

活動一覧(野外活動) <R3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	2~3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入口から、滝のぼりコースは雄滝出発時からヘルメット着用(子どものみ)
		正面コース		小学校高学年以上	3~4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		4~5時間	雄滝・雌滝の下を通る、険しいコースでの登山		
		西坂コース		4~5時間	後醍醐天皇が登頂された緩やかなコースでの登山		
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	※船上神社は山頂から片道約20分
		船上神社		小学生以上	1時間程度	船上神社まで歩く活動。寺坊跡、奥の院や行宮跡などを見ることが出来る	
3	ハイキング	ダム湖周回コース	自然に親しむ 協力と仲間づくり	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		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	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
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500円 炭代:1セット450円
		ピザ パウムクーヘン				ダッチオーブンで焼く本格的なピザ作り 炭火で焼き上げるパウムクーヘン作り	
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	服装:水着(濡れてもいい服装)・ウォーターシューズ(かかとの固定できる靴)・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:子どもはヘルメット着用。 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 ※一枚岩ウォータースライダーは一枚岩渓谷までは運動靴・長い靴下・長ズボン着用。
		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	
		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	
	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)		
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1000円 追加トーチ1本10円
11	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	専門家の方に説明を依頼することも可能 ※30人
12	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	動きやすい服装 ※30人
13	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 ※40人
		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	
14	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
15	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	動きやすい服装・タオル・帽子 ※30人
16	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
17	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1000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。