8名、グループ数は30班まで)
 南部曲り家野外炊事場 4～48名
 (1グループ4～8名、グループ数は6班まで)
- (2) **期間** 4月20日～10月31日
- (3) **時間** 4時間(準備から後片付けまで含む)
※活動時間 9:00～19:00頃まで
 昼食または夕食での実施(朝食対応はなし)
- (4) **場所** 野外炊事場(キャンプ場野外炊事場・南部曲り家野外炊事場)



4 準備する物

区 分	内 容	備 考																				
団 体	<ul style="list-style-type: none"> ・食器用洗剤 ・クリームクレンザー ・スポンジ ・たわし(ナイロン, ポリエステル不織布が望ましい) ・焚き付け用の新聞紙等 ・マッチ ・必要に応じてピーラー ・ふきん(最低一人一枚: 拭き取り用として多めに準備するとよい) ・うちわ ・スチールたわし 	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>食材持ち込みは不可</u> (食中毒予防のため) 																				
個 人 食 堂	<ul style="list-style-type: none"> ・軍手(厚手) ・服装は長袖, 長ズボン ・雨具等 <p>(1) 野外炊事メニュー</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-bottom: 5px;"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">メ ニ ュ ー</th> <th style="text-align: center;">金 額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="width: 20%;">カレーライス</td> <td rowspan="3" style="width: 50%;">フルーツ, ジュース付き</td> <td rowspan="3" style="width: 30%; text-align: center;">570円</td> </tr> <tr> <td>豚汁</td> </tr> <tr> <td>焼きそば</td> </tr> <tr> <td>ジンギスカン</td> <td>タレ付き</td> <td style="text-align: center;">850円</td> </tr> </tbody> </table> <p style="font-size: small;">※材料については、「利用の手引き」P15をご参照ください。</p> <p>(2) 薪</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 20%;">種 類</th> <th style="width: 30%;">金 額</th> <th style="width: 50%;">備 考</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>焚き付け用薪</td> <td style="text-align: center;">1束250円</td> <td>1つの班で1束</td> </tr> <tr> <td>炊事用薪</td> <td style="text-align: center;">1束560円</td> <td>1つの班に1束</td> </tr> </tbody> </table>	メ ニ ュ ー		金 額	カレーライス	フルーツ, ジュース付き	570円	豚汁	焼きそば	ジンギスカン	タレ付き	850円	種 類	金 額	備 考	焚き付け用薪	1束250円	1つの班で1束	炊事用薪	1束560円	1つの班に1束	<ul style="list-style-type: none"> ・食事数の変更は利用 <u>3日前(土日祝祭日を含まない)の11時</u>まで。 ・炊きあげご飯は1人20円増しになります。 ・ジンギスカンは、他の肉に変更ができません。
メ ニ ュ ー		金 額																				
カレーライス	フルーツ, ジュース付き	570円																				
豚汁																						
焼きそば																						
ジンギスカン	タレ付き	850円																				
種 類	金 額	備 考																				
焚き付け用薪	1束250円	1つの班で1束																				
炊事用薪	1束560円	1つの班に1束																				

区分	内 容	備 考			
交流の家	(1) 基本セット	<ul style="list-style-type: none"> 基本セット，調理器具セットは，セットしてある物を管理棟食器庫よりお持ちください。 野外調理器具等は，管理棟保管場所よりお持ちください。 ※各メニューに応じてグループ毎に必要な数を食器棚よりお持ちください。			
	炊事用具		数量	炊事用具	数量
	ボール		1	なべ	1
	ざる		1	コッヘル	1
	食器（皿）		8	包丁	2
				まな板	2
	(3) 野外調理器具等			カレーライス	
	移動式かまど		2	スプーン	
	十能		1	おたま	
	ほうき		1	しゃもじ	
豚汁		焼きそば	ジンギスカン		
おわん		鉄板	トング		
はし		コテ	はし		
おたま			おわん		
しゃもじ			しゃもじ		

5 活動の流れ

活動の流れ	利用団体の動き	交流の家職員の対応
食材の依頼	① 「食数票」（食材と薪の注文）	・利用申込書と同時に提出
炊事準備	① <u>食材の受け取り</u> （レストラン外 受け取り口） ② 野外炊事場へ移動し， <u>職員からの説明を受ける</u> （希望による） ③ 食器セット，炊事用具の準備	・食材は食堂職員が渡す ・希望により，進め方について説明する ・炊事用具の貸出をする
炊 事	① 食器，炊事用具等を洗う ② 食材の準備（米とぎ，野菜を切る等） ③ 火おこし（食材の準備状況を考慮しながら） ④ 調理	
後片付け	① 食器，炊事用具等を洗う ② かまどの灰の処理 ③ かまど等の返却 ④ 食器セット等の点検を受ける ⑤ 食器セット等の返却 ⑥ 炊事場とその周辺の清掃 ⑦ トイレの清掃 ⑧ ゴミの処理 ・生ゴミは野外炊事場ゴミ捨て場 ・燃えるゴミは体育館通路外ゴミ集積場 ⑨ 検食を食堂に提出	<ul style="list-style-type: none"> 食器セット等返却時の点検（洗い方，数量等） 消火の確認 （注）19：00以降に終了する場合は，明朝の点検をお願いします。

6 実施上の留意点

- 調理前に必ず石けんで手洗いをしてください。
- 食材の水洗い等，衛生面に留意し，食中毒防止に努めてください。
- 参加者の健康状態を確認し，下痢や手指に傷がある場合は役割を考慮してください。
- 刃物や火の取り扱い等，安全と事故防止に十分注意してください。
- 食材の持ち込みは一切できません。（食中毒予防のため）
- 雨天でも実施となります。（雨避け用のテントが常設されています。）
- 各メニューの「米」は1食あたり約120g（0.8合）となります。

アドベンチャープログラム

1 活動のねらい

他者とかかわりあう活動を通して、信頼関係を構築する過程を体験することで、個人の成長を図るとともに、他者と豊かな人間関係を築くための行動や考え方に関する気づきを得る。

2 活動の概要

小グループで様々な課題に挑戦し、その過程で起こる様々な出来事についてふりかえりを行うことを通して、ねらいの達成を目指します。活動中に与えられる課題は、小グループで協働し、互いを信頼しなければ達成が難しいものが設定されます。また、本プログラムは課題を達成できたか否かが重要ではなく、その過程で生まれる葛藤や達成感等の感情に焦点が当てられ、それをグループ内で共有することを通して学びを深めていきます。

本活動プログラムはレクリエーションと異なり、長時間にわたる活動であるとともに、活動中に身体的・心理的な負担がかかる場合があります。また、本活動プログラムの指導は、学校の活動する目的や、児童・生徒の実態等を踏まえながら、交流の家職員が指導を行います。

3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 45名以内（★冒険の森で活動する場合は、1グループ15名程度が標準です）
- (2) **対象** 小学校5年生以上
- (3) **期間** 屋内：通年、 屋外：5月～10月
- (4) **時間** 3時間程度
- (5) **場所** 冒険の森（荒天時は体育館、ホールなど）

4 指導について

活動計画案（ホームページ上に掲載）を提出していただき、事前に打合せ・相談を行い進めます。

5 準備する物

区分	内容
個人	・活動しやすい服装
交流の家	・実施に係る物品



6 活動の流れ

活動の流れ	内容
講師依頼	・活動計画案の提出（利用申込書と同時に提出）
事前打合せ	・人数や参加者の状態の確認、目標の設定 ・プログラムの意味や方法などの確認
活動	・指導、体験、ふりかえり
終了	

グリーンアドベンチャー

1 活動のねらい

自然の中にある身近な植物を観察し、その名前や特徴を学習しながら自然愛護の精神を養うとともに、観察力・注意力・判断力・創造力及び協力や友愛などの好ましい人間関係の育成を図ります。

2 活動の概要

交流の家の敷地内に設定されたコース内に、番号札がついた20種類の植物があります。植物の葉のつきかた、つや、形、枝の色などをよく観察し、その名前を当てる活動です。

解答用紙には、その植物の特徴・ヒントが書いてありますが、図鑑で調べることができます。全グループがゴール後、答え合わせをしてふりかえりを行います。

3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 120名程度まで（1グループ5名程度）
- (2) **対象** 小学校5年生以上
- (3) **期間** 5月～10月
- (4) **時間** 2時間（説明20分＋活動90分）
- (5) **場所** 交流の家敷地内



4 準備する物

区分	内容
個人	・雨具 ・帽子 ・タオル等 ・マスク ・水筒など（水分補給用）
交流の家	・ゼッケン（各班1枚） ・植物図鑑（各班1冊） ・コース図、解答用紙（各班1枚） ・筆記用具 ・ビニール袋（雨天時） ・マウンテンバイク（パトロール用）…ヘルメット着用

5 引率者の役割分担

係名	人数	役割
代表責任者	1名	責任者としてスタート・ゴール地点に残り、全体の総括、指揮、連絡にあたる。
パトロール係	数名	コースのパトロール、安全指導

6 活動の流れ

活動の流れ	内容
ルール説明	・ルール、安全管理について全体説明 ・ゼッケン等の貸出
移動	・スタート地点（つどいの広場）へ移動
活動開始	・一斉スタート ・パトロール係は巡回指導
活動終了	・ゴール後、解答用紙に到着時間を記入し、採点 ・全員のゴールを確認し、終了 ・終了後、借用物品を事務室に返却

7 実施上の留意点

- (1) 草むらや林の中では、危険な動植物に十分注意して活動してください。
- (2) 雨天時に実施する場合は、植物図鑑がぬれないように、ビニール袋に入れてください。
- (3) 野外にふさわしい格好で活動してください。

ビンゴウォーキング

1 活動のねらい

自然の中を歩くことを通して、健康づくりやグループのコミュニケーションを図ることを主な目的とし、判断力や冒険心などを養い、協力や友愛などの好ましい人間関係を育てます。

2 活動の概要

エリアマップを使い、あらかじめ決められた地点に設けられたプレートを見つけ出していきます。事前にカードに記入しておいた数字とプレートに書かれている数字で、ビンゴゲームをしていきます。ゴール後、成立したビンゴの数とラッキーナンバーの記入の有無により得られる得点の合計で順位を競います。（制限時間を設けての実施も可）

3 人数・時間・場所

- (1) 人数 120名（1グループ6名程度、20グループ以内）
- (2) 対象 小学生以上
- (3) 期間 5月～10月
- (4) 時間 2～3時間（説明30分＋活動90～150分）
- (5) 場所 交流の家周辺（スタートとゴールは、つどいの広場）

【プレート】



4 準備する物

区分	内容
個人	・腕時計（グループで1個） ・雨具 ・帽子 ・タオル ・マスク ・軍手 ・水筒など（水分補給用）
交流の家	・ゼッケン（各班1枚） ・エリアマップ（グループ数分） ・ビンゴカード（グループ数分） ・筆記用具 ・マウンテンバイク（パトロール用）…ヘルメット着用 ・集計表 ・熊鈴（グループ数分）

5 引率者の役割分担

係名	人数	役割
代表責任者	1名	責任者としてスタート・ゴール地点に残り、全体の総括、指揮、連絡にあたる。
スタート・ゴール係	1～2名	つどいの広場で、計時、記録、集計、順位の決定を行う。
得点係	1～2名	得点集計、ラッキーナンバーの決定、成績発表をする。
パトロール係	数名	コースを巡回し、安全と事故防止に努める。

6 活動の流れ

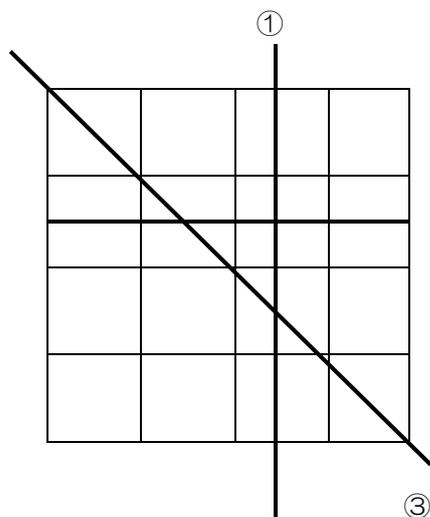
活動の流れ	内 容
ルール説明	<ul style="list-style-type: none"> • つどいの広場等で、ルール等について全体説明 • エリアマップ、ゼッケン、熊鈴等の貸出
活 動 開 始	<ul style="list-style-type: none"> • 一斉スタート ※パトロール係は巡回指導
活 動 終 了	<ul style="list-style-type: none"> • ゴール後、集計表に到着時間を記入し、採点 • 班毎にゴールを確認 • 終了後、事務室へ借用物品を返却

7 実施上の留意点

- (1) グループでまとまって行動し、バラバラにならないように事前指導を徹底してください。
- (2) 参加者の健康状態を把握してください。
- (3) あらかじめ最終到着時刻を示し、時間内に参加者全員をゴールさせてください。
(最終到着時刻を30分経過しても戻らない場合は事務室へ連絡してください。)
- (4) 熊鈴等の紛失・破損の場合は、弁償していただきますので予めご了承ください。
- (5) 野外にふさわしい格好で活動してください。

8 採点の基準

- 1～25の数字の中から、16個の数字を選び、ビンゴカードのマスに記入します。
 - プレートの数字とマスに書いた数字が一致した場合は、その数字に○をつけます。
- ※ 青少年交流の家の基準ですので、団体の実態に応じて変更しても構いません。



① たて：10点×4＝40点

② 横：10点×4＝40点

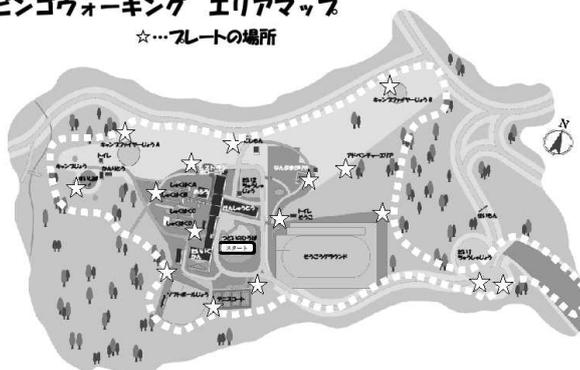
③斜め：10点×2＝20点

◎ラッキーナンバー：20点
(マスのどこにあっても可)

合 計：最高 120点

ビンゴウォーキング エリアマップ

☆…プレートの場所



- 左図はエリアマップです。
- ヒントカードを見ながらプレートを探していきます。
☆の所の他にもプレートが設置してあります。
(No.1～No.25)

ショコラ・オリエンテーリング

1 活動のねらい

自然の中で、グループワークをとおり、協力する心を育み、親睦を図ります。

2 活動の概要

地図を使い、施設周辺の山野に設置してあるポストを発見しゴールする競技で、得点を競います。交流の家では、一斉スタートで行います。

ショコラオリエンテーリングとは、所の周辺(そごらへん)をちよっこらポスト探しをすることという意味です。スペルはフランス語で『Chocolat』, 読みは『ショコラ』です。

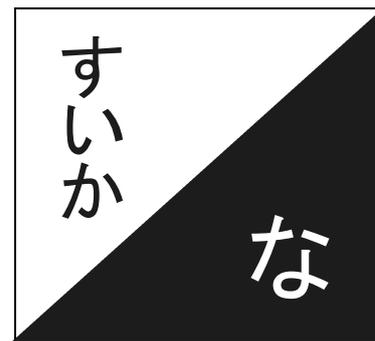
ポストには、岩手県にちなんだヒントが記入されていて、次の2パターンの活動が可能です。

- ①ポストのヒントをそのままチェックしてくる方法
- ②ポストのヒントから連想したものをチェックしてくる方法

地図上に示された20のポストを、制限時間内にできるだけ多く見つけてゴールします。1ポスト正解で5点、設置ポストが20箇所なので100点満点です。

コースには、ショートコース(ポスト11箇所)もあります。

【ポスト】



3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 300名以内(1グループ5~8名くらい)
- (2) **対象** 小学校5年生以上
- (3) **期間** 5月~10月
- (4) **時間** 2~3時間(説明20分+活動90~150分)
- (5) **場所** 交流の家敷地内(スタートとゴールはつどいの広場)

4 準備する物

区 分	内 容
個 人	<ul style="list-style-type: none"> ・腕時計(グループで1個) ・雨具 ・帽子 ・軍手 ・水筒など(水分補給用) ・タオル ・マスク
交流の家	<ul style="list-style-type: none"> ・ショコラOL用地図(ラミネートしたもの) ・筆記用具 ・熊鈴(各班1個) ・ゼッケン(各班1枚) ・マウンテンバイク(パトロール用)…ヘルメット着用 ・成績表

5 引率者の役割分担

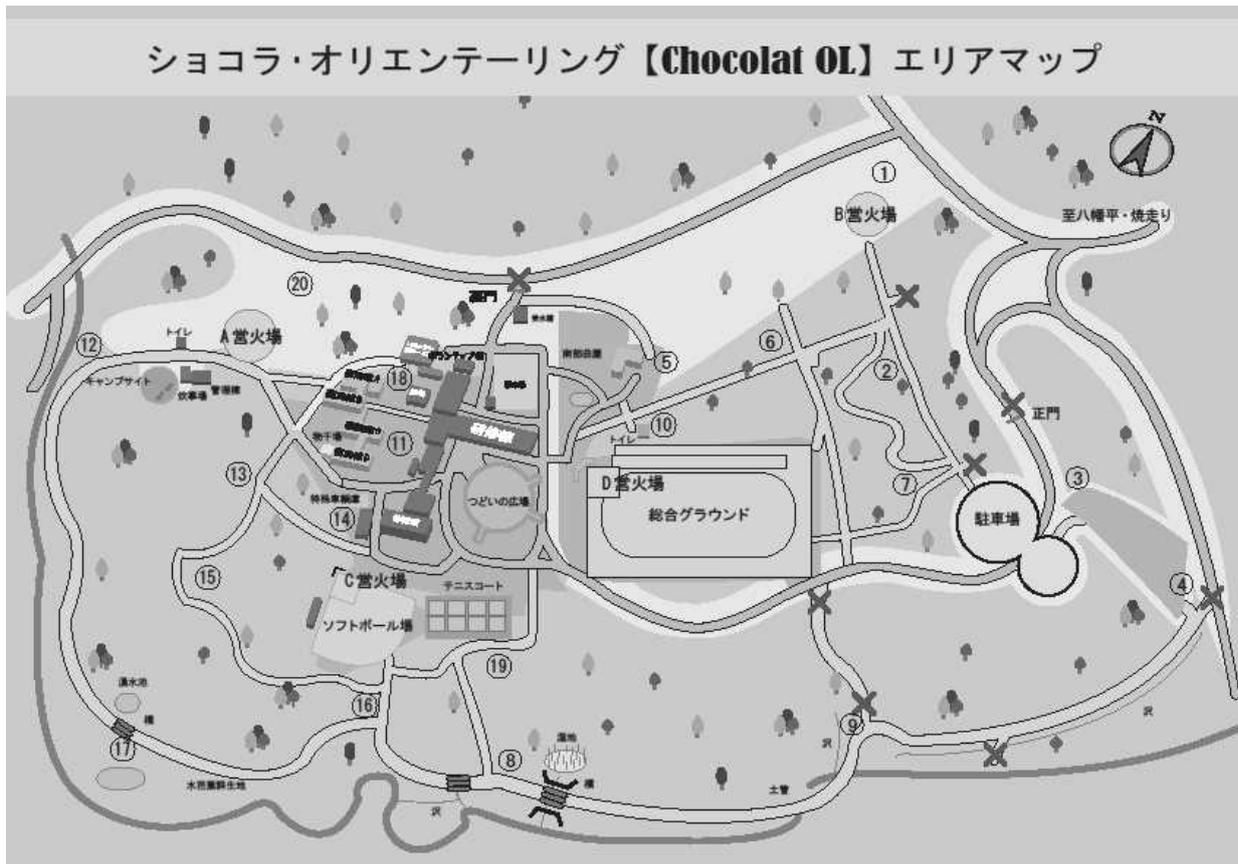
係 名	人 数	役 割
代表責任者	1名	責任者としてスタート・ゴール地点に残り、全体の総括、指揮、連絡にあたる。
スタート・ゴール係	1~2名	つどいの広場で、計時、記録、集計、順位の設定を行う。
パトロール係	数名	コースを巡回し安全と事故防止に努め、緊急時の救援等にあたる。

6 活動の流れ

活動の流れ	内 容
ルール説明	<ul style="list-style-type: none"> ・つどいの広場やホールで、ルール、安全管理について全体説明 ・地図、ゼッケン、熊鈴等の貸出
活動開始	<ul style="list-style-type: none"> ・一斉スタート（パトロール係は巡回指導）
活動終了	<ul style="list-style-type: none"> ・全員ゴールを確認し、事務室へ報告、採点 ・終了後、借用物品を事務室に返却

7 実施上の留意点

- (1) グループでまとまって行動し、バラバラにならないように事前指導を徹底してください。
- (2) 参加者の健康状態を把握してください。
- (3) あらかじめ最終到着時刻を示し、時間内に参加者全員をゴールさせてください。
(最終到着時刻を30分経過しても戻らない場合は、事務室へ連絡してください。)
- (4) 野外にふさわしい格好で活動してください。
- (5) 熊鈴等の紛失・破損の場合は、弁償していただきますので予めご了承ください。



ディスクゴルフ

1 活動のねらい

仲間と協力し、創意工夫しながら競技を楽しむことで、グループ内でのコミュニケーションの促進を図り、親睦を深めることができます。

2 活動の概要

年齢を問わず、手軽に楽しめる軽スポーツです。ディスクを投げ、ホールポスト（金属性のスタンド）に、いかに少ない投数で入れられるかを競い合います。

3 人数・時間・場所

- (1) 人数 50名以内
- (2) 期間 5月～10月
- (3) 時間 2時間程度
- (4) 場所 交流の家敷地内（バス車庫前に集合して、スタート）



4 準備する物

区分	内 容
団 体	・雨具 ・帽子 ・水筒など（水分補給用） ・タオル
交流の家	・コース図 ・スコア表 ・筆記用具（各班1） ・ディスク …車庫前

5 引率者の役割分担

係 名	人数	役 割
代表責任者	1名	責任者として、全体の総括、指揮、連絡にあたる。
パトロール係	数名	コースを巡回し安全と事故防止に努める。

6 活動の流れ

活動の流れ	内 容
物品借用	・代表者が、コース図・スコア表、用具（ディスク、かご）を借用
ルール説明	・代表者がスタート地点で、ルール、安全管理について全体説明
活動開始	・競技（パトロール係は巡回指導）
活動終了	・全員ゴールを確認し、事務室へ報告（用具は、車庫へ） ・職員立ち会いのもと、借用物品を確認し、返却

7 実施上の留意点

草むらや林の中では、危険箇所や危険な動植物に十分注意してください。

運 動 会

1 活動のねらい

集団のコミュニケーション力向上に有効な種目を仲間とともに取り組むことで一体感や達成感を育みます。

2 活動の概要

実施可能な種目は11種目であり、その中から選択して実施します。団体ごとのねらいや人数構成などを考えて選んでいただいで結構です。また、団体の発案した種目を行っても構いません。

実施可能な種目（魔法のじゅうたん・大玉渡し・大玉転がし・玉入れ・綱引き・台風の目
段ボール運びリレー・ムカデ競走・30人31脚・長縄チャレンジ・借り物競走）

3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 100名程度まで（1グループ10名程度）
- (2) **対象** 小学生～大人まで
- (3) **期間** 年間を通して実施可能
- (4) **時間** 2～4時間程度（種目数による）
- (5) **場所** 晴天時：グラウンド
荒天時：体育館又はホール



4 準備する物

区 分	内 容
団 体	・虫よけ・虫さされの薬（グラウンドで実施の場合）
個 人	・運動着・帽子・タオル・運動靴等 ・必要に応じて水分
交 流 の 家	・大玉・玉入れ一式・綱引き用綱・キャタピラー用段ボール・大縄・マーカー ・ムカデ用結束バンド・ビブス・電子ホイッスル・ピストル・バトン・アンブ ・ストップウォッチ、運動会用BGMのCD等

5 役割分担

係 名	人 数	役 割
運営・審判係	1～2名	ルールの説明、用具の配布、出発合図等
アナウンス係	1～2名	運動会中の呼び出しや実況中継を行う
得点・用具係	複数名	用具の準備や対抗戦の得点を記録する

6 活動の流れ

活動の流れ	内 容
物 品 借 用	・実施種目の決定及び実施種目の用具借用
ルール説明	・開会式、準備運動、ルール、安全管理について全体説明
待機場所へ移動	・待機場所で作戦会議
活 動 開 始	・種目実施
活 動 終 了	・種目実施終了後、事務室へ報告 ・借用物品を返却

7 実施上の留意点

- (1) 十分に準備運動を行ってから活動に入ってください。
- (2) グラウンドでの実施の場合は、虫よけスプレーのご準備をおすすめします。
- (3) 運営に関わる資料（挨拶、進行表など）は、ホームページ上に掲載しています。

キャンプファイヤー

1 活動のねらい

活動をともにした仲間と炎を囲み、自己を見つめ直したり、協力することの大切さを考えたりするふりかえりの機会とします。

2 活動の概要

闇を照らす炎の神秘的な灯りの中で、火を迎え・送るセレモニー、炎を囲み演じるスタンツとレクリエーションをとおり、参加者の仲間意識を深め、感動と思い出を刻む活動です。

3 人数(場所)・時間

- (1) 人数(場所) 200名程度(A 営火場:電源あり)
100名程度(B 営火場:電源なし)
50名程度(C・D 営火場:電源あり)
※C 営火場:ソフトボールグラウンド
※D 営火場:グラウンド
- (2) 期間 5月~10月
- (3) 時間 1時間~2時間程度(18:30~20:30頃まで)



4 指導の依頼について

希望する団体は、進行・レクリエーションの指導を依頼することができます。依頼を希望する場合は、利用申込書と一緒に「指導依頼申込書」(ホームページ上に掲載)を提出してください。

指導料は、講師1名につき7,700円(1時間30分)です。活動終了後に現金、コンビニ支払い又は銀行振り込みのいずれかで支払いをしてください。

5 準備する物

区分	内容	備考
団体	・薪, マッチ, トーチ ・懐中電灯 ・営火長の衣装 ・音楽CD等	・薪セットは売店で購入可
貸出できるもの	・放送機器(CDプレーヤー, マイク等) ・延長コード ・貸し出し用営火長の衣装 (4セットまであります。)	

【薪セット料金】

種類	内容	人数	金額
キャンプファイヤー 大セット	・丸太20本(長さ90cm程度) ・薪3束 ・灯油1㍗ ・2時間程度の活動向け	100名以上	5,750円
キャンプファイヤー 中セット	・丸太16本(長さ90cm程度) ・薪2束 ・灯油1㍗ ・1時間~1.5時間程度の活動向け	100名以下	4,740円
たき火セット (灯油はつきません)	・たきつけ薪1束 ・小割薪2束	小グループ (10名程度)	1,380円

6 引率者の役割分担

項 目	内 容
健康観察	参加者の健康状態を把握する。
安全対策	火の取り扱い，後片付けに注意を喚起する。
事故発生時の対処	けがや事故が発生した場合は，直ちに事務室に連絡する。

7 活動の流れ

活動の流れ		内 容	備 考
事前	指導依頼	・「指導依頼申込書」（指導依頼の場合）	・利用申込書と一緒に提出
当日	会場準備	・営火場に業者が薪を搬入する。 ・自分たちで薪を井桁に組み上げる。 ・火床から5m以上離れた場所に丸太イスを置いて座席を設置する。（C, D営火場） ・放送機器等を，事務室で借りる。	
	活動実施	・営火（儀式，レクリエーション等）	
	活動の終了	・営火場の消火(水をかけ消火)を確認する。 ・事務室に終了した旨を連絡する。 ・借用物品を返却する。	
翌日	後 始 末	・朝の清掃時，残り火の完全消火を確認する。 ・灰と燃え残りは，土のう袋に入れて灯油の空容器と一緒に <u>指定の場所に運ぶ。</u> 〔8(9)に記載〕 ・終了後，事務室に連絡する。	・土のう袋は受付時に受け取る。 ・薪持込の場合，燃え残り等は，団体が持ち帰る。

8 実施上の留意点

- (1) 周辺には外灯が少ないので暗闇で転んでケガ（コンクリートのイスに顔を強打する等）をする可能性があります。実施前後は参加者に注意を呼びかけてください。
- (2) 薪を濡らしてしまうと返品できません。実施の判断に迷う天候の場合は，事前に薪を組まず，実施の直前に組むことをお勧めします。
- (3) 薪を注文している場合は，夕方までに各営火場のそばに設置してある薪置き場に薪を用意しますので，団体で準備を行ってください。
- (4) 雨などで薪を濡らすことのないよう，実施直前に薪を組み上げるようにしてください。（荒天で中止の場合，薪は水に濡れていない・火をつけていない・灯油をかけていない状態での場合は返品可能です。）
- (5) 風向きを考え，火災ややけど等に注意してください。
- (6) 薪は，出来る限り灰になるまで燃やしきるようお願いいたします。
- (7) 燃え残りが出た場合は，水をかけて完全に消火したことを確認してください。
- (8) 薪の燃え残りを入れる袋（土のう袋）は，受付時に事務室で受け取ってください。
- (9) 次の日の朝，燃え残りを土のう袋に入れて，下記の場所に置いてください。

【 土のう袋置き場 】

- A 営火場・・・A 営火場わきのドラム缶のとなり。
- B 営火場・・・B 営火場わきの薪置き場近く。
- C 営火場・・・ソフトボール場倉庫のわき。
- D 営火場・・・グラウンドトイレのわき。

ナイトハイク

1 活動のねらい

夜の森の中を歩くことによって、月の明るさや星の美しさを感じたり、夜の森の物音から夜でも生き物が活動していることに気付いたりすることで感受性を育みます。

2 活動の概要

グループに1つランタン（懐中電灯）を渡し、グループ毎に5分間隔程度で森の中に入ります。コースは15分程度で歩ける距離ですので、コース上にライトを消すゾーンや、立ち止まって森の音を聞くゾーンを設定します。

3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 60名程度まで（1グループ6名程度）
- (2) **対象** 小学生以上
- (3) **期間** 4月下旬～12月上旬
- (4) **時間** 1時間程度
- (5) **場所** キャンプ場～C営火場まで
曲り家～B営火場まで



4 準備する物

区分	内容
団体	・虫よけ、虫さされの薬、懐中電灯
個人	・帽子、タオル等、マスク ・必要に応じて懐中電灯
交流の家	・ランタン ・熊鈴（必要に応じて） ・ヘッドライト（必要に応じて）

5 引率者の役割分担

係名	人数	役割
スタート係	1～2名	ルールの説明、用具の配布、出発合図等
ゴール係	1名	用具の返却等
パトロール係	数名	コースのパトロール、安全指導

6 活動の流れ

活動の流れ	内容
物品借用	・ランタン等の借用
ルール説明	・ルール、安全管理について全体説明
移動	・スタート地点（キャンプ場またはC営火場、曲り家またはB営火場）へ移動
活動開始	・5分間隔でスタート ・パトロール係は予めコースを下見（ピストルで熊よけをする）及び巡回指導を行う。 ・安全管理ポイントを決め、引率者が待機する。
活動終了	・全員のゴールを確認し、事務室へ報告 ・終了後、借用物品を返却

7 実施上の留意点

- (1) 草むらや林の中では、危険な動植物に十分注意して活動してください。
- (2) 動物のいる場所におじゃまするという気持ちで、大声をあげたり、驚かせて騒いだりという活動に終始しないように心がけましょう。（懐中電灯に赤いセロファンをつけたりすると、動物の目にやさしくなります。）

ス ポ ー ツ 雪 合 戦

1 活動のねらい

対戦式のゲームをしながら、状況判断力や精神力などを養い、協力や友愛などの好ましい人間関係の育成を図ります。

2 活動の概要

雪遊びの延長として楽しめるものであると同時に、チームワークも必要な戦術性の高いゲームです。相手チーム全員に雪玉を当てるか、相手コートにあるフラッグを取るかで勝敗が決まります。3セットマッチ（1セット3分、2セット先取で勝ち）



3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 14名以上（1チーム7～10名×2チーム）
- (2) **期間** 1月～2月（室内用のスポーツ雪合戦については通年で利用できます）
- (3) **時間** 1～3時間程度（チーム数による）
- (4) **場所** テニスコート

4 準備する物

区 分	内 容
団 体	・防寒着・防寒具
交流の家	・シェルター・雪玉製造機・ヘルメット・フラッグ・ストップウォッチ

5 活動の流れ

活動の流れ	内 容
物品借用 準備	・代表者が、シェルター、雪玉製造機、ヘルメット、ストップウォッチを借用 ・会場でコートの整備：シェルターの位置の確認、フラッグの設置 ・ルール確認、準備体操
活動	・自主活動
活動終了	・活動場所の復元と片付け ・職員立ち会いのもと、借用物品を確認し、返却

スノーシューで出かけよう

1 活動のねらい

雪上活動を楽しみながら、自然の中で五感を使って感受性を育むことができます。

2 活動の概要

スノーシューを履いて冬の山林を歩きながら、動物の足跡を探したり樹木観察をしたりします。

3 人数・時間・場所

- (1) 人数 60名程度まで
- (2) 対象 幼児・小学生以上
- (3) 期間 1月～2月
- (4) 時間 1～2時間
- (5) 場所 交流の家敷地内

4 準備する物

区分	内容	備考									
団体	・救急用品										
個人	・防寒着・帽子・手袋・水筒・リュック・長靴・タオル等	・必ず準備のこと									
交流の家	・希望する団体には下記の用具を貸し出し <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <tr> <td>スノーシュー</td> <td>～90kg</td> <td>20足</td> </tr> <tr> <td></td> <td>～60kg</td> <td>57足</td> </tr> <tr> <td></td> <td>～40kg</td> <td>40足</td> </tr> </table> ・ストック	スノーシュー	～90kg	20足		～60kg	57足		～40kg	40足	・利用申込書と同時に借りる数を申し出る ・乾燥室から搬出入する
スノーシュー	～90kg	20足									
	～60kg	57足									
	～40kg	40足									

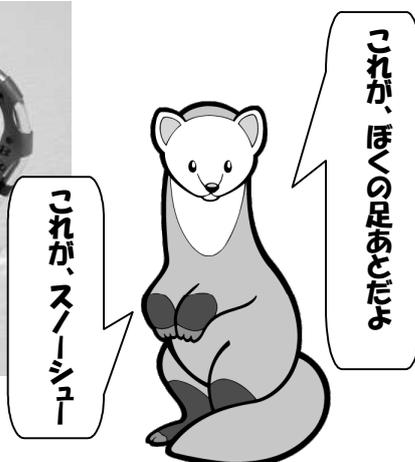
5 活動内容

- (1) スノーシューをつけ、歩いてみる。
- (2) 森の中に入り、樹木観察（樹皮や冬芽の観察）や動物の足跡を探す活動を行う。
- (3) 森の中で見つけたものについて、みんなでふりかえる。

6 実施上の留意点

天候により、実施できない場合があります。

あらかじめ、中止時の活動計画を決めておいてください。



クロスカントリースキー

1 活動のねらい

雪原の森の中に設定された、変化に富んだ地形のコースをクロスカントリースキーで走ることによって持久力の向上を図ることができます。コースには、自然の雄大さを感じられる木々があり、爽快に走ることができます。

2 活動の概要

準備運動を行い、クロスカントリースキーをはいて自分のペースで走ります。個人の持久力や目的に合わせて変更することができます。

3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 2～50名程度まで
- (2) **対象** 小学生以上（幼児は保護者同伴）
- (3) **期間** 12月下旬～3月上旬（積雪時）
- (4) **時間** 2～3時間程度
(9:00～15:00)
- (5) **場所** グラウンド～
オリエンテーリングコース含む
(コース図右)



4 準備する物

区分	内容
団体	・クロスカントリースキー用具一式
個人	・防寒具・帽子・タオル等・水筒など（水分補給用）
交流の家	・コース図・ビブス

5 引率者の役割分担

係名	人数	役割
スタート係	1～2名	ルールの説明, 用具の配布, 出発合図等
ゴール係	1名	用具の返却等
パトロール係	数名	コースのパトロール, 安全指導

6 活動の流れ

活動の流れ	内容
物品借用	・コース図やビブス等の借用
ルール説明	・ルール, 安全管理について説明
移動	・スタート地点（グラウンド）へ移動
活動開始	・コースを下見 ・パトロール係は巡回指導
活動終了	・全員のゴールを確認し, 事務室へ報告 ・終了後, 借用物品を返却

7 実施上の留意点

- (1) そり滑り場を他団体が使用している場合もありますので、気をつけて走行してください。
- (2) コース上は平坦ではありませんので、十分に準備運動を行ってから実施してください。
- (3) 実施を希望される場合は、コース整備の関係もありますので1週間前までにご連絡をお願いします。

そりあそび

1 活動のねらい

冬の自然と直接触れ合いながら、寒さに負けず、外で楽しく遊びます。

2 活動の概要

そりすべり場でそり遊びやスノーチューブを使ったすべりを楽しみます。

3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 各コースそれぞれ 50 名程度まで
- (2) **対象** 幼児以上
- (3) **期間** 1月～2月
- (4) **時間** 1～2時間
- (5) **場所** そりすべり場 (A・Bコース)
※防護ネットで仕切っている



4 活動の流れ

活動の流れ	利用団体の動き	交流の家の対応
準備	<ul style="list-style-type: none"> ・代表者は用具借用を事務室で話し、曲り家から用具を借りる。 ・そりすべり場に移動し、職員から説明等を受ける。 ・団体代表者による試走 ・準備運動 	<ul style="list-style-type: none"> ・貸出物品 ①そり 60個まで ②スノーチューブ 20個まで ③カラーコーン(目印用) ・滑り方、安全について全体指導
活動	<ul style="list-style-type: none"> ・自主活動 	
終了	<ul style="list-style-type: none"> ・用具を後始末し、曲り家へ返却 ・事務室に報告 	



5 実施上の留意点

- (1) 安全管理に十分配慮して活動する必要があります。そのため、引率・保護者が複数名必要です。引率者・保護者が活動前に必ず試走を行ってください。
- (2) けが防止のため、活動中は帽子・手袋を着用してください。

テンチャれんじピック

1 活動のねらい

手軽に各種目を楽しみながら、チームや仲間同士のコミュニケーションを深めることができます。

2 活動の概要

性別・年齢・運動技能に関係なく、誰でも高得点を狙えるチャンスのある種目です。以下の20種目から選択します。

《種目一覧》

- | | | | |
|-------------|------------|----------|------------|
| ①ストラックアウト | ②ペットボウリング | ③空きカンつみ | ④割りばしダーツ |
| ⑤スリッパとばし | ⑥洗面器たわし投げ | ⑦ビーズ皿うつし | ⑧長縄跳び |
| ⑨ペットボトルつみ | ⑩CDこま回し | ⑪コロコロCD | ⑫いも虫20m走 |
| ⑬かさバランス | ⑭紙ちぎりのばし | ⑮ゾロ目出し | ⑯エスパーさいころ |
| ⑰キャップ積みバランス | ⑱バウンドバスケット | ⑲鉛筆たて | ⑳ボールリフティング |

※各種目のルールの説明書は、それぞれの用具箱に入っています。ホームページにも掲載されています。

3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 100名以内（1チーム5～10名以内）
- (2) **期間** 通年
- (3) **時間** 1～2時間
- (4) **場所** 体育館、ホール、等



4 準備する物

区分	内容
団体	・運動に適した服装・筆記用具
交流の家	・ゼッケン・チーム成績用紙 ・テンチャれんじピックの用具セット・ストップウォッチ

5 活動の流れ

活動の流れ	内容
準備	・代表者は事務室から用具、ルール説明書、成績用紙を受け取る。 ・会場で各種目の用具を設置する。 ・準備運動。
活動	・自主活動。 ※ルールの説明、審判は団体で行う。 ・10分を目安にローテーションする。 ・結果をチームの成績表に書く。
終了	・全部の種目を全てのグループが終了。 ・チームの合計得点発表。 ・会場の復元と清掃。用具を後始末し、事務室へ返却。

6 実施上の留意点

事前に実施種目を選択してください。日程調整の際に確認させていただきます。

忍 者 ☆ 大 作 戦 ！ ！

1 活動のねらい

体全体を使いながら遊び、「体を動かすのは楽しいな」と感じさせるとともに、幼児期に身に付けたい多様な動きの獲得や、体力・運動能力の基礎を培います。

2 活動の概要

ダンボール遊具や忍者ランド（あそび遊具）を設置し、遊びます。

3 人数・時間・場所

- (1) 人数 1度に活動するのに適した人数は20名～30名程度です。
- (2) 対象 幼児
- (3) 期間 通年
- (4) 時間 団体の設定時間で実施 *ダンボール迷路を設置する場合は設置20分、片付け20分程度かかります。
- (5) 場所 ホール(17m×17m)、体育館(21m×32m)、卓球場(10m×16m)(10m×8m)

4 事前準備について

実施日の3日前までに、遊具配置計画（ホームページ上に掲載）をメールで提出していただき、打合せ・相談を行います。交流の家職員は、計画に基づいて用具設置と片付けのサポートをします。

5 準備する物

区 分	内 容
団 体 (個人)	・遊具配置計画 ・マスク ・上履き（運動をするので、スリッパやサンダルは不可） ・水筒など（水分補給用）・汗ふきタオル *Tシャツ1枚で忍者に変身できます。
交流の家	・遊具配置計画で選択された遊具 ・遊具を設置するために必要なもの ・マスター忍者認定証

6 活動の流れ

活動の流れ	内 容
遊具設置	・団体と岩手山職員で遊具配置計画に基づいて遊具を設置 (幼児の活動開始時刻より前に、団体の方が来所しての設置開始も可能です) ・マスター忍者認定証を幼児の人数分受け取る
約束の確認	・遊具の入り口や出口、何人まで入っていいのか、進行方向、回数等を確認
活動開始	・約束を守って活動
活動終了	・マスター忍者認定証を渡してください。 ・遊具を片付けるときに、事務室に声をかけてください。 (遊具の消毒をお願いします)

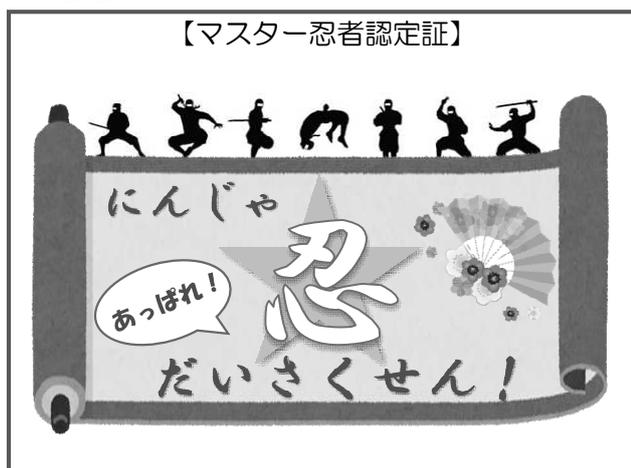
7 実施上の留意点

- (1) 遊具の入り口や出口，何人まで入っているのか（密にならないように），進行方向，回数等の細かい約束は，各団体で設定して確認して，安全に実施してください。
- (2) 遊具により，人が押えたり持ったりしなければならぬものもあるので，遊具を選択するときに下記の表を参考にして決定してください。ホールの広さは17m×17mです。

	ダンボール遊具	忍者ランド遊具名	必要スペース	かかる人手 ()は忍者ランド	身に付く動き
1		みえみえトンネル	3m×2m	(1)	はう くぐる たつ
2	迷路		3.5m×3.5m	0	はう くぐる たつ
3	平均台	綱渡りの術	3m×1m	1 (0)	わたる あるく
4	ぴよんぴよん	クモの巣渡り	3m×3m	0 (4)	とぶ はねる
5	刀抜き		2m×2m	0	ひく
6	すれすれアスレチック	水とんの術	3m×3m	0 (4)	はう くぐる たつ
7		手裏剣ダー	3m×3m	(0)	あてる なげる
8	箱つみ		5m×5m	1	もつ はこぶ ささえる おさえる わたす つむ たおす
9	キャタピラー		2m×5m	1	はう
10		技みがきジャンプ	2m×2m	(2)	とぶ はねる
11		岩転がりの術	1m×3m	(0)	まわる おきる たつ
12		縄抜けの術	2m×2m	(0)	くぐる
13		壁抜けの術	2m×2m	(2)	とぶ はねる

*「クモの巣渡り」と「水とんの術」の人手は，カラーコーンにかえることができます。

8 参考



館内オリエンテーリング

1 活動のねらい

グループづくり、仲間づくりのための活動です。野外で活動ができない時の代替プログラムとしても活用できます。

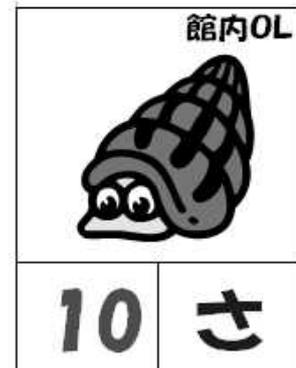
2 活動の概要

館内に50枚のチェックカードが設置してあり、動物の絵がかいてあります。

グループで館内地図を見ながらチェックカードを探し、決められた時間内で動物や昆虫などの名前をより多く解答する活動です。

3 人数・時間・場所

- (1) 人数 100名程度まで（1グループ5名程度）
- (2) 対象 小学生以上（引率者同伴で、幼児も可）
- (3) 期間 通年
- (4) 時間 1～2時間
- (5) 場所 交流の家館内



4 準備する物

区分	内容
交流の家	・解答用紙 ・解答表 ・館内地図 ・筆記用具

5 引率者の役割分担

係名	人数	役割
責任者	1名	責任者として、全体の総括、指揮、連絡にあたる
スタート・ゴール係	1～2名	記録、集計、順位の決定を行う
パトロール係	数名	館内を巡回し、安全と事故防止に努める

6 活動の流れ

活動の流れ	内容
ルール説明	・ホールや研修室等で、ルールについて全体説明（希望による） ・館内地図、解答用紙等の貸出
活動開始	・一斉スタート ・パトロール係は巡回指導
活動終了	・ゴール後、解答用紙に到着時間を記入し、採点 ・班毎に全員ゴールを確認し、事務室へ報告 ・終了後、借用物品を返却

7 実施上の留意点

- (1) グループでまとまって行動し、バラバラにならないように事前指導を徹底してください。
- (2) 館内では、他団体の研修の迷惑にならないように走り回ったり大声を出したりしないでください。

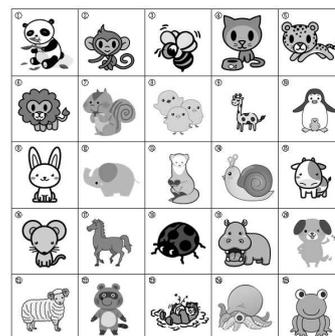
館内オリエンテーリング（幼児用）

1 活動のねらい

グループづくり，仲間づくりのための活動です。野外で活動ができない時の代替プログラムとしても活用できます。

2 活動の概要

館内に25枚のチェックカードが設置してあり，動物や昆虫の絵がかいてあります。グループで館内地図を見ながら，チェックカードを探し，プリントにかいてある対応する絵柄に丸を付けていきます。プリントは5×5のビンゴカード形式になっているので，チェックカードを見つけるのと同時に，列をそろえてビンゴゲームを行っていきます。



3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 50名程度まで（1グループ5～8名程度）
- (2) **対象** 幼児以上（引率者同伴）
- (3) **期間** 通年
- (4) **時間** 1～2時間
- (5) **場所** 交流の家館内

4 準備する物

区 分	内 容
交流の家	・ 解答用紙（図柄プリント用紙） ・ 館内地図 ・ 筆記用具

5 引率者の役割分担

係 名	人数	役 割
責任者	1名	責任者として，全体の総括，指揮，連絡にあたる
スタート・ゴール係	1～2名	記録，集計，順位の決定を行う
パトロール係	数名	館内を巡回し，安全と事故防止に努める

6 活動の流れ

活動の流れ	内 容
ルール説明	<ul style="list-style-type: none"> ・ ホールや研修室等で，ルールについて全体説明（希望による） ・ 館内地図，解答用紙（図柄プリント用紙）等の貸出
活動開始	<ul style="list-style-type: none"> ・ 一斉スタート ・ パトロール係は巡回指導
活動終了	<ul style="list-style-type: none"> ・ ゴール後，解答用紙に到着時間を記入し，採点 ・ 班毎に全員ゴールを確認し，事務室へ報告 ・ 終了後，借用物品を返却

7 実施上の留意点

- (1) グループでまとまって行動し，バラバラにならないように事前指導を徹底してください。
- (2) 館内では，他団体の研修の迷惑にならないように走り回ったり大声を出したりしないでください。

レクリエーション

1 活動のねらい

レクリエーション活動を通して、人間関係を構築したりや仲間との交流を深めたりして団体の親睦を図ります。

2 活動の概要

団体やグループ毎の関心・目的に応じて、体操や運動ゲーム、課題解決ゲームなどを行います。参加者が楽しさやふれあいを体験できる活動です。

※主な活動内容（ジャンケンゲーム、クイズ、シンキングゲーム、ラダージェッター、バグゴなど）

3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 200名以内（体育館）
（会場、内容、人数等ご相談ください）
- (2) **対象** 小学生以上
- (3) **期間** 通年
- (4) **時間** 1時間30分
- (5) **場所** 体育館、ホール等



4 指導の依頼について

希望する団体は、レクリエーションの指導を依頼することができます。依頼を希望する場合は、利用申込書と一緒に「指導依頼申込書」（ホームページ上に掲載）を提出してください。

指導料は、講師1名につき7,700円（1時間30分）です。活動終了後に現金、コンビニ支払い又は銀行振り込みのいずれかで支払いをしてください。

5 準備する物

区 分	内 容	備 考
団 体	・「指導依頼申込書」（指導員を依頼する場合）	・利用申込書と合わせて提出
交流の家	・放送機器（CD、マイク等）	

6 活動の流れ

活動の流れ	内 容
事前 打ち合わせ	・指導員を依頼する場合 指導員と団体で、活動内容や詳細についての打ち合わせ
活 動	・指導、体験、ふりかえり
終 了	・終了後、物品返却、指導料の支払い

7 実施上の留意点（指導者を依頼する場合）

- (1) レクリエーションを行う目的を明確にすることが大切です。
- (2) 参加者には積極的に活動するよう事前に指導してください。
- (3) 雨天時の代替プログラムとしての活動はできません。
- (4) 事前に次のことをお知らせください。
 - ① 活動の目的（自己紹介的内容、グループづくり、集団育成 等）
 - ② 参加人数と男女人数比、平均年齢、その他の特徴
 - ③ 伝えておくべき情報（特に障害をもった方がいる場合 等）
 - ④ 実施希望場所
 - ⑤ 形態（椅子に座ったまま、自由に動き回って 等）
 - ⑥ その他の要望（ソングゲームや表現活動をやりたい 等）

キャンドルのつどい

1 活動のねらい

活動を共にした仲間と炎を囲み、協力することの大切さを考えたり、自己を見つめ直したりするふりかえりの機会とします。

2 活動の概要

闇を照らすろうそくの炎の神秘的な灯りの中で、火を迎える・送るセレモニーや炎を囲み演じるスタンツとレクリエーションをとおして、参加者の仲間意識を深め、感動と思い出を刻む活動です。

3 人数・時間・場所

- (1) 人数 200名程度
- (2) 期間 通年
- (3) 時間 1時間30分
- (4) 場所 体育館・ホール・研修室（LEDキャンドル使用）



4 指導の依頼について

希望する団体は、進行・レクリエーションの指導を依頼することができます。依頼を希望する場合は、利用申込書と一緒に「指導依頼申込書」（ホームページ上に掲載）を提出してください。

指導料は、講師1名につき7,700円（1時間30分）です。活動終了後に現金、コンビニ支払い又は銀行振り込みのいずれかで支払いをしてください。

5 準備する物

区分	内 容	備 考
団 体	<ul style="list-style-type: none"> ・ろうそく（色付きは不可）・マッチ等 ・営火長の衣装 ・音楽CD等 ・懐中電灯 ・「指導依頼申込書」（指導依頼の場合） 	<ul style="list-style-type: none"> ・ろうそくは売店で購入可（小：10円、中：250円） ・LEDキャンドルの貸出可能（大6個、小200個） ・利用申込書と一緒に提出 ※「利用のてびき」参照
交流の家	<ul style="list-style-type: none"> ・燭台（キャンドル用2、LED用2） ・ブルーシート（燭台の下に敷く） ・音響設備（CDラジカセ、マイク等） 	<ul style="list-style-type: none"> ・キャンドル用燭台 体育館燭台（大）釘300本 ホール燭台（中）釘300本 ・LEDキャンドル用燭台 ホール燭台（大）4段 研修室燭台（中）4段



LEDキャンドル



ろうそく用燭台

6 引率者の役割分担

項 目	内 容
安全対策	火の取り扱い、後片付けに注意を喚起する
事故発生時の対処	けがや事故が発生した場合は、直ちに事務室に連絡する
後片づけの徹底	床に落ちたろうそくをとる

7 活動の流れ

活動の流れ	内 容
会場の準備	<ul style="list-style-type: none"> ・会場にブルーシートを敷き、燭台を運び、ろうそくを立てる。 ・音響機器の使用方法を確認する。
活動実施	<ul style="list-style-type: none"> ・キャンドルのつどい（儀式、レクリエーション等）
活動の終了	<ul style="list-style-type: none"> ・会場の後始末をする。 ・事務室に終了した旨を連絡する。 ・借用物品を返却する。 ・講師を依頼した場合は、指導料を支払う。

8 実施上の留意点

やけどしないよう十分注意し、実施後は完全に消火したことを確認してください。

キャップハンディ体験

1 活動のねらい

障がいをもつ人々に対する理解を深めると同時に、介助の方法を学ぶことができます。障がいをもつ人ももたない人も、地域の中で共に生きることができる社会を実現しようとする意欲と態度を育成します。



2 活動の概要

(1) 車イス（10台）

2人1組となり、1人は車イスに乗り、もう1人が介助者となり、コースを1周します。

3人1組の場合、3人目は観察者となり、気が付いた点を他の2人に伝えます。

(2) 目かくし歩行（白杖50セット）

2人1組となり、1人はアイマスクと白杖を使って体験者となり、もう1人が介助者となります。介助者は自分のひじや肩を体験者につかませ、半歩前を歩き、コースを1周します。

(3) 点字

点字の歴史や読み方を学び、簡易点字器で点字を書く体験をします。

(4) 手話

手話による簡単な挨拶や会話を学びます。

3 人数・時間・場所

活動の種類	人数	対象	活動時間	期間	場所
車イス	30人以内	小学4年生	1時間	通年	交流の家（屋内・屋外）
目かくし歩行	100人以内	以上	1時間		
点字	50人以内	中学生以上	1.5時間	通年	交流の家研修室
手話	100人以内				

※人数、活動時間についてはご相談ください。

4 指導の依頼について

希望する団体は、点字・手話の指導を依頼することができます。依頼を希望する場合は、利用申込書と一緒に「指導依頼申込書」（ホームページ上に掲載）を提出してください。

指導料は、点字・手話それぞれ講師1名につき7,700円（1時間30分）です。活動終了後に現金、コンビニ支払い又は銀行振り込みのいずれかで支払いをしてください。

※目隠し用のタオル等は、各団体でご準備ください。

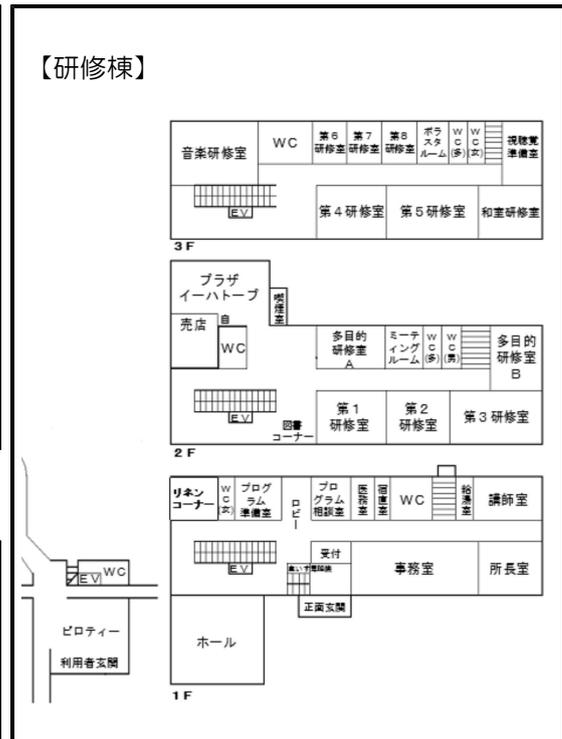
5 活動の流れ（例）

(1) 車イス

活動の流れ	内容
事前準備	・車イスの貸出
集合	・利用者玄関付近に集合
活動	・説明 ・体験 【コース例】 ピロティール→玄関外（スロープ） →エレベーター→障害者用トイレ →ピロティール ・ふりかえり
終了	・終了後、物品返却等

(2) 目かくし歩行

活動の流れ	内容
事前準備	・白杖の貸出
集合	・ホール（研修室）に集合
活動	・説明 ・体験 【コース例】 3階研修室→3階廊下 →音楽研修室前階段→1階廊下 →ホール側階段→3階研修室 ・ふりかえり
終了	・終了後、物品返却等



(3) 点字

活動の流れ	内容
事前準備	・簡易点字器の貸出
集合	・研修室に集合
活動	・説明, 体験, ふりかえり
終了	・終了後、物品返却等

(4) 手話

活動の流れ	内容
集合	・研修室に集合
活動	・説明, 体験, ふりかえり
終了	・終了後、物品返却等

6 実施上の留意点

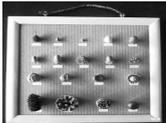
- (1) ねらいを達成させるために、十分な事前指導を行ってください。
- (2) 館内では走り回ったり大声を出したりするなど、他団体の研修の迷惑にならないようにしてください。
- (3) 雨天時の代替プログラムとしては基本的に不可（雨天時は館内で活動する団体が多くなるため）。

焼板・木の実のリース・木の実のコレクション・あけびつるクラフト（表札）

1 活動のねらい

自然素材の優しさ、すばらしさを感じることができます。自らの手で作り上げる喜びを体験することができます。研修の思い出の作品となります。

2 活動の概要

作品	焼板	木の実のリース	木の実のコレクション	あけびつるクラフト（表札）
				
概要	杉の板をガスバーナーで焼き、磨いた後にねじを付けてキーラック（カギ掛け板）を作ります。	つる植物の輪の土台に、グルーガンで木の実等を接着します。	自分の好きな木の実を指定の数だけ、自由に配置することができます。コルクボードの土台に、グルーガンで木の実等を接着し、標本を作ります。	板にあけびのつるを釘で打ち付け、文字や絵などを描いて表札を作ります。
人数	10名～50名	10名～60名	10名～60名	10名～200名
対象	小学生以上			
期間	通年（※指導可能時間は午前9時から午後5時まで）			
時間	1～1.5時間	1時間～	1時間～	約2時間
場所	ピロティー	研修室		
料金 (1個)	550円	880円	660円	770円
その他	<p>※雨天時等の代替プログラムとしても活動できます。</p> <p>★代替プログラムの場合、実施の有無について下記時間までに、交流の家（019-688-4224）へ連絡願います。実施が午前の時の連絡は<u>午前7時まで</u>、午後の時は<u>午前10時まで</u>にお願いします。</p>			

3 指導の依頼について

利用申込書と一緒に「指導依頼申込書」（ホームページ上に掲載）を提出してください。料金は、活動終了後に、現金、コンビニ支払い又は銀行振り込みのいずれかで支払いをしてください。

4 実施上の留意点

活動終了後は、活動場所を清掃してください。

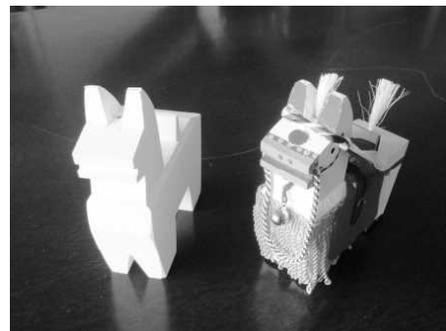
チャグチャグ馬っこ

1 活動のねらい

岩手県の伝統工芸品に触れるとともに、自らの手で作り上げる喜びを体験することができ、研修の思い出の作品となります。

2 活動の概要

馬に形作られた木に、チャグチャグ馬っこの飾り付けをして完成させます。



3 人数・時間・場所・料金

(1) 人数 20名以上100名以内

(2) 対象 小学生以上
※小学生未満は要相談

(3) 期間 通年
※指導可能時間は午前9時から午後5時までですが、雨天時等の代替プログラムとして申し込む場合は午前10時から午後5時までとなります。

(4) 時間 2時間（希望により1.5～2.5時間）
※飾りができあがっているものもあり、選ぶ工程によって活動時間が変わってきます。

(5) 場所 研修室・ホール

(6) 料金 880円

4 指導の依頼について

利用申込書と一緒に「指導依頼申込書」（ホームページ上に掲載）を提出してください。
料金は、活動終了後に、現金、コンビニ支払い又は銀行振り込みのいずれかで支払いをしてください。

5 実施上の留意点

(1) 代替プログラムの場合、実施の有無について下記時間までに交流の家（019-688-4224）へ連絡願います。実施が午前の時の連絡は午前6時30分まで、午後の時は午前10時までをお願いします。

(2) 指導活動終了後は、活動場所を清掃してください。

七 宝 焼

1 活動のねらい

自らの手で作り上げる喜びを体験することができ、研修の思い出の作品となります。

2 活動の概要

銅板に黒の七宝釉薬を焼き付け、銀チラシ、色付けを行います。

※雨天時等の代替プログラムとしては活動できません。

3 人数・時間・場所・料金

- (1) 人数 10～60名程度
- (2) 対象 小学生以上
- (3) 期間 通年
 ※指導可能時間は、午前9時から午後5時までです。
 ※活動開始時刻は、午前は9時、午後は1時30分が原則です。
- (4) 時間 2.5～3時間程度
- (5) 場所 研修室
- (6) 料金 キーホルダー、ペンダント、ネクタイピン、ブローチ
 すべて 1個770円



4 指導の依頼について

利用申込書と一緒に「指導依頼申込書」（ホームページ上に掲載）を提出してください。料金は、活動終了後に、現金、コンビニ支払い又は銀行振り込みのいずれかで支払いをしてください。

5 活動の流れの一例

活動の流れ	内 容
準備	① 一つの班が6人になるように机を並び替えます。
表面処理	① 銅材料表面を耐水サンドペーパーで磨きます。 ② 黒釉薬をはがき2枚分の厚さで銅表面に盛りつけ、水分を取ります。 ③ 焼成（750～800度で1分程度）をします。 ④ 自然に冷却します。
銀箔ちらし	① CMC（薄めののり水）を表面に塗ります。 ② 銀箔をピンセットで表面に張り付けます。 ③ 焼成（750～800度で1分程度）をします。 ④ 自然に冷却します。
色釉薬 盛りつけ	① 全体に色釉薬を盛りつけます。 ② 焼成（750～800度で1分程度）をします。 ③ 自然に冷却します。
金具へ固定	① ボンドで金具に固定して、完成です。
後片づけ	① 道具を返却し、研修室を清掃します。 ② 机を元に戻します。

プラネタリウム作り

1 活動のねらい

身近な素材で、手軽におもちゃを製作することを通して、創作する喜びを味わいます。また、自分が作ったもので遊ぶ楽しさを体験します。

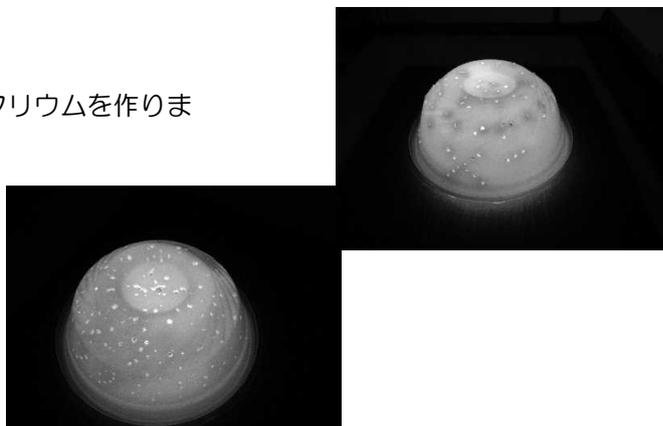
2 活動の概要

発泡スチロール製の容器を材料にして、プラネタリウムを作ります。

3 人数・時間・場所・料金

- (1) 人数 2名～100名程度
- (2) 対象 小学生
- (3) 期間 通年
- (4) 時間 1時間程度
- (5) 場所 室内（研修室等）
- (6) 料金 1個 250円

※活動終了後、事務室で請求書を発行しますので、現金払い、コンビニ払い又は銀行振込のいずれかで支払いをしてください。



4 準備する物

区分	内 容
交流の家	・材料（発泡スチロール製容器と蓋、LEDコインライト） ・用具一式（マジック、竹串、セロテープ）

5 活動の流れ

活動の流れ	内 容
物品借用	・代表者が材料と用具一式を受け取ります。（事務室） ※材料（発泡スチロール製容器と蓋、LEDコインライト） ※用具一式（マジック、竹串、セロテープ）
創作説明	・代表者が創作の手順、安全管理について全体に説明します。
創作開始	・創作（引率者は安全について観察）
活動終了	・用具一式がそろっているかを確認します。 ・研修場所を清掃します。 ・借用物品を確認し、事務室に返却します。

6 実施上の留意点

竹串の取り扱いに注意してください。

自然物のクラフト

1 活動のねらい

自然素材を使って、感じたことや想像したことを表現することで感受性を養います。

2 活動の概要

いろいろな種類の落ち葉やドングリを採集し、落ち葉を画用紙に貼り付けて絵に表したり、ドングリでコマや好きなキャラクターを作ったりします。

3 人数・時間・場所・料金

- (1) **人数** 各活動とも100名程度まで
- (2) **対象** 幼児・小学生
- (3) **期間** 秋
- (4) **時間** 1～2時間程度
- (5) **場所** 研修室
- (6) **料金** 無料



4 準備する物

区 分		内 容
落ち葉のクラフト	団 体	・画用紙
	交流の家	・木工用ボンド ・はさみ ・マジック ・クレヨン
ドングリクラフト	団 体	・爪楊枝
	交流の家	・木工用ボンド ・画鋸 ・マジック ・ホットボンド ・はさみ

5 活動の流れ

落ち葉のクラフト	ドングリクラフト
<ul style="list-style-type: none"> ① 屋外で落ち葉やドングリを採集します。(30分～1時間程度) ② 交流の家事務室にて貸出用具を受け取り、研修室に集まります。 ③ 画用紙の上でどのような絵にするか構想を練ります。 ④ 落ち葉の裏にボンドをつけ画用紙に貼り付けます。葉の置く場所や組み合わせを工夫したり、はさみで形を切り取ったり、表現を工夫します。 ⑤ 必要に応じてマジックやクレヨンで付け足します。 ⑥ 研修室を清掃し、貸出物品を返却します。 	<ul style="list-style-type: none"> ① 屋外でドングリを採集します。(曲り家周辺やテニスコート付近で採集できます) ② 交流の家事務室にて貸出用具を受け取り、研修室に集まります。 ③ ドングリの帽子の側に画鋸で穴を空け爪楊枝を刺します。 ④ 爪楊枝をちょうど良い長さに切るとコマの完成です。 ⑤ 爪楊枝を切らずに手に持ち、マジックなどで色をつけるとキャラクターなどが作れます。 ⑥ 必要に応じて採取した枝やドングリ同士をホットボンドで接着させることも可能です。 ⑦ 研修室を清掃し、貸出物品を返却します。

ファーストエイド・オリエンテーリング (5年体育科 保健領域)

1 活動のねらい

※小学校5年生体育科保健領域に関連付けたプログラムであり、教科として扱う場合は「学びのねらい」

自然の中で、危険予測・回避やけがに対するの応急手当の方法を体験（学び）しながら身に付けることができるとともに、グループ内でのコミュニケーションの促進を図り、親睦を深めることができます。

2 活動の概要

地図を使い、コース内にある自然物や人工物、自然立地条件を活用し、それぞれの課題に沿った応急手当をしながら、課題をクリアする活動です。交流の家では、一斉スタートで行います。

10カ所のチェックポイント（CP）において、学習で得た知識や生活経験をもとに、危険の予測や回避の方法、けがなどの適切な手当の方法を考えたり選んだりして、実際の場面に近い状況で体験してきます。

3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 80名程度 ※要相談
- (2) **対象** 小学5年生以上
- (3) **期間** 5月～10月
- (4) **時間** 3時間程度
- (5) **場所** 交流の家敷地内（スタートとゴールはつどいの広場）



4 準備する物

区分	内 容
個人	<ul style="list-style-type: none"> ・腕時計（グループで1個） ・雨具 ・帽子 ・軍手 ・マスク ・水筒など（水分補給用） ・タオル ・探検バッグ ・筆記用具
交流の家	<ul style="list-style-type: none"> ・ファーストエイドOL用地図（ラミネートしたもの） ・筆記用具 ・熊鈴（各班1個） ・ゼッケン（各班1枚） ・ワークシート ・ナップザック （絆創膏,500mlペットボトル,新聞紙,タオル,ポイズンリムーバー,ビニール袋） ・マウンテンバイク（パトロール用）…ヘルメット着用 ・無線機（事務室との連絡用）

5 引率者の役割分担

係 名	人数	役 割
代表責任者	1名	責任者としてスタート・ゴール地点に残り、全体の総括、指揮、連絡にあたる。
CP5のチェック係	1名	グラウンドに降りる階段の所に立ち、大声が聞こえたら旗を振る。
パトロール係	数名	コースを巡回し安全と事故防止に努め、緊急時の救援等にあたる。

6 活動の流れ

学びの流れ	内 容
ルール説明	<ul style="list-style-type: none"> ・つどいの広場やホールで、めあての確認、ルール、安全管理について全体説明 ・ワークシートの配付 ・地図、ゼッケン、熊鈴、ナップザック等の貸出、
活動開始	<ul style="list-style-type: none"> ・一斉スタート ・パトロール係は巡回指導
活動終了	<ul style="list-style-type: none"> ・全員のゴールを確認し、事務室へ報告 ・交流の家職員によるふりかえり活動 ・終了後、借用物品を事務室に返却

7 実施上の留意点

- (1) グループでまとまって行動し、バラバラにならないように事前指導を徹底してください。
- (2) 参加者の健康状態を把握してください。
- (3) 道路を横断するので、交通ルールやマナーを守らせてください。
- (4) あらかじめ最終到着時刻を示し、時間内に参加者全員をゴールさせてください。
(最終到着時刻30分経過しても戻らない場合は、事務室へ連絡してください。)
- (5) 野外にふさわしい格好で活動してください。
- (6) 熊鈴等の紛失・破損の場合は、弁償していただきますので予めご了承ください。

☆ワークシート

ファーストエイド・オリエンテーリング	
名前	
課題：野外での危険を予測し、発生した時の適切な対応や手当を学ぼう。	
<small>(CP1～4:自然の中で起こりうる危険とその対応についてです。) CP5～7:非常事態が起きた時の対応で身につけておきたい技です。 CP8～10:身近な怪けとその手当の仕方です。</small>	
★各CP(チェックポイント)での指令は、基本的には全員が体験しますが、CP2・3・4・8・9・10については、手当をする人とされる人を決めて行います。 ★1つのCPに在る時間は5分くらいで、次のCPへ移動できるようにします。	
CP1:クマと出合ってしまった。あなたならどうしますか？ ○をつけましょう。	正解は
①クマに背中を向けて歩いて逃げる。 ②クマの目を見ながらゆっくりはなれる。 ③クマがこわいので大声を出して助けを求める。	
指令を体験した感想:	
CP2:ハチが飛んできました。あなたならどうしますか？ ○をつけましょう。	正解は
さされた人() 手当する人() ①ハチにものを投げつける。 ②ハチからはなれるために走って逃げる。 ③ハチより低い姿勢でゆっくりとその場をはなれる。	
指令を体験した感想:	
CP3:へびに刺さってしまいました。あなたならどうしますか？ ○をつけましょう。	正解は
かまれた人() 手当する人() ①かまれたところよりも心臓に近いところをしぼる。 ②かまれたところを手ぬぐいでしぼる。 ③かまれたところの毒を口で吸ってはいけません。	
指令を体験した感想:	
CP4:ウルシにさわってしまいました。あなたならどうしますか？ 考えを書きましょう。	正解は
さわった人() 手当する人() 自分なら:	

CP5:200m 先まで聞こえる大声を出す！！先生に聞こえたら○をつけましょう。	先生に聞こえた
指令 看板の前で立ち、「つどいの広場」にいる先生に向かって「〇〇組とみんなで叫んでみましょう。 先生に聞こえたら、先生が旗をふってください。非常時に助けをもとめるには大声を出さなければなりません。	
CP6:水入りのポリタンクをラクラク持ち上げるには、どの方法がいいでしょうか？ ○をつけましょう。	正解は
①ひざを曲げて、息を止めて持ち上げる。 ②ひざを曲げて、うでを体のわきからはなして持ち上げる。 ③ひざを曲げて、うでを体のわきにくっつけて持ち上げる。 ※実際に3つの方法をためしてみよう。ちがいがわかります。	
指令を体験した感想:	
CP7:上り坂をラクラク登るには、どの方法がいいでしょうか？ ○をつけましょう。	正解は
①両手両足をそろえて歩いて登る。 ②つま先立ちで歩いて登る。 ③後ろ向きに歩いて登る。 ※時間があつたら、ふつうに歩くのと比べてみましょう。息があがらなくて登る事ができます。	
指令を体験した感想:	
CP8:外で活動している時に転んで「すり傷」を負いました。最初にする手当は何でしょうか？	正解は
転んだ人() 手当する人() ①ばんそうこうをはる。 ②水であらう。 ③傷口をなめる。	
指令を体験した感想:	
CP9:野外炊事中に「やけど」をしてしまいました。最初にする手当は何でしょうか？	正解は
やけどした人() 手当する人() ①流水で冷やす。 ②なめて冷やす。 ③ばんそうこうをはる。	
指令を体験した感想:	
CP10:足指が痛いところで、足首まわって「ねんざ」をしてしまいました。最初にする手当は何でしょうか？	正解は
ねんざした人() 手当する人() ①足首を戻す。 ②流水で冷やす。 ③タオルを巻いてあたためる。	
※流水:水道のじゃ口から出ている水など、たまっているものではない水のこと。	

第5学年 体育科（保健）学習指導案

1 単元名 けがの防止

（施設での活動プログラム名：ファーストエイド・オリエンテーリング）

○学習指導要領 体育 第5学年の内容 とのかかわり

G 保健

（2）けがの防止について，課題を見付け，その解決を目指した活動を通して，次の事項を身に付けることができるよう指導する。

ア けがの防止に関する次の事項を理解するとともに，けがなどの簡単な手当をすること。

（ア）交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがの防止には，周囲の危険に気付くこと，的確な判断の下に安全に行動すること，環境を安全に整えることが必要であること。

（イ）けがなどの簡単な手当は，速やかに行う必要があること。

イ けがを防止するために，危険の予測や回避の方法を考え，それらを表現すること。

2 単元の目標・評価規準

交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがを防止するために，危険の予測や回避の方法を考え，それらを表現したり，発生したときの状況を速やかに把握し適切な処置をしたりできるようにする。

育成する資質・能力	目標	評価規準
知識及び技能	<ul style="list-style-type: none"> ・けがの防止に関する基礎的な知識を身に付けることができるようにする。 ・けがの手当に関する基礎的な技能を身に付けることができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・交通事故や身の回りの生活の危険が原因となってけがが起こることを理解することができる。 ・交通事故や身の回りの生活の危険が原因となって起こるけがを防止するためには，的確な判断の下に安全に行動することが必要であることを理解することができる。 ・事故や犯罪被害の防止には，安全な環境を作ることが必要であることを理解することができる。 ・けがをしたときには，状況をできるだけ早く速やかに把握して処置すること，近くの大人に知らせることが大切であることを理解することができる。 ・自らできる簡単な手当ができる。
思考力 判断力 表現力等	<p>けがの防止に関わる事象から課題を見付け，危険の予測や回避したり，けがを手当したりする方法を考え，それらを伝えることができるようにする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・人の行動や環境，手当の仕方などから，けがの防止や症状の悪化の防止に関わる課題を見付けることができる。 ・自分のけがに関わる経験を振り返ったり，学習したことを活用したりして，危険の予測や回避の方法，けがなどの適切な手当の方法を考えたり，選んだりすることができる。

		・けがの防止について、けがや症状の悪化の防止のために考えたり、選んだりした方法がなぜ適切であるか、理由をあげて書いたり、友達に説明したりすることができる。
--	--	---

3 単元構想

(1) 集団宿泊活動として学習することのよさ

岩手県は東日本大震災及び岩手豪雨において、だれもが災害などで傷害を受ける可能性があり、傷害に対して応急手当の初期対応の必要性を実感した。適切な初期対応によって救える命もあり、また、傷害の程度を軽くしたり、回復を早めたりすることができる。このことは、岩手県だけではなく、自然災害で被害を受けることの多い日本において、同様に備えが必要である。このことから、青少年教育施設での集団宿泊活動の際に、小学5年生で学習する保健の単元を取り上げ、「ファーストエイド・オリエンテーリング」として、体験をとおして知識や技能を身に付けていけるよう本単元を作成した。

「ファーストエイド・オリエンテーリング」とは、青少年教育施設で行うことができる、体育（保健）の体験学習活動として位置付け、既存のオリエンテーリングコースを使用し、コース内にある自然物や人工物、自然立地条件を活用し、危険予測やけがに対しての応急手当を体験することができるオリエンテーリングである。集団宿泊活動のプログラムに取り入れられることの多い「オリエンテーリング」に体育の保健の学習内容を組み入れることで、集団宿泊活動の中でも教育課程に位置付けられた、教科の学習ができるという利点がある。

教科書で得た知識や生活経験をもとに、コース内に設定された場面で危険の予測や回避の方法、けがなどの適切な手当の方法を考えたり選んだりして、実際の場面に近い状況で実践することができる。また、青少年教育施設で行うことの利点として、設備や備品が常に整っていることがあげられる。

さらに、課題を解決するために自分の考えを話したり、友達と協力したりすることで、互いを理解し合う機会となり、集団宿泊活動の大きな目的である「学級・学年の結束の高まり」を達成するための活動としても位置付けられる。

(2) 単元計画（学習過程と活動内容等）（7時間）

学習過程	活動内容	時数	活動の場
健康課題への気付き、発見	(1) 交通事故、学校や地域でのけが、犯罪被害は「人の行動」と「環境」が原因となって起こることに気付く。 ○けがをしそうになって「ひやり」「はっ」とした体験などについて話し合うことで、生活の中に危険が潜んでいることに気付く。	1	学校
健康情報の収集 分析 選択	(2) 交通事故、学校や地域でのけが、犯罪被害の原因となっている「人の行動」と「環境」を生活場面の中で見付け、防止方法を考える。 ○事故やけが、犯罪被害が起こりそうな場面を挿絵から見つけ、事故の原因を考える。 ○事故やけが、犯罪被害の防止方法を考える。	1	学校
課題の解決の見通し	(3) 実際の場面での危険予測や対応を体験したり、けがを防止するための方法を考えたりする。また、けがをしてしまったときの手当の方法について見通す。 ①話し合い ○危険を予測し、けがを防止するための方法を考える。 ○適切な手当の方法などを話し合う。	0.5	青少年教育施設

課題の解決に必要な知識・技能の習得	<p>②実際の場面での適切な対応を体験する中で、けがを防止するための方法や手当の仕方についての知識や技能を習得していく。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ポイント①クマへの対応 ・ポイント②ハチへの対応 ・ポイント③ヘビへの対応 ・ポイント④ウルシへの対応 ・ポイント⑤大声を出す体験（助けを呼ぶ） ・ポイント⑥重いものを持ち上げる体験（傷病者を運ぶ） ・ポイント⑦上り坂ラクラク登れる体験 ・ポイント⑧すり傷の手当 ・ポイント⑨やけどの手当 ・ポイント⑩ねんごの手当 <p>○体験しないものについての補足（熱中症）</p> <p>③ふりかえり 自分たちが考えた方法や手当は適切だったか班でふりかえり，学級や学年で交流する。</p>	2	青少年教育施設
課題の解決，生活の改善	<p>（４）環境を安全に整えることや危険な場面での対処が必要なことを理解し，生活を改善していく。</p> <p>○学んだことを生活の中に生かしていく視点を話し合う。</p>	1	学校
まとめとふりかえり	（５）ふりかえりシートに記入する。	0.5	学校
次の課題に向けた取組	（６）学習したことをもとに，自然災害によるけがの防止について考える。	1	学校
実生活や実社会で生かす	（７）日常の場面で習得した知識・技能を生かしていく。	時間外	生活場面

（３）「主体的・対話的で深い学び」の視点

１）主体的な学び

① 目指す子供の姿

生活場面の中の危険を予測し，その対応の仕方を知り，応急手当の方法を体験する中で，どのようにしたら適切なのかを主体的に考える姿を目指す。また，これらのことを学ぶ意味や身についた力を実感し，実生活に生かそうとする姿を目指す。

② 指導のポイント

危険場面や応急手当を体験する学習時間を青少年教育施設での集団宿泊活動時の体験学習として設定する。実際に危険を予測したり，回避する方法を体験的に考えさせたり，実際に手当の方法を考えて手当する体験をさせる。

２）対話的な学び

① 目指す子供の姿

友達と話し合いながら，「ファーストエイド・オリエンテーリング」の課題を解決していく姿を目指す。さらに，柔軟な発想をもって，よりよい解決方法について話し合う姿を目指す。

② 指導のポイント

ポイントでの課題解決の際に，友達と話し合いながら解決していくようなワークシートを使用する。

さらに、実際の手当の場面では、応急手当セットを班に持たせることで、その中の何を使って手当をするのかなど日常生活をふりかえりながら、具体的な話し合いをさせる。

3) 深い学び

① 目指す子供の姿

応急手当には、それぞれに適切な意味があることを知り、初期対応によって症状を軽くしたりやわらげたり回復を早めたりできることを理解し、他の症例についても深く知ろうとする姿を目指す。

② 指導のポイント

「ファーストエイド・オリエンテーリング」のふりかえり場面で、適切な手当の方法とその意味を知り、さらに発展として熱中症の予防と手当について知らせることで、学びを深める。

4 青少年教育施設での展開【体育科（保健）（時数 2.5 時間）】

(1) ねらい

野外で起こりうるけがに対して危険を予測し回避したり、発生したときの適切な手当をしたりできるようにする。

(2) 展開例

段階	学習活動	指導上の留意点	時間
導入	<p>○「いいね」という言葉を使って、アイスブレイクをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・職員の「いいね」という発声よりも大きな声で「いいね」と言い返す。これを何回か繰り返す。 <p>○課題をつかむ。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>野外での危険を予測し、発生した時の適切な対応や手当を学ぼう。</p> </div> <p>○施設職員による「ファーストエイド・オリエンテーリング」についての説明を受ける。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・班行動であること。 ・コース地図を見ながら 10 か所のポイントで、指令に従って、班で課題を解決しゴールする。 ・設定の時間内で戻ってくること。 ・応急手当セットの中身は、何を使用してもよいこと。 ・ごみはゴミ袋に入れて、持ち帰ってくる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーリングの中に普段の生活の中では経験できない発声場面があることから、「ファーストエイド・オリエンテーリング」の準備段階として「いいね」という言葉を使ったアイスブレイクを施設職員が行う。 ・コース地図、熊鈴、ストップウォッチ、ワークシート、筆記用具、ゴミ袋、応急手当セットを班に配布する。 <p>【応急手当セットの中身】</p> <p>絆創膏 2 種類、バンドナ、水を入れたペットボトル 500ml、新聞紙、ティッシュ、吸引器、ビニール袋、ラップフィルム</p> <ul style="list-style-type: none"> ・応急手当に使用するものや、使用しそうだが使用しないものなどが入っている。 ・応急手当セットの中身について、班で話し合って使用するものを決めること、また、なぜそれを使用したのかについても考え、ワークシートに記入することを伝える。 ・班の考えをふりかえりの時に交流することも伝える。 	10 分

<p>展 開</p>	<p>○班毎に、コースを回る順番を決めて出発する。</p> <p>ポイント①：クマと遭遇 <指令> ・パネルのクマと視線を合わせてそらさない。頭を守る。 ・印のついた樹木(5m 位後方)へ30秒かけて後退する。</p> <p>ポイント②ハチが飛んできた <指令> ・パネルのラインより姿勢を低くする。 ・その低い姿勢のままゆっくりとその場を離れる。 ・手当については、パネルを読み、吸引器の使い方をみんなで確認する。</p> <p>ポイント③へびにかまれた <指令> ・足首をかまれたという設定で間接圧迫法を体験してみる。</p> <p>ポイント④ウルシを見分ける <指令> ・ウルシの見分け方のパネルを見る。 ・パネル付近でウルシを見つける。絶対にさわらないこと！！</p> <p>ポイント⑤100m先まで聞こえる大声を出す <指令> ・50mと100m地点に友達が立つ。 ・挑戦する人が基準線に立ち、「○○○」と叫ぶ。 ・50mと100m地点の人が聞こえたかどうかを挑戦者に知らせる。</p> <p>ポイント⑥重いものを班全員で持ち上げる <指令> ・体の脇に腕をくっつける。 ・ひざの屈伸の動きを使って持ち上げる。</p>	<p>90分</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ポイント①クマ 落葉樹があり、熊笹、笹竹があるところは、クマが出没する可能性が高い。クマの目を見ながら、頭を守り、ゆっくり後退する。 ・ポイント②ハチ 甘い香りがするもの(香水や洗濯洗剤など)、天敵のクマの色である黒いものに寄って来る。姿勢を低くし、ゆっくりとその場を離れる。追い払う行動はハチを刺激するのでしてはいけない。刺されたら、傷口を水で洗う。吸引器で毒を吸い出す。口で吸い取ってはいけない。間接圧迫法で止血点を押さえ、毒が体内に回るのを防ぐ。 ・ポイント③へび 草むら、やぶ、湿地帯など水場の近くにいる。噛まれたら、流水で傷口を洗い流し、毒が体内に回るのを防ぐ。口で吸い取ってはいけない。速やかに医療機関を受診する。 ・ポイント④ウルシ コースの中に、自生している。葉の特徴をよく知っておき、近づかないようにする。人によっては、近くを通るだけで、かぶれる人もいる。かぶれてしまったら、水でよく洗う。 ・ポイント⑤大声を出す体験 一人に対応せず、協力者を呼ぶために大声を出す必要がある。大声ゾーンで、50mと100mまで届く声を出す。(例:「いわてさん」と叫ぶ。基準線と50mと100mのところにある樹木に表示がある。ほかの人が聞いたら心配するような言葉は言わないように指導する。 ・ポイント⑥重いものを班全員で持ち上げる 傷病者を運ぶという体験のためにやってみる。パネルを見て、重い物を持ち上げるためのコツを知り、体験する。腕や腰で持ち上げるのではなく、脚を使い、腕を体側
----------------	---	--

	<p>ポイント⑦上り坂ラクラク登れる体験</p> <p><指令></p> <ul style="list-style-type: none"> ・右手をふり上げているときに、右足が着地するように歩く。 <p>ポイント⑧すり傷の手当</p> <p><指令></p> <ul style="list-style-type: none"> ・外で活動している時に転んで「すり傷」を負いました。適切な手当をしてください。 <p>○何を使ってどんな手当をしたか（みんなで考えた方法）また、どうすれば防げたかワークシートに書く。</p> <p>ポイント⑨やけどの手当</p> <p><指令></p> <ul style="list-style-type: none"> ・野外炊事中に「やけど」をしてしまいました。適切な手当をしてください。 <p>○何を使ってどんな手当をしたか（みんなで考えた方法）また、どうすれば防げたかワークシートに書く。</p> <p>ポイント⑩ねんざの手当</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足場が悪いところで、足首をひねって「ねんざ」をしてしまいました。適切な手当をしてください。 <p>○何を使ってどんな手当をしたか（みんなで考えた方法）また、どうすれば防げたかワークシートに書く。</p>	<p>にくっつけることによって重いものを持ち上げることができる体験をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ポイント⑦上り坂ラクラク登れる体験 坂道の下の変動動作歩行についてのパネルを見て、体験する。右手と右足の連動動作歩行により、体をひねらず登ることで、息があがらず坂を登ることが体験できる。 ・ポイント⑧～⑩の3つの手当体験は、実際に手当をさせる。 ・応急手当セットの中から、適切な手当のために必要なものを選び出し、実際に班の一人に手当を施させる。 ・どうすれば、そのようなけがを防止できるのかについても班で話し合いワークシートに記録させる。 ・ポイント⑧すり傷の手当 傷が浅い場合は水で洗う。深い場合は水で洗って湿潤液対応の絆創膏をはる。出血がひどい場合は、直接圧迫法で出血箇所を押さえる。それでも止まらない場合は、止血点を間接圧迫法で押さえる。 ・ポイント⑨やけどの手当 水道水で患部を冷やし続ける。水ぶくれができて、つぶさない。 ・ポイント⑩ねんざの手当 RICE処置を施す。 R（レスト：安静） I（アイス：冷やす） C（コンプレッション：圧迫する） E（エレベーション：高く持ち上げる） 	
ふりかえり	<p>○ふりかえりを行う</p> <ul style="list-style-type: none"> ・班で行った手当の方法やその理由について発表し合い、交流する。 ・正しい手当の方法と意味を確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・柔軟な発想について、大いに称賛し、よりよい解決方法に導く。 ・手当には、適切な意味があることを知り、初期対応によって症状を軽くしたりやわらげたり回復を早めたりできることを理解させる。 	12分

<p>○熱中症の予防と手当について職員の説明を聞く。</p> <p>○感想を発表する。</p> <p>○先生から</p>	<p>・コースには、ポイントとして設定はなかったが、身近な危険ということで「熱中症」の予防と手当について知らせ、学んだことを、実生活に活かしていく気持ちを高めるようにする。</p>	
--	--	--

(3) 評価規準

- ・自ら簡単な手当ができる。(知識及び技能)
- ・自分の経験や既習事項を活用して、危険の予測や回避の方法、けがなどの適切な手当の方法を考えたり、選んだりすることができる。(思考力・判断力・表現力等)
- ・けがの手当について、選んだ方法がなぜ適切であるか、理由をあげて書いたり、友達に説明したりすることができる。(思考力・判断力・表現力等)

※直接圧迫法（直接圧迫止血）

出血している傷口をガーゼやハンカチなどで直接強く押さえて、しばらく圧迫する止血法。この方法が最も基本的で確実な方法である。包帯を少しきつめに巻くことによっても、同様に圧迫して止血することができる。

※間接圧迫法（間接圧迫止血）

傷口より心臓に近い動脈（止血点）を手や指で圧迫して血液の流れを止めて止血する方法。止血は、直接圧迫止血が基本であり、間接圧迫止血は、ガーゼやハンカチなどを準備するまでの間など、直接圧迫止血をすぐに行えないときに応急に行うものである。直接圧迫止血を始めたら、間接圧迫止血は中止する。

職場体験学習～イーハトーヴに働く大人に学ぶ～ (中学校 総合的な学習の時間)

1 学びのねらい

「働くことの意義」について考える学習活動を通して、働くことの意義や働く人々の願い、地域のよさや課題を理解し、未来の自分の在り方や生き方についての考えを深め、今後の生活の中で活かそうとする。

2 プログラムの概要

テンパークにこのプログラムの利用を申し込むと、職場体験実施可能事業所のリストを利用することができます。リストにある事業所と学校が直接連絡を取り合い、職場体験学習をすることになります。学習指導案やワークシート、未来の自分への手紙やそれを保管しておくタイムカプセルの用意もあります。

3 人数・時間・場所

- (1) 人数 要相談
- (2) 対象 中学生
- (3) 期間 通年
- (4) 時間 各学校での設定時間
- (5) 場所 職場体験実施可能事業所リスト参照

4 準備する物・・・基本的には、各学校の実施計画で必要な物を検討しご準備ください。

区 分	内 容
個 人	<ul style="list-style-type: none"> ・腕時計 ・弁当（1日であれば） ・事業所への質問用紙（しおり等） ・水筒など ・タオル ・ワークシート（ホームページ参照） ・筆記用具
交流の家	<ul style="list-style-type: none"> ・職場体験実施可能事業所連絡一覧 ・ふり返しワークシート ・未来の自分に宛てた手紙（テンパークでタイムカプセルのように保管も可能）

5 引率者の役割分担・・・参考例

係 名	人 数	役 割
代表責任者	1 名	本部として責任者として、緊急時の連絡調整を行う。
学習・まとめ係	数名	総合的な学習の時間のねらいに則したワークシート作成やそれぞれのグループでの出会いの会や感謝の会の進行を行う。
巡回係	数名	事業所を巡回し挨拶や記録写真撮影にあたる。

6 プログラム利用の流れ

利用の流れ	内 容
利用申し込みをする	<ul style="list-style-type: none"> ・テンパークに利用の申し込みをする。 ・日帰り（事業所リストのみの利用）か宿泊か。 ・テンパークから事業所リスト（連絡先入り）をお送りします。
利用日以前	<ul style="list-style-type: none"> ・事業所リスト（連絡先入り）を受け取ったら、学校と事業所が直接、連絡を取り合うことになります。 ・事前にテンパークに来所し、学校の指導計画について職員と情報共有をすることで、学習をスムーズに進めることができます。
利用日当日	<ul style="list-style-type: none"> ・計画に沿って職場体験学習の実施 ・宿泊での利用の場合、夜に学習の振り返りや共有ができます。 ・プログラム用の振り返りワークシートを利用される場合、人数分の印刷も可能です。 ・未来の自分にあてた手紙を書く場合の用紙の準備やタイムカプセルの利用も可能です。

7 実施上の留意点

- (1) 学校での事前指導を徹底してください。
- (2) それぞれの体験場所にふさわしい格好で活動をお願いします。
- (3) 各事業所への連絡（体験の依頼、体験に内容、活動時間、持ち物等）は、各学校で行っていただくことになります。その際、「テンパークからの紹介」と話していただくことで話がスムーズにできます。
- (4) 職場体験実施可能事業所の一覧（連絡先）については、テンパークにお問い合わせください。

8 宿泊利用のモデルプラン

1泊2日モデルプラン

	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
1日目	職場体験受け入れ事業所等での体験											移動	入所	夕食	入浴	ふりかえり	就寝	
2日目		起床・準備	朝食	退所点検	ふりかえり発表会等			昼食	退所									

2泊3日モデルプラン

	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
1日目	盛岡市内自主研修等											移動	入所	夕食	入浴	事前学習	就寝	
2日目		起床・準備	朝食	移動	職場体験			昼食※	職場体験			移動	入所	夕食	入浴	ふりかえり	就寝	
3日目		起床・準備	朝食	退所点検	ふりかえり発表会等			昼食	退所									

第2学年 総合的な学習の時間学習指導案

1. 単元名 「イーハトーヴに働く大人に学ぶ ～未来の君へ～」

○学習指導要領 総合的な学習の時間の内容とのかかわり

【第1 目標】

探究的な見方・考え方を働かせ、横断的・総合的な学習を行うことを通して、よりよく課題を解決し、自己の生き方を考えていくための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

- (1) 探究的な学習の過程において、課題の解決に必要な知識及び技能を身に付け、課題に関わる概念を形成し、探究的な学習の良さを理解するようにする。
- (2) 実社会や実生活の中から問いを見いだし、自分で課題を立て、情報を集め、整理・分析して、まとめ・表現することができるようにする。
- (3) 探究的な学習に主体的・協働的に取り組むとともに、互いのよさを生かしながら、積極的に社会に参画しようとする態度を養う。

【第2 各学校において定める目標及び内容】

各学校においては、第1の目標を踏まえ、各学校の総合的な学習の時間の目標及び内容を定める。

○目標を実現するにふさわしい探究課題（例）

「働く大人の勤労観や願い、地域のよさや課題から自分の在り方や生き方について考える」

2. 単元の目標・評価規準

○「働くことの意義」について考える学習活動をとおして、働くことの意義や働く人々の願い、地域のよさや課題を理解し、未来の自分の在り方や生き方についての考えを深め、今後の生活の中で活かそうとする。

育成する資質・能力	目標（例）	評価規準（例）
知識及び技能	<ul style="list-style-type: none"> ・働くことの意義や働く人々の思いについて考えを深め、自分の在り方や生き方について理解することができるようにする。 ・自分の住む地域と職場体験学習をする地域を比較し、地域のよさや課題を理解することができるようにする。 ・地域のよさや課題について、自らの在り方や生き方と関連付けて理解することができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・働くことの意義や苦勞、工夫、働く人々の思い、自分の住む地域のよさや課題について、職場体験学習前にワークシート「働くとは」に考えを書き出すことができる。 ・職場体験学習後に、自分たちが学習していることと将来の社会との関係、さらに、自分たちの住む地域のよさや課題について、自らの在り方や生き方と関連付けて理解し、ワークシート「はじめの一步」に考えをまとめることができる。
思考力・判断力・表現力等	<ul style="list-style-type: none"> ・職場体験学習前の勤労観や職業観、地域のよさや課題を 	<ul style="list-style-type: none"> ・職場体験学習の意味を理解し、将来の自分の生き方を考えるために価値

	<p>出し合い,対話的な学びから探究課題を設定することができるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・事象を比較したり,関連付けたりして,課題解決に向けて考えることができるようにする。 ・職場体験学習での体験を通して得られた情報を整理・分析し,目的に応じて,まとめ ・表現することができるようにする。 	<p>ある課題を設定できる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・働いている人と自分の職業観や地域によさや課題について比較して考えることができる。 ・収集した情報を整理したり分析したりして思考する中で,自らの変容を自覚することができる。
<p>学びに向かう力・人間性等</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・職場体験学習をする中で,自分を客観的に見つめ,自分らしさに気づき,発揮できるようにする。 ・異なる立場,異なる考え方もつ相手を認め,理解しようとするようにする。 ・地域や仕事に対する理解を深め,地元への愛着や誇りをもつことができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・体験を通して学んだ,働く意義や働く人々の思い,地域によさや課題から,自分の在り方や生き方についての考えを深めるようにしている。 ・仲間と協働しながら他者の考えを認め,自分自身の考えを深め,課題を解決しようとしている。 ・地域によさや課題と自分との関わりを踏まえて,自己の将来の生き方について考えようとしている。

3. 単元構想

(1) 集団宿泊活動として学習することのよさ

職場体験学習は,実際に職場を訪れて働くことを体験したり,働く人たちと接したりすることで,働くことの意義や願いを理解し,進んで働こうとする意欲や態度などを育み,これからの自己の進路について考えようとする態度を育てることができる学習である。また,グローバル化の進展や技術革新等により,各企業においては,「働き方改革・外国人材の雇用・CSR(企業の社会的責任)・SDGs(持続可能な開発目標)」等の取り組みが行われている。子ども達が,それらの一端にふれ,自らの在り方や生き方を考える上での一つの要素とできることも,この職場体験学習をする価値がある。

中学校卒業後の進路について具体的に考え始めるこの時期,各学校では生徒が主体的に進路を選択・決定することができるように,職場体験学習を計画している。各学校の所在地によっては,体験場所の確保や職種も限定される。そこで,県庁所在地である盛岡市近郊であれば十分にその問題を解決できるよさがあると考え,集団宿泊場所に宿泊して体験できる職場リストを作成し,どこの地域から来ても体験場所を紹介することができるようにした。

また,本来であれば,自分の住んでいる地域での体験が一般的であり,自宅から体験場所へ行き,体験後は自宅に帰宅し,翌日に学校で振り返りを行うといった形態が取られる。しかし感覚的な情報(体験活動を行ったときの感覚,その時の思いなど)は時間の経過とともに薄れていくものである。こうした感覚的な情報は貴重なものであり,その後の課題解決に生かしたい情報である。したがって,時間をあまりおかず,体験で獲得した情報を言語化して,対象として扱える形で蓄積する必要がある。集団宿泊場所を拠点に職場体験学習を行うことで,その日のうちに実感を伴う言葉で振り返りを行い,生徒の思いや感覚,級友同士での学びの交流学びの深まりを言語化して蓄積することができる。

さらに、体験場所が自分達の住んでいる地域ではないことで、自分達の住む地域との共通点や相違点という視点から改めて、自分達の地域のよさや課題に気づき、自らの在り方や生き方と関連付けて考えることも期待できる。

総合的な学習の時間において育成を目指す「学びに向かう力・人間性等」は、「思考力・判断力・表現力等」にもまして、様々な学習活動を通して、時間をかけながらじっくりと養い育んでいくものと考えることができる。本単元は、まとめの段階で「未来の君へ」という題で未来の自分へ宛てた手紙を書く活動を行うことにしている。これは、職場体験学習で、体験を通して学んだ働く意義や働く大人の勤労観、願い、さらに、地域のよさや課題から自分の在り方や生き方についての考えを深めることができるように組み入れた学習活動である。未来の自分へ宛てて書いた手紙は、中学2年生の自分からの贈り物になるように、青少年教育施設で大切に保管され、何年か後の開封の時を待つことになる。未来の開封の時に、青少年教育施設に集い大人になった自分が中学2年生の自分と向き合い、さらには、集った同級生たちと交流する活動を通し、これからの未来へ続く人生の糧になることが期待できる。

(2) 単元計画（学習過程と活動内容等）の具体例

1泊2日の場合 28時間（学級活動等6時間 総合的な学習の時間22時間）

2泊3日の場合 33時間（学級活動等6時間 総合的な学習の時間27時間）

学習過程	活動内容（例）	扱い	時数	活動の場
課題の設定	<ul style="list-style-type: none"> ○自分の適性や興味を知り、将来就きたい職業について自分の適性が合っているか考える。 ○産業や職業の分類、職業についての必要な適性を理解する。 ○産業の環境、職業同士のつながり、地域ならではの産業や地域のよさや課題について知る。 	学級活動	3	学校
	<ul style="list-style-type: none"> ○「働くこと」についてのイメージや意義、地域のよさや課題についての自分の考えを書き出す。（「働くとは」ワークシート） ○課題を設定する。（例） 「働く大人の勤労観や願い、地域のよさや課題から自分の在り方や生き方について考える」 ○職場体験学習の目的や課題を理解する。 	総合的な学習の時間	3	学校
情報の収集	<ul style="list-style-type: none"> ○課題解決のための質問を出し合い、対話的な学習で質問事項を選別していく。 <ul style="list-style-type: none"> ・働くことの意義や勤労観、願いに関すること。 ・地域のよさや課題に関すること。 ・グローバルな社会にどのように対応しているか。 ・時代に求められている喫緊の課題（働き方改革・外国人材の雇用・CSR（企業の社会的責）・SDGs（持続可能な開発目標）」等にどのように対応しているか。 ○どのように情報収集し、どのように蓄積するのかについて話し合う。 	総合的な学習の時間	3	学校

	<ul style="list-style-type: none"> ○希望する職場へのアポイントメント ○挨拶の練習 ○開閉会の流れの練習 ○自己紹介カードづくり 	国語 学級活動 等 教科横断的 に	3	学校
	<ul style="list-style-type: none"> ○職場体験学習（課題解決を目指す体験学習） <ul style="list-style-type: none"> ・職場体験学習の目的を明確にもつ。 ・考えた質問をし，言語化した情報を得る。 ・職場体験学習をする中で感覚的な情報を得る。 	総合的な 学習の時間	5～10	各体験 場所
整理・分析	<ul style="list-style-type: none"> ○職場体験学習で収集した多様な情報を整理したり，分析したりする。 <ul style="list-style-type: none"> ・課題解決につながる気付きを付箋に書き出す ・思考ツールを用いて整理し，課題についてグループで分析する。 ○整理・分析したことを踏まえて，働く意義や願い，地域のよさや課題について，体験後の自分の考えをまとめる。（「働くとは」ワークシート） ○体験を踏まえ，将来の目標とする職業に近づくために，今から実践できることや，未来の自分に向かうために必要なことを明らかにしていく。（「はじめの一步」ワークシート） <ul style="list-style-type: none"> ・自らの日頃の行動の在り方 ・様々な立場の人と共に豊かに生きていく方法 ・自分自身にできることは何か ・地域のよさや課題，時代に求められている喫緊の課題に関わること 	総合的な 学習の時間	3	青少年 教育施設
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> ○職場体験学習を通して学んだ働く意義や願い，地域のよさや課題から，地域と自分との関わりを踏まえて，自己の将来の生き方について考えようとする。（「未来の君へ」手紙） 	総合的な 学習の時間	1	青少年 教育施設
・ 表現	<ul style="list-style-type: none"> ○職場体験学習の振り返り ○活動のまとめ（グループ） <ul style="list-style-type: none"> ・新聞やポスターセッション用の資料作り ○発表会 ○礼状作成 	総合的な 学習の時間	7	学校

（3）「主体的・対話的で深い学び」の視点

1) 主体的な学び

① 目指す生徒の姿

自分たちが学習していることと将来の社会との関係，さらに，自分たちの住む地域のよさや課題を見出し，自らの在り方や生き方と関連付けて考え，自己の将来の生き方について考える姿を目指す。

② 指導のポイント

「働くこと」についてのイメージや意義，働く人々の願い，地域のよさや課題についての自分の考えをもって，職場体験学習に臨み，学習後に自らの学びの成果や過程を振り返ることを通して，次の学びに主体的に取り組む態度を育む。

2) 対話的な学び

① 目指す生徒の姿

10年後には今ある仕事の約7割が消滅するといわれる中で求められるのは、他者と協働しながら課題の解決を図る力である。協働する他者が文化的背景を異にする場合も多く多様性を受容するだけでなく利害や価値観の対立を乗り越えて、皆が納得できる解決策を考える力が求められる。答えが一つではない問いに対して、解決を図るために、話し合う姿を目指す。

② 指導のポイント

多様な立場を受容し尊重するのみならず、合意形成できる解決策を作り出すことが対話的な学びには大切になる。体験する職場の選定や課題解決に有効な質問の選別、さらに、職場体験学習で収集した多様な情報を整理したり、分析したりする話し合いをする中で、対話によって解決しようとする態度を育てることを目指す。

3) 深い学び

① 目指す生徒の姿

キャリア発達には個人差があり、家庭環境などの条件も異なるため、一律に目標を設定することは難しい。自己の経験を振り返り、興味・関心の所在を把握することや「よさ・強み」を発見することで、前向きに将来について考えることができるようになる。自己理解を大切にしながら、探究的な学習経験を通して学びを人生や社会に生かそうとする姿を目指す。

② 指導のポイント

「働くこと」についてのイメージや意義、地域のよさや課題について、体験前に思い描いていたことと比較しながら振り返りをさせる。その上で、ワークシート「はじめの一步」の中で、未来の自分に向かうために必要なこととして、日頃の行動の在り方や様々な立場の人と共に豊かに生きていく方法、今の自分自身にできることは何か、地域のよさや課題・時代に求められている喫緊の課題に関わること等の視点を引き出し、明らかにしていく。また、手紙「未来の君へ」を書く中で、地域と自分との関わりを踏まえて、自己の将来の生き方について考えることができるようにしていく。

4. 青少年教育施設での展開【総合的な学習の時間 50分×4（時数4時間）】

(1) ねらい

働く大人の勤労観や願い、地域のよさや課題から自分の在り方や生き方を見つめるとともに、地域と自分との関わりから、自己の将来の生き方について考えることができる。

(2) 展開例

活動	具体的な活動内容	指導上の留意点	時間
整理 ・ 分析	1. 職場体験学習の想起 2. 職場体験学習で収集した多様な情報を整理したり、分析したりする。 ・課題解決につながる気付きを付箋に書き出す。 ・思考ツールを用いて整理し、課題についてグループで分析する。 3. 整理・分析したことを踏まえて働く意義や働く人々の願い、地域	・正解不正解はないので、思いついたことを多く書かせる。 ・事象を比較したり関連付けたりして、課題解決に向けて考えさせる。 ・グループで分析したことも踏まえて、「働くとは」ワークシートに職場体験学	50分 × 3

	<p>のよさや課題について、体験後の自分の考えをまとめる。 (「働くとは」ワークシート)</p> <p>4. 学習したことを踏まえ、未来の自分に向かうために必要なことを明らかにしていく。 (「はじめの一步」ワークシート)</p>	<p>習前に書いたことと比較しながら、職場体験学習後の欄に記入させる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・将来の目標とする職業に近づくために今から実践できることや、未来の自分に向かうために必要なことを記入させる。 ・未来の自分に向かうために必要なことの視点として、自らの日頃の行動の在り方、様々な立場の人と共に豊かに生きていく方法、自分自身にできることは何か地域のよさや課題・時代に求められている喫緊の課題に関わることなどを引き出していくようにする。 ・自分だけでなく家族の目につく場所(冷蔵庫等)に貼るようにさせる。 <p>※記入したワークシートに対して、保護者等がマイナスの発言はしないことが重要なので、励ましの言葉をかけるようお願いします。(三者面談等で)</p>	
<p>まとめ ・ 表現</p>	<p>5. 職場体験学習を通して学んだ働く意義や働く人々の願い、地域のよさや課題から、自分の在り方や生き方についての考えを深め、未来の自分へ手紙を書く。 (「未来の君へ」手紙)</p> <p>6. テンパークに手紙を預ける。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・未来の自分へ向けて書くものなので、表面的な内容にならないように、書き上げたものは、教師が見たり点検したりしないようにする。 ・預けた手紙は成人式等学校が設定した期日で開封し、当時の自分の思いを感じ、その後の自分の人生の糧にするようにさせる。 	<p>50分</p>

(3) 評価規準

- ・職場体験学習後にワークシート「はじめの一步」で、今、自分たちが学習していることと将来の社会との関係、さらに、自分たちの住む地域の課題やよさを見出し、自らの在り方や生き方と関連付けて理解することができる。(知識及び技能)
- ・働いている人と自分の職業観や地域のよさや課題について、比較して考えることができる。(思考力・判断力・表現力等)
- ・収集した情報を整理したり分析したりしながら思考する中で、自らの変容を自覚することができる。(思考力・判断力・表現力等)
- ・体験を通して学んだ、働く意義や働く人々の願い、地域のよさや課題から、自分の在り方や生き方についての考えを深めるようにしている。(学びに向かう力・人間性等)
- ・仲間と協働しながら他者の考えを認め、自分自身の考えを深め、課題を解決しようとしている。(学びに向かう力・人間性等)
- ・地域のよさや課題と自分との関わりを踏まえて、自己の将来の生き方について考えようとしている。(学びに向かう力・人間性等)

独立行政法人国立青少年教育振興機構

国立岩手山青少年交流の家

〒020-0601 岩手県滝沢市後292

代表 TEL 019-688-4221 FAX 019-688-5047

<https://iwate.niye.go.jp> E-mail:iwate@niye.go.jp