

令和 6 年度

# 利用ガイドⅡ

～ 活動計画編 ～



**富山県呉羽青少年自然の家**

**KUREHA YOUTH OUTDOOR LEARNING CENTER**



〒930-0143 富山県富山市西金屋字長尾 8194

TEL : 076-434-1908

FAX : 076-434-1942



<https://www.kureha-ie.jp/>

[info@kureha-ie.jp](mailto:info@kureha-ie.jp)



# 1 活動計画の立案

## (1) 安全指導の徹底を (利用団体責任者様は必ず帯同してください)

- ◆ 大雨、落雷、強風、熱中症等が予測される際、活動実施判断には細心の注意を払ってください。
- ◆ 利用者全員の健康状態把握と保健指導は、活動ごとをお願いします。
- ◆ 食物アレルギー対応票の提出にて、あらかじめ食物アレルギー・食事制限のある利用者の情報をお寄せください。また利用中に、急な発熱、嘔吐、下痢などの症状が出た場合は、直ちに事務室へ連絡してください。
- ◆ 活動に特別な配慮を要する方については、事前にご連絡ください。
- ◆ 事故等の緊急事態の発生時は、適切に対応をする（緊急車両の要請は携帯電話等で行われてかまいません）とともに、事務室へお知らせください。
- ◆ 非常災害に備えて、入室後すみやかに非常口と避難経路、消火器の位置をご確認ください。
- ◆ 駐車場付近やオリエンテーリングのコースの一部に公共道路を使用しています。交通規則の遵守・事故防止等の指導をお願いします。
- ◆ 子供だけで単独行動をとらないように、事前・活動中の指導をお願いします。
- ◆ 野外活動は長袖・長ズボンでの活動を基本とします。天候の急変に備えて、帽子や雨具、長靴等の携行をお勧めします。
- ◆ 敷地内やコースには危険な生き物（スズメバチ、毒ヘビ、毛虫等）がいます。むやみに触ろうとしたり、草むらの中に入ったり、いたずらに騒いだりしないよう事前指導してください。
- ◆ 屋外の斜面、用水、池、屋内の2段ベッド、窓、階段、手すりなど、転落防止のための安全指導をお願いします。
- ◆ 施設・設備の破損及び損傷のないよう指導や配慮をお願いします。

## (2) 活動プログラムの実施・指導では

- ◆ 貴団体の利用目的の達成に向けて、利用者の実態に合った活動プログラムを展開してください。
- ◆ 活動の直接指導は利用団体の引率者が行います。本所所員の説明や支援が必要な場合は、利用申込書にご記入ください。
- ◆ 野外活動は自然条件に左右されるので、荒天時の代替プログラムを計画してください。
- ◆ 過密なプログラムは避け、活動時間を十分に確保することをお勧めします。
- ◆ 事前に傷害保険に加入されることをお勧めします。

## (3) 実地踏査（下見）と事前の打合せは必ず行いましょう

- ◆ 利用目的を達成するため本所の活動プログラムを基にして、各団体の創意工夫のある主体的な活動が展開されることを期待しています。特に、施設や天候等の条件を見通して活動状況を予測することは大切です。そのために実際に施設や活動場所、自然環境等を下見の上、内容の打合せをされることをお勧めします。
- ◆ 打合せでは以下の内容と、上記(1) (2)が配慮されているかを確認します。

①宿泊か日帰りか	②利用人数（男女・年齢区分・利用日別）	③入所・退所の時刻
④食堂食数、注文数等	⑤交通手段（駐車車両台数）	
⑥活動プログラム（内容・準備物・場所・荒天時の代替プログラム・他の団体との調整など）		
⑦宿泊室・食堂・浴室★の割当て		
⑧諸経費（支払いの方法）		
⑨健康・安全対策		
⑩携行品 など		
★キャンプ場泊は原則浴室使用（入浴）できません。館内宿泊利用者がある場合は入浴可能な場合があるので問合せください。		

### ◆下見と打合せの予約について

- ・一般の団体の場合：利用日の30日前までを目途に、必ず電話で予約してください。
- ・学校団体利用の場合：合同打合せ会を設けています（別途本所より連絡します）のでご参加ください。個別に下見・打合せをされる場合は必ず電話で予約してください。

# 2 活動プログラムについて

## (1) 式や集い、生活オリエンテーション

活動名	活動の概要	所要時間	引率者数	利用者準備	自然の家備品	所員説明	所員指導
入所式・退所式 朝、夕の集い	実施は各団体でご判断ください（必ず実施する必要はありません）。	必要時間	/	必要携行品	旗掲揚塔 音響セット	要事前連絡	—
生活オリエンテーション	自然の家の使い方、生活の仕方について所員より説明を受ける。	5～20分	/	—	ORに 必要な物	○	○

易しい ←————→ 難しい  
A ・ B ・ C ・ D ・ E

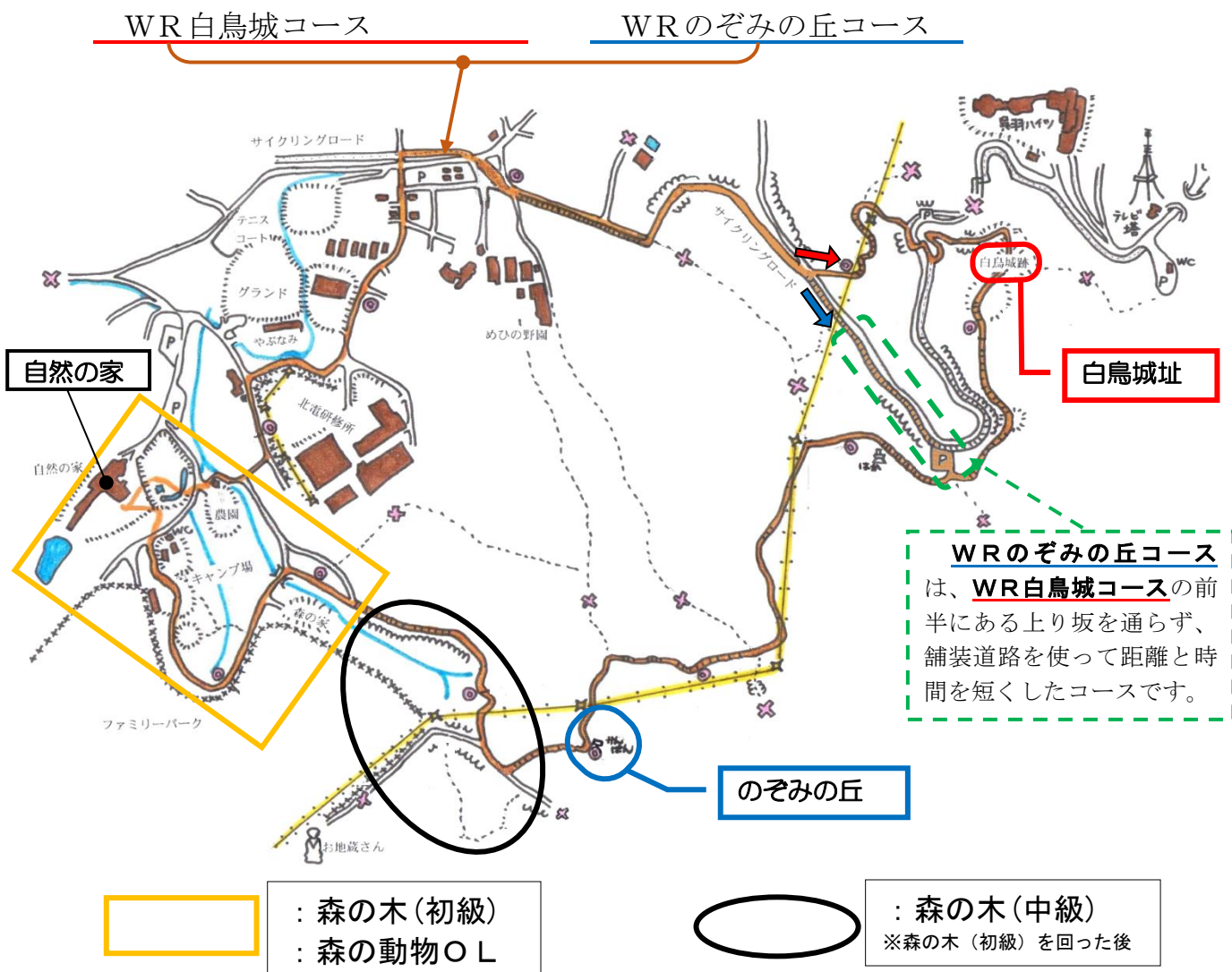
(2) 野外活動

◎呉羽丘陵、所の周辺の森を歩く活動 (活動時期：主に春～秋)

WR (ウォークラリー：コース図を見ながらポイントを順番に回る) OL (オリエンテーリング：コース図のポイントを回る順番を自分たちで決めて回る)

活動名	難易度	活動の概要	目安の所要時間	引率者数	利用者準備	自然の家備品	所員説明	所員指導	
WR	白鳥城コース	D	地図を見てA~Kの赤色のポイントを見つけ、白鳥城に関する問題に答える。	2~3時間	5人以上	筆記用具 水筒 帽子 軍手 雨具 タオル 虫よけ	トランシーバー 地図 (1グループにつき1枚程度) 解答用紙 バンダー ビブス	○	—
	のぞみの丘コース	C	地図を見てA~Jの青色のポイントを見つけ、のぞみの丘に関する問題に答える。	2~2.5時間	5人以上			○	—
OL	森の木(中級)	C	地図を見てA~Jの赤い札を見つけ、木の名前と特徴を記入する。その後、①~⑩の木を見つけ、記入した特徴をたよりに木の名前を当てる。	2~3時間	4人以上			○	—
	森の木(初級)	B	地図を見てA~Jの赤い札を見つけ、木の名前と特徴を記入する。	1~2時間	3人以上	○	—		
	森の動物クイズ	B	地図を見て①~⑩のポイントを見つける。ポイントでは、示されている呉羽丘陵に住む動物の名前とその動物に関するクイズの答えを記入する。	1~2時間		○	—		

WR白鳥城コース・のぞみの丘コース、森の木OL(初・中級)、森の動物OLコース地図

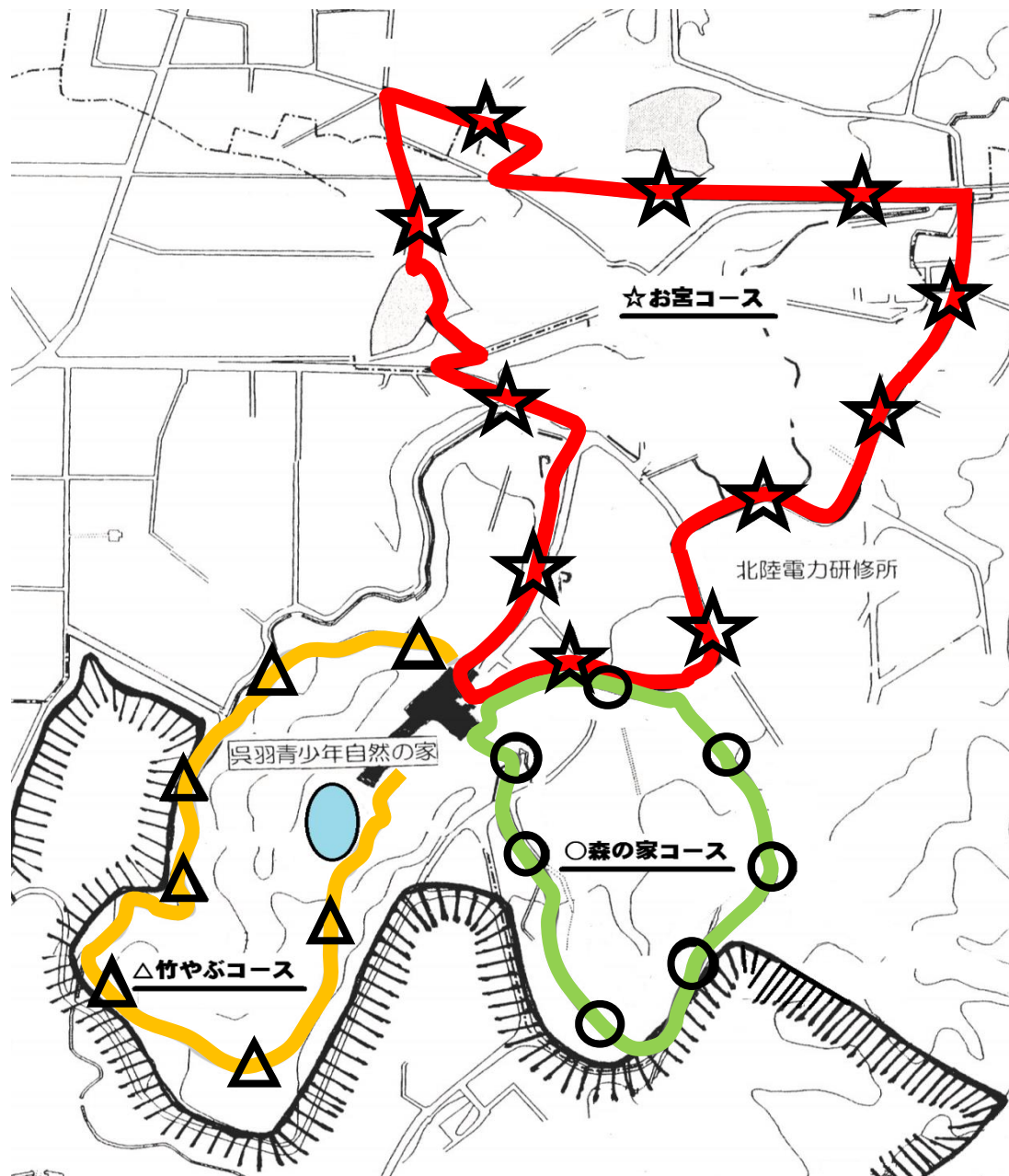


参考：令和6年の夏至6月21日 日没19時13分ごろ

活動名	難易度	活動の概要	所要時間	引率者数	利用者準備	自然の家備品	所員説明	所員指導
星空観察	A	四季の代表的な星座や月などを観察する。	1時間	適宜	(星座早見盤)	なし	—	—
活動例1：グラウンドに大きなブルーシートを広げ、寝ころがって星空を観察する。 活動例2：星座早見盤の使い方を学習し、班ごとに夏の星座や冬の星座を観察する。「小学校4年生理科」 活動例3：富山県天文学会の「移動天文教室(ボランティア)」を宿泊学習等の活動計画に取り入れる。 <b>※利用団体からの直接申込み</b>								

活動名	活動の概要	コース	難易度	所要時間	引率者数	利用者準備	自然の家備品	所員説明	所員指導
月光ハイク	班やグループごとに懐中電灯をもってコースを回る。事前の下見が必要。 ※手形の使用は利用者の判断	お宮コース	C	1時間	4人以上	懐中電灯	トランシーバー8台 地図 手形 ビブス	○ ※引率者への説明のみ	—
		竹やぶコース	B	30~45分	4人以上				
		森の家コース	B	30~45分	4人以上				

月光ハイクコース地図



## ◎所の周辺の固定施設での活動

(活動時期：主に春～秋)

活動名	難易度	活動の概要	所要時間	利用者準備	自然の家備品	所員説明	所員指導
森の家作り	E	森の家広場で、木の枝や竹、草などを切り出し、立っている木を柱にして、ブルーシートなどを使って、「森の中の秘密基地」を作る。	4～5時間	軍手、かま、はさみ、ビニールロープ、ブルーシート、ごみ袋	竹引きのこぎり、なた	○	—
ザリガニ釣り <small>※実施可能か要確認</small>	A	利用可能時期【五月から十月】	1時間	えさ(ささいか等)ごみ袋	釣竿、バケツ	○	—
舟作り・舟遊び	D		4～5時間	濡れてもよい服装、着替え、タオル <b>※活動費有り</b>	舟作り道具 パドル8組 (ライフジャケット)	○	○
池遊び(いかだ遊び、ターザンロープ、池ジャングル)	C		1～3時間	雑巾、タオル、着替え、足首固定のサンダル、(水着)	古シート (ライフジャケット) いかだ：5台 カヌー(カヤック)：3艘	○	—
カヌー体験(カヤック)	E		1～2時間	気候に合わせた服装	特になし	○	—
桜村林間アスレチック (竹ジャングル、プランコ、ハンモック)	C	桜村で、本所の竹や樹木を生かしたアスレチックで遊ぶ。	1～2時間	雑巾、タオル、着替え、足首固定のサンダル、(水着)	古シート (ライフジャケット) いかだ：5台 カヌー(カヤック)：3艘	○	—
キャンプファイヤー	B	活動場所：グラウンド、営火場 参考：令和6年の夏至6月21日 日没19時13分	1～2時間	軍手、懐中電灯、着火具、CD等の音源	トーチ5本、バケツ、灯油、薪、女神等の衣装、放送機器	○ ※引率者への説明のみ	—

活動名	難易度	活動の概要	所要時間	利用者準備	自然の家備品	所員説明	所員指導
自然観察	A	通年の活動	1時間	季節に応じた野外活動の服装、雨具	木の実・木の葉マップ	—	—
木の葉 木の実拾い	A		1時間			—	—
呉羽丘陵散策	B		2時間			WR用の地図等	—
雪像作り、雪遊び	A	雪上の活動	1～2時間	防寒着上下手袋、帽子 雪遊びに適した履物	スコップ スノーダンプ バケツ スノーチューブ そり ヘルメット	—	—
スノーチューブ そり遊び	B		1～2時間			—	—



ザリガニ釣り



いかだ遊び



キャンプファイヤー



そり遊び



ターザンロープ



竹ジャングル



木の葉・木の実拾い



スノーチューブ

(3) 用具を使った活動

活動名 (難易度)	難易度	活動の概要	所要時間	利用者準備	自然の家備品	所員説明	所員指導
フライングゴルフ	A	自由にコース (1~9 ホール) を作り、各ホール何投でゴールの「かご」にフライングディスクを投げ入れられるかを競う。【貸出：ディスク 48 枚】	1~2 時間	筆記用具	ゴール用かご 9 個 ディスク 48 枚 記録用紙、 バインダー	○	—
グラウンドゴルフ	A	自由にコース (1~9 ホール) を作り、各ホール何打でゴールの「ホール旗」にホールインできるかを競う。【貸出：スティックとボール 20 組】	1~2 時間		ホール旗 9 個 スティックと ボール 20 組 記録用紙 バインダー	○	—
ストラックアウト	A	ストラックアウトボードを設置し、投球距離を決める。クリアした数や列の数で競う。 【貸出：ボード 4 台】	1~2 時間	特になし	ストラックアウトボード 4 台、補給 網 2 台、ボ ール	○	—
バンブーチャレンジ	A	竹で作った道具を使って課題に挑戦したり、自由に遊んだりする。	1~2 時間		竹を使った道具	○ ※引率者 への説 明のみ	—
イニシアティブ ゲーム	C	一人では、解決できない障害、課題をグループで話し合い、協力してクリアしていく活動	1~2 時間	筆記用具	各課題に必要な道具や障害物	○ ※引率者 への説 明のみ	—

(4) 野外調理 (※食材・薪は、別途注文が必要です。)

活動名	難易度	活動の概要	活動場所	所要時間 最大人数の目安	利用者準備	自然の家備品	所員説明	所員指導
ごはん(米) カレー 焼きそば 豚汁	D C C C C	薪で火を起こし、かまどやU字溝を使って調理を行う。	野外炊飯場 (U字溝 20 台 レンガかまど) 南テラス (U字溝 8 台)	2~4 時間  野外炊飯場 : 100 人程度  南テラス : 50 人程度	軍手 火付け用新聞紙 箸・スプーン 着火具、 食器用洗剤 スポンジたわし 台ふき ふきん ゴミ袋	野外調理道具  貸出用食器 ※使い捨て容 器持参可	○	—
うどん作り	C	中力粉から生地を作る。その後、伸ばした生地を麺切り包丁で切って茹でる。	1階ホール 南テラス	3~4 時間  70 人程度	箸 食器用洗剤 スポンジたわし ふきん ゴミ袋	道具一式  貸出用食器 ※使い捨て容 器持参可	○	○
ピザ作り	C	中力粉、塩、砂糖、ドライイースト等から生地を作り、発酵させた後、生地をのばす。ソースと具をのせ、石窯で焼き上げる。 ※事前に窯を 2~3 時間温める必要がある。	1階ホール 南テラス	2~3 時間  1窯: 16 人 2窯: 32 人	着火具 火付け用新聞紙 食器用洗剤 スポンジたわし、 ふきん ゴミ袋 アルミホイル クッキングシート 食品用ラップフィルム 箸またはフォーク		○	○

※本所の野外調理道具や食器類は、汚れやすさをきれいに洗った後、水分をふき取ったのちに元の場所にお返し下さい。



野外炊飯棟



南テラス



石窯

(5) 館内活動

活動名	難易度	活動の概要	活動場所	所要時間	利用者準備	自然の家備品	所員説明	所員指導
館内オリエンテーリング	C	館内のいたるところあるポイント(25箇所)を見つける。ポイントにある数字を使って、ビンゴゲームを楽しむこともできる。*小学生以上向き	館内 (宿泊室以外)	1~2時間	筆記用具	解答用紙 バインダー ビブス	○	—
館内いきものオリエンテーリング	A	館内のいたるところにあるポイント(20箇所)を見つける。 *幼児~低学年向き		1時間				
クライミングウォール	C	集会室に設置したクライミングウォールを登る。 【常設ウォール4面】	集会室	任意		ヘルメット	○	—
ペタンク	B	2チーム(1チーム6人)に分かれ、それぞれのボール(赤・青)を黄色の的に近づけるように投げる。最終投球後に的に最も近いボールを配置したチームが勝ち。	集会室 ホール など	1~2時間	練習時間や対戦相手等を事前に計画する。	ペタンク道具一式7セット	○ ※引率者への説明のみ	—
フロアカーリング	B	2チーム(1チーム3人)に分かれ、それぞれのストーン(赤・黄)を交互に投げる。最終投球後に的に最も近いストーンを配置したチームが勝ち。	集会室 ホール など	1~2時間		フロアカーリング道具一式3セット	○ ※引率者への説明のみ	—
スラックライン	C	ベルト状のラインの上で行う低く短い綱渡り。	集会室 など	任意		特になし	スラックライン1台 ヘルメット	○ ※引率者への説明のみ
キャンドルサービス	B	ろうそくの炎を見つめてセレモニーをしたり、レクリエーションをしたりする。	集会室 1階ホール	1~2時間	CD等の音源 着火具 ろうそく(大) ろうそく(小)	燭台(大1台、小1台、手持ち130個程度)、女神等の衣装、ブルーシート、放送機器	○ ※引率者への説明のみ	—
DVD鑑賞	任意		集会室 など	任意	メディアDVD	プロジェクター スクリーン 再生用PC	—	—



館内オリエンテーリング



クライミングウォール



ペタンク



フロアカーリング



スラックライン



キャンドルサービス

(6) クラフト

① 木の枝や実を使ったクラフト (活動費有り)

活動名	難易度	活動の概要	活動場所	所要時間 最大人数の目安	利用者準備	自然の家備品等	所員説明	所員指導
ペンダント	A	木の枝を輪切りにしたものにひもを通し、ホットボンドを使って木の実や木の葉をつける。	集会室 ホール など 活動場所は 要相談	1時間  100人程度	(必要に応じて) 軍手 作品を持ち帰るための箱や袋等	木の枝を輪切りにしたものの木の実、木の葉など ホットボンド (延長コード)	○	—
置物	A	木の枝を輪切りにしたものに、ホットボンドを使って木の実や木の葉をつける。					○	—
壁飾り	A	ひものついた木の枝に、ホットボンドを使って木の実や木の葉をつける。					○	—
木のキーホルダー	A	金具がついた輪切りの木の枝に油性ペンでイラスト等を描く。				○	—	

② 竹を使ったクラフト (活動費有り) ※【雨天プログラムのみ】の利用申し込みはできません。

竹の器 (4月～11月)	D	自然の家周辺の竹を、のこぎりを使って節ごとに切り、器の形に整える。	野外 南テラス 集会室 など 活動場所は 要相談	2～3時間  【器・竹ぼっくり】 30人程度  【箸・竹とんぼ】 100人程度	(必要に応じて) 軍手、紙やすり	竹引きのこぎり なた、 小刀 やすり など	○	○
竹の箸 (通年)	D	自然の家周辺の竹をなたで割ったり、小刀で削ったりして箸の形に整える。					竹引きのこぎり ビニールロープ 電気ドリル など	○
竹ぼっくり (4月～11月)	D	自然の家周辺の竹を、のこぎりを使って節ごとに切り、ひもを通す。				竹引きのこぎり なた、小刀 やすり など		○
竹とんぼ (4月～11月)	E	自然の家周辺の竹を、なた、小刀を使って、竹とんぼの羽の形に整える。					○	○

※天候等によって木の枝や実、竹等の採取量や種類に限りがある場合があります。

③ その他のクラフト (活動費有り)

スプーン 竹とんぼ	B	アイスクリームスプーンを火であぶってひねり、ホットボンドを使って竹串と接着する。	集会室 ホール など	1時間 100人程度 活動場所は 要相談	軍手	アイスクリームスプーン アルミホイール 竹串、ろうそく、ホットボンド、油性ペン、水性ペン	○	○
まが玉	C	専用の石にひもを通す穴を開け、ブロックややすりで削って、まが玉を製作する。	野外 南テラス 集会室 など	2～3時間  100人程度 活動場所は 要相談	軍手 新聞紙 (1人1枚程度)	ブロック、敷板、きり、棒やすり、紙やすり、油性ペン、水性ペン	○	○



①ペンダント ②置物 ③壁飾り ④木のキーホルダー ⑤まが玉