

活動一覽(野外活動) < R8年度 >

| 番号 | 活動名 | | ねらい | 対象 | 所要時間 | 活動の概要 | 備考 |
|---------------|--------------|-------------------------------|-----------------------------|----------|--|---|--|
| 1 | 船上山登山 | 東坂コース | 協力と仲間づくり 自然に親しむ | 年長児以上 | 3~4時間 | 最もゆるやかで、後醍醐天皇が降りられた安全なコースでの登山 | 動きやすい服装(長袖・長い靴下・長ズボン)・はき慣れた靴・軍手 タオル・帽子・弁当・水筒・雨具 ※肌が露出しないよう注意 ※正面コースは健脚コースからヘルメット着用 ※滝のぼりコースは生徒50人以上、引率者4人以上が条件。雄滝出発時からヘルメット着用 |
| | | 正面コース | | 小学校高学年以上 | 4~5時間 | 頂上への最短ルートを通る、険しいコースでの登山 | |
| | | 滝のぼりコース | | 中学生以上 | 5~6時間 | 雄滝・雌滝の干を通る、険しいコースでの登山 ※50大 | |
| | | 西坂コース | | 小学生以上 | 4~5時間 | 後醍醐天皇が登頂された船上山神社へ続くコースでの登山 | |
| 2 | 頂上活動 | 三角点探し | 自然に親しむ | 小学校中学年以上 | 30分程度 | 頂上付近にある三等三角点(本当の615m地点)を探す活動 | ※船上山神社は山頂から片道約20分 |
| | | 船上山神社 | | 小学生以上 | 1時間程度 | 船上山神社まで歩く活動。寺坊跡、奥の院や行宮跡などを見ることもできる | |
| 3 | ハイキング | ダム湖周回コース | 自然に親しむ | 小学生以上 | 1~2時間 | ダム湖周回のノルディックウォーク公認コースでのハイキング | 動きやすい服装(長袖・長ズボン)・タオル・帽子・水筒・雨具 ※コースに応じて肌が露出しない服装や軍手を準備 |
| | | 滝見台コース | 協力と仲間づくり | 小学生高学年以上 | 2~3時間 | 美しい「ます返しの滝」を目指し、険しいコースでのハイキング | |
| 4 | 肝試し | 橋渡りコース | 勇気 協力と仲間づくり | 小学生以上 | 1時間程度 | 暗い夜道を歩く活動 | 懐中電灯(相談) |
| 5 | ナイトハイク | 自然の家周辺 | 夜の自然を体感 自然に親しむ | 小学生以上 | 1時間程度 | 暗い夜道を歩く活動 | 動きやすい服装 懐中電灯 ※なるべく肌が露出しない服装 |
| 6 | スコアオリエンテーリング | | 自然に親しむ 協力と仲間づくり | 小学校中学年以上 | 1~3時間 | 地図をもとに記号(場所の難易度により得点が違う)を探す活動 スマホかタブレットで、アプリ「Navitabi」を利用した活動も実施可能 | 動きやすい服装 腕時計・雨具 ※なるべく肌が露出しない服装 「Navitabi」をスマホかタブレット(1台1台)に事前インストールが必要 |
| 7 | 野外炊飯 | 野外炊飯(メニュー7つ) パエリア ナンカレー | 協力と仲間づくり | 小学校中学年以上 | 3時間 | かまどでの野外炊飯 | 動きやすい服装、軍手・タオル ※火の近くでは服が溶けないよう注意 ※別途、薪代や炭代が必要 薪代:一束600円 炭代:1セット600円 |
| | | ピザ バウムクーヘン | | | | ダッチオーブンで焼く本格的なピザ作り 炭火で焼き上げるバウムクーヘン作り | |
| 8 | 水遊び | 谷川探検 | 自然に親しむ 水に親しむ 協力と仲間づくり | 小学校4年生以上 | 2~3時間 | 「ます返しの滝」下流の滝つぼを目指して、谷川を上っていく活動 ※50人 | 服装:水着(濡れてもいい服装)・ウォーターシューズ(かかどが固定できる靴)・ライフジャケット(河川プールは着用しなくて良い) ※谷川探検:軍手・ヘルメット(小中学生:着用、高校生以上:任意)。小学校1~3年生は個別に大人同伴で活動可能。 ※カヌー:3歳~小学校2年生は個別に大人同伴で活動可能 ※いかだ1枚は最大10人程度。小学校1~3年生は個別に大人同伴で活動可能(大人1人に対して子ども1人) ※一枚岩ウォータースライダー:軍手・ヘルメット(小中学生:着用、高校生以上:任意)。一枚岩渓谷までは運動靴・長い靴下・長ズボン着用。 ※一枚岩ウォータースライダーは子ども30人以内引率者2人以上が条件 |
| | | 河川プール | | 幼児以上 | 1~2時間 | 自然の川の途中にある、プールでの水遊び活動 ※40人 | |
| | | 一枚岩ウォータースライダー | | 小学校高学年以上 | 3~4時間 | 約1時間険しい山道を進み、ます返しの滝上流、一枚岩渓谷で行う水遊び活動 ※30人 | |
| | カヌー | 小学校3年生以上 | | 2~3時間 | 船上山ダム湖面での活動(カヌー、いかだ、フローティングロープ) ※各40人 | | |
| いかだフローティングロープ | 小学校4年生以上 | | | | | | |
| 9 | テント泊 | | 自然に親しむ 協力と仲間づくり | 小学生以上 | 適宜 | テントサイトでのテント泊を体験する活動 | 着替え・寝袋・毛布など ※雨天時は部屋泊に変更 ※館内でのテント泊は不可 |
| 10 | キャンプファイヤー | | 親睦を深める 協力と仲間づくり | 幼児以上 | 1~2時間 | 営火を囲み親睦を深める活動 | 薪代、灯油代、トーチ5本まで一式1200円 追加トーチ1本10円 |
| 11 | 焚き火 | | 親睦を深める 協力と仲間づくり | 小学生以上 | 1~2時間 | 火を囲み親睦を深める活動 ※30人 | 焚き火台1つにつき300円(薪代込み) 同時に5台まで実施可能 マシュマロ注文可(1袋120g200円) |
| 12 | 星空観察 | | 星や星座の知識を深める | 小学生以上 | 適宜 | 望遠鏡を使って月や星座を観察する活動 ※30人 | 専門家の方に説明を依頼することも可能 |
| 13 | グラウンドゴルフ | | 健康づくり 仲間づくり | 小学生以上 | 適宜 | つどいの広場で行うグラウンドゴルフ ※30人 | 動きやすい服装 |
| 14 | 雪遊び | そり遊び | 自然に親しむ 雪に親しむ | 幼児以上 | 1~3時間 | プラスチックそりやチューブそりを使う、そり遊び | 防水ウェア・防水手袋・帽子 |
| | | スノーシューハイキング | | 年中児以上 | | スノーシューで雪原や森の中を歩く活動 ※40人 | |
| 15 | バードウォッチング | | 自然に親しむ 野鳥の観察 | 小学生以上 | 適宜 | 双眼鏡を使って野鳥を観察する活動 | 双眼鏡 |
| 16 | ノルディックウォーク | | 体力づくり 健康増進 | 小学生以上 | 1~2時間 | ダム湖周回のノルディックウォーク公認コースを、専用ポールを使って歩く活動 ※30人 | 動きやすい服装・タオル・帽子 |
| 17 | フィールドビンゴ | | 自然に親しむ 自然観察 | 幼児以上 | 1時間 | ビンゴ形式で自然物を観察する活動 | 動きやすい服装 ※登山時の頂上活動として実施することも可能 |
| 18 | ドラム缶風呂 | | 自然に親しむ | 小学生以上 | 3時間 | 自然の中でドラム缶風呂体験をする活動 | ドラム缶風呂1缶につき1200円 水道水のみ100円 同時に3缶まで実施可能 |

※表示してある人数は、快適に活動を行う上での最大人数です。表示人数を超えても活動可能な場合がありますが、活動に様々な制約がかかる可能性があることをご了承ください。