2024年度 活動資料集

75.0	• >"	V 24 A			対	象			活動時間	外部指導	職員の指導	雨天時でも
項目	ページ	活 動 名		小低	小中	小高	ф	高 以上	(時間)	講師依頼	がある活動	実施可能な 活動
登		鞍掛山登山							4	依頼可		Δ
	1~4	姫神山登山							6	依頼可		Δ
Ш		岩手山登山							11	依頼可		Δ
	5	キャンプ(テント泊)							1.5~2.5		0	0
	6	薪割・焚き火(焼き芋)体験							1.5~2.5		0	0
	7~8	野外炊事(カレー・豚汁・焼きそば・BBQ)							2~4		0	0
	9~10	防災炊飯(ポリ袋炊飯・タープ設営)							3.5~4.5		0	0
野	11~12	南部せんべい							1.5~2.5		0	0
外	13	アドベンチャープログラム							3		0	0
	14~15	グリーンアドベンチャー							2		0	Δ
活	16~17	せきぞうウォークラリー							1~2		0	0
動	18~19	ショコラ・オリエンテーリング							2~3		0	Δ
	20~21	テンパーク・スタンプラリー							2~3		0	Δ
	22	ディスクゴルフ							2			Δ
	23~24	キャンプファイヤー							1~2	依頼可		
	25~26	ナイトハイク							1			Δ
冬季	27	そりあそび							1~2		0	
活動	28	スノーカート							1~2		0	
	29~30	テンちゃれんじピック							1~2			0
屋	31	謎解き1089(テンパーク)探偵団							2~3		0	0
内	32	レクリエーション							1.5	依頼可		0
活	33	キャンドルのつどい							1.5	依頼可		0
動	34~35	キャップハンディ体験(車イス・目かくし歩行)							1		0	0
1/3	34/~30	キャップハンディ体験(点字・手話)							1.5	要依頼		0
	36	焼板							1~1.5	要依頼		0
創	37	あけびつるクラフト(表札)							2	要依頼		0
作	38	チャグチャグ馬っこ							2~3	要依頼		0
	39	七宝焼							2.5~3	要依頼		0
活	40	プラネタリウム作り							1			0
動	41	小枝えんぴつ作り							2			0
	42	マイスプーン作り							2			0
教科 等	43~44	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)							3		0	Δ
参考	45~50	・ファーストエイド・オリエンテーリング指導案等										
資料	51~52	防災キャンプ [、	学年及	とび第6	6学年	等)						
: 対象とする年齢区分												

: 対象とする年齢区分 〇 : 該当 ム : 要相談

活動資料集と説明動画(YouTube)をホームページにて提供しております。事前指導等でご利用ください。

鞍掛山登山・姫神山登山・岩手山登山



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・対象・期間)

山 名(標高)	コース	所要時間	対象区分	登山可能期間
鞍掛山(897m)	西・東	約4時間	幼児以上	5月 1日~10月15日
姫神山(1,124m)	一本杉	約6時間	小学3年生以上	5月20日~10月15日
岩手山(2,038m)	柳沢	約11時間	小学5年生以上	7月 1日~ 9月15日
台于W(Z,USOIII)		北川四山田	小子〇十土以上	(2泊3日のプログラムを推奨)

3 指導料金

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。

※指導員1人当たりの金額

活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引き7ページを参照してください。

4 準備する物

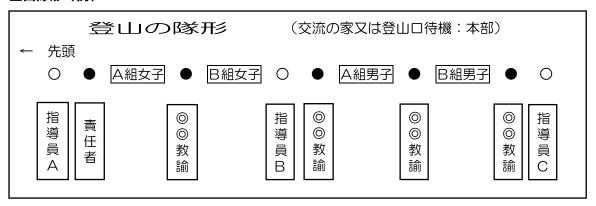
区分	内 容	備考
団体	・登山計画書 ・緊急車両 ・救急用品 ・携帯電話(緊急連絡用) ・電灯 ・弁当、行動食、非常食 ・水分 ・リュック ・活動しやすい服装(長袖、長ズボン) ・登山靴 ・タオル ・帽子 ・手袋 ・雨具等 ※手袋は、薄手・厚手の両方あると便利です。 ※ヘッドライト(岩手山登山時は必携)	 「登山計画書」は利用申込書と同時に提出 ・山別の最低必要水分量の目安岩手山…1,500mL 姫神山…1,000mL 鞍掛山… 500mL ※暑い時期は多めに!
交流の家	・ヘッドライト(約30個)・トレッキングポール(約60本)・熊鈴 ・無線機(登山指導員対応時)	ヘッドライト、トレッキングポール等の 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 引率者の役割と登山隊形

(1) 引率者の役割

係 名	人数	役割
代表責任者	1名	・登山実施判断や中断等の決定
グループ責任者	50人に1名	・健康状態の把握 ※学校登山では担任が一般的
救急係	数名	• 救急薬品の携帯と応急処置
★如塚	1 47	・交流の家又は登山口に待機
本部係	1名	• 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 交流の家職員の役割

指導員との打ち合わせ、下山後の打ち合わせの進行を行います。

7 指導について

(1) 事前指導

- 各団体で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。
- 岩手山登山をする場合は、全員必ず前泊をしてください。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) 登山指導員の依頼

- 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)
- 指導員は、道案内と危険箇所で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。
- 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。
- 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。
- 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ち合わせを行います。※実際に登山される方が打ち合わせを行ってください。

8 活動の流れ

٠_	ノロ ヨルマノルルイレ	
		① 事前相談 ・指導員の依頼、弁当等の手配
		必要書類の確認
	利用前	② 実地踏査 ・コース概要、時間配分の把握
	小田田	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
	↓	

施設到着後

到着時・打ち合わせ

- ・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
- ・スケジュール、持ち物、実施判断の確認

↓

_				
		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 ※登山中止の場合でも朝食 時間は変更できません。	7時30分	7時30分	6時OO分 ※メニュー、料金について は別途、食堂から相談さ せていただきます。
	弁当等受け取り(昼食用)	8時30分	8時30分	6時15分
	指導員と打ち合わせ 借用物品等貸出	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OO分
	登山□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
	下山後の打ち合わせ 登山実施報告書の提出 借用物品等返却	13時10分	15時30分	18時10分

登山当日(標準プログラム)

9 実施判断について

(1) 登山活動実施判断の流れ

- 利用団体が下記の情報サイトにおいて、登山実施に必要な情報を収集します。
- <u>鞍掛山、姫神山は6:30、岩手山は5:30</u>に岩手山青少年交流の家に連絡をし、登山実施の可否について報告してください。
- 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は打ち合わせをし、日程、人数、健康 状態、装備等の確認を行います。

(2) 岩手山青少年交流の家が登山実施判断の際に活用している情報サイトと内容

【主な情報サイト一覧】

	情報サイト名	内 容	
(1)		雨雲の動き、アメダス	まとめて2次元コード
	(水)×(水)	天気予報 (一覧表)、警報・注意報	国際教画
2	日本気象協会「tenki.jp」	天気全般	
3	気象庁レーダー・ナウキャスト	雨雲の動き、雷活動度	
4	Windy.com	風速・風向	

【実施判断に必要な情報】

- ① 活動している時間帯の 1 時間天気予報と降水量(岩手山·鞍掛山は滝沢市、姫神山は盛岡市)
- ② 注意報、警報
- ③ 電予報の発令状況
 - ※ 雷注意報について、対象の山周辺に雷ナウキャストで活動度 1 が出ている場合は、推移を見ながら判断します。活動度 2 以上が出ている場合は、登山は中止とします。
- 4 風速

(3) 登山活動実施判断基準

判断基準に該当する天候(×の項目)の場合は、安全管理上登山の実施を中止とします。

注意報	大雨	×	強風	×	雷	Δ
警 報	大雨	×	暴風	×		
降水量	<u>5mm/h</u> ₺	上				×
風速	<u>風速 10m/s</u>	×				
	著しい気象の変化が予測されるとき					×
その他	その他 利用者からの中止の申し入れがあったとき				×	
	所として中止	と判断したる	とき			×

- (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、危険な行為をしないよう指導してください。
- (3) 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。
- (4) ヘッドライト、熊鈴、トレッキングポール等の紛失・破損の場合は、弁償していただきます。

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 キャンプ場テントサイト 100 名以内

(4~5人用ドーム型テント×20張)

(ソロテント30張)

曲り家テントサイト 30名以内

(4~5人用ドーム型テント×6張)

- (2) 対象 年齢は問いません
- (3) 期間 5月~9月
- (4) 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)

(5) 場所 キャンプ場テントサイト・曲り家テントサイト



4 準備する物

区分	内容	備考
団体	・懐中電灯・軍手 ・帽子 ・雨具・タオル・虫よけ、虫さされの薬・シュラフ(貸出可)	・利用団体は、申込時にテント・シュラフ(寝袋)の必要数を連絡。 ・テント内での虫よけスプレー、蚊取り線香の利用不可
交流の家	・テント ・マット ・シュラフ(寝袋) ・シュラフシーツ ・ランタン	・貸出シュラフ(寝袋)は、必ず専用シーツを使用してください。 ・ランタンは、テント1張につき1つ貸出可。

5 引率者の役割

係 名	人数	役割
代表責任者	1名	・全体の総括、指揮、安全管理、連絡、用具の返却

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 活動前にテントの設営・撤収(収納)等について全体説明を行います。

7 活動の流れ

活動の流れ	内 容
	・テント、マット、シュラフ(寝袋)、シュラフ(寝袋)用シーツ、ランタン等の借用・テント設営、撤収、寝袋使用、安全管理等について全体説明(交流の家)
活動	テント設営~撤収
活動終了	• 活動場所の清掃、借用物品の返却、終了報告

- (1) テントは、設営から撤収まで団体で行ってください。
- (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30分以降となります。ただし、テント等が湿っている場合は乾いてから撤収作業を行っていただきます。(濡れている場合は、別日に撤収していただく場合もございます)
- (4) <u>降雨が予想されるとき、雷活動度が2以上のとき、風速 10m/s 以上のときは、館内テントに切り替えていただきます。</u>また、熱中症アラートが出ている場合は、身の回りの暑さ指数(WBGT)を確認して中止・休憩等の判断をお願いします。

薪割・焚き火(焼き芋)体験





1 活動のねらい

野外で仲間と協力して着火から消火までの火の管理を行うことで焚き火の魅力や楽しさを味わう。
焚き火を囲んで一日の出来事を振り返ったり、静かに語り合ったりしてコミュニケーションを深める。

2 活動の概要

薪割、薪組み、着火、焚き火、消火まで 焚き火を使った焼き芋体験を追加することも可能です。

3 人数・時間・場所

- (1) 人数 120 名以内(1班4人程度×焚き火台30台)
- (2) 対象 年齢は問いません。
- (3) 期間 4月下旬~10月
- (4) 時間 薪割・焚き火 1時間30分~2時間 (説明含む)

焼き芋追加の場合 2時間~2時間30分

(5) 場所 営火場 A・B または野外炊事場







4 準備する物

区分	内 容	備考
団体	・軍手・新聞紙・着火具(マッチ・着火具)・虫よけ、虫さされの薬・ふきとり用ふきん・アルミホイル(焼き芋追加の場合)	・野外にふさわしい服装(長袖・長ズボン・帽子) ・利用申し込み時に食数票により野外炊事用薪(600円)を班数分注文してください。 ※サツマイモは1人分150g程度(250円)を想定しています。入荷状況で変動する場合があります。
交流の家	・焚き火台 ・薪(班で野外炊事用薪1束) ・火ばさみ・ほうき・十能	・焚き火台・薪割台・ハンマー・ファイヤースターターの貸出可。・焼き芋を追加する場合は、サツマイモを洗うたわし

5 引率者の役割

- 6		•	
	係 名	人数	役割
	代表責任者	1名	・全体の総括、指揮、安全管理、連絡、用具の返却

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に用具の取り扱いついて安全指導・全体説明を行います。

7 活動の流れ

<u> </u>	
活動の流れ	内容
物品借用説明	・焚き火台・火ばさみ・ほうき・十能など用具の貸出 ・道具の使用、安全管理等について全体説明(交流の家) ・薪の受け取り・サツマイモの受け取り(焼き芋を実施する場合)
活動	・焚き火台の組み立て・薪割・薪組み・着火・焚き火・(焼き芋)・消火
活動終了	・灰の始末・焚き火台は水拭きして、ケースに入れて返却 ・活動場所の清掃・ゴミの始末 ・物品の返却、終了報告

8 実施及び安全管理上の留意点

- (1) 焚き火後は灰になるまで燃やし、完全に消火したことを確認して灰入れドラム缶に入れてください。
- (2) 焼き芋体験を追加する場合は時間にゆとりをもって計画してください。
- (3) 強風(風速3m/s以上)または雨天の場合、野外炊事場のかまどに変更をお願いします。
- (4) 電活動度が2以上のとき、風速5m/s 以上のときは中断・中止とします。また、熱中症アラートが出ている場合は、身の回りの暑さ指数(WBGT)を確認して中止・休憩等の判断をお願いします。





焼き芋



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とで、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

(3) 期間

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

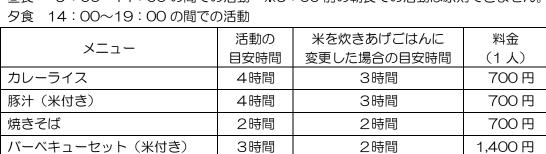
(1) 人数 野外炊事場 4~240名

(1班4~8名、班数は30班まで) 曲り家野外炊事場 4~48名 (1班4~8名、班数は6班まで)

4月下旬~10月31日

(2) 対象 年齢は問いません。

(4) 時間 昼食 9:00~14:00 の間での活動 ※9:00 前の朝食での活動は原則できません。



- 活動の目安時間は、準備から後片付け(点検)までの活動時間です。
- ・米を炊きあげご飯に変更した場合の料金は、1人80円増しです。
- 豚汁は、「南部せんべい作り」を追加してせんべい汁にすることも可能です。

※飲料・ゼリーを廃止して値下げしました。飲料が必要な場合、持ち込みか、別途注文して ください。

(5) 場所 野外炊事場または曲り家野外炊事場

4 準備する物

区分			内 容		備考
団体	・食器用洗剤 ・クリームクレンザー(焦げ付き防止のため) ・スポンジ ・スチールたわし ・たわし(ナイロン・ポリエステル不織布が望ましい) ・たき付け用の新聞紙又は牛乳パック等・マッチ等・うちわ ・ふきん、ペーパータオル等 (最低1人1枚:後片付けの拭き取り用として多めに準備) ・軍手(ゴムなし・厚手)・野外活動にふさわしい服装・雨具			・原則、食材持ち込みは不可・雨具について、ポンチョタイプは不可	
	(1)	食材 カレーライス 焼きそば		- (ライス付き) - (ライス付き)	・ <u>野外炊事の食数変更</u> <u>は利用日の7日前17</u> 時まで。
食堂	(2)		金額	備考	・各メニューの「米」は 1食あたり約 120g
		たき付け用薪 野外炊事用薪	1 東300円 1 東600円	1つのグループで1束 1つのグループで1束	(0.8合)
	※薪割体験を組み込むことも可能です。				

区分		内	容		備考
	(1) 基本セット		(2) 調理器具セン	ソト	・基本セット、調理器
	炊事用	具 数量	炊事用具	数量	具セットは、セット
	ボー	ル 1	カレー用	鍋 1	してある物を管理棟
	ざ	る 1	ご飯用鍋	8 1	食器庫よりお持ちく
	食器([11) 8	包丁	2	ださい。
	\ <u>\</u>	·	まな板	<u>2</u>	
			ピーラー	- 1	・野外調理器具等は、
	(3)野外調理器具	等			管理棟保管場所より
<u> </u>	移動式か	まど 2	カレー	ライス	お持ちください。
交流の家	+	能 1	スプ	ーン	
	ほう	き 1	おた	きま	※各メニューに応じて
	火ばさ	み 1	しゃ	もじ	グループ毎に必要な
		·			調理器具をお持ちく
	豚	汁	焼きそば	バーベキュー	ださい。
	お	わん	鉄板	トング	
	は	U	コテ	はし	
	お	たま		おわん	
	して	っもじ		しゃもじ	

5 引率者の役割

係 名	人数	内 容
代表責任者	1~2名	・全体の統括、指揮、安全管理、連絡、用具の返却 ・食材や食器の準備やごみの処理等の後片付けの確認

6 活動の流れ・交流の家職員の役割

活動の流れ	利用団体の動き	交流の家職員の役割
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 食材・薪の受け取り(レストラン外受取口・薪置き場)② 野外炊事場へ移動し、交流の家職員からの説明を受ける③ 食器セット、炊事用具の準備	・食材:レストラン職員/薪:団体・安全管理や炊事の進め方についての説明・炊事用具の貸出
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④ 調理⑤ 検食パックの取り分け	ご飯の炊き方 火のつけ方 りのつけ方 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
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 かまど用具等の返却 ④ 点検後食器セット等の返却 ⑤ 炊事場、トイレその周辺の清掃 ⑥ ゴミの処理(食材等のゴミは野外炊事場ゴミ置き場、持参したもののゴミは持ち帰り) ⑦ 検食を食堂に提出・清算手続きの確認 	・炊事用具の点検 (洗い方、数量等)・消火の確認 (19:00以降に終了する場合は、 翌朝の点検をお願いする場合があ ります)

- (1) 野外炊事場には、雨避けテントが常設されているため、雨天でも実施が可能です。
- (2) 雷活動度が2以上のとき、風速 10m/s 以上のときは、一時避難していただくことがあります。
- (3) 食材の水洗いや事前の手洗い、十分な加熱等、衛生面に十分留意し食中毒防止に努めてください。
- (4) 刃物(ピーラー含む)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。

防災炊飯





1 活動のねらい

災害にあったとき、雨つゆをしのぐ場づくりと、防災食を協力して準備することで、自助・共助の意識 を高め、よりよい人間関係をつくる機会とします。

2 活動の概要

- •協力してタープを設置して食事の場所をつくります。
- ・薪・かまどを用いて火をおこしてお湯を沸かし、耐熱ポリ袋を用いてご飯を炊き、カレーを作って(又はレトルトカレーを温めて)食事をします。



- (1) **人数** 野外炊事場 4~80名(1班2~4名、班数は20班まで) 曲り家野炊場 4~24名(1班2~4名、班数は6班まで)
- (2) 対象 年齢は問いません。
- (3) 期間 4月下旬~10月31日
- (4) 時間 レトルトカレーの場合 3 時間半 (タープ設営・撤去を含む) カレーを調理する場合 4 時間半 (パリカリーを調理する場合 4 時間半 (パリカリー・) ※活動時間 9:00~19:00まで

昼食または夕食での実施(朝食対応はなし)

(5) 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) ※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)





4 準備する物

区分			備考
団体	・食器用洗剤 ・クリームクレンザー ・ たわし (ナイロン、ポリエステル不織布が望る・ 焚き付け用の新聞紙又は牛乳パック等 ・マッ・ラップ ・ 新聞紙 (紙皿作成用) ・ ふきん、ペーパータオル等 (最低一人一枚:後取り用として多めに準備)	・食材持ち込みは不可 (食中毒予防のため)・ラップはお皿にかぶ せて使用する	
個人	・軍手(ゴムなし、厚手) ・野外活動にふされ ・雨具等 ・レジャーシート ・500mLの空へ		• 雨具はポンチョ不可
食堂	(1) 防災炊事メニュー カレー カレー(耐熱ポリ袋使用) セット 無洗米(耐熱ポリ袋使用) レトルトカレー無洗米(耐熱ポリ袋使用) ※材料については、「利用の手引き」P14をご参照ください。 (2) 薪 種類 金額 値 焚き付け用薪 1束300円 1班で1 炊事用薪 1束600円 1班で1		・食事数の変更は、利用日の7日前17時まで。 ・「米」は1食あたり約120g(0.8合)。・生肉の代わりにツナ缶を使用。・炊飯、調理、片付けまで、4Lの水(500mLのペットボトルに8本分)で行います。できるだけ少ない水の量で炊飯に挑戦し

区分		備考			
	(1) 基本セット		(2) 調理器具セット		・基本セット、調理器具
	炊事用具	数量	炊事用具	数量	セットは、セットして
	ボール	1	カレー用鍋	1	ある物を管理棟食器庫
	ざる	1	ご飯用鍋	1	よりお持ちください。
	食器(皿)	8	包丁	2	
			ま な 板	2	・野外調理器具等は、管
 交流の家			ピーラー	1	理棟保管場所よりお持し
交流の多	(3) 野外調理器具等				ちください。
	移動式かまど	2	計量カップ	1	
	十 能	1	トング	1	※グループ毎に必要な数
	ほうき	1	ダブルクリップ	1	を食器棚よりお持ちく
	火ばさみ	1	タープ	1式	ださい。
	ファイヤースタータ―を用い	ての着火も	 可能です。		
	タープ1式:ブルーシート1点	女、ポール2	2本、ロープ10本、ペグ10	本	

5 引率者の役割

項目	内 容
全体指導	時間管理や全体の状況把握を行い、必要な指示をする。
炊事指導	食材や食器の準備や後片付け、火の安全管理やごみ処理等を行う。

6 活動の流れ・交流の家職員の役割

カー					
活動の流れ	利用団体の動き	交流の家職員の役割			
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			
準備	① 食材·薪の受け取り(レストラン外受取口・薪置き場) ② 野外炊事場へ移動し、 <u>職員からのタープ設営の</u> 説明を受ける(希望による)	・食材: レストラン職員/薪: 団体 ・安全管理や タープ設営 タープの設営に 「同した] 同			
タープ設営	① 班ごとにタープの設営を行う ポール、樹木などを活用し、創意工夫して設営	ついての説明 ・炊事の進め方に			
準備	① <u>職員からの防災炊事の説明を受ける</u> (希望による) ② 食器セット、炊事用具の準備	ついての説明 ・炊事用具の貸出			
炊事	① 食器、炊事用具等を洗う② 火おこし(食材の準備状況を考慮しながら)③ 調理・紙皿づくり④ タープの下で食事をとる	Testing the second seco			
後片付け	 ① 食器、炊事用具等を限られた水で洗う ② かまどの灰の処理 ③ 食器セット等の点検を受ける ④ 食器セット等の返却 ⑤ タープ等の点検・返却 ⑥ 炊事場、トイレその周辺の清掃 ⑦ ゴミの処理(食材等のゴミは野外炊事場ゴミ置き場、持参したもののゴミは持ち帰り) ⑧ 検食を食堂に提出 	 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する場合 があります。 			

7 実施上の留意点

- (1) 野外炊事場には、雨避けテントが常設されているため、雨天でも実施が可能です。
- (2) 雷活動度が2以上のとき、風速 10m/s 以上のときは、一時避難していただくことがあります。
- (3) 食材の水洗いや事前の手洗い、十分な加熱等、衛生面に十分留意し食中毒防止に努めてください。
- (4) 刃物(ピーラー含む)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。

南部せんべい





1 活動のねらい

南部せんべいをつくる体験を通して、伝統・文化について理解を深めると同時に、郷土への愛着を深め、よりよい人間関係をつくる機会とします。

2 活動の概要

薪、焚火台を用いて火をおこし、野外で南部せんべいを焼いて食べます。 豚汁と組み合わせて、せんべい汁にすることもできます。その場合は、丸かまどで行います。

3 人数・場所・時間

(1) 人数 野外炊事場 4~60名

(1班4名程度、班数は15班まで) 曲り家野外炊事場 4~48名 (1班4名程度、班数は6班まで)

- (2) 対象 年齢は問いません。
- (3) 期間 4月下旬~10月31日
- (4) 時間 1.5~2.5 時間 (準備から後片付けまでを含む)

※活動時間 9:00~19:00まで

昼食または夕食での実施 (朝食対応はなし)

(5) 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) ※雨天でも実施可能です。(雨避け用のテントが常設されています)



区分	内 容	備考
団体	 ・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又は牛乳パック等 ・マッチ ・うちわ ・ふきん、ペーパータオル等(最低一人一枚:後片付けの拭き取り用として多めに準備) 	・ <u>食材持ち込みは不可</u> (食中毒予防のため)
個人	・軍手(ゴムなし、厚手)・野外活動にふさわしい服装・雨具等	• 雨具はポンチョ不可
食堂	(1) 南部せんべい	・食事数の変更は、利用日の7日前17時まで。・1セットで約10枚の南部せんべいを焼くことができます。
食堂	種類 金額 備考 焚き付け用薪 1束300円 1班で1束 炊事用薪 1束600円 1班で1束	



区分	内 容			備考	
	(1) 基本セット		(2) 調理器具セット		・基本セット、調理器
	炊事用具	数量	炊事用具	数量	具セット(せんべい
	ボール	1	カレー用鍋	1	焼き器)は、セット
	ざる	1	ご飯用鍋	1	してある物を管理棟
	食器(皿)	8	包丁	2	食器庫よりお持ちく
	_		まな板	2	ださい。
			ピーラー	1	
交流の家	(3) 野外調理器具等				・野外調理器具等は、
	移動式かまど	_	焚火台	1	管理棟保管場所より
	十 能	1	南部せんべい焼き器	1	お持ちください。
	ほうき	1	メンテナンス用オイルスプレー	1	
	火ばさみ	1			※グループ毎に必要な
	※ファイヤースターターを用	いての着火	も可能です。		数を食器棚よりお持
	※焚火台、南部せんべい焼き	器は最大30)台まで貸出可能です。		ちください。

5 引率者の役割

項目	内 容
全体指導	時間管理や全体の状況把握を行い、必要な指示をする。
炊事指導	食材や食器の準備や後片付け、火の安全管理やごみ処理等を行う。

6 活動の流れ・交流の家職員の役割

活動の流れ	利用団体の動き	交流の家職員の役割
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
準備	① 食材・薪の受け取り(レストラン外受取口・薪置き場)② 野外炊事場へ移動し、<u>職員から説明を受ける</u>③ 食器セット、炊事用具の準備	・食材:レストラン職員/薪:団体 ・炊事の進め方についての説明 ・炊事用具の貸出
炊事	① 食器、炊事用具等を洗う ② 火おこし(食材の準備状況を考慮しながら) ③ 調理(せんべい焼き) ④ 食事をとる	南部せんべい
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 食器セット等の点検を受ける④ 食器セット等の返却⑤ 炊事場、トイレその周辺の清掃⑥ ゴミの処理(食材等のゴミは野外炊事場ゴミ置き場、持参したもののゴミは持ち帰り)⑦ 検食を食堂に提出(せんべいのみ)	 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する場合 があります。

- (1) 野外炊事場には、雨避けテントが常設されているため、雨天でも実施が可能です。
- (2) 雷活動度が2以上のとき、風速 10m/s 以上のときは、一時避難していただくことがあります。
- (3) 食材の水洗いや事前の手洗い、十分な加熱等、衛生面に十分留意し食中毒防止に努めてください。
- (4) 刃物(ピーラー含む)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。

アドベンチャープログラム



1 活動のねらい

様々な課題に対してグループで話し合い解決していく活動を通して、お互いの信頼関係を深める。

2 活動の概要

クラスやグループに与えられた課題に対して、みんなで話し合いながら解決を目指す体験活動です。 交流の家の敷地内に設置された器具やアイテムを活用したプログラムの実践を行います。また、活動の 中で起きたことを振り返り、グループや日常生活への生かし方を考えていきます。

本活動プログラムの指導は、活動の目的や、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。事前に「活動計画案」の提出が必要です。

3 人数・時間・場所・料金

- (1) **人数** 45名以内 (1グループ15名程度が標準です)
- (2) 对象 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)
- (6) 料金 一人500円



4 準備する物

区分	内 容
団体	・活動計画案・活動しやすい服装 ・水分 ・タオル
交流の家	• 活動に使用する物品はすべて指導員が準備します

5 引率者の役割

- 事前に「活動計画案」を提出してください。 ※様式については、ホームページ上に掲載
- 配慮の必要な子どもやグループ分けについての事前連絡、打合せ。

6 交流の家職員の役割

交流の家職員が直接指導を行います。

7 指導の依頼について

利用申込書と一緒に「活動計画案」と「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。活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引き7ページを参照してください。

8 活動の流れ

活動の流れ	内 容
事前打合せ	・人数や参加者の状態の確認、目標の設定
(活動計画案提出)	・プログラムの意味や方法などの確認
活動	指導、体験
活動終了	・ふりかえり、終了報告

- (1) 体調がすぐれない場合は無理に参加をさせないでください。
- (2) 職員が指導を担当しますので、できるだけ活動中の子どもへのアドバイスは控えてください。
- (3) 電活動度が2以上のとき、風速 10m/s 以上のときは屋内の活動に切り替えていただきます。また、熱中症アラートが出ている場合は、身の回りの暑さ指数(WBGT)を確認して中止・休憩等の判断をお願いします。

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、植物に関連した質問に答える活動です。

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、図鑑で調べることもできます。 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4年生以上
- (3) 期間 5月~9月末
- (4) 時間 2時間(説明20分+活動100分)
- (5) 場所 交流の家敷地内



4 準備する物

区分	内容
団体	• 雨具 • 帽子 • 水分 • 軍手 • タオル
交流の家	・植物図鑑 ・コース図、解答用紙 ・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

係 名	人 数	役 割
代表責任者 1名		・全体の総括、指揮、安全管理、連絡、用具の返却
スタート・ゴール係	1~2名	•記録、集計、解答
パトロール係	数名	・コースの巡回、安全指導と事故防止

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に、活動のねらい、概要、図鑑の使い方、安全管理について、全体説明を行います。

7 活動の流れ

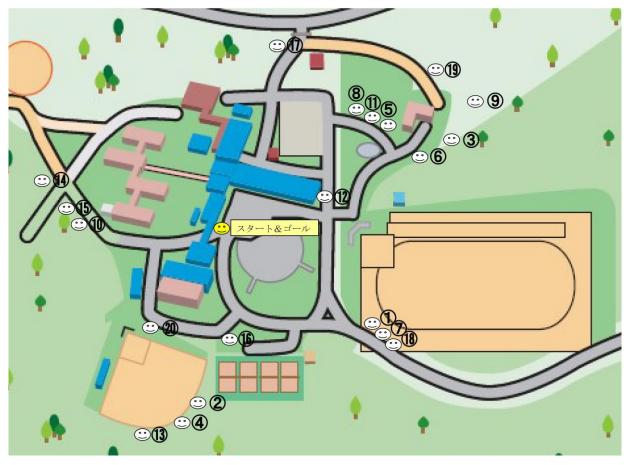
活動の流れ	内 容
物品借用 説明	・図鑑等の借用(雨天時はビニール袋に入れる) ・ルール、図鑑の使い方、安全管理等について全体説明(交流の家)
活動	・一斉スタート(パトロール係は巡回し安全指導)
活動終了	・全員のゴールを確認し、採点 ・借用物品の返却、終了報告

8 実施及び安全管理上の留意点

- (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) 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してください。
- (3) 到着予定時刻を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) パトロールでマウンテンバイクを使用する場合は、ヘルメットを着用してください。また、借用中に 起きた事故やけが、その他のトラブルに関して当施設では一切の責任を負いかねます。
- (6) 電活動度が2以上のとき、風速 10m/s 以上のときは屋内の活動に切り替えていただきます。また、熱中症アラートが出ている場合は、身の回りの暑さ指数(WBGT)を確認して中止・休憩等の判断をお願いします。

9 エリアマップ

番号札1~20のおおよその場所を示しています。



せきぞうウォークラリー





1 活動のねらい

テンパーク内の石像を探しながら、芸術にふれるとともに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、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 (解答用紙) とヒントカード (ズームアップ写真) をもとに、テンパーク敷地内に設置してある石像 (13作品) を見つけ出していきます。エリアマップ (解答用紙) には、石像とそのタイトルを結びつける問題も含まれており、ゴール後に、「石像と写真」、「石像とタイトル」のそれぞれが合っているかどうかの合計得点で順位を競います。 (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 1~1.5 時間(説明 10分+活動 50~80分)
- (5) 場所 交流の家敷地内(屋内含む)





4 準備する物

区分	内 容			
団体	・腕時計 ・雨具 ・帽子 ・水分 ・タオル			
交流の家	 ・エリアマップ(解答用紙:各グループ1枚) ・ヒントカード(ズームアップ写真:各グループ1枚) ・筆記用具 ・バインダー ・解答 ・集計表 ・石像写真&作品名一覧(実施後に配付:人数分) ・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

係 名	人数	役割
代表責任者 1名		・全体の総括、指揮、安全管理、連絡、用具の返却
スタート・ゴール係	1~2名	・計時、記録、集計、順位の決定
パトロール係	数名	・コースの巡回、安全指導と事故防止

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に、活動のねらい、概要、安全管理について、全体説明を行います。

7 活動の流れ

活動の流れ	内 容
物品借用	・エリアマップ等の借用
説明	・ルール、安全管理等について全体説明(交流の家)
活動	• 一斉スタート(パトロール係は巡回し安全指導)
活動終了	・全員のゴールを確認し、採点
	• 借用物品の返却、終了報告

8 実施及び安全管理上の留意点

- (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) 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してください。
- (3) 到着予定時刻を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) パトロールでマウンテンバイクを使用する場合は、ヘルメットを着用してください。また、借用中に起きた事故やけが、その他のトラブルに関して当施設では一切の責任を負いかねます。
- (6) 電活動度が2以上のとき、風速10m/s以上のときは屋内の活動に切り替えていただきます。また、 熱中症アラートが出ている場合は、身の回りの暑さ指数(WBGT)を確認して中止・休憩等の判断を お願いします。

9 エリアマップ

- ・ヒントカード(ズームアップ写真)を見ながらその石像を探していきます。(13作品)
- ・石像のうち2作品はテンパークの屋内に設置されています。



ヒントカードのズームアップ写真





ショコラ・オリエンテーリング



か



1 活動のねらい

自然の中を散策しながら活動を楽しむことで、仲間との交流を深めグループ内での親睦を深めます。

2 活動の概要

地図を使い施設敷地内の山野に設置してあるポストを発見し、設定時間内にゴールする活動です。 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、ポストに書かれているヒントから連想したものを解答用紙に記入します。1ポスト正解で5点、20箇所全て正解すれば100点 満点です。

コースは、ロングコース(ポスト20か所)とショートコース(ポスト12か所)の種類あります。

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5年生以上
- (3) 期間 5月~10月
- (4) 時間 ショートコース 2時間(説明20分+活動90+採点10分) ロングコース 3時間(説明20分+活動150分+採点10分)
- (5) 場所 交流の家敷地内



区分	内容			
団体	• 腕時計 • 雨具 • 帽子 • 軍手 • 水分 • タオル			
交流の家	・ショコラ〇L用地図・筆記用具・熊鈴・成績表・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

係名	人数	役割	
代表責任者	1名	・全体の総括、指揮、安全管理、連絡、用具の返却	
スタート・ゴール係	1~2名	・計時、記録、集計、順位の決定	
パトロール係	数名	・コースの巡回、安全指導と事故防止	

6 交流の家職員の役割

- ・ 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に、活動のねらい、概要、安全管理について全体説明を行います。

7 活動の流れ

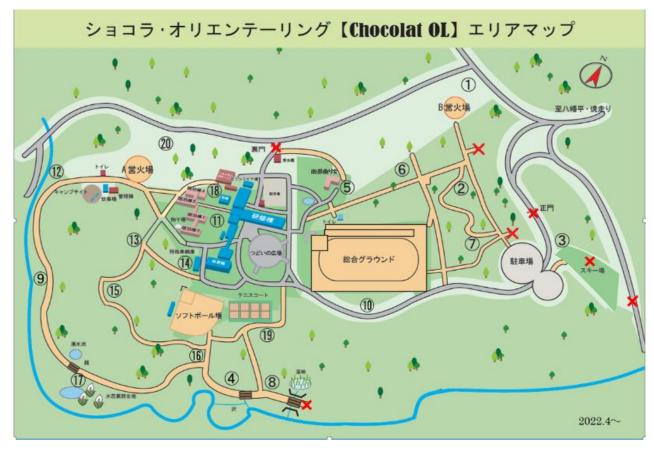
活動の流れ	内 容
物品借用	・エリアマップ、熊鈴等の借用
説明	・ルール、安全管理等について全体説明(交流の家)
活動	• 一斉スタート(パトロール係は巡回し安全指導)
活動終了	・全員ゴールを確認し、採点 ・借用物品の返却、終了報告

8 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) 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してください。
- (3) 到着予定時刻を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) パトロールでマウンテンバイクを使用する場合は、ヘルメットを着用してください。また、借用中に 起きた事故やけが、その他のトラブルに関して当施設では一切の責任を負いかねます。
- (6) 電活動度が2以上のとき、風速 10m/s 以上のときは屋内の活動に切り替えていただきます。また、熱中症アラートが出ている場合は、身の回りの暑さ指数(WBGT)を確認して中止・休憩等の判断をお願いします。

9 エリアマップ

- ・ロングコース(ポスト20か所、①~②)
- ショートコース(ポスト12か所、15600134568920)



テンパーク・スタンプラリー



1 活動のねらい

自然の中を散策し、スタンプラリーを楽しみながら岩手の自然や文化を学ぶ活動です。また、仲間との交流を深めグループ内での親睦を深めます。

2 活動の概要

指定されたエリア内に隠されたスタンプを探し出し、スタンプ帳(1089 冒険記)に押印しながらポイントを集め、レベルアップを目指します。

3 人数・時間・場所

- (1) **人数** 240名以内(1グループ4~6名、最大40グループ)
- (2) 対象 年齢は問いません。
- (3) 期間 通年
- (4) 時間 2~3時間(説明20分+活動時間+採点・レベル判定10分)
- (5) 場所 交流の家敷地内
- (6) 料金 1089 冒険記 1冊150円



4 準備する物

区分	内容			
団体	・腕時計 ・雨具 ・帽子 ・軍手 ・水分 ・タオル			
交流の家	・1089冒険記(有料) ・熊鈴 ・探検バッグ(グループで1つ) ・スタンプ台(グループで1台) ・筆記用具 ・マジック ・マウンテンバイク(パトロール用)…ヘルメット着用 ・スノーシュー(積雪時・冬季期間)			

5 引率者の役割

係 名	人数	役割	
代表責任者	1名	・全体の総括、指揮、安全管理、連絡、用具の返却	
スタート・ゴール係	1~2名	・TSA地図(ヒント地図)の配付、計時、記録、採点・レベル判定 ※T(特別な)S(スタンプの)A(ある所)⇒TSA地図	
パトロール係	数名	・コースの巡回、安全指導と事故防止	

6 交流の家職員の役割

- ・ 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に、活動のねらい、概要、安全管理について全体説明を行います。

7 1089 冒険記購入について

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。活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引きアページを参照してください。

8 活動の流れ

活動の流れ	内 容
物品購入·借用 説明	・1089冒険記の購入 ・スタンプ台、探検バッグ、熊鈴等の借用 ・ルール、安全管理等について全体説明(交流の家)
活動	・一斉スタート(パトロール係は巡回し安全指導)
活動終了	・全員のゴールを確認し、採点 ・借用物品の返却、終了報告

9 実施及び安全管理上の留意点

- (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) 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してください。
- (3) 到着予定時刻を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) パトロールでマウンテンバイクを使用する場合は、ヘルメットを着用してください。また、借用中に 起きた事故やけが、その他のトラブルに関して当施設では一切の責任を負いかねます。
- (6) 冬季の場合、建物や樹木からの落雪にご注意ください。また、曲り家付近の池(表示有り)には、近寄らないでください。
- (7) 電活動度が2以上のときは、中止といたします。また、熱中症アラートが出ている場合は、身の周りの暑さ指数(WBGT)を確認して中止・休憩等の判断をお願いします。

9 エリアマップ※ スタンプは赤いエリアに隠されています。



ディスクゴルフ



1 活動のねらい

仲間と協力し、創意工夫しながら活動を楽しむことで、グループ内での親睦を深めます。

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) 対象 年齢は問いません。
- (3) 期間 5月~10月
- (4) 時間 2時間程度
- (5) 場所 交流の家敷地内(レストラン前〜冒険の森)



4 準備する物

区分	内 容
団体	帽子・水分・夕才ル・雨具
交流の家	・コース図 ・スコア表 ・筆記用具 ・ディスク …車庫前にて貸出

5 引率者の役割

係 名	人数	役割	
代表責任者	1名	・全体の総括、指揮、安全管理、連絡、説明、用具の返却	
パトロール係	数名	・コースの巡回、安全指導と事故防止	

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に、活動のねらい、概要、安全管理についての説明を代表者に行います。

7 活動の流れ

活動の流れ	内 容
物品借用	・コース図・スコア表、ディスク等の借用
説明	・団体代表者は、ルール、安全管理について説明を受ける
活動	・パトロール係は巡回し安全指導
活動終了	・全員のゴールを確認し、採点
	• 借用物品の返却、終了報告

- (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) 野外にふさわしい格好で活動してください。(長袖・長ズボン・帽子)
- (3) 電活動度が2以上のとき、風速 10m/s 以上のときは屋内の活動に切り替えていただきます。また、熱中症アラートが出ている場合は、暑さ指数 (WBGT) を確認して中止・休憩等の判断をお願いします。
- (4) パトロールでマウンテンバイクを使用する場合は、ヘルメットを着用してください。また、活動中に 起きた事故やけが、その他のトラブルに関して当施設では一切の責任を負いかねます。

キャンプファイヤー



1 活動のねらい

自然の中で炎を囲みながら自己を見つめ直したり、仲間とレクリエーションを行い一体感を育んだりし 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、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·場所 A営火場 200名程度(電源あり)

> B営火場 100名程度(電源なし)

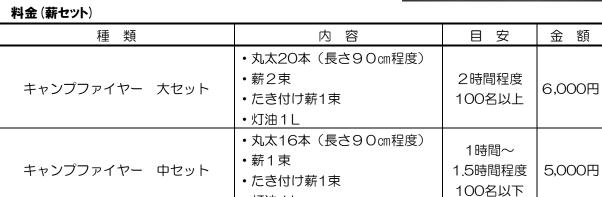
> C・D 営火場 50名程度(電源あり)

(2) 対象 年齢は問いません。

(3) 期間 5月~10月

1時間~2時間程度(18:30~20:30頃まで) (4) 時間

(5) 料金(薪セット)



灯油1L

4 準備する物

区分	内 容	備考
	・マッチ等 ・トーチ ・懐中電灯	
団体	・火の神衣装・薪(持参の場合)	
	・音響設備 ・音楽CD等	
交流の家	・土のう袋 ・音響設備(貸出可)	・薪セットは食数票で注文
	・火の神衣装(貸出可)	してください。

5 引率者の役割

項目	内容
安全指導	火の取り扱い、後片付けの注意喚起
事故発生時の対処	けがや事故が発生した場合の連絡(事務室)
清掃指導	ファイヤーサークルの後片付け・消火確認・終了報告

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に、安全管理の説明を代表者に行います。

7 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。活動終了後に請求書を発行します。支払い については、利用の手引き7ページを参照してください。

8 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する。	
当日	会揚準備	・営火場に業者が薪を搬入・薪の組み上げ・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(C、D営火場)・音響機器の使用方法確認	・薪セット購入の場合、食数票で 注文する。 ^{準備・片付け}	
	活動	・営火(儀式、レクリエーション等)		
	活動終了	・営火場の消火(水をかけ消火)確認 ・ <u>灯油容器と借用物品の返却</u>		
翌日	後片付け	・灰と燃え残りは、土のう袋に入れて <u>指定の場所に運ぶ。〔下記マップに記載〕</u>	・受付時に配付された土のう袋を 使用すること。ビニール不可。	

- (1) 周辺には外灯が少ないため暗闇で転倒する可能性があります。実施前後の注意喚起をお願いします。
- (2) 薪を注文した場合は、各営火場の薪置き場に用意しますので、団体で薪を組み準備してください。
- (3) 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。 (荒天中止の場合、薪は濡れていない・束をほどいていない・灯油をかけていない場合は返品可能です。)
- (4) 風速5m/s 以上または雷活動動 2 以上は中止とし、荒天時プログラムへの変更をお願いします。 風向きを考え、火災ややけど等に注意してください。<u>実施判断は代表者打ち合わせで報告してください。</u>
- (5) 灰になるまで燃やし切り、水をかけて完全に消火したことを確認し、事務室に終了報告をしてください。



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) 对象 小学生以上
- (3) 期間 4月下旬~10月
- (4) 時間 1時間程度
- (5) 場所 キャンプ場~C営火場コース 曲り家~B営火場コース



4 準備する物

区分	内容		
団体	・虫よけ ・虫さされの薬 ・軍手 ・タオル ・帽子・懐中電灯 ・水分 ・野外活動にふさわしい服装 ・雨具等		
交流の家	・ランタン(班数)・熊鈴(班数) ・熊よけ用ピストル(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

係 名	人数	役 割		
代表責任者	1名	・全体の総括、指揮、安全管理、連絡、説明、用具の返却		
スタート・ゴール係	1~2名	・ルールの説明、用具の配布、出発合図等		
パトロール係	数名	・コースの巡回、安全指導と事故防止(熊よけ)		

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に、概要、安全管理についての説明を代表者に行います。

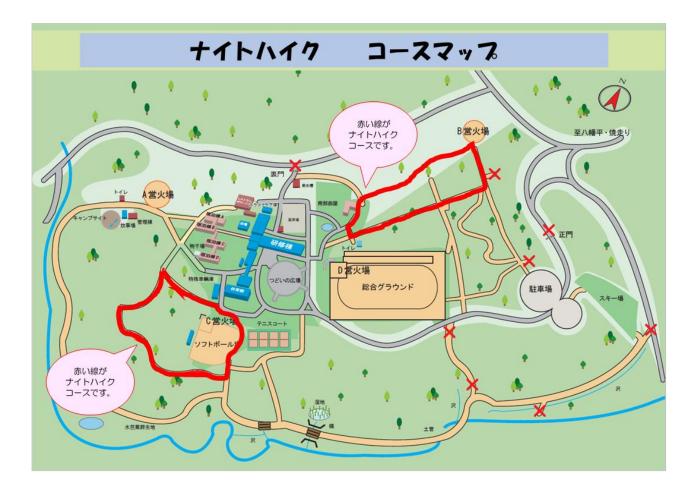
7 活動の流れ

活動の流れ	内 容
物品借用 説明	・ランタン等の借用(代表者打ち合わせまでに実施判断・物品借用をしてください) ・ルール、安全管理等について全体説明(団体)
活動前	パトロール係は予めコースを下見し、スタート前にピストルで熊よけをする。
活動	・間隔を開けてスタート(パトロール係は巡回し安全指導)
活動終了	・全員のゴールを確認 ・借用物品の返却、終了報告

8 実施及び安全管理上の留意点

- (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) 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してください。
- (3) 到着予定時刻を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(長袖・長ズボン・帽子)で活動してください。
- (5) 夜間ですので、大声をあげたり、騒いだりしないように心がけてください。
- (6) 電活動度が2以上のとき、風速 10m/s 以上のときは屋内の活動に切り替えていただきます。また、熱中症アラートが出ている場合は、身の回りの暑さ指数(WBGT)を確認して中止・休憩等の判断をお願いします。

9 エリアマップ



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やスノーチューブを使って、そりあそびを楽しみます。

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 年齢は問いません。
- (3) 期間 1月~2月
- (4) 時間 1~2時間
- (5) 場所 そりすべり場(Aコース奥・Bコース曲り家側手前)
- (6) 料金 1人 300円



4 準備する物

区分	内 容			
団体	・防寒着・帽子・手袋・タオル・水分			
交流の家	・そり約 100 台 ・スノーチューブ約 20 台 ・カラーコーン(目印用)			

5 引率者の役割

係 名	人数	役 割		
代表責任者	1名	・全体の総括、指揮、安全管理、連絡・そりの受取、返却・そりすべり場までの誘導		
スタート・ゴール係	2~4名	・スタートとゴール地点での安全な乗り方と事故防止の呼びかけ		

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- そりすべり場まで引率、安全なすべり方について、全体説明を行います。

7 料金の支払いについて

活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引きアページを参照してください。

8 活動の流れ

活動の流れ	内容			
物品借用 説明	・そり、スノーチューブ等の借用 ・すべり方、安全管理等について全体説明(交流の家)、団体代表者による試走			
活動	・スタート地点とゴール地点での安全指導			
活動終了	・借用物品の収納、曲り家内雪払い、終了報告			

- (1) 引率者が活動前に必ず試走を行い、けが防止のため、活動中は帽子・手袋を着用させてください。
- (2) コース中・そりすべり場周辺には、雪だるまやジャンプ台などを作らないでください。
- (3) 落雪にご注意ください。また、曲り家付近の池(表示有り)には、近寄らないでください。
- (4) 曲り家内トイレは凍結防止のため冬季使用できません。研修棟で用便を済ませて移動してください。
- (**5**) 大雨(5mm/h)、大雪(20cm/12h)、風雪(11m/s以上)のいずれかに該当する場合は、荒 天時プログラムへ変更をお願いします。

スノーカート





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

グラウンドの特設コースで、スノーモービルに取り付けられたスノーチューブに乗り、雪原を疾走するスピード感を体験できます。

3 人数・時間・場所

- (1) 人数 8人以上60名程度まで
- (**2**) **对象** 幼児以上
- (3) 期間 1月~2月
- (4) 時間 1~2時間
- (5) 場所 グラウンド特設コース
- (6) 料金 1人500円 2周×3回



4 準備する物

区分	内容
団体	・防寒着 ・帽子(乗るときはヘルメット着用) ・手袋 ・タオル ・水分
交流の家	・スノーモービル ・スノーチューブ(4個)
	・カラーコーン(目印用) ・貸出用ヘルメット

5 引率者の役割

係 名	人数	役割	
代表責任者	1名	・全体の総括、指揮、安全管理、連絡 ・グラウンド特設コースまでの誘導	
スタート・ゴール係	2~4名	・スタートとゴール地点での安全な乗り方と事故防止の呼びかけ	

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- グラウンドまでの引率、安全な乗り方について、全体説明を行います。
- スノーモービルの運行を行います。

7 料金の支払いについて

活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引きアページを参照してください。

8 活動の流れ

活動の流れ	内 容
物品借用 説明	・ヘルメットの借用 ・すべり方、安全管理等について全体説明(交流の家) ・団体代表者による試走
活動	・スタート地点とゴール地点での安全指導
活動終了	• 借用物品の収納、終了報告

- (1) 引率者が活動前に必ず試走を行い、けが防止のため、活動中は帽子・手袋を着用させてください。
- (2) 落雪にご注意ください。また、曲り家付近の池(表示有り)には、近寄らないでください。
- (3) グラウンドトイレは凍結防止のため冬季使用できません。研修棟で用便を済ませて移動してください。
- (4) 大雨 (5mm/h)、大雪 (20cm/12h)、風雪 (11m/s 以上) のいずれかに該当する場合は、荒天時プログラムへ変更をお願いします。

テンちゃれんじピック



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 10 種目程度を選択します。

《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
⊕⊐□□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	⑪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	②ボールリフティング

[※]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) 対象 年齢は問いません。
- (3) 期間 通年
- (4) 時間 1~2時間
- (5) 場所 体育館、ホール等



4 準備する物

区分		内	容		
団体	• 特になし				
交流の家	・チーム成績用紙	各種目の用具セッ	<i>y</i> ト	・ストップウォッチ	• 筆記用具

5 引率者の役割

物品の運搬、用具の配置、進行管理、安全管理、説明、清掃指導

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に、ルールや安全管理について、代表者に説明を行います。

7 活動の流れ

活動の流れ	内容		
物品借用説明	・各種目の用具セットの借用・会場での用具設置・ルール、安全管理等について全体説明(団体)		
活動	• 各種目		
・成績発表 活動終了 ・会場の復元と清掃 ・借用物品の返却、終了報告			

- (1) 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。
- (2) 安全に配慮し、各種目が重なり合わないように用具を設置してください。



テンちゃれんじピック 選択プログラム

以下の20プログラムから、種目を102選びましょう。

①投力:ストラックアウト

基準線から 1~9 のパネルめが けて10m離れた所から、ボール を投げます。 球数は全部で 12 球。ボールがパネルにあたり、フ レームから抜けたら成功。ボール がフレーム等にあたり振動で落 ちた場合は元の位置に戻す。4 球失敗で競技終了。4球失敗す るまでに何枚のパネルを打ち抜 けたかを辞います。 2枚抜きすれ ば失敗できる球が増える。 2枚抜 きをすると使用できる球数が・

球増えます。 準備物 フレーム1台 パネル9枚 ボール12個



ペットボトルをボウリングのように三角 形に10本並べる。10m離れた所から、 ボールを1個ずつ、2回投げる。1投目で 倒したペットボトルと、投げたボールはそ のままで、2投目、倒れたペットボトルの

②投力:ペットボウリング

本数が記録。1投目で10本全部倒せた ら、「ストライク」で10点プラス。10+1 0で20点。 2投目はなし。 2投目で全部 倒せたら、「スペア」 で. 5点フラス (1投目8本, 2投

目2本の場合だと

ボール 2個



進備物 500mlペットボトル10本

③調整力:空きカンつみ スタートの合図で詰み始め、ス

トップの合図で手をはなし、3秒 間くずれずに立っている個数が記 録となる。 途中で崩れても、 時間 内なら何度でもやり直せる。 1個 1点で1分間チャレンジ。



350ml空きカン大量・ストップウォッチ

4落力:割りばしダーツ 割りばしを落とし、ペットボトル

に何本入れられるかに挑戦。ひ ざを伸ばして、割りばしを 1 本ず つ落とそう。 1分間で、ペットボト ルの中に入った割りばしの本数が 記録。



進備物 割りばし大量・ストップウォッチ 1. 5Lペットボトル1本

片方の足にスリッパを履いて、ど れくらい遠くへ飛ばせるかに挑 戦。基準線から助走なしで飛ば し、スリッパが止まって動かなくな ったら、基準線とスリッパの後側 を垂直に結んだ距離が記録。

多蹴力:スリッパとばし



進備物 スリッパ1足(練習&本番) 卷尺

6投力:洗面器たわし投げ

たわしを洗面器に向かって投 げ、合計で何点になるかに挑戦。 洗面器から3m離れた基準線か らたわしを1つずつ5個投げ、入 った洗面器についている点数の 合計得点が記録。



準備物 洗面器5個・たわし5個

片方の皿に、ビーズ30粒を入 れておく。スタートの合図で、割 りばしでビースをつまみ、となり の皿に移す。 30粒全部移し終え るまでの時間が記録。 皿から落 としてしまったビーズがある場合 は、1粒につき1秒加算。

⑦掴力:ビーズ皿うつし



ーズ30粒・割箸一膳 紙皿2枚・ストップウォッチ

⑧跳力:長縄跳び

5人以上のチームで挑戦。 2人 が縄の回し手、それ以外の人が 跳び手になる。回し手が縄の両 端を持ち、跳び手が1列に並ん だところからスタート。 スタート 合図で縄を回し、 跳び手が同時 に縄を跳び、1分間に跳んだ回 数が記録。 途中で引っ掛かかり止



進備物 長縄(5m)・ストップウォッチ

9調整力:ペットボトルつみ

スタートの合図でペットボトルを 横にして詰み始め、ストップの合図で手をはなし、3秒間くずれずに立っている個数が記録となる。 途中で崩れても、 時間内なら何 度でもやり直せる。 1個1点で1 分間チャレンジ。



進備物 500mlペットボトル大量 ストップウォッチ

14調整力:紙ちぎりのばし

床の上で、CDを指ではじいて、 コマのように回す。 倒れて回転が 完全に止まるまでの時間が記

10転力:CDこま回し



進備物

12cmCDなど

ストップウォッチ



①投力:コロコロCD

床の上で、CDを人差し指と親 指でつまんで、手首を使って投げ て転がす。基準線から投げる。投 げたCDが転がり、止まったとこ ろきでの距離が記録。



準備物 12cmCD·卷尺

位脚力:いも虫20m走 5人でいも虫を作り、どれくらい早く進

めるかに挑戦。1列になってしゃがみ、前 の人の腰をもって、いも虫を作る。 1番目 の人がスタートラインの手前で付置につ く。スタートの合図で、1列になってコース を進む。 10m先のカラーコーンを回って 折り返し、スタート地点までコースを進 む。1番最後の人の体が全部ラインを越 えるまでの時間が記録。手が離れてしまったリカラーコーンを倒してしまったりした 場合は、1回につき5秒加算。



ストップウォッチ・カラーコーン

①調整力:かさバランス 指先で、どれだけかさを立てて いられるかに挑戦しよう。かさの 先を指にのせ、かさが倒れるまで の時間を測る。 体は動かしてもよ いが、足は「気をつけ」の状態の ままで動かしてはいけない。



進備物 傘・ストップウォッチ

1分間に、指で紙をどれくらい長く ちぎれるかに挑戦。 方向ややり方は 白由、紙に折り目をつけてもよいが、 時間内で行う。 ただし、 紙を重ねた ままちぎってはいけない。 途中で紙が 切れても、残った部分で続けること はできるが、 つなげることはできな い。ストップの合図でやめ、一番長く ちぎることのできた紙の長さが記



準備物 A5サイズの紙大量・巻尺 ストップウォッチ

1人1つさいころを持ち、2人で 同時にさいころを振って、2つの さいころで同じ目(ぞろ目)を何 回出るかに挑戦しよう。 そろ目は、1~6のどれでもよい。1分 間に、ぞろ目が出た回数が記

形転力:ぞろ目出し



進備物 さいころ2個 ストップウォッチ

10超能力:エスパーさいころ

さいころの目で、出したい目の 数を大きな声で言ってサイコロを 振る。 言った目の数が出たら、 1 回とカウント。 出したい目の数 は、1~6のどれでもよく、振る たびに数を変えてもいい。1分間 に、言った目が出た回数が記録。



さいころ1個・ストップウォッチ

①調整力:キャップ積みバランス ペットボトルのふたを 1 個. 親

指、人差し指、中指の3本の指で つまんで持つ。 スタートの合図 で、つまんで持っているふたの上 に、ペットボトルのふたを積み重 ねていく。 1分間で、 積み上げら れたふたの数が記録。

ただし、終わりの合図からゆっく り3つ数えてから、乗っているふ たの数を数えること。 3つ数える 間に崩れた場合は、残っている個 数が記録。 時間内ならやり直し てもよい。

ストップウォッチ



⑱投力:バウンドバスケット

バケツを5個配置し、基準線と バウンドラインを決める。基準線 から、ボールを1個ずつ、バケツ に入るように5個投げる。 ただ し、基準線からバウンドラインの 間で、ボールを1回以上バウンド させなければならない。 バケツに は得点があり、入ったボールの合 計得点が記録。入らなかったボー ルは、0点。



準備物 ボール 5個 バケツ5個

1分間に、どれくらいたくさんの

鉛筆を立てられるかに挑戦。鉛 筆を机の上に用意し、スタートの 合図で片手で1本ずつ立たせて いく。 ストップの合図の時に立っ ていた鉛筆の本数が記録。

19調整力:鉛筆たて



準備物 鉛筆大量 ストップウォッチ

②蹴力:ボールリフティング

足と膝、頭やおでこを使って、1 分間に何回リフティングができる かに挑戦。途中で落としても、続 けてできる。 1 分間にリフティン グできた回数が記録。



準備物 サッカーボール ストップウォッチ

謎解き1089(テンパーク)探偵団





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

地図を見ながら館内に隠されたチェックカードを探し出し、チェックカードに書かれている「ひらがな」をヒントに謎解きをする活動です。解答用紙は3つのレベルから1つ選びます。見付けたチェックカードの数と謎解きの正誤により採点します。

3 人数・時間・場所

(1) **人数** 200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 2~3時間

(5) 場所 交流の家館内

【チェックカード(例)】



4 準備する物

区分			P	勺 容	
団体	・特になし				
交流の家	• 筆記用具	・バインダー	• 解答用紙	• 館内地図	

5 引率者の役割

係名	人数	役 割
代表責任者	1名	・全体の総括、連絡、指揮、用具の返却
スタート・ゴール係	1~2名	• 計時、採点、記録、集計
パトロール係	数名	・安全管理と事故防止のため館内を巡回

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に、ルールや安全管理について、全体説明を行います。

7 活動の流れ

活動の流れ	内 容
物品借用	• 館内地図、解答用紙等の借用
説明	・ルール、安全管理等についての全体説明(交流の家)
活動	・一斉スタート(パトロール係は巡回し安全指導)
メエチカ <i>ル</i> ル フ	・全員のゴールを確認し、採点
活動終了	• 借用物品の返却、終了報告

- (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。
- (3) 階段の手すり等から、身を乗り出すような探し方はしないでください。

レクリエーション



1 活動のねらい

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。

3 人数・時間・場所

- (1) 人数 200名以内(会場、内容、人数等ご相談ください)
- (2) 对象 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 準備する物

区分	内 容
団体	特になし
交流の家	必要に応じて音響機器(CD、マイク等)



5 引率者の役割

物品の運搬指示、用具の配置、進行管理、安全管理、清掃指導

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 職員は指導を行いません。

7 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」(ホームページに掲載)を提出してください。主な活動 内容は、ジャンケンゲーム、クイズ、ラダージェッターなどです。<u>指導料は、講師1名につき7,700</u> 円(1時間30分)です。活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引き 7ページを参照してください。

8 活動の流れ

活動の流れ	内容
事前打ち合わせ	・指導員と団体の打合せ
活動	指導、体験
	・ふりかえり
活動終了	• 活動場所の清掃
	・借用物品の返却、終了報告

- (1) 荒天によって屋外活動ができなくなった場合の代わりのプログラムとしては選択できません。
- (2) 指導員に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(障がいのある方がいる場合等)
 - ④ 実施希望場所、形態(椅子に座ったまま、自由に動き回って等)
 - ⑤ その他の要望(表現活動をやりたい等)
- (3) 活動中は、指導員と一緒に引率の方も安全確認(見守り)をしてください。

キャンドルのつどい



1 活動のねらい

仲間と炎を囲みながら自己を見つめ直したり、仲間とレクリエーションを行い一体感を育んだり 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通して、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) 対象 年齢は問いません。
- (3) 期間 通年
- (4) 時間 1時間30分
- (5) 場所 体育館・ホール・研修室(※研修室ではLEDキャンドルのみ使用可能)



4 準備する物

区分	内容		
団体	・ろうそく ・マッチ等・アルミホイル(ろうそく使用時)・音響設備 ・火の神衣装・音楽CD等 ・懐中電灯		
交流の家	・燭台(ろうそく用2、LED用2)・ブルーシート(燭台の下に敷く)・LEDキャンドル(貸出可)※大6個/小200個・音響設備(貸出可)・火の神衣装(貸出可)		

※ろうそく用燭台

体育館燭台(大)釘300本 ホール燭台(中)釘300本 ※ろうそくは団体で持参してください



ろうそく用燭は

※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用燭台

5 引率者の役割

項目	内容
安全指導	・火の取り扱い、後片付けの注意喚起
事故発生時の対処	・けがや事故が発生した場合の連絡(事務室)
清掃指導	・床に落ちたロウの片付け

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に、安全管理の説明を代表者に行います。

7 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。活動終了後に請求書を発行します。 支払いについては、利用の手引き7ページを参照してください。

8 活動の流れ

活動の流れ	内 容
会場準備	・LEDキャンドル(借用の場合・事務室)の受取 ・会場への燭台の移動・設置(ろうそくの場合、下にブルーシートを敷く) ・音響機器の使用方法確認
活動	・キャンドルのつどい(儀式、レクリエーション等)
活動終了	・会場の後始末 ・借用物品の返却

- (1) 火傷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。
- (2) 燭台の釘でけがをしないように気を付けてください。

キャップハンディ体験



1 活動のねらい

ハンディキャップのある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。地域の中でとも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 88 本)

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・対象・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年生以上	1 時間	通年	交流の家
目かくし歩行	100 人以内	小子44土以上	1 時間		(屋内•屋外)
点字(有料)	50 人以内	中学生以上	1.5 時間	迪 井	交流の家研修室
手話(有料)	100 人以内	中子土以上	1.3 回回		

[※]人数、活動時間についてはご相談ください。

4 準備する物

区分	内 容		
団体	・白杖体験の目かくし(タオル等)		
交流の家	・白杖 88 本 ・車イス 10 台		

5 引率者の役割

係 名	人 数	役 割
代表責任者 (車イス、目かくし歩行)	1名	・全体の総括、指揮、安全管理、連絡 ・コースの巡回、安全指導と事故防止
代表責任者 (点字、手話)	1名	・外部指導員との調整

6 交流の家職員の役割

- 白杖体験と車イス体験の全体説明と活動のまとめを行います。
- ・ 物品の貸し出しを行います。

7 指導の依頼について

点字、手話の活動は、外部指導員の依頼が必要です。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。活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引き7ページを参照してください。

8 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→玄関外(スロープ)→エレベーター→障害者用トイレ→ピロティ ・ふりかえり
活動終了	・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
活動終了	•終了後、物品返却 等

(3) 点字

 150. 2	
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
活動終了	•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
活動終了	•終了後、物品返却等

- (1) 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指導してください。
- (2) 車イス、白杖は、コースを確認し必ず補助が付いた上で体験してください。
- (3) 荒天によって屋外活動ができなくなった場合の代わりのプログラムとしては選択できません。
- (4) 高齢者体験グッズ(子供用:2セット)、妊婦体験グッズ(2セット)も必要に応じて貸し出すことができます。使用する場合は事前にご連絡ください。

焼き板



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、研修の思い出の作品となります。

2 活動の概要

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。

3 人数・時間・場所・料金

(1) 人数 10名~40名

(2) 对象 小学生以上

(3) 期間 通年(午前9時~午後5時まで)

(4) 時間 1~1.5時間

(5) 場所 ピロティー※荒天時は会場変更

(6) 料金 1個 770円



4 準備する物

区分	内容
団体	・特になし
交流の家	・活動に使用する物品はすべて指導員が準備します

5 引率者の役割

- 着席、挨拶、清掃指導
- ・工具の取り扱いについての安全管理

6 交流の家職員の役割

職員は指導を行いません。

7 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。活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引き7ページを参照してください。

8 活動の流れ

1H 3H 47 HU 14	
活動の流れ	内 容
物品確認	• 使用する道具、材料の確認
活動	・指導員の説明により、創作
活動処プ	・借用物品の返却
活動終了	・活動場所の清掃



9 実施及び安全管理上の留意点

荒天時に屋外活動ができなくなった際の代わりのプログラムとして設定している場合、実施の有無について下記時間までに交流の家(O19-688-4224)へ連絡願います。実施が午前の時の連絡は午前6時半まで、午後の時は午前10時までにお願いします。

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、研修の思い出の作品となります。

2 活動の概要

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。

3 人数・時間・場所・料金

- (1) 人数 10名~240名
- (2) 对象 小学生以上
- (3) 期間 通年(午前9時~午後9時まで)
- (4) 時間 約2時間
- (5) 場所 研修室
- (6) 料金 1個 990円



4 準備する物

区分	内容
団体	・特になし
交流の家	・活動に使用する物品はすべて指導員が準備します

5 引率者の役割

- 着席、挨拶、清掃指導
- ・工具の取り扱いについての安全管理

6 交流の家職員の役割

職員は指導を行いません。

7 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。活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引き7ページを参照してください。

8 活動の流れ

1H 20 10 10 10	
活動の流れ	内 容
物品確認	• 使用する道具、材料の確認
活動	・指導員の説明により、創作
活動終了	・借用物品の返却
泊勤終」	・活動場所の清掃



9 実施及び安全管理上の留意点

荒天時に屋外活動ができなくなった際の代わりのプログラムとして設定している場合、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時半まで、午後の時は午前10時までにお願いします。

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
- (4) **時間** 2.5 時間~3時間(小学1~3年生) 2時間~2.5 時間(小学4年生以上)

※午後5時以降に実施する場合、1.5時間で実施します。(要相談)

- (5) 場所 研修室・ホール
- (6) 料金 1個 1,200円

4 準備する物

区分	内容
団体	・特になし
交流の家	・活動に使用する物品はすべて指導員が準備します

5 引率者の役割

- 着席、挨拶、清掃指導
- ・ 工具の取り扱いについての安全管理

6 交流の家職員の役割

職員は指導を行いません。

7 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。活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引きアページを参照してください。

8 活動の流れ

活動の流れ	内容
物品確認	• 使用する道具、材料の確認
活動	・指導員の説明により、創作
活動終了	• 借用物品の返却
	• 活動場所の清掃



- (1) 指導可能時間は午前9時から午後9時まで。雨天時等の代替プログラムとして申し込む場合は午前9時半以降に開始となります。
- (2) 荒天時に屋外活動ができなくなった際の代わりのプログラムとして設定している場合、実施の有無について交流の家(019-688-4224)へ連絡願いします。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時までにお願いします。

七 宝 焼 き



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。

3 人数・時間・場所

- (1) 人数 10~60名まで
- (2) 对象 小学生以上
- (3) 期間 通 年
- (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 準備する物

区分	内容
団体	特になし
交流の家	・活動に使用する物品はすべて指導員が準備します

5 引率者の役割

- 着席、挨拶、清掃指導
- ・ 工具の取り扱いについての安全管理

6 交流の家職員の役割

- 活動開始 1 時間半前に窯入れを行う。
- 職員は指導を行いません。

7 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。活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引きアページを参照してください。

8 活動の流れ

活動の流れ	内 容
準備	① 一つの班が6人に以下になるように机を並び替える
表面処理	① 銅材料表面を耐水サンドペーパーで磨く
	② 黒釉薬をはがき2枚分の厚さで銅表面に盛りつけ、水分を取る
	③ 焼成(750~800度で1分程度)
	④ 自然に冷却する
銀箔ちらし	① CMC (薄めののり水) を表面に塗る
	② 銀箔をピンセットで表面に張り付ける (創作物・特徴)
	③ 焼成(750~800度で1分程度)
	④ 自然に冷却する
色釉薬盛りつけ	① 全体に色釉薬を盛りつける
	② 焼成(750~800度で1分程度)
	③ 自然に冷却する
金具へ固定	① ボンドで金具に固定して、完成
後片づけ	① 道具を返却し、活動場所を清掃する
	② 机を元に戻す

- (1) 荒天によって屋外活動ができなくなった場合の代わりのプログラムとしては選択できません。
- (2) 指導可能時間は、午前9時から午後5時までです。
- (3) 活動開始時刻は、午前が9時、午後は1時30分が原則です。



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。

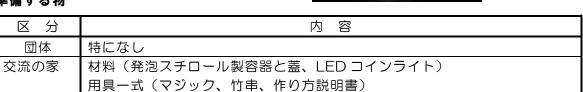
2 活動の概要

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名以上100名程度
- (2) 対象 小学生以上 ※小学生未満は要相談
- (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





5 引率者の役割

• 安全管理、創作説明、清掃指導

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に、作り方や安全管理について代表者に説明を行います。

7 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。活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引き7ページを参照してください。

8 活動の流れ

活動の流れ	内容
物品借用	・材料、用具等の借用
説明	・創作の手順、安全管理について全体説明(団体)
活動	・団体代表者の説明により、創作
活動終了	• 活動場所の清掃
	• 借用物品の返却、終了報告

- (1) LED コインライトの初期不良は、交換しますので、事務室にご連絡ください。
- (2) 竹串の取扱いに注意してください。

小枝えんぴつ作り



1 活動のねらい

場内の樹木の枝を選び、工具を使用してえんぴつを作ることで創作する喜びを味わいます。また、 自分が作ったものを使う喜びを体験します。

2 活動の概要

樹木の枝に穴をあけ、ボンドで固定してえんぴつを作ります。小刀や 電熱ペンで装飾して自分だけのえんぴつを作ります。

3 人数・時間・場所・料金

(1) 人数 2名以上80名程度

(2) 对象 小学校3年生以上

(3) 期間 通 年

(4) 時間 2時間程度

(5) 場所 研修室

(6) 料金 1本 100円



4 準備する物

区分	内 容
団体	軍手
交流の家	材料(木の枝・えんぴつの芯)
	用具(ドリル・バイス・木工用ボンド・小刀・やすり・電熱ペン・布巾・新聞
	紙・作り方説明書)

5 引率者の役割

• 安全管理、創作説明、清掃指導

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に、作り方や安全管理について代表者に説明を行います。

7 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。活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引きアページを参照してください。

8 活動の流れ

活動の流れ	内容		
物品借用 説明	材料、用具等の借用創作の手順、安全管理について全体説明(団体)		
活動	・団体代表者の説明により、創作		
活動終了	• 活動場所の清掃		
	• 借用物品の返却、終了報告		



- (1) 小刀と電熱ペンなどの取り扱いを指導し、やけど・切り傷などに十分注意してください。
- (2) 利き手の反対の手に軍手をはめることを推奨します。

マイスプーン作り



1 活動のねらい

場内の樹木の枝を選び、工具を使用して自分だけのスプーンを作り上げることで創作する喜びを味わいます。また、自分が作ったものを使う喜びを体験します。

2 活動の概要

樹木の枝に穴をあけ、ホットボンドで固定してスプーンを作ります。小 刀や電熱ペンで装飾して自分だけのスプーンを作ります。

3 人数・時間・場所・料金

(1) 人数 2名以上80名程度

(2) 对象 小学校3年生以上

(3) 期間 通 年

(4) 時間 2時間程度

(5) 場所 研修室

(6) 料金 1本 250円



4 準備する物

区分	内容
団体	軍手
	材料(木の枝・スプーンヘッド)
交流の家	用具(ドリル・バイス・小刀・やすり・電熱ペン・ホットボンド・オイルスプ
	レー・ペーパータオル・布巾・新聞紙・作り方説明書)

5 引率者の役割

• 安全管理、創作説明、清掃指導

6 交流の家職員の役割

- 物品の貸し出しを行います。
- 活動前に、作り方や安全管理について代表者に説明を行います。

7 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。活動終了後に請求書を発行します。支払いについては、利用の手引きアページを参照してください。

8 活動の流れ

活動の流れ	内容		
物品借用 説明	材料、用具等の借用創作の手順、安全管理について全体説明(団体)		
活動	・団体代表者の説明により、創作		
活動終了	• 活動場所の清掃		
	• 借用物品の返却、終了報告		



- (1) 小刀と電熱ペンなどの取り扱いを指導し、やけど・切り傷などに十分注意してください。
- (2) 利き手の反対の手に軍手をはめることを推奨します。

ファーストエイド・オリエンテーリング



1 活動のねらい

自然の中で、危険予測・回避やけがに対しての応急手当の方法を体験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 か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。

実施の方法には2つのやり方があります。1つ目はオリエンテーリングとして実施する場合です。2つ目は小学校5年体育(保健)の「けがの防止」の授業として行う場合です。

3 人数・時間・場所

- (1) 人数 80名程度 ※要相談
- (2) 对象 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



4 準備する物

区分	内 容		
団体	・腕時計・雨具・帽子・軍手・水分・タオル		
交流の家	・ファーストエイド〇L用地図 ・筆記用具 ・探検バッグ ・熊鈴 ・ゼッケン(各グループ 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(必要に応じて) ・水を入れたポリタンク(ポイント⑥に設置)		

5 引率者の役割

係 名	人 数	役割
代表責任者	1名	・全体の総括、指揮、安全管理、連絡
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	・コースの巡回、安全指導と事故防止

6 交流の家職員の役割

区分	役割
オリエンテーリング	・物品の貸し出しを行います。
として実施する場合	• 活動前に、ルールや安全管理について全体説明を行います。
授業として	・申し込みと同時に指導依頼を受けます。
実施する場合	・学習指導案の展開例(別紙)に基づき、「導入」と「ふりかえり」部分については
	交流の家職員が説明します。
	・物品の貸し出しを行います。
	• 活動前に、やり方や安全管理について全体説明を行います。

7 活動の流れ

活動の流れ	内 容
物品借用 説明	・ワークシート配付、地図、ゼッケン、熊鈴、ナップザック等の貸出 ・ルール、安全管理について全体説明(交流の家)
活動	・一斉スタート(パトロール係は巡回し安全指導)
活動終了	・全員のゴールを確認し、採点・ふりかえり・借用物品の返却

8 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) 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してください。
- (3) 到着予定時刻を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) パトロールでマウンテンバイクを使用する場合は、ヘルメットを着用してください。また、借用中に起きた事故やけが、その他のトラブルに関して当施設では一切の責任を負いかねます。
- (6) 電活動度が2以上のとき、風速10m/s以上のときは屋内の活動に切り替えていただきます。また、熱中症アラートが出ている場合は、身の回りの暑さ指数(WBGT)を確認して中止・休憩等の判断をお願いします。







【授業として実施する場合の学習指導案】

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	 ・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。 	 ・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。 		
思考力 判断力 表現力等	・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。	・自らできる簡単な手当ができる。 ・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	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。 ・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ねんざの手当	2	青少年 教育施設

	○体験しないものについての補足(熱中症)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。		
課題の 解決、生活 の改善	(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。○学んだことを生活の中に生かしていく視点を話し合う。	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て 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	学習活動	指導上の留意点	時
階 導入 [○「いいね」という言葉を使って、アイスブレイクをする。 ・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。 ○課題をつかむ。 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。 ○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。 ・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。 	・オリエンテーリングの中に普段の生活の中できない発声場面があることできない発声場面があるとして、クラッ準備段階として、クを施設職員できた。・コークシーのでは、、の地図、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、、	10 分
展 開	 ○班毎に、コースを回る順番を決めて出発する。 ポイント①:クマと遭遇 く指令> ・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。 ポイント②ハチが飛んできた く指令> ・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。 ポイント③ヘビにかまれた く指令> ・安静にする。座ったり、横になったりする。 	・ポイント①クマ 落葉樹があり、熊笹、笹竹があるところの は、クマが出没する可能性が高い。り後退する。 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 甘か香りがするもの色である黒いらりを がするのかで大変を低くし、動はったのかで洗ってを離れるのではいう。 場をでしてはいけない。 場をでしてはいけない。 で洗ってはいけない。 で洗ってはいけない。 で洗ってはいけない。 で洗ってはいけない。 で洗ってはいけない。 で洗ってはいけない。 が本内に回るのをがいながない。 が本内に回るのをが、など水場の近くに。 がよれたときは、まず安静による。 はいたときいったりすると毒がよりになりまると	

・手当については、パネルを読み、かまれた 傷口を水で洗い、清潔なガーゼで軽く抑え るということを確認する。

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!!

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。

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。

ポイント⑦上り坂ラクラク登れる体験 <指令>

・右手をふり上げているときに、右足が着地

ポイント⑧すり傷の手当

するように歩く。

<指令>

- ・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。
- ○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。

回りやすくなり危険。縛って血流を止めたり、口で吸い取ったりしてはいけない。傷口を水で洗い、清潔なでガーゼで傷口を軽く押さえ、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
- 一人で対応せず、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。
- ・ポイント⑦上り坂ラクラク登れる体験坂道 の下の連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®~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®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®やけどの手当 <指令> ・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。	・ポイント⑨やけどの手当水道水で患部を冷やし続ける。水ぶくれができても、つぶさない。	
	 ○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。 ポイント⑩ねんざの手当・足場が悪いところで、足首をひねって「ねんざ」してしまいました。適切な手当をしてください。 ○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り 	 ・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 (エレベーテーション:高く持ち上げる) 	
>	ークシートに書く。	子並みが担けっいて 上いたか井! トル	
ふりかえり	○ふりかえりを行う・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。	・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。	
	○熱中症の予防と手当について職員の説明を 聞く。	・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、実生活に生かしていく気持ちを高める ようにする。	
	○感想を発表する。○先生から		

(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。

防災キャンプ I (例)

※は防災を含む安全に関する教育に関連する項目

● 日程

	7	8	9	10	1	1 1	2 1	13	14	15	16	17	18	19	20	21	
9 月 2 日			Ę	受付	開会式	アイスブレイク	昼食	説明	テント	・・タープ設設	営	野外炊事		南部せんべい焼き	ふりかえり	就寝	
9 月 3 日	野外炊事	₩uj	テント ターフ 撤収	Ĵ	シ	ュニケー ョン ショップ	昼食	行動記作の	会								

はじめの会(※学級活動)

キャンプネームを決めたり、自己紹介をしたりして緊張をほぐす。 質問紙調査①を実施。ポートフォリオの説明をして、意欲付けを行 う。

ブリーフィング①(※学級活動)

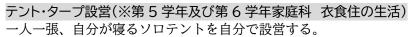
様々なアイスブレイクを行う。

全員:ビート、ネームリング、フルーツバスケットなど

班ごと: フープリレーなど

ブリーフィング②(※第5学年 社会科)

「防災」「災害」「自助」「共助」の言葉の意味について確認を行う。 本事業の内容と趣旨を確認し、活動を通して「自助」「共助」につな がる行動ができるようになることが目標であることを確認する。



班の仲間で協力し合って、創意工夫をしながらタープを設営する。 「共助」の意味について体験を通して考える。

野外炊事(夕食)(※第5学年及び第6学年家庭科 衣食住の生活) 一人ずつ竈で火を起こし、飯ごうでレトルトカレーとレトルトご飯 で夕食づくりを行う。(ポリ袋炊飯も可能)

ふりかえり(※第5学年 社会科)

丸かまどの熾火で南部せんべいを作る。

活動の中で自分ができたり、班の中で見られたりした自助・共助の姿 を共有。活動での学びと防災のつながりについて考えを深める。

野外炊事(朝食)(※第5学年及び第6学年家庭科 衣食住の生活) 共助の日と位置付け、班員全員で食事(焼きそば)作りを行う。 役割分担をしたり、調理状況や他の人の動きを見たりして、自分ので きることを考え、行動する。

テント・タープ撤収(※第5学年及び第6学年家庭科 衣食住の生活) テント・タープを協力して撤収する。

コミュニケーションワークショップ(※特別の教科 道徳)

共助意識の育成に重要である「コミュニティ」と「多様性」の意識づ けをねらって実施する。ただ話すだけでなく、声の大きさや調子、身 体の動きなど様々な点を工夫して、自分の思いを表現したり、他者の 伝えたいことを読み取ったり、ペアで目を閉じた相手を誘導したり する。

防災・減災行動計画作り(※第5学年 社会科)

自助・共助について改めて確認し、これから (キャンプⅡまでの1か 月間)、日常生活場面で取り組む防災・減災行動計画を決める。





フープリレー 図2





図3 ソロテント設営 図4 タープ設営





夕食づくり

図6 タープで夕食





図 7

南部せんべい 図8 ふりかえり





図9 朝食づくり

図 10 テント撤収





図 11 コミュニケーション ワークショッフ°

図 12 行動計画作り

防災キャンプ Ⅱ (例)

※は防災を含む安全に関する教育に関連する項目

● 日程

	9	10	11	12	13	14	15	16
10 月 2 日		受付 表 練 習	行動計画実施 状況の発表	昼食		維誘導体験 兼性を学ぶ〜	おわ りの 会	

行動計画実施状況の共有(班別)(※第5学年 社会科)

1 か月間で実施した内容や気づいたこと、考えたことを別々の部屋に分かれて班内発表を行う。

行動計画実施状況の共有(全体会)(※第5学年 社会科)

自分たちの班で出された取組を他の班に伝えることで、自分の取 組を改めて振り返える。

様々な取り組みを行ったという発表をお互いに聞くことで、多様 な見方や考え方に触れる。





図1 班別発表

図 2 全体発表

避難誘導の作戦会議(※第5学年 社会科)

「目が見えない」「耳が聞こえない」「足が不自由(車いす)」「高齢者」「妊婦」のうち、どの人を誘導するかをくじ引きで決る。 自分たちの班は、誘導する際にどの経路を通って、どういう工夫 をするか、気を付けることなどの作戦会議を行なう。



班ごとに5つの特性(目が見えない、耳が聞こえない、足が不自由、高齢者、妊婦)の1つがある人役(ボランティア)の誘導を行う。

「①多目的ホール B からつどいの広場へ」、「②つどいの広場から 多目的ホール B へ」、の往復の道のりで異なる特性の人の避難誘 導を行う。

実施後はそれぞれ誘導されたボランティアが感想を伝え、班の中 でふりかえりを実施する。

それぞれの特性の相手のことを思いやり、どういう風に誘導した ら安心してもらえるのかを場面ごとに考えつつ、班のメンバーで 協力しながら避難誘導を行う。



図3 作戦会議

図4 誘導前の注意点



図5 避難誘導体験 図6 高齢者体験

避難誘導体験後の振り返り(※第5学年 社会科)

班ごとに、避難誘導をしてみて気付いたこと、気を付けるべきことなどについて話し合い、その結果をホワイトボードにまとめ、発表して全体で共有する。

相手に安心してもらえるようにする、自分だけでは難しいときに はできる人を探して頼るなど、相手を理解しようという気持ち や、共助の大切さについての意識を深める。

防災・減災行動計画作り(※第5学年 社会科)

キャンプ I・Ⅱで学んだことを受けて、今後、日常生活でできる 防災・減災行動を考える。





図7 振り返り

図8 行動計画作り

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-suishin@niye.go.jp