



National NOTO Youth Friendship Center

国立能登青少年交流の家



R7 活動プログラム手引き

GUIDE BOOK

活動プログラム

活動プログラム手引き→



	活動名	活動時期	対象	実施人数	所要時間	指導方法
水辺の活動	カッター	4～10月	小4以上	24名・48名	3	①
	カヌー	5～10月		2～36名		
	いかだ体験		小5以上	36名 (中学生以上30名)		
野外活動	アーチェリー（AR）	3～11月	小4以上	2～40名	3 (少人数なら2)	①
	サイクリング（CY）		身長135cm以上	2～50名	3	②
	ウォークラリー（WR）	通 年	小4以上	2～200名		
	オリエンテーリング（OL）					
	ディスクゴルフ（DG）	3～11月	小学生以上	2～200名	2～3	③
	グリーンアドベンチャー（GA）	4～10月		2名～	1.5～3	
	火おこし体験	3～11月	小4以上	2～80名	1.5	①
	砂像造り	5～10月頃		10～240名	3	
	ポット砂像造り		小学生以上	2名～	2～3	
	野外炊事		4～11月	小4以上	8～160名	
	野外炊事 世界の料理	小5・6年生				
	たき火体験・防災ご飯作り	小4以上		8～40名		
夜の活動	ナイトアドベンチャー（NA）	3～11月	小5以上	2～200名	1～2	③
	キャンプファイア	5～10月	小学生以上	2～200名	2	
	🏆キャンドルセレモニー	通 年		2～100名	1～2	
	肝だめし			2～70名 ※70名以上は 要相談	1.5～2	④ (10名未満なら③)
	天体・星座観察	—				
レクリエーション	🏆NOTO ジョイフレンド	通 年	小学生以上	2～200名	1～2	①
	🏆館内オリエンテーリング			最大200名	1.5～2	③
	🏆水泳・水遊び	6月中旬～9月	活動プログラム 手引き参照	2～70名	—	③
	🏆スポーツ活動	通 年	—	—	—	
文化活動	そば打ち体験	通 年	小5以上	10～40名	4	①
	和太鼓体験（夜のみ）		要相談	20～150名	1	
	座禅・正座体験（近隣寺院）			10～150名	3	

※指導方法について

①職員・外部講師による指導

②全体指導後、自主活動

③事前に代表者にのみ説明した後、自主活動

④希望に応じて外部講師を依頼

※🏆マークのついている活動は雨天代替可能な活動です。

	活動名	持参物	対象	実施人数	所要時間	指導方法
創作活動	🍴てん刻	新聞紙、2B 鉛筆、消しゴム	小 4 以上	2名～ ※200名以上は 彫刻刀持参	2～3	②
	🍴マイスプーン・マイフォーク	軍手、ガスマッチ		10～150名	1.5～3	①
	🍴革細工	新聞紙、鉛筆、消しゴム	小学生 以上	2～60名	2～3	
	🍴七宝焼	ティッシュ、新聞紙		10～42名	3	
	🍴貝殻アート ・色紙 ・写真立て ・小物入れ	新聞紙、色鉛筆、マジック など	5歳以上	2～150名	1.5～2	②
	🍴クリアキャンドル	新聞紙		2～80名	1～2	
	🍴海草しおり	ラミネートフィルム、色紙、 新聞紙、ひも		2～40名	1～1.5	
	まが玉	HB 鉛筆、消しゴム、ひも、 サンドペーパー、ビーズ	小学生 以上	20～50名	2	①
	手びねり	エプロン、タオル	5歳以上	3～40名	3	① ※会場は 大社焼工房
	下絵付け	HB 鉛筆、図案（9×25cm）		20～30名		
	上絵付け	HB 鉛筆、マグカップ図案 （8×20cm）		20～30名 ※30名以上の場合は ご相談ください。		

【活動決定】

- ・雨天プログラム実施の場合は、次の時間までに、事務室に連絡してください。
（午前の活動 7：50 / 午後の活動 12：00 / 夜の活動 16：30）
※砂像造りは、午前の活動 6：50 / 午後の活動 11：00 までに事務室に連絡してください。
- ・天気予報等決定に必要な情報は、事務室にお尋ねください。
- ・天候や気温の状況によっては、活動時間の変更または短縮、活動内容の一部変更や、活動の中止をお願いする場合があります。

【集合場所】

- ・玄関前広場 ・ ・ ・ 職員、外部講師による全体指導がある活動
- ・指定された研修室等 ・ ・ ・ オリエンテーリングまたはウォークラリーの説明、屋内での活動

【注意事項】

- ・活動 10 分前（夜間の活動については 16：30）に打ち合わせを行うため、各活動担当指導者は事務室までお越しください。
- ・各活動の持参物を確認し、忘れずにお持ちください。
- ・野外活動等で外履きが汚れた場合は、泥を玄関前の足洗場で洗い流してください。
- ・研修室等を利用後、机や椅子等を元に戻し、必ず清掃を行ってください。
- ・実施人数は、引率者等の安全管理ができる大人を所定の人数以上含むことが前提です。

活動に係る料金

活動名	材料費	特定活動 研修費
カッター		400 円
カヌー		
いかだ体験		
アーチェリー（AR）		
サイクリング（CY）		
砂像造り		
野外炊事	詳細は p27	300 円
野外炊事 世界の料理		
たき火体験・防災ご飯作り		
火おこし体験	900 円/1 人前	200 円
そば打ち体験		
天体・星座観察		
NOTO ジョイフレンド		100 円
マイスプーン・マイフォーク作り	220 円（1 本）	
	200 円（ガス器具使用料） ※焼付けを行う場合のみ	
七宝焼き	800 円/個	
革細工	470 円/個	
手びねり	2,100 円/個 ※送料別	
下絵付け・上絵付け	各 1,000 円/個 ※送料別	
ウォークラリー（WR）		100 円
オリエンテーリング（OL）		
ディスクゴルフ（DG）		
キャンプファイア	650 円（薪 1 束）	
	350 円（丸太 1 本）	
	580 円（トーチ 1 本）	
	140 円（灯油 1 ℓ） ※時価により変動	
キャンドルセレモニー	50 円（ろうそく大 1 本）	
	30 円（ろうそく小 1 本）	
クリアキャンドル	500 円/個	
てん刻	420 円/個	
貝殻アート	色紙：300 円/個	
	写真立て：450 円/個	
	小物入れ：520 円/個	
和太鼓体験	28,000 円	
座禅・正座体験	永光寺（曹洞宗） 小・中 300 円/人 高・大人 500 円/人（別途拝観料 300 円） ※学校団体の引率は無料	
	座禅・正座体験 ※交流の家で実施希望の場合は、 出張費が必要	本成寺（日蓮宗） 500 円/人
海草しおり		
まが玉づくり		

※引率者の料金は徴収いたしません。ただし、大人のみでの活動の場合は徴収させていただきます。

野外活動実施基準（以下の基準の内1つでも該当の場合は中止）

※判断時間 午前活動⇒7:50 午後活動⇒12:00 夜活動⇒16:30

No.	活動名	天気	気温or水温	気温暑さ指数	風速	その他
1	いかだ活動	・雷注意報が発令され、雷鳴が聞こえる ・1～3時間後に発雷予報地域に入る ・1～3時間後の時間降水量が6mmを越える	15℃以下		10m以上	池の水質・水量が適さない場合
2	カヌー		15℃以下		10m以上	
3	カッター		13℃以下		10m以上	
4	アーチェリー	・雷注意報が発令され、雷鳴が聞こえる ・1～3時間後に発雷予報地域に入る ・1～3時間後の時間降水量が3mmを越える		気温 35℃以上		路面（塗料・マンホール蓋）が濡れている場合
5	サイクリング			WBGT（赤）危険 31℃以上		
6	オリエンテーリング					
7	ウォークラリー	・雷注意報が発令され、雷鳴が聞こえる ・1～3時間後に発雷予報地域に入る ・1～3時間後の時間降水量が6mmを越える				コースが滑りやすく、危険な場合
8	グリーンアドベンチャー					
9	ディスクゴルフ					
10	ナイトアドベンチャー（夜活動）	・波浪警報・高潮警報が発令される ・雷注意報が発令され、雷鳴が聞こえる ・1～3時間後に発雷予報地域に入る ・1～3時間後の時間降水量が3mmを越える		気温 35℃以上 WBGT 危険 31℃以上		波等の影響で活動エリアが確保できない場合
11	肝試し（夜活動）					
12	砂像造り					
13	キャンプファイア（夜活動）	・雷注意報が発令され、雷鳴が聞こえる ・1～3時間後に発雷予報地域に入る ・1～3時間後に降水予報がでている			10m以上	

カ ャ タ ー

概要・教育的効果

指導者の指示のもと、メンバーが息を合わせて櫂(かい)を操作することで、艇をコース通りに進めることができます。カッターが進む感覚を楽しみながら、規律を守る大切さを学ぶとともに、協調性を養うことができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	4月～10月 ※小雨実施可 ※強風（風速 10m 以上）実施不可		
指 導 形 態	外部講師または職員が指導	引率者数	1 艇 1 名以上（必ず乗船）
対象・人数 班 編 成 等	①小学校4年生以上、48 名まで ②定員は 1 艇 24 名（引率含まず）まで（2 艇あり） 小学生の場合、1 艇の人数は 20 名以上 大人の場合、1 艇 12 名をおすすめします。		
実 施 場 所	しもくさえもんいけ 下左工門池（敷地内かんがい用水池）		
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて3時間程度		
経 費	活動費：1 人 400 円		
当施設の 貸出物品	ライフジャケット、カッター（全長9m、26 名乗り）		
各団体の 持 参 物	帽子、動きやすい服装、雨具（傘は不可）、飲料水（肩かけひもがあるとよい） タオル（首まき用）、眼鏡使用の場合は留めひも		

2 標準的な日程（午後の活動は、13：20 ～ 16：30 で下表参照）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	打 合 せ	外部講師 引 率 者	外部講師との打合せ
～ 9:00	集 合	引 率 者	玄関前整列指導、事務室へ集合の報告、活動者掌握
9:00 ～ 9:20	説 明	外部講師 引 率 者	概要説明 ライフジャケット配付
9:20 ～ 11:30	実 技	外部講師 引 率 者	指導、講評 活動者掌握、緊急対応
11:30 ～ 12:00	振 り 返 り 着 替 え	外部講師 引 率 者	ライフジャケット返却指導 ライフジャケット返却、整列挨拶指導

3 実施上の留意点

- (1) 玄関前に集合し、艇ごとに2列で整列してください。
- (2) カッター係留場にはトイレがありません。集合前に済ませておいてください。
- (3) 熱中症予防のため、飲料水（肩かけ式水筒）を携帯させてください。
- (4) 事前に活動名簿を提出し、活動前にも参加者を確認してください。
- (5) 1 艇 1 団体ずつの利用も可能です。

カヌー

概要・教育的効果

プールや池でカヌーに関する基礎的な知識・技術を習得します。自然を体感しながら水に親しむとともに、状況に応じた的確な判断力や行動力を身につけ、安全意識を養うことができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	5月～10月 ※小雨実施可 ※強風（風速 10m 以上）実施不可		
指 導 形 態	外部講師または職員が指導	引率者数	2名以上（カヌー運搬補助 1 名・安全管理 1 名）
対象・人数 班 編 成 等	①小学校4年生以上、2～36名まで ②2名1組で18ペアまで（1艇を2名交代で使用）		
実 施 場 所	室内プールおよび上壱左工門池（敷地内かんがい用水池）		
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて3時間程度		
経 費	活動費：1人 400円		
当施設の 貸出物品	カヌー（1人乗り用）、パドル、ライフジャケット、救助用カヌー		
各団体の 持 参 物	水着、タオル、着替え、飲料水、Tシャツ、濡れてもよいシューズ（脱げないもの）、コンタクトレンズ使用の場合は水泳用ゴーグル、眼鏡使用の場合は留めひも		

2 標準的な日程（午後の活動は、13：20～16：30で下表参照）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	打 合 せ	外部講師 引 率 者	外部講師との打合せ
～ 9:00	集 合	引 率 者	玄関前整列指導（水着） 事務室へ集合の報告、活動者掌握
9:00 ～ 9:15	移 動	外部講師	プールへ移動
9:15 ～ 10:30	プ ール で 実技後移動	外部講師	概要説明、指導
10:30 ～ 11:20	池 で 実 技	引 率 者	指導補助、監視、転覆者の救助
11:20 ～ 12:00	振 り 返 り	外部講師	用具返却指導
	着 替 え	引 率 者	用具返却補助、プール更衣室にて着替え

※水着に着替えた状態で玄関前に整列してください。（プール更衣室での更衣可能）

※池で実技の際には、水着の上にTシャツを着る等、肌の露出をなるべく控えてください。

※実技後、室内プールのシャワーを使用できます。

3 実施上の留意点

- (1) 実技では、水着とライフジャケットを必ず着用します。
- (2) 活動中に転覆の練習を行うため、必ず濡れます。事情があって転覆の練習ができない場合は、事前にご相談ください。
- (3) 事前に活動名簿を提出し、活動前にも参加者を確認してください。

いかだ体験

概要・教育的効果

浮き（発泡スチロール）と板をロープでしばり、いかだを作ります。声をかけ合いながら、協力していかだを作ったり、こいだりすることで、コミュニケーション能力や協調性を養うことができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	5月～10月 ※小雨実施可 ※強風（風速 10m 以上）実施不可		
指 導 形 態	外部講師または職員が指導	引率者数	3名（道具運搬補助及び指示、安全管理）
対象・人数 班 編 成 等	①小学校5年生以上、6～35名程度まで ②各班6～7名5班まで（各班体重合計 350kg まで） ※原則、5名以下の編成は認めていません。		
実 施 場 所	しもくぎえもんいけ 下左工門池（敷地内かんがい用水池）		
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて3時間程度		
経 費	活動費：1人 400円		
当施設の 貸出物品	ライフジャケット、パドル、浮き、板、竹ざお、ロープ、救助艇		
各団体の 持 参 物	Tシャツ、ハーフパンツ、濡れてもよいシューズ(かかとを固定でき脱げないもの)、 軍手、帽子、タオル、着替え、飲料水、救急箱、眼鏡使用の場合は留めひも		

2 標準的な日程（午後の活動は、13：20～16：30で下表参照）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	打 合 せ	外部講師 引 率 者	外部講師との打合せ
～ 9:00	集 合	引 率 者	玄関前整列指導（更衣が完了した状態で整列） 事務室へ集合の報告、活動者掌握
9:00 ～ 10:00	移動・説明 組 立	外部講師 引 率 者	組み立て説明 安全指導、用具配付
10:00 ～ 10:40	実 技	外部講師 引 率 者	指導 監視、安全指導、転覆者の救助
10:40 ～ 12:00	後 片 付 け 振 り 返 り 着 替 え	引 率 者	用具の破損有無の確認と返却、整列挨拶指導 プール更衣室にて着替え

※着替え等は活動場所へ持っていきます（濡れてしまった場合は、室内プールのシャワーを利用できます）。

3 実施上の留意点

- (1) 必ず濡れてもよい服装になった状態で玄関前に整列してください(水着不可)。
- (2) 実技ではライフジャケットを着用しますが、池に飛び込む等の危険行為は厳禁です。
- (3) 水しぶき等により衣服が濡れます。また、膝から下は池に浸かります。
- (4) 事前に活動名簿を提出し、活動前にも参加者を確認してください。

アーチェリー（AR）

概要・教育的効果

洋弓を使用的を射ます。自分の心と体の状態を捉え、的の中心に当たるように工夫します。高い得点を目指し、姿勢や力を調整することで、巧みな動きを高めることができます。また、心静かに射ることで、集中力を養うことができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	3月～11月 ※小雨実施可 ※荒天時の代替プログラム不可		
指 導 形 態	外部講師が指導	引率者数	1名以上
対象・人数 班編成等	①小学校4年生以上、2～40名まで ②10班に編成し、均等な人数で編成（3～4人） 左利きの人は1班に集める。		
実施場所	アーチェリー場（矢を射る場所からの的までは12m）		
所要時間	準備、後片付けの時間を含めて3時間程度 ※少人数なら2時間程度		
経 費	活動費：1人 400円		
当施設の 貸出物品	アーチェリー用具一式、スコアカード、鉛筆		
各団体の 持参物	飲料水、弦がひっかからないような上着、運動靴、雨具、虫よけ、軍手		

2 標準的な日程（午後の活動は、13：20～16：30で下表参照）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	打 合 せ	外部講師 引 率 者	外部講師との打合せ
～ 9:00	集 合	引 率 者	玄関前整列指導、事務室へ集合の報告、活動者掌握
9:00 ～ 9:30	説 明	外部講師	概要説明、用具配付
		引 率 者	用具配付補助
9:30 ～ 11:30	実 技	外部講師	指導
		引 率 者	監視、安全指導、スコアカードの記録
11:30 ～ 12:00	振 り 返 り	引 率 者	用具の破損有無の確認と返却、整列挨拶指導

3 実施上の留意点

- (1) 左利きの人を1班に集めます。事前に利き手を把握して班編成をしてください。
- (2) 当日の人数により、班編成の変更をお願いすることがあります。
- (3) 事前に活動名簿を提出し、活動前にも参加者を確認してください。
- (4) 基準以上の得点を出した活動者には認定証を発行します。活動後、速やかにスコアカードを事務室へ提出してください。

サイクリング（CY）

概要・教育的効果

マウンテンバイクで、サイクリングコース（約 11 km）を走行します。潮風を受けながら隊列を組んで走行する爽快感や、チャレンジ坂を登りきる達成感を体感することができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	3月～11月 ※雨天実施不可		
指 導 形 態	自主活動 ※職員が活動者・引率者へ説明	引率者数	2名以上（活動者が30名を超える場合、3名以上）
対象・人数 班 編 成 等	小学生：身長135cm以上、2～50名まで ※自転車に不慣れな場合は、事前に相談ください。		
実 施 場 所	交流の家周辺の一般道路・サイクリングロード（約 11 km）		
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて3時間程度		
経 費	活動費：1人 400円		
当 施 設 の 貸 出 物 品	マウンテンバイク、ヘルメット、ゼッケン、携行薬品、コース図、無線機（引率者分） マウンテンバイクの種類↓ 小 30台（A:135cm以下、B:135cm～155cm） 中 30台（C:145cm～165cm、D:155cm～175cm） 大 10台（E:165cm～185cm） 計 70台		
各 団 体 の 持 参 物	【活動者】飲料水、タオル、帽子、水筒を入れるリュックサック （垂れ下がったひも等はタイヤやチェーンにからむと危険なので短くしておく。） 【引率者】携帯電話、軍手（チェーンが外れた時に直すため）		

2 標準的な日程（午後の活動は、13：20～16：30で下表参照）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	打 合 せ	職 員 引 率 者	職員との打合せ
～ 9:00	集 合	引 率 者	玄関前整列指導、事務室に集合の報告、活動者掌握
9:00 ～ 9:20	説 明	職 員	概要説明、自転車の操作法と調整、安全指導
9:20 ～ 9:40	用 具 点 検 試 走	職 員 引 率 者	用具（自転車、ヘルメット、ゼッケン）配付、ブレーキ、タイヤの空気圧、サドル調整等
9:40 ～ 11:30	実 技	引 率 者	安全指導、活動者掌握
11:30 ～ 12:00	振 り 返 り	引 率 者	用具の破損有無の確認と返却、終了報告

3 実施上の留意点

- (1) 当日の引率者が事前にコースの下見を必ず行い、危険箇所や休憩ポイント等を把握してください。
- (2) 並進は不可とし、登坂時を除き追越しはしないでください。
- (3) 事前に走行順を決めておくと、活動がスムーズになります。（例：先頭苦手～後尾得意）
- (4) 自転車で砂浜に乗り入れないでください。
- (5) 国道を横断する場合は必ず自転車から降り、押ボタン信号を利用してください。
- (6) 先頭及び最後尾は引率者とし、無線で情報共有をするようにしてください。
- (7) 事前に活動名簿を提出し、活動前にも参加者を確認してください。

ウォークラリー（WR）

概要・教育的効果

コマ地図を基にチェックポイントを探し、問題を解きながら、設定された時間にできるだけ近い時間でグループ全員がゴールすることを競う活動です。ルートを話し合ったり、課題を解決したりすることでコミュニケーション能力や問題解決能力を高めることができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年 ※小雨実施可							
指 導 形 態	自主活動 ※職員が活動者・引率者へ説明				引率者数	5名以上 (本部+監視場所)		
対象・人数 班 編 成 等	①小学校4年生以上、最大200名 ②各班5名程度が適当 ＜コースについて＞ 舗装道路を歩く							
	コース	距離	問題数	監視場所	コース	距離	問題数	監視場所
	A	約 5.4 km	10	4か所	B	Aコース逆周り	10	4か所
	C	約 4.7 km	10	4か所	D	Cコース逆周り	10	4か所
	E	約 5.5 km	10	4か所	F	Eコース逆周り	10	4か所
実 施 場 所	青少年交流の家周辺							
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて3時間程度							
経 費	活動費：1人 100円							
当施設の 貸出物品	コマ地図、問題用紙、マスターマップ、監視場所地図、模範解答、バインダー、ゼッケン、計量はかり							
各団体の 持 参 物	飲料水、動きやすい服装（原則、長袖・長ズボン）、運動靴、帽子、腕時計（各班1つ）鉛筆、雨具（傘は不可）、虫よけ							

2 標準的な日程（午後の活動は、13：20～16：30で下表参照）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	打 合 せ	職 員 引 率 者	職員との打合せ
～ 9:00	集 合	引 率 者	事務室へ集合の報告、活動者掌握
9:00 ～ 9:30	説 明	職 員	研修室等で活動内容や留意事項の説明
	準 備	引 率 者	本部設営、監視場所の確認、用具の借用
9:30 ～ 11:30	ス タ ー ト	引 率 者	玄関前整列指導、用具の配付、スタート指示 ※複数班ある場合は時間差を設けスタートする
	実 技		本部及び監視場所で活動者掌握、緊急対応
11:30 ～ 12:00	後 片 付 け	引 率 者	用具の個数や破損有無の確認、回収、返却 事務室に終了の報告

3 実施上の留意点

- (1) 公道を使用するため、交通安全に十分注意して活動を行ってください。
- (2) 本部及び監視場所には、必ず引率者を配置してください。
- (3) 事前に活動名簿を提出し、活動前にも参加者を確認してください。
- (4) 天候によっては、玄関前ではなく説明会場からスタートします。
- (5) 課題で集めてきた自然物は、玄関奥の森へ返してください。

オリエンテーリング（OL）

概要・教育的効果

マスターマップ(基になる地図)から写した地図をたよりにポストを探し、時間内にゴールします。自然に親しむとともに、地図を基にルートを話し合うなど、協調性やコミュニケーション能力を養うことができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年 ※小雨実施可				
指 導 形 態	自主活動 ※職員が活動者・引率者へ説明		引率者数	6名以上 (本部＋監視場所)	
対象・人数 班 編 成 等	①ラインオリエンテーリング：小学校4年生以上、最大 200 名まで ポイントオリエンテーリング：中学生以上、最大 200 名まで ②各班 4～6 名程度が適当 ＜コースについて＞				
	種 類	ポスト数	コース数	コンパス	備 考
	ラインOL	7	1～8 (8コース)	なし	中・高校生や大人でも十分に楽しめます。
	ポイントOL	7	A～J (10コース)	あり	コンパスの習熟が必要です。(中学生以上)
	【ラインOL】は、マスターマップにポストの位置とルートが記載されています。 活動用地図に写しとった後、ルートに沿ってポストを見つけながらコースを回ります。 【ポイントOL】は、マスターマップにポストの位置だけが記載されています。 活動用地図に写しとった後、コンパスを使ってポストがある方向と進むルートを見つけながらコースを回ります。				
実 施 場 所	青少年交流の家周辺				
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて3時間程度				
経 費	活動費：1 人 100 円				
当 施 設 の 貸 出 物 品	マスターマップ、解答、説明用地図、監視場所地図 コンパス、ゼッケン、机、椅子、ペーパーウェイト				
各 団 体 の 持 参 物	飲料水、赤ペン、鉛筆、動きやすい服装（原則、長袖・長ズボン）、活動用靴、帽子、雨具（傘は不可）、腕時計（各班1つ）、救急セット、虫よけ 携帯電話【引率者】				

2 標準的な日程（午後の活動は、13：20 ～ 16：30 で下表参照）

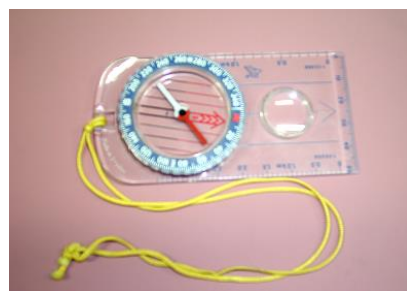
時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	打 合 せ	職 員 引 率 者	職員との打合せ
～ 9:00	集 合	引 率 者	事務室へ集合の報告、活動者掌握
9:00 ～ 9:40	説 明	引 率 者	練習用コンパス等道具の借用、配付 ※ポイントOLの場合のみ
		職 員	研修室等で活動内容や留意事項の説明
	準 備	引 率 者	本部設営、監視場所の確認、用具の借用
9:40 ～ 11:30	ス タ ー ト	引 率 者	指定場所での整列指導、用具の配付、 スタート指示 ※複数班ある場合は時間差を設けスタートする
	実 技		監視場所及び本部で活動者掌握、緊急対応
11:30 ～ 12:00	後 片 付 け	引 率 者	用具の個数や破損有無の確認、回収、返却 事務室へ終了の報告



本部（スタート・ゴール）：玄関前
マスターマップ設置



ポスト
コース上に設置



コンパス
ポイントOLのみ使用
（中学生以上）

3 実施上の留意点

- (1) 規定時間（全班が出発してから 90 分後等）を設けて、その時間を過ぎたら途中でも活動をやめて戻るよう指導してください。
- (2) 監視場所（5 地点）にて活動者がコースを外れないように監視するとともに、活動者の通過チェック等の安全管理を行ってください。
- (3) 順位の決定は、ラインOL・ポイントOLとも規定時間内に、より多い正解数でゴールした班を上位とします。ただし、同点の場合は所要時間が短い班を上位とします。
- (4) ポイント OL では、コンパスを使用します。そのため、活動前説明の中でコンパスの使い方についても説明及び練習（20 分程度）を行います。事前にコンパスの使い方を練習しておくで時間が短縮できます。事前に貸出しも可能ですので希望される方は申し出てください。
- (5) 事前に活動名簿を提出し、活動前にも参加者を確認してください。

ディスクゴルフ (DG)

概要・教育的効果

ゴルフのボールの代わりにフライングディスクを使用し、バスケット型の専用ゴールに、何投で投げ入れることができるかを競うスポーツです。自然の中で活動する爽快感を味わうとともに、ディスクを思い通りに投げる操作性を高めることができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	3月～11 月 ※小雨実施可				
指 導 形 態	自主活動 ※職員が活動者・引率者へ説明		引率者数	各コース1 名以上	
対象・人数 班 編 成 等	①小学生以上、最大 200 名まで ②各班 4～7 名程度が適当、3 コース合計 27 班まで ＜コースについて＞				
	コース名	コースの特徴	ホール数 (ホール番号)	距離	所要時間
	緑の広場	芝生・松林	9 (No. 1～No. 9)	410m	約 50 分
	桜の森	桜の木・低木	9 (No.10～No.18)	370m	約 40 分
	チャンピオン	松林	9 (No.21～No.29)	335m	約 40 分
実 施 場 所	青少年交流の家敷地内				
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて3時間程度				
経 費	活動費：1 人 100 円				
当 施 設 の 貸 出 物 品	フライングディスク（5 色）、コース図、スコアカード、バインダー				
各 団 体 の 持 参 物	飲料水、動きやすい服装（チャンピオンコースは原則、長袖・長ズボン）、帽子、活動用靴、虫よけ、雨具（傘は不可）、鉛筆				

2 標準的な日程(午後の活動は、13:20～16:30で下表参照)

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	打 合 せ	職 員 引 率 者	職員との打合せ、用具借用
～ 9:00	集 合	引 率 者	玄関前整列指導、活動者掌握
9:00 ～ 9:20	説 明	職 員	概要説明、実技指導、安全指導
9:20 ～ 11:30	実 技	引 率 者	巡視、活動者掌握、緊急対応
11:30 ～ 12:00	後 片 付 け	引 率 者	用具個数、破損の有無の確認、回収、返却 事務室に終了の報告

3 実施上の留意点

- (1) 班ごとに各ホールに分かれて同時にスタートすると効率的です。
- (2) 各コース、基準以上の得点を出した活動者には、認定証を発行します。活動後、速やかにスコアカードを事務室へ提出してください。

グリーンアドベンチャー（GA）

概要・教育的効果

施設周辺内でできる活動です。敷地内に点在する指定の樹木を班で協力して探し、課題を解決します。身近な植物を観察することで、植物の名前や特徴、文化とのかかわりについて知ることができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	4月～10月 ※小雨実施可		
指 導 形 態	自主活動 ※職員が引率者へ事前説明	引率者数	2名以上
対象・人数 班編成等	①小学生以上、最大200名程度 ②各班4～6名程度が適当 <コースについて>		
	コース名	ナンバープレート	内 容
	能登の森	NO.1～26 NO.36～40	交流の家（正門～上柵左工門池他）の周りを歩きながら樹木を観察する
	交流の家	NO.1～15	交流の家の建物周辺の樹木を観察する
実 施 場 所	青少年交流の家周辺		
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて1～2時間程度		
経 費	無料		
当 施 設 の 貸 出 物 品	解答、ハンドブック、地図、問題用紙、バインダー、ゼッケン		
各 団 体 の 持 参 物	飲料水、動きやすい服装（原則、長袖・長ズボン）、帽子、活動用靴、虫よけ雨具（傘は不可）、鉛筆		

2 標準的な日程（午後の活動は、13：20～16：30で下表参照）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	打 合 せ	職 員 引 率 者	職員との打合せ、用具借用
～ 9:00	集 合	引 率 者	玄関前整列指導、活動者掌握、
9:00 ～ 9:20	説 明	引 率 者	概要説明、実技指導、安全指導
9:20 ～ 11:30	実 技	引 率 者	巡視、活動者掌握、緊急対応
11:30 ～ 12:00	後片付け	引 率 者	用具個数、破損の有無の確認、回収、返却 事務室に終了の報告

※このグリーンアドベンチャーコースは、公益社団法人青少年交友協会の協力と名称使用承認のもとに設置したものです。

火おこし体験

概要・教育的効果

まいざり式の火おこし器を使い、昔の人々の工夫や火の貴重さを体感することができます。また、火がついた時の喜びや現代の生活のありがたさを感じることができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	3月～11月 ※雨天時の代替プログラム不可		
指 導 形 態	職員が指導	引率者数	2名以上
対象・人数 班 編 成 等	①小学校4年生以上、最大80名まで ②各班4名程度が適当、20班（第1ふれあい広場16班 第2ふれあい広場4班）まで		
実 施 場 所	第1ふれあいの広場、第2ふれあいの広場		
所 要 時 間	準備・後片付けの時間を含めて1時間30分程度		
経 費	活動費：1人 200円		
当施設の 貸出物品	火おこし道具一式		
各団体の 持 参 物	（必要があれば）飲料水、タオル		

2 標準的な日程（午後の活動は、13：20～15：00で下表参照）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	準備・集合	引 率 者	玄関前整列指導、活動者掌握、事務室に集合の報告
9:00 ～ 9:15	説 明	職 員	概要説明、実技指導、安全指導
		引 率 者	用具配布補助
9:15 ～ 10:15	実 技	職 員	指導
		引 率 者	巡視、活動者掌握、緊急対応
10:15 ～ 10:30	振 り 返 り	引 率 者	用具返却、清掃、火の始末

3 実施上の留意点

- (1) 野外炊事と組み合わせて行くと効果的です。
その場合は、野外炊事と合わせ5時間半程度の活動時間を見込んでください。
- (2) 降雨時や梅雨時等、天候によってなかなか火がおきないことがあります。
- (3) 道具に限りがありますので、交代で体験することになります。

砂 像 造 り

概要・教育的効果

粒の細かな柴垣海岸の砂を使って造形を楽しみます。準備した下絵等をもとにグループごとに砂像を作り、鑑賞会やコンテストを行うこともできます。創造力を発揮して砂像を造り上げることで、達成感を味わうとともに、協調性も養うことができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	5月～10月 ※雨天実施不可 ※晴天でも風や波の影響、海岸の状況で実施不可になる場合あり		
指 導 形 態	外部講師が指導	引率者数	2名以上
対象・人数 班 編 成 等	①小学校4年生以上、最大240名まで ※小学校3年生以下は砂像広場のポット砂像で対応可能 ②各班6名程度が適当、40班まで		
実 施 場 所	柴垣海岸（交流の家より車で片道約15分・徒歩で片道約40分）		
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて3時間程度		
経 費	活動費：1人 400円		
当 施 設 の 貸 出 物 品	クラフト道具類、スコップ、バケツ、モチーフ例、 タープテント（救護用×1）		
各 団 体 の 持 参 物	帽子、飲料水、タオル、ビーチサンダル、下絵やモチーフとなる模型等、 救急箱、虫よけ等		

2 標準的な日程（午後の活動は、13：20～16：30で下表参照）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	準備・集合	引 率 者	玄関前整列指導、活動者掌握、事務室に出発の報告
9:00 ～ 9:10	※バス移動	引 率 者	柴垣海岸への移動引率
9:10 ～ 9:30	説 明	外部講師	活動場所にて概要説明、実技指導、安全指導
		引 率 者	用具借用、配付
9:30 ～ 11:00	実 技	外部講師	指導
		引 率 者	巡視、活動者掌握、緊急対応
11:30 ～ 11:50	片 付 け	引 率 者	用具破損の有無の確認、用具返却、整列挨拶指導
11:50 ～ 12:00	移 動	引 率 者	移動引率、事務室に到着の報告

※バス移動は、利用団体の手配に限ります。徒歩で移動する場合は、往復1時間程度かかります。

その際は、出発時間を早める対応が必要となりますので、事前にご相談ください。

（順路）



3 実施上の留意点

- （1）海岸での活動時間を十分に取りたい場合は、活動後の食事時間を遅めに設定されることをお勧めします。
- （2）事前に下絵を作成する等、作品のイメージをもって活動に入るようにしてください。

野 外 炊 事

概要・教育的効果

薪割り、調理等で役割を分担して食事を作ります。仲間と協力して食事を作る協働体験を通して、コミュニケーション能力や協調性を養うことができます。また、「おいしくできた」という成功体験により、自己有用感を高めることができます。



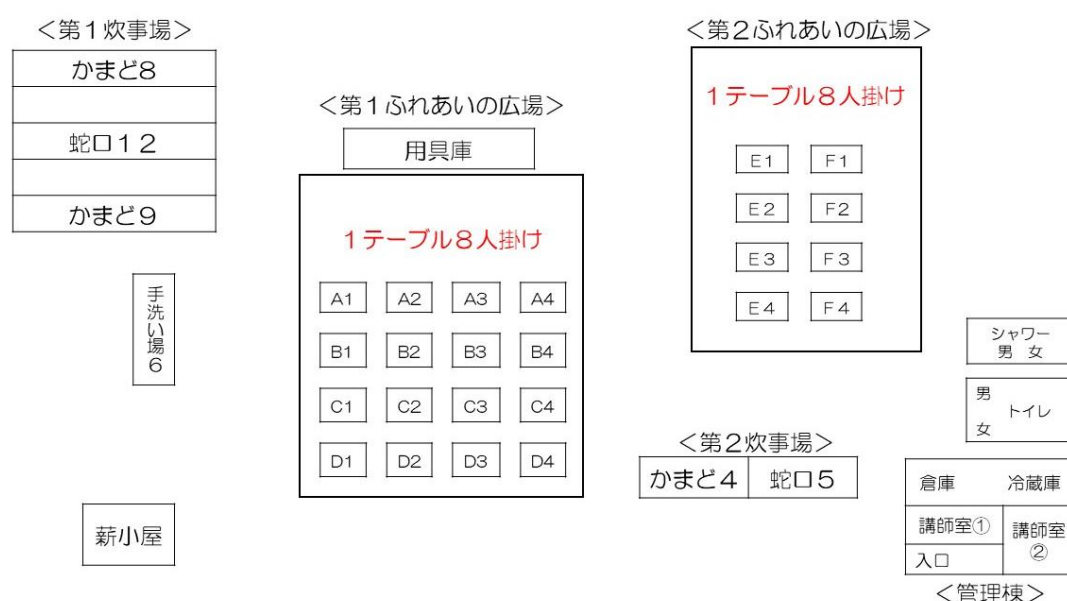
1 活動計画立案にあたって

期 間 等	4 月～11 月					
指 導 形 態	自主活動 ※職員が活動者・引率者へ説明		引率者数	2 名以上		
対象・人数 班 編 成 等	①小学校4年生以上、8～160 名まで ②各班 8 名程度が適当、20 班（第1 ふれあい広場 16 班 第2 ふれあい広場4班）まで					
実 施 場 所	野外炊事場（キャンプ場の中にあり、配置・設備は次ページ参照）					
所 要 時 間	準備、後片付け、点検の時間を含めて4時間程度					
経 費	活動費：1 人 300 円、材料費・薪代・ガス器具代					
献 立	カレーライス、豚汁、焼肉、焼きそば					
当 施 設 の 貸 出 物 品	物品名	数(1 セット分)		物品名	数(1 セット分)	
	なべ（大・中）	各 1		まな板・包丁	各 2	
	鉄なべ（米用）	各 1		鉄板	1	
	ざる・ボール	各 1		おたま	2	
	菜箸	2		フライ返し	4	
	しゃもじ	1		ピーラー	2	
	チャッカマン	1		ガス器具	1	
	アルコール消毒液	1		検査用保存食袋	1	
	クレンザー・ 食器用洗剤	人数に応じて 適宜対応		スポンジ・ たわし（スコッチブ ライト）	人数に応じて 適宜対応	
各 団 体 の 持 参 物	物品名	売店 販売	物品名	売店 販売	物品名	売店 販売
	薪 （入所手続き時に、 使用数を確認します）	○	ふきん・そうきん （各班各3枚程度）	○	キッチンペーパー （用具の仕上げ拭き）	○
	はし・スプーン 皿	○	軍手（綿のもの・ゴム がついていないもの）	○	救急薬品 虫よけスプレー	×
	・ゴミ袋（ゴミ袋を売店で購入した場合は、施設で回収・処理できます。） ※食堂で購入した食材から出たゴミを捨てるために、食材受け渡し時、70L のゴミ袋が 4セットあたり1枚つきます。					

2 標準的な日程（※夕食にあてる場合は、15：00 開始を目安に計画）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	玄関前集合	引 率 者	玄関前整列指導、活動者掌握、事務室に集合の報告
	移 動	引 率 者	職員とともにふれあいの広場へ移動
9:00 ～ 9:30	全 体 指 導	職 員	諸注意、施設用具の使用法・貸出
9:30 ～ 11:00	調 理	引 率 者	材料配付、用具洗浄、薪・ガスの準備、調理
11:00 ～ 12:00	食 事	引 率 者	会場準備、食事、検査用保存食の準備・提出
12:00 ～ 12:30	後 片 付 け	引 率 者	用具等の洗浄、清掃、ゴミ処理、火の始末
12:30 ～ 13:00	点検・返却	職 員	点検、確認、返却

【実施場所】※各炊事場およびふれあいの広場には、屋根があります。



3 実施上の留意点

- (1) 「野外炊事材料等注文用紙」を利用日の3週間前までに交流の家へ提出してください。
- (2) 食品衛生法により、調理したもの（50g程度）を検査用保存食袋に詰め、速やかに食堂「グリルのと」まで提出してください。（夕食の場合は、19：30まで）
衛生管理上、食材の持込みについてはご相談ください。また、手や調理器具等の洗浄を充分に行い、生食材の取り扱いに注意する等、食中毒予防に努めてください。
- (3) 野外炊事時の飲酒、喫煙はできません。
- (4) 利用日の1週間前以降の材料の変更・キャンセルはできません。
食材は8人分・4人分単位の注文となります。食数の調整は団体で行ってください。
- (5) 食堂「グリルのと」で購入された食材等のゴミは、職員の指示に従い処理してください。（もえるごみと残飯をまとめて袋に入れてください。）
- (6) 借用物は、よく洗浄してから持参したふきんやキッチンペーパーで水分を拭き取り、職員の点検を受け、元の場所に戻してください。かまど及び使用場所は、使用后、必ず清掃してください。
- (7) 鉄板の表面はコーティングされています。傷つけないよう気を付けて洗浄してください。
- (8) かまどは火の粉が飛びます。燃えにくい素材の服装が望ましいです。
- (9) かまどや調理の監督など引率者の役割分担を事前においてください。

野外炊事 世界の料理

概要・教育的効果

食材や調理の仕方の英語を正しく聞き取ったり、簡単な英語を使ったりしながら、外国料理を作ります。異文化への理解を深めるとともに、仲間と協力して食事を作る協働体験を通して、コミュニケーション能力や協調性を養うことができます。



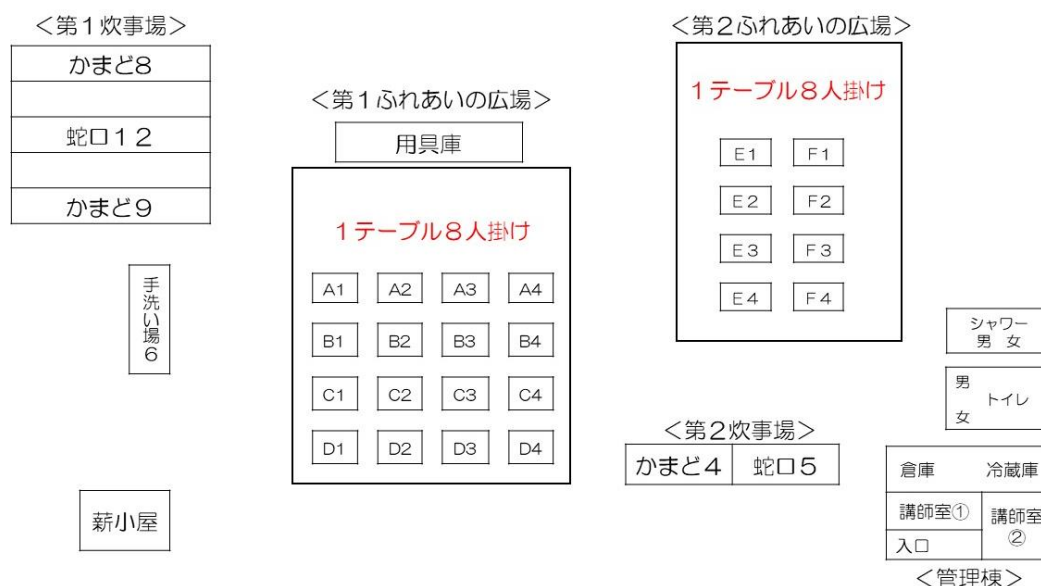
1 活動計画立案にあたって

期 間 等	4 月～11 月					
指 導 形 態	自主活動 ※職員が活動者・引率者へ説明				引率者数	2 名以上
対象・人数 班 編 成 等	①小学校5・6年生、8～160 名まで ※ピザは最大 70 名まで ②各班8名程度が適当、20 班まで					
実 施 場 所	野外炊事場（キャンプ場の中にあり、配置・設備は次ページ参照）					
所 要 時 間	準備、後片付け、点検の時間を含めて4時間程度					
経 費	活動費：1 人 300 円、材料費・薪代・ガス器具代					
献 立	ピザ（イタリア）・・・鉄板で調理 ガパオライス（タイ）・・・お米はかまど、具材は鉄板で調理					
当 施 設 の 貸 出 物 品	物品名	数(1 セット分)		物品名	数(1 セット分)	
	なべ（大・中）	各 1		まな板・包丁	各 2	
	鉄なべ（米用）	各 1		鉄板	1	
	ざる・ボール	各 1		おたま	2	
	菜箸	2		フライ返し	4	
	しゃもじ	1		ピーラー	2	
	アルミホイル・ クッキングシート （ピザのみ）	1		チャッカマン	1	
	ガス器具	1		アルコール消毒液	1	
	クレンザー 食器用洗剤	人数に応じて 適宜対応		スポンジ たわし（スコッチブ ライト）	人数に応じて 適宜対応	
	検査用保存食袋	1				
各 団 体 の 持 参 物	物品名	売店 販売	物品名	売店 販売	物品名	売店 販売
	薪 （ガパオライスのみ）	○	ふきん・ぞうきん （各班各 3 枚程度）	○	キッチンペーパー （用具の仕上げ拭き）	○
	はし・スプーン 皿	○	軍手（綿のもの・ゴム がついていないもの）	○	ビニール手袋 （ピザのみ）	×
	筆記用具	×	レシピ （HP から印刷して 持参。1 人 1 冊）	×	救急薬品 虫よけスプレー	×
	ゴミ袋（ゴミ袋を売店で購入した場合は、施設で回収・処理できます。） ※食堂で購入した食材から出たゴミを捨てるために、食材受け渡し時、70L のゴミ袋が 4 セットあたり 1 枚つきます。					

2 標準的な日程（※夕食にあてる場合は、15：00 開始を目安に計画）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	玄関前集合	引 率 者	玄関前整列指導、活動者掌握、事務室に集合の報告
	移 動	引 率 者	職員とともにふれあいの広場へ移動
9:00 ～ 9:20	全体指導①	職 員	諸注意、施設用具の使用法・貸出
9:20 ～ 9:45	全体指導②	職員 引率者	活動中に使用する英語表現の確認（レシピ使用）
9:45 ～ 11:00	調 理	引 率 者	材料配付、用具洗浄、薪・ガスの準備、調理
11:00 ～ 12:00	食 事	引 率 者	会場準備、食事、検査用保存食の準備・提出
12:00 ～ 12:30	後 片 付 け	引 率 者	用具等の洗浄、清掃、ゴミ処理、火の始末
12:30 ～ 13:00	点検・返却	職 員	点検、確認、返却

【実施場所】※各炊事場およびふれあいの広場には、屋根があります。



3 実施上の留意点

- 活動時に積極的な英語を使っのコミュニケーションを図るため、レシピ等を使い、学校での事前指導をお勧めします。
- 「野外炊事材料等注文用紙」を利用日の3週間前までに交流の家へ提出してください。
- 食品衛生法により、調理したもの（50g程度）を検査用保存食袋に詰め、速やかに食堂「グリルのと」まで提出してください。（夕食の場合は、19：30まで）
衛生管理上、食材の持込みについてはご相談ください。また、手や調理器具等の洗浄を充分に行い、生食材の取り扱いに注意する等、食中毒予防に努めてください。
- 利用日の1週間前以降の材料の変更・キャンセルはできません。
食材は8人分・4人分単位の注文となります。食数の調整は団体で行ってください。
- 食堂「グリルのと」で購入された食材等のゴミは、食堂の指示に従い処理してください。（もえるごみと残飯をまとめて袋に入れてください。）
- 借用物は、よく洗浄してから持参したふさんやキッチンペーパーで水分を拭き取り、職員の点検を受け、元の場所に戻してください。かまど及び使用場所は、使用後、必ず清掃してください。
- 鉄板の表面はコーティングされています。傷つけないよう気を付けて洗浄してください。
- かまどは火の粉が飛びます。燃えにくい素材の服装が望ましいです。
- かまどや調理の監督など引率者の役割分担を事前にしておいてください。

たき火体験・防災ご飯作り

概要・教育的効果

災害時にガスや電気が使えない場合を想定し、たき火とポリ袋炊事を体験します。安全な火の取り扱い方や火の危険性、保存食の大切さについて考え、防災について学ぶことができます。事前学習や事後学習を行うことで、普段の生活にも生かすことができます。



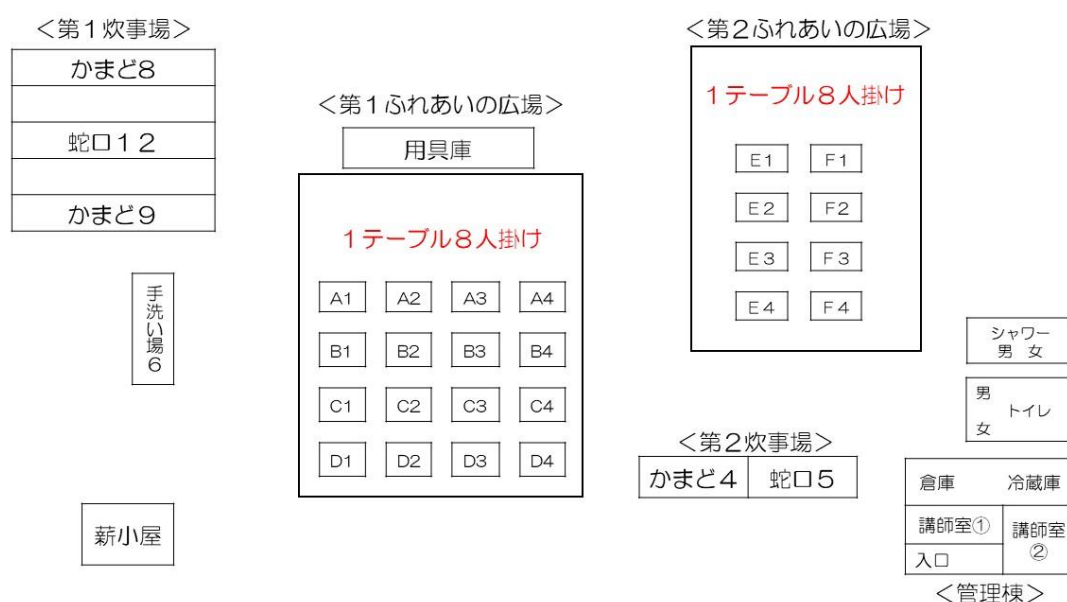
1 活動計画立案にあたって

期 間 等	4 月～11 月					
指 導 形 態	職員が指導		引率者数	2 名以上		
対象・人数 班 編 成 等	① 小学校 4 年生以上、8～40 名まで ② 各班 4 名程度が適当、10 班まで					
実 施 場 所	野外炊事場（キャンプ場の中にあり、配置・設備は次ページ参照）					
所 要 時 間	準備、後片付け、点検の時間を含めて 4 時間程度					
経 費	活動費：1 人 200 円、材料費					
献 立	ポリ袋ご飯（耐熱ポリ袋付き） 豚汁（調理済） ※おかずとなる缶詰は各自持参					
当 施 設 の 貸 出 物 品	物品名	数(1 セット分)	物品名	数(1 セット分)		
	かまど	1	ファイヤースターター	1		
	計量カップ	1	アルコール消毒液	1		
	フライパン（なべ）	1	カセットコンロ	1		
	食器用洗剤	人数に応じて 適宜対応	スポンジ・たわし	人数に応じて 適宜対応		
	検査用保存食袋	1				
各 団 体 の 持 参 物	物品名	売店 販売	物品名	売店 販売	物品名	売店 販売
	カセットコンロ用 ボンベ	○	ふきん・ぞうきん （各班 3 枚程度）	○	キッチンペーパー （用具の仕上げ拭き）	○
	はし・スプーン	○	どんぶり（ごはん、 豚汁各 1 つ）	○	軍手（綿のもの・ゴム がついていないもの）	○
	缶詰	×	缶切り （必要に応じて）	×	救急薬品 虫よけスプレー	×
	ゴミ袋（ゴミ袋を売店で購入した場合は、施設で回収・処理できます。） ※空き缶等のゴミについては、ゴミ袋を売店で購入した場合のみ、こちらで処分可					

2 標準的な日程（※夕食にあてる場合は、15：00 開始を目安に計画）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	玄関前集合	引 率 者	玄関前整列指導、活動者掌握、事務室に集合の報告
	移 動		職員とともにふれあいの広場へ移動
9:00 ～ 9:30	全 体 指 導	職 員	諸注意、施設用具の貸出、ポリ袋炊飯準備
9:30 ～ 11:00	たき火体験		たき火についての指導、体験
11:00 ～ 12:00	調 理		ポリ袋炊飯、保存食についての指導
12:00 ～ 12:30	食 事	引 率 者	検査用保存食の準備・提出
12:30 ～ 13:00	後片付け	引 率 者	用具等の洗浄、清掃、ゴミ処理、火の始末
	点検・返却	職 員	点検、確認、返却

【実施場所】※各炊事場およびふれあいの広場には、屋根があります。



3 実施上の留意点

- (1) 「野外炊事材料等注文用紙」を利用日の3週間前までに交流の家へ提出してください。
- (2) 食品衛生法により、調理したごはん（50g 程度）を検査用保存食袋に詰め、速やかに食堂「グリルのと」まで提出してください。（夕食の場合は 19：30 まで）
衛生管理上、未開封の缶詰を除き、食材の持込みについてはご相談ください。また、手や調理器具等の洗浄を充分に行い、食中毒予防に努めてください。
- (3) 活動中の飲酒、喫煙はできません。
- (4) 利用日の 1 週間前以降の材料の変更・キャンセルはできません。
- (5) お米（調理用耐熱ポリ袋付）は 1 人分単位の注文ができます。豚汁は 8 人分・4 人分単位の注文となります。お米の分配は、各団体で行ってください。
- (6) 食堂「グリルのと」で購入された食材等のゴミは、職員の指示に従い処理してください。（もえるごみと残飯をまとめて袋に入れてください。）
- (7) 借用物は、よく洗浄してから持参したふきんやキッチンペーパーで水分を拭き取り、職員の点検を受け、元の場所に戻してください。かまど及び使用場所は、使用后、必ず清掃してください。
- (8) 調理の監督など引率者の役割分担を活動前にしておいてください。

ナイトアドベンチャー（NA）

概要・教育的効果

暗闇の中を仲間と協力して指定のポイントを探し、各ポイントに設置されている点数カードを集めます。夜の自然環境を体感するとともに、仲間との信頼関係を高めることができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	3月～11月 ※雨天実施不可		
指 導 形 態	自主活動 ※職員が引率者へ事前説明	引率者数	4名以上
対象・人数 班 編 成 等	①小学校5年生以上、最大200名まで ②各班4～7名程度が適当、1コースにつき30班まで ＜コースについて＞		
	コース名	コースの特徴	ポイント数
	G	ディスクゴルフのポストがポイント	12
	T	敷地内の樹木がポイント	12
実 施 場 所	青少年交流の家敷地内		
所 要 時 間	活動は1～2時間程度、別途引率者は準備、後片付けのため各30分程度必要		
経 費	無料		
当 施 設 の 貸 出 物 品	点数カードセット、点数記入一覧表、ポイント配置図、点数カード入れ、ゼッケン		
各 団 体 の 持 参 物	懐中電灯：各班2個以上（できれば各自1個）、動きやすい服装（原則、長袖・長ズボン）、活動用靴、腕時計（各班1つ）、引率者用時計、鉛筆、虫よけ		

2 標準的な日程

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
16:30 ～ 16:40	打 合 せ	職 員 引 率 者	職員との打合せ、用具借用
16:40 ～ 17:30	準 備	引 率 者	コース確認、点数カード等設置
19:20 ～ 19:30	集 合	引 率 者	玄関前整列指導、活動者掌握、実技指導、安全指導
19:30 ～ 21:00	実 技	引 率 者	巡視、活動者掌握、緊急対応
21:00 ～ 21:30	後片付け	引 率 者	用具個数の確認、回収、返却（翌朝でも可） 事務室に終了の報告

3 実施上の留意点

- (1) 照明のない場所での活動ですので、安全指導・管理を徹底してください。
- (2) 他の利用者の迷惑にならないよう、注意してください（テントサイト・営火場等）。

キャンプファイア

概要・教育的効果

仲間と火を囲み、楽しい時間を過ごす中で、友情と親睦を深めることができます。自然の懐の中で火を見ながら心静かに生活を振り返ることで、自分を見つめ、明日への意欲を高めることができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	5月～10月		
指 導 形 態	自主活動 ※職員が引率者へ事前説明	引率者数	2名以上
対象・人数 班 編 成 等	小学生以上、最大 200 名		
実 施 場 所	第1営火場（100～200名） 第2営火場（最大 100 名） 第3営火場（最大 20 名）		
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて2時間程度		
経 費	活動費：1人 100円 材料費：薪代、丸太代、トーチ代、灯油代		
当 施 設 の 貸 出 物 品	放送機器、火ばさみ、非常消火用バケツ、スコップ、一輪車、皮手袋、ガスマッチ		
各 団 体 の 持 参 物	ファイア材料（丸太、薪、トーチ、灯油は交流の家で購入可）、軍手、新聞紙、懐中電灯、虫よけ、BGM用CD		

2 標準的な日程

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
16:30 ～ 17:00	打 合 せ	職 員 引 率 者	職員との打合せ 会場準備、用具借用
19:30 ～ 19:40	説 明	引 率 者	活動者掌握、安全指導
19:40 ～ 20:30	実 技	引 率 者	実技、巡視、緊急対応
20:30 ～ 20:40	後片付け	引 率 者	所定の場所へ用具返却、残材の処理
翌 7:20 ～ 7:40	後片付け	引 率 者	残材の片付け、営火場清掃、終了報告

◇火災防止上、井桁を組む場合の材料は下記の分量を参考にしてください。

実 施 場 所	丸太の本数	薪の束数	灯 油	左記分量の参考価格
第1営火場	8本	3束	約1 ^{リットル}	4,890円
第2営火場	6本	2束		3,540円
第3営火場		2束		1,440円

※材料費は手引き冒頭の「活動に係る料金」をご確認ください。

※上記キャンプファイア材料の注文は、入所手続きの際に申し出てください。

3 実施上の留意点

衣装の貸し出しは行っていないので、団体で準備してください（不燃性の物）。

キャンドルセレモニー

概要・教育的効果

ろうそくの炎がつくる雰囲気の中で仲間とともに過ごす喜びを味わい、友情を深めることができます。心静かに自分を見つめ、明日への意欲を高めることができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年 ※雨天代替プログラムとしても実施可		
指 導 形 態	自主活動 ※職員が引率者へ事前説明	引率者数	2名以上
対象・人数 班 編 成 等	小学生以上、最大 200 名程度		
実 施 場 所	大研修室（最大 50 名）【キャンドル台ろうそく最多本数 12 本】 講堂 （最大 100 名）【キャンドル台ろうそく最多本数 19 本】 体育館 （最大 200 名）【キャンドル台ろうそく最多本数 10 本】 ※大研修室は、事前・事後に机・椅子の移動・片付けが必要です。 ※体育館では、個人用ろうそくは使用できません。 ※ろうがたれる可能性のある範囲にはブルーシートを敷いてください。		
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて2時間程度		
経 費	活動費：1 人 100 円 ※ろうそく代（持参または食堂「グリルのと」売店で購入可。大 50 円、小 30 円。）		
当 施 設 の 貸 出 物 品	女神の衣装、女神及び誓詞者用ろうそく立て、中央燭台、ブルーシート、 個人用ろうそく立て（講堂：100 個、大研修室：90 個）、放送設備、 ピアノ（講堂）、CDラジカセ		
各 団 体 の 持 参 物	ろうそく大（中央燭台・女神・誓詞者用）、ろうそく小（個人用） ガスマッチ、懐中電灯、BGM用CD		

2 標準的な日程

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
16:30 ～ 16:50	打 合 せ	職 員 引 率 者	職員との打合せ、 用具借用、放送機器の確認
19:00 ～ 19:40	準 備	引 率 者	会場準備、実技指導、安全指導
19:40 ～ 20:30	実 技	引 率 者	活動者掌握、巡視
20:30 ～ 21:00	後片付け	引 率 者	会場後片付け（ろう取りを含む） 用具回収、所定の場所へ返却

3 実施上の留意点

衣装への引火等、火の取り扱いには十分注意してください。

肝 だ め し

概要・教育的効果

青少年交流の家周辺の道路や墓地公苑をコースにして行います。夜の自然やスリルを体感しながら、仲間との親睦を深めることができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年		
指 導 形 態	自主活動 ※職員が引率者へ事前説明	引率者数	3名以上
対象・人数 班 編 成 等	①小学生以上、1コース2～100名程度まで ②各コース20班まで、各班5名程度が適当		
実 施 場 所	Aコース 外灯のない外周道路（舗装路・一周約20分） Bコース 墓地公苑までの往復（舗装路・往復約20分）		
所 要 時 間	後片付けの時間を含めて1時間30分程度（準備は日中にする）		
経 費	無料		
当施設の 貸出物品	お化けセット（衣装、マスク）、コース図		
各団体の 持 参 物	懐中電灯、腕時計、虫よけ		

2 標準的な日程

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
16:30 ～ 17:00	打 合 せ	職 員 引 率 者	職員との打合せ 用具借用、下見
19:20 ～ 19:30	集 合	引 率 者	玄関前整列、活動者掌握
19:30 ～ 19:40	説 明	引 率 者	概要説明、実技指導、安全指導
19:40 ～ 20:40	実 技	引 率 者	活動者掌握、巡視
20:40 ～ 21:00	後片付け	引 率 者	回収、破損等の確認、所定の場所へ返却

3 実施上の留意点

- （1）活動場所には照明がないところが多くあります。必ず日中にコースの状況を把握し、活動中は安全指導、管理、巡視を徹底してください。
- （2）Aコースを利用される際は、車の通行に十分注意して行うようにしてください。

天体・星座観察

概要・教育的効果

天体・星座に関する動画を視聴し、星に関する知識を身につけます。屋外で実際に星を観察することで、宇宙の美しさや壮大さを感じ、普段は体験できない神秘的な感動を味わうことができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年		
指 導 形 態	外部講師が指導	引率者数	3名程度
対象・人数 班 編 成 等	2～70 名程度まで ※大人数は要相談		
実 施 場 所	視聴覚室、交流の家駐車場 ※雨天の場合は視聴覚室のみ		
所 要 時 間	2 時間程度 ※人数や天候により、早く終了することもあります。		
経 費	活動費：1 人 200 円		
当 施 設 の 貸 出 物 品	特になし ※講師私物の望遠鏡を使用します。大切に扱ってください。		
各 団 体 の 持 参 物	(必要に応じて) 水分、タオル、虫よけ		

2 標準的な日程

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
19:00 ～ 20:00	集 合 屋内説明	引 率 者	整列・着席指導、活動者掌握
		外部講師	概要説明
20:00 ～ 20:50	説 明 観 察	外部講師	概要説明、指導、講評
		引 率 者	活動者掌握、安全指導、活動補佐
20:50 ～ 21:00	振り返り	外部講師	振り返り
		引 率 者	整列挨拶指導

3 実施上の留意点

- (1) 屋外で観察する際、望遠鏡の数に限りがあるため、引率者は順番待ちの児童・生徒の指導をお願いします。
- (2) 観察は当施設駐車場で実施します。当施設からも他団体へ注意喚起を行っています。車に十分気をつけながら活動してください。
- (3) 人数が多い場合は、2 部制での活動になる可能性もございます。事前にご相談ください。

NOTO ジョイフレンド

概要・教育的効果

仲間作りゲームを中心に活動し、仲間同士で考えたり、協力したりすることで、グループ間のコミュニケーションや信頼関係の向上、自己の自信を高めることができます。新入生のオリエンテーションや企業の研修等で活用できます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年 ※屋外屋内可		
指 導 形 態	職員が直接指導	引率者数	2名以上
対象・人数 班 編 成 等	①小学校 1 年生以上 人数制限ないが活動場所により制限される可能性有 ②班編成は特にないが、決められた班で活動することも可		
実 施 場 所	屋外、体育館、講堂、研修室 ※人数によって最適な場所で活動		
所 要 時 間	打合せから振り返り含めて 1～2 時間程度 ※希望時間で対応可		
経 費	活動費：1 人 100 円		
当施設の 貸出物品	活動で使用する道具		
各団体の 持 参 物	帽子（屋外時）、動きやすい服装・靴、飲料水		

2 標準的な日程（時間は団体の希望時間で可）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
9:50 ～ 10:00	打 合 せ	職 員 引 率 者	職員との打合せ
～ 10:00	集 合	引 率 者	活動場所整列指導、活動者掌握
10:00 ～ 11:30	導 入 活 動	職 員 引 率 者	自己紹介、活動説明、交流ゲーム補助 交流ゲーム
11:30 ～ 12:00	評 価 振 り 返 り	職 員 引 率 者	意見の発表 整列指導

3 実施上の留意点

- (1) 活動の導入から評価まで、職員が指導いたしますが、参加者の安全管理等は引率者が目を配ってください。
- (2) 団体のねらいや実態に合わせてプログラムを構成しますので、事前の打ち合わせ時にお知らせください。

館内オリエンテーリング（館内OL）

概要・教育的効果

20ヶ所のポイントが館内のどこにあるのかを、班で協力して探し出します。時間内に探し出せるよう作戦を話し合ったり、課題を解決したりすることでコミュニケーション能力や協調性を養うことができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年 ※夜の活動は不可		
指 導 形 態	自主活動 ※職員が引率者へ事前説明	引率者数	2名以上
対象・人数 班 編 成 等	①小学生以上、200名まで ②各班4～6名程度 ＜コースについて＞		
	種 類	所要時間	ポイント数
	スタンダードコース	1時間	20
	チャレンジコース	1時間30分	20
実 施 場 所	青少年交流の家館内		
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて1時間30分～2時間程度		
経 費	無料		
当施設の 貸出物品	活動用地図、ポイント一覧、解答、バインダー		
各団体の 持参物	動きやすい服装、赤ペン、鉛筆、腕時計		

2 標準的な日程（午後の活動は、13：30～15：30で下表参照）

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50 ～ 9:00	打 合 せ	職 員 引 率 者	職員との打合せ、 用具借用
～ 9:00	集 合	引 率 者	活動者掌握
9:00 ～ 9:20	説 明	引 率 者	概要説明、安全指導、用具配布
9:20 ～ 10:50	実 技	引 率 者	巡視、活動掌握、緊急対応
10:50 ～ 11:00	後片付け	引 率 者	用具個数、回収、返却、事務室に終了の報告

3 実施上の留意点

- (1) 研修室（講堂や体育館等も含む）や宿舎の中にポイントはありません。絶対に入らないでください。
- (2) 他団体の研修の迷惑にならないようお願いします。特に研修棟付近では静かに活動するよう指導してください。

水泳・水遊び

概要・教育的効果

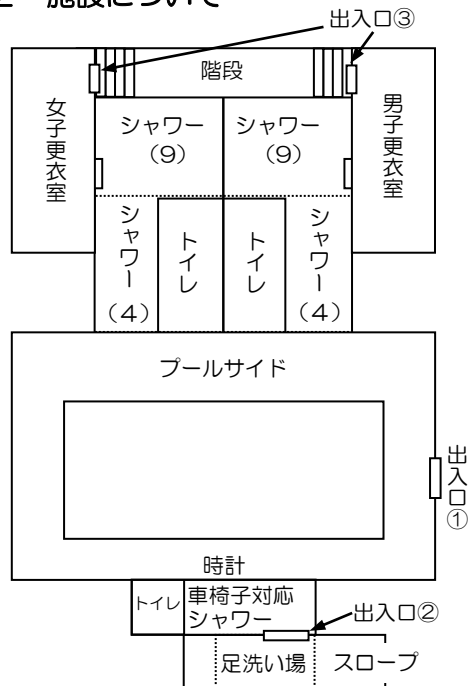
室内プールで、水泳や水遊び等の活動を行うことができます。いろいろな活動を通して、水に親しむとともに活動者間のふれあいを深めることができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	6月中旬～9月 ※7、8月は雨天時の代替プログラムとしても実施可		
指 導 形 態	自主活動 ※職員が引率者へ事前説明	引率者数	プールサイドからの監視は2名以上
対象・人数 班 編 成 等	①安全に活動ができる泳力または身長がある人、もしくは介助者がいる人（おむつ等の方は不可） ②2～70名		
実 施 場 所	長さ：16.7m、幅：13m、水深：最浅 1.2m～最深 1.4m		
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて3時間程度		
経 費	日帰り利用の場合、1,000円（一定時間あたり）※午前・午後の2区分		
当施設の 貸出物品	ビート板（30枚）、ボール（大4個、小5個）、ライフジャケット、ハンディマイク		
各団体の 持 参 物	水泳キャップ、水着、必要に応じてゴーグル、浮輪、ボール等		

2 施設について



3 使用上の留意点

- (1) 使用前に職員が引率者へプール使用上の注意について説明します。
- (2) 引率者の指導のもとで活動し、プールサイドからの監視2名を必ず配置し、安全管理に努めてください。
- (3) 水泳用キャップを必ず着用してください。
- (4) 飛び込み等の危険行為はしないでください。
- (5) カヌー・パドルは使用しないでください。
- (6) 利用後は、プールサイドにあるホースやバケツ、デッキブラシ等を使って、プールサイド・手洗い台・足洗い場・シャワー室・トイレ・更衣室を清掃してください。

ス ポ ー ツ 活 動

概要・教育的効果

各種競技スポーツで技術や体力の向上を目指したり、レクリエーションの 1 つとして軽運動を楽しんだりすることで、活動者間のふれあいを深めることができます。

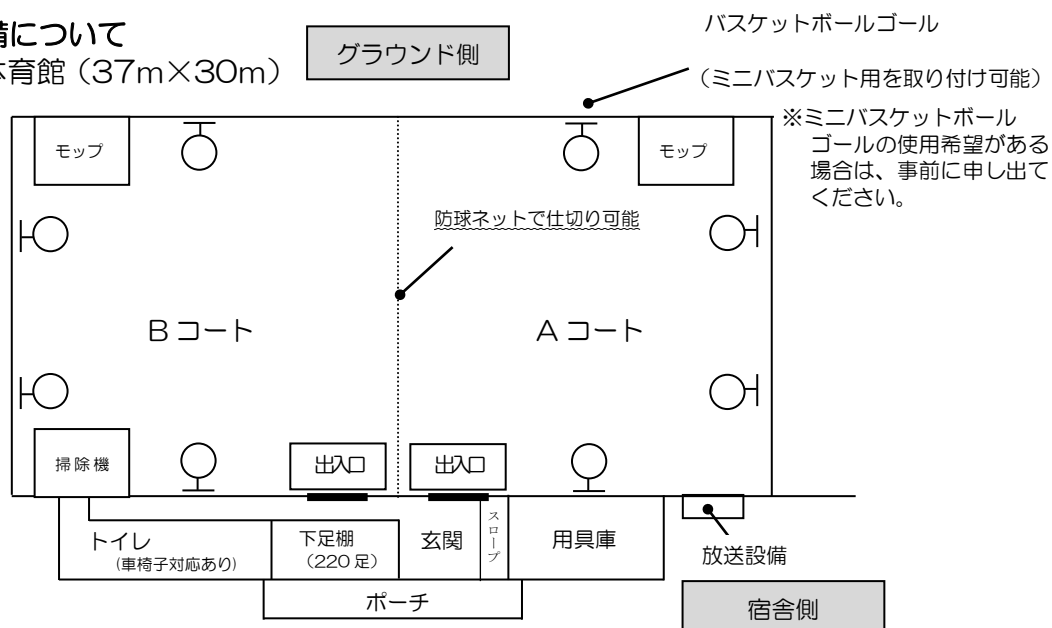


1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年
指 導 形 態	自主活動 ※活動内容によっては職員が引率者へ事前説明
実 施 場 所	体育館、講堂、グラウンド、テニスコート
所 要 時 間	—
経 費	日帰り利用の場合、体育館・講堂・グラウンドは各 1,000 円（一定時間あたり） ※午前・午後・夜間の 3 区分
当施設の貸出物品	利用の手引き【9.貸出物品について】【10.参考資料】内「施設設備一覧」参照
各団体の持参物	体育館使用の場合は 体育館用シューズ

2 設備について

(1) 体育館（37m×30m）



(2) 講堂（18m×18m）※ボールの使用はできません。球技は卓球のみ可能です。

(3) グラウンド（120m×95m） (4) テニスコート（ハードコート2面）

3 実施上の留意点

- (1) 体育館で活動する際には、必ず体育館用のシューズ（黒ゴム底不可）に体育館入口で履き替えてください。上履きシューズを本館で履いた場合には、体育館用として使用できません。
- (2) 講堂の冷暖房は事務室で管理しています。ご希望の際は申し出てください。
- (3) 体育館の冷房設備（扇風機・冷風機）および暖房器具（ジェットヒーター・ブルーヒーター）はご自由にお使いください。ただし、暖房設備用の灯油・ポリタンクは各団体が持参してください。
- (4) コートのライン引きをする場合、ラインテープやラインパウダーは持参してください。
- (5) 活動後は、フロアおよび玄関、トイレ等、活動場所すべての清掃をお願いします。

●実施できる主なスポーツ

	種 目	面	内容・備考
体育館	バスケットボール	2面	ミニバスケットボールに対応可
	バレーボール	2面（6人制コート）	—
	バドミントン	6面	—
	ハンドボール	1面（35m×20m）	—
	卓球（★）	—	—
	フットサル	2面	—
	ソフトバレーボール	2面または6面	—
グラウンド	野球	1面	—
	サッカー	少年用2面・一般用1面	—
	ストラックアウト		—
テニスコート	テニス ソフトテニス	2面	—

●実施できる主なニュースポーツ等

	種 目	面	内容・備考
体育館・講堂	ペタンク（★）	—	目標球にボールを投げ合って、相手より近づけることで得点を競う「フランス」発祥のスポーツ
	キンボール（★）	—	直径122cm、重さ1kgの巨大バールンボールを使った「カナダ」発祥のスポーツ
	パイプライン（★）	—	筒を半分に割ったパイプをみんなでつないで、ボールを落とさずに運ぶ「日本」発祥のレクリエーション
	ラダーゲッター	—	ヒモでつながったボールをラダーめがけて投げ、引っかける「日本」発祥のスポーツ
	キャッチ・ザ・スティック（★）	—	横一列に並び、位置を変えながらスティックを倒さずに何回受け渡してきたかを競う「日本」発祥のレクリエーション
	Xロープバトル（★）	—	専用のロープを相撲のように押したり引いたりして、勝ち負けを競う「日本」発祥のレクリエーションスポーツ
	綱引き（★）	—	—
	大(長)縄跳び（★）	—	—
	ストラックアウト（★）	—	—
	カブラ（★）	—	ワンサイズの板を積み重ねて様々なものを作ったり、高さを競ったりする「フランス」発祥のレクリエーション
	タグラグビー	—	タックルの代わりにタグを取るという接触を避けた形でできる「日本」発祥のラグビー
	ディスクドッジ（★）	2面または6面	—
	インディアカ	6面	羽根の付いたボール（インディアカボール）を手で打ち合う「ドイツ」発祥のスポーツ
	ダンス（★）		全身鏡4台の貸出が可能
屋内外	モルック	—	モルック（木の棒）を投げてスキttl（的）を倒し、先に得点が50点ピッタリになった方が勝利の、「フィンランド」発祥のスポーツ
	クップ	—	カストピンナ（木の棒）を投げ合い、反対コートにある相手の的を倒し、中央のキングを先に倒せるか競う「スウェーデン」発祥のスポーツ

※ （★）がついている活動は、講堂でも実施できます。

※ 体育館には、多機能デジタルタイマー・得点板・審判台等もあります。

※ ラケットやボール等は数に限りがありますので、原則、団体で準備してください。

そば打ち体験

概要・教育的効果

水回し・こね・のし・きり・ゆで等を体験します。そば打ちを体験することで、仲間と一緒に食事を作る楽しさ、食べる楽しさや、協調性を養うこともできます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年		
指 導 形 態	外部講師が指導	引率者数	以下のとおり
対象・人数 班 編 成 等	①小学校5年生以上、10～40名まで（引率者は10名につき1名以上） ②子ども会等で低学年が参加の場合（引率者は各班につき1名以上） ③各班4名程度が適当、10班まで		
実 施 場 所	生活体験棟「あすなろ」（調理室とさつき）		
所 要 時 間	準備、後片付けの時間を含めて4時間程度		
経 費	活動費：1人 200円（事務室で手続き後、食堂売店もしくは銀行口座振込） 材料費：1人 900円（片付け後、外部研修指導員に直接支払い） ※日帰り利用の場合、追加であすなろ使用料 400円		
献 立	ざるそば（食材：そば粉・打ち粉※小麦粉・そばつゆ・薬味）		
当施設の 貸出物品	麺打セット（こね鉢等）、調理用ガス器具、食器		
各団体の 持参物	三角巾、エプロン、手拭きタオル、ふきん（各班3枚）、スポンジ、食器洗剤 ごみ袋、箸		

2 標準的な日程

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
9:00 ～ 9:15	あすなろ集合	引 率 者	活動者掌握、整列、
9:15 ～ 10:00	全 体 指 導	外部講師	概要説明、実技指導、安全指導、用具貸出
10:00 ～ 13:00	そ ば 打 ち	外部講師	材料配付、用具準備、こね・延ばし調理
	食 事	引 率 者	会場準備、食事
	後 片 付 け	引 率 者	用具等の洗浄（白木の道具以外）、清掃
	点 検 ・ 返 却	外部講師	点検・確認・返却

3 実施上の留意点

- （1）「そば打ち体験注文用紙」を利用日の3週間前までに交流の家へ提出してください。
- （2）参加者にそば・小麦アレルギーの方がいないか、必ず確認してください。
- （3）注文数の変更・キャンセルについて、利用日の1週間前以降はできません。
- （4）外部講師の都合により、実施できない場合があります。
- （5）手や調理器具等の洗浄を充分に行い、食中毒予防に努めてください。
ただし、白木の道具は水洗いせず、乾いたふきんで拭いてください。

てん刻

概要・教育的効果

てん刻は、材料の特徴や美しさを感じ、用途などを考えながらデザインを彫刻します。

材料の特徴を基に自由に発想し、想像力を働かせてつくることができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年 ※雨天の代替プログラムや夜のプログラムとして実施可。			
指 導 形 態	自主活動 ※職員が引率者へ説明		引率者数	1 名以上
対象・人数	小学校5年生以上、2～200 名まで ※彫刻刀持参の場合、200 名以上も可			
実 施 場 所	研修室			
所 要 時 間	準備、後片付けを含めて2時間～3時間程度			
経 費	材料費：1 人 420 円			
当施設の 貸出物品	物品名	数(1セット分)	物品名	数(1セット分)
	朱肉	3～5	雑巾	数枚
	彫刻刀（大・小）	人数分	サンドペーパー	数枚
各団体の 持参物	物品名	売店販売	物品名	売店販売
	新聞紙	×	消しゴム	×
	2B 鉛筆	×	200 名以上の場合の持参物 彫刻刀（大・小）	

2 活動の流れ

- (1) 会場を準備する。
 - ① 机・椅子を6人掛けにし、机の上に新聞紙を敷く。
 - ② 道具を机の上に準備する。※サンドペーパーは失敗時用なので、配布する必要はない
- (2) 彫る文字や絵等をトレーシングペーパーに書く。
※陰刻(文字と輪郭を彫る)、陽刻(ふちは残して文字の周りを彫る)も決める。
- (3) トレーシングペーパーを裏返して、文字を印面に写す。
- (4) 彫刻刀で彫る。※失敗した場合は、サンドペーパーで削り、やり直す。
- (5) 完成、片付け。※時間に余裕がある場合、手で持つところを自由に彫ってみる

3 実施上の留意点

- (1) 彫刻刀の扱いに十分注意し、事前学習等を行うようにしてください。
- (2) 事前にデザインを考えておくとスムーズに活動できます。石の大きさは、面の部分が3 cm×3 cm、高さが7 cmです。

マイスプーン・マイフォーク作り

概要・教育的効果

世界に1つのマイスプーン・マイフォークを作ることができます。柄の部分は、小刀や彫刻刀などを使って模様を彫ります。野外炊事の前に製作し、作ったスプーンやフォークを使って食事することもできます。自然の素材を使った思い出作りに最適です。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年 ※雨天の代替プログラムとして実施可		
指 導 形 態	職員が指導	引率者数	2名以上
対象・人数 班 編 成 等	① 小学校4年生以上、8～80名まで ② 各班4名程度が適当、20班まで		
実 施 場 所	ふれあいの広場		
所 要 時 間	準備、後片付けを含めて1時間30分程度 ※焼付けを行う場合、3時間程度		
経 費	活動費：1人 100円、材料費：1人 220円 焼付けを行う場合、ガス器具代（1本1回）：200円		
当 施 設 の 貸 出 物 品	物品名	数(1セット分)	
	彫刻刀	班数分	
	小刀	人数分	
各 団 体 の 持 参 物	物品名	売店販売	
	軍手	○	

2 活動の流れ

- (1) 直径2cm程度の枝を準備する。
※細いと加工が難しい。太いと使いにくい。
- (2) (1)の枝から、のこぎりで柄の部分を取り出す。
長さは12cm前後が適当。
- (3) 小刀で柄の部分の皮をむいたり、形を整えたりして、
彫刻刀でデザインをする。
- (4) ドリルで柄部分の片端面にスプーン・フォークの先端部分を取り付ける穴をあける。深さ3cm程度。ドリルの操作は引率者が行う。
- (5) (4)であけた穴にスプーン・フォークの先端部分を差し込む。
※堅い場合でもねじらずまっすぐに
- (6) 時間があれば、ガス器具を使って柄の部分に焼き色をつけることも可能。
※余分な焦げは、たわしで水洗いして落とす。



3 実施上の留意点

- (1) 環境保全のため、交流の家の敷地内および周辺の樹木の枝を切り取ることはできません。
- (2) 刃物の扱いに十分注意し、事前学習等を行うようにしてください。

革細工

概要・教育的効果

革細工は、決められた材料などから豊かな発想をし、表し方を工夫して、作品を仕上げます。

組み合わせたり、切ってつないだり、形を変えたりするなどして造形的な能力を伸ばすことができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年 ※雨天の代替プログラムとして実施可			
指 導 形 態	職員が指導		引率者数	2名以上
対象・人数	小学生以上、2～60名まで			
実 施 場 所	研修室			
所 要 時 間	準備、後片付けを含めて2時間～3時間程度			
経 費	活動費：1人 100円、材料費：1人 470円			
当 施 設 の 貸 出 物 品	物品名	数(1セット分)	物品名	数(1セット分)
	朱肉	3～5	雑巾	数枚
	黄色のカゴ(木づち等)	班に1セット	毛布	数枚
各 団 体 の 持 参 物	物品名	売店販売	物品名	売店販売
	新聞紙	×	消しゴム	×
	鉛筆	×		

2 活動の流れ

- (1) 会場を準備する。
 - ① 机・椅子を6人掛けにする。
 - ② 革を切る道具、刻印を行う場所、色塗り場所を準備する。
- (2) 革を切る。
 - ① パターン（貼り合わせ、1枚もの、その他）を決め、型紙に絵などを下書きする。
 - ② 革に書き写して、切る。※貼り合わせの場合、1枚の革で行うことに注意
- (3) 模様を刻印する。
 - ① 余った革で刻印の練習をする。
 - ② 刻印したい部分を水で濡らし、革の表に刻印する。※ツルツルしている方
- (4) 筆やタンボを使って色を塗る。※色が混ざらないように注意
- (5) （貼り合わせの場合）ボンドで貼り合わせる。
- (6) パンチで2.5mmの穴を開ける。
- (7) レザーコートを塗る。
- (8) チェーンを通す。
- (9) 完成、片付け。

しっぽうやき 七宝焼

概要・教育的効果

七宝焼は、銅板にガラス質の絵の具を塗って焼き付けたものです。陶芸やガラスとは違った魅力があります。
七宝焼の起源は古く、古代エジプトの頃にはすでに作られていました。ツタンカーメンの黄金のマスクにも施されています。日本にもシルクロードを経て伝わり、建築物の装飾や刀のつばなどに施されています。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年 ※雨天の代替プログラムとして実施			
指 導 形 態	職員が指導		引率者数	1 名以上
対象・人数	小学生以上、10～42 名まで			
実 施 場 所	研修室			
所 要 時 間	準備、後片付けを含めて3時間程度			
経 費	活動費：1 人 100 円、材料費：1 人 800円			
当 施 設 の 貸 出 物 品	物品名	数(1セツ分)	物品名	数(1セツ分)
	かま	1～2	ピンクのカゴ(裏引き、網、ホセ、ブラシ)	各班に 1 カゴ
	緑のカゴ(絵の具)	各班に 1 カゴ	黄色の物品 BOX	1
各 団 体 の 持 参 物	物品名	売店販売		
	ティッシュ	○		
	新聞紙	×		

2 活動の流れ

(1) 洗浄

- ① キーホルダーから銅板を外す。
- ② ボウルに1 cmほどサンポール溶液を入れ、水を半分ほど入れる。
- ③ 溶液に銅板を入れ、3分後溶液を捨て、ティッシュで銅板の汚れを落とす。
※溶液、銅板には直接触れないようにする。

(2) 裏引き

- ① 2人1組で白いカップに水を入れる。
- ② 金網の真ん中に、銅板を裏面にしておく。
- ③ 銅板の裏面に、ホセで裏引きをすくい取り、垂直に突きながら広げていく。
※水分が無ければ、黄色の物品 BOXに入っている液体を補充する。
※厚さが均一になるようにし、ふちから1 mm空ける。
- ④ ティッシュで水分をふき取る。
- ⑤ 水分がなくなるまで、かまの上などで十分に乾かす。※やけど注意！

(3) 色付け、焼き

- ① 銅板が見えないように、ふちから1 mm空けて1色絵の具を塗って下地をつける。
※絵の具の色は混ぜない、色を変える時は白いカップの水でホセを洗う。
- ② かまに入れて焼く。(かまの温度は800 度程度を保つ。)
※絵の具がヒーター光を反射してきたら取り出す。
※とても熱いので、お盆に乗せて持てるようになるまで冷ます。
- ③ 下地の上に模様をつける。
- ④ 再度焼く。

(4) 取り付け、片付け

銅板が冷めたら、ホルダーにボンドを塗って取り付ける。
※ボンドは端に塗る。※はまらない場合はやすりで削る。

七宝

- ・瑠璃(めのう) ・瑠璃(るり)
- ・赤珠(あかだま) ・金(きん)
- ・碑磔(しゃこ) ・銀(ぎん)
- ・玻璃(はり)



貝殻アート（色紙・写真立て・小物入れ）

概要・教育的効果

貝殻アートは、進んで表現したり鑑賞したりする態度を育てることができます。

身近な自然物や人工の材料の形や色などを基に、豊かな発想力で創造する喜びを味わうことを目指します。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年 ※雨天の代替プログラムや夜のプログラムとして実施可		
指 導 形 態	自主活動 ※職員が引率者へ事前説明	引率者数	1 名以上
対象・人数	満5歳以上、2～150 名まで		
実 施 場 所	研修室		
所 要 時 間	準備、後片付けを含めて1 時間 30 分～2 時間程度		
経 費	材料費：色紙 300 円、写真立て 450 円、小物入れ 520 円		
当 施 設 の 貸 出 物 品	物品名	数(1 セット分)	
	ボンド	1	
各 団 体 の 持 参 物	物品名	売店販売	
	マジック	×	
	色鉛筆	×	
	新聞紙	×	

2 活動の流れ

- (1) 会場を準備する。
 - ① 机・椅子を6人掛けにし、新聞紙をひく。
 - ② 貝殻を種類ごとに分け、ボンド、台紙等を配る。※貝殻は混ぜない。
- (2) 下準備をする。

写真立ての場合、裏の穴に棒をさしこみ、穴を少し大きくする。
- (3) ボンドで貝殻を貼り付けたり、マジックで絵を描いたりする。
- (4) 完成、片付け。※時間があれば、作品を見せ合い、感想等を話し合う。

3 実施上の留意点

できあがった作品を持ち帰る際は、貝殻が割れないよう注意してください。

クリアキャンドル

概要・教育的効果

クリアキャンドルは、材料の特徴を生かしてテーマを表現するとともに、作品に適した材料を組み合わせる力を身につけます。

創造的に表現したり鑑賞したりする態度を育て、作品をつくりだす喜びを味わうことができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年 ※雨天の代替プログラムや夜のプログラムとして実施可			
指 導 形 態	自主活動 ※職員が引率者へ事前説明		引率者数	2名以上
対 象 ・ 人 数	満5歳以上、2～80名まで			
実 施 場 所	研修室			
所 要 時 間	準備、後片付けを含めて1時間～2時間程度			
経 費	材料費：1人 500円			
当 施 設 の 貸 出 物 品	物品名	数(1セット分)	物品名	数(1セット分)
	電磁調理器	1～2台	青のカゴ(カラーサンド、貝殻等)	班に1セット
	やかん	1～2個	ピンクのカゴ(補充用サンド等)	1
各 団 体 の 持 参 物	物品名	売店販売		
	新聞紙	×		
	軍手【引率者】	○		

2 活動の流れ

- (1) 会場を準備する。
 - ① 机・椅子を6人掛けにし、新聞紙を敷く。
 - ② 青のカゴの中身(カラーサンド7色、ビー玉、貝殻、スプーン、ピンセット)を置く。
※砂の色が混ざらないように1色につき1本スプーンを使用する。
 - ③ 補充用の砂、電磁調理器、やかんを準備する。
 - ④ ジェルを温める。こげないように時々割りばしでかき混ぜながらゆっくり温める。
- (2) グラスに1色目の砂を入れる。※砂がこぼれないように白い皿の上で行う
- (3) 3分の1の高さまで砂を入れる。
- (4) 貝殻とビー玉をのせる。※ビー玉は1人3個まで、貝殻は1人5個まで
- (5) グラスのふちから1cm程度までジェルを入れて、固まるまで待つ。(30分程度)
※ジェルが熱いので、引率者が行う。※砂が移動しないようビー玉を狙ってゆっくり注ぐ
- (6) ジェルが固まったら、グラスの中心にろうひもを差し込む。
- (7) 完成、片付け。

海草しおり

概要・教育的効果

海草しおりは、身近な海藻・海草の形や色などを基に、感覚や気持ちを生かしながら楽しく作品づくりに取り組むことができます。

感じたこと、想像したこと、見たこと、伝えたいことを想像力豊かに表現する力を身につけます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	通年 ※雨天の代替プログラムや夜のプログラムとして実施可			
指 導 形 態	自主活動 ※職員が引率者へ説明		引率者数	1 名以上
対象・人数	満5歳以上、2～40 名まで			
実 施 場 所	研修室			
所 要 時 間	準備、後片付けを含めて1 時間～1 時間 30 分程度			
経 費	無料			
当 施 設 の 貸 出 物 品	物品名	数(1 セット分)		
	ラミネーター	2		
各 団 体 の 持 参 物	物品名	売店販売	物品名	売店販売
	新聞紙	×	ラミネートフィルム	×
	色紙	×	紙	×
	リボン、ひも	×		

2 活動の流れ

- (1) 海草を選んでどんな作品にするか考える。
- (2) 海草をしおり型の色紙に広げ、周りに好きな絵を描く。
- (3) ラミネートを行い、穴を開け、リボンをつける。
- (4) 完成、片付け。

