

Ⅸ プログラムの詳細

1 野外活動

1. 登山<指導可>

- 目的…登山を通して仲間意識、チャレンジ精神を高め、確かな達成感を得る。(感動)
また、途中で自然に触れ合い自然に対する興味・関心を高める。(夢体験)
- 対象…児童から大人まで
- ①小野子山 (1208.3m) 往復コース【約片道3km：往復約4時間：眺望○】
○所要時間 … 本所－(15分～20分)－登山口－(75分～100分)－頂上(休憩30分)
- ②小野子山周遊コース【約8km：往復約6時間：眺望○】
○所要時間 … 本所－(15分～20分)－登山口－(75分～100分)－頂上(休憩30分)
－(20～40分)－中ノ岳分岐－(40分)－林道中ノ岳登山口－(40分)
－林道展望台－(40分)－本所
- ③子持山 (1296.4m) 往復コース【片道6km：往復約6時間：眺望○】
○所要時間 … 本所－(45分～50分)－登山口－
(75分～100分)－頂上(休憩30分)
- ④十二ヶ岳 (1200.9m) 往復コース【往復約7時間：眺望◎】
○所要時間 … 本所－(90分～120分)－小野子山－
中ノ岳－(60分～80分)－頂上(休憩30分)
※林道十二ヶ岳登山口から林道を周遊も可能



- ・必ず、登山コースの下見をしてください。
- ・服装、持ち物について、事前指導をしてください。

※本所では、小野子山往復コースの安全点検及び整備を定期的にまた災害時の後に行っています。その他のコースも登山前に、安全点検、整備を行います。

※登山道には水場・トイレはありません。簡易トイレ(テント付き)の貸出しもしています。

2. ウォークラリー (WR) <指導可>

- 目的…よりよい人間関係をつくるため協力することをおして信頼する姿勢を学ぶ。
(ふれあい)
- 概要…指示図(分岐点のみを示したコマ図)を使い、あらかじめ決められたチェックポイント(CP)に設けられた課題を解決しながら、設定された時間で歩き、ゴールに戻る活動。時間得点と、課題得点の合計で順位を競う。設定時間より早く着きすぎても減点となるので急いで進む必要はない。体力差や年齢、性別に関係なく誰でも参加できる。
- 対象…幼児から大人まで
- 人数…1グループ3～6人位
- コース…4.3kmコース(本所－小野子山登山口－展望台
－牧場坂－みどりの村－本所)
- 所要時間…150～180分(うち説明約20分)
- その他…チェックポイント担当として、3名のお手伝いをお願いします。(引率者の人数の関係で、難しい場合はご相談ください。)



- ・必ず、WRコースの下見をしてください。
- ・服装、持ち物について、事前指導をしてください。

※本所では、WRコースの、定期的にまた災害時の後にコースの安全点検、整備を行っています。また、当日も安全点検を行います。

3. ハイキングビンゴ<指導可>

- 目的…よりよい人間関係をつくるため協力することをおして信頼する姿勢を学ぶ。
(ふれあい)
- 概要…地図を使い、コースを1周する中で、動植物にふれたり、景色をながめたり、簡単な課題を解決しながら、ビンゴカードをうめる活動。競争ではなく、仲間と楽しく自然と親しむ活動。体力差や年齢、性別に関係なく誰でも参加できる。
- 対象…幼児から大人まで
- 人数…1グループ3～6人位
- コース…4. 3 km (本所—小野子山登山口—展望台—牧場坂—みどりの村—本所)
6 km (本所—小野子山登山口—展望台—牧場外周—みどりの村—本所)
- 所要時間…120～180分(うち説明約10分)
- その他…途中でお弁当を食べたり、たかやま高原牧場で動物とふれあったり、みどりの村のアスレチック遊具遊んだりすることもできます。

- ・必ず、ハイキングコースの下見をしてください。
- ・服装、持ち物について、事前指導をしてください。

※本所では、WRコースを定期的にまた災害時の後に、コースの安全点検、整備を行っています。また、当日も安全点検を行います。

4. ハイキング

- 目的…豊かな自然の中を歩くことにより心身のリフレッシュを図る。(夢体験)
- 概要…コースを歩きながら、仲間と楽しく、動植物にふれたり、景色をながめたりするなど自然と親しむ活動。体力差や年齢、性別に関係なく誰でも参加できる。
途中でお弁当を食べたり、みどりの村やたかやま高原牧場では、アスレチックで遊んだり、動物とふれあったりできる。

- 対象…幼児から大人まで
- ①たかやま高原牧場展望台コース(約5 km)
 - 所要時間…90分～150分
- ②みどりの村コース(約2 km)
 - 所要時間…60分～120分



- ・必ず、ハイキングコースの下見をしてください。
- ・服装、持ち物について、事前指導をしてください。

※本所では、WRコースの、定期的にまた災害時の後にコースの安全点検、整備を行っています。また、当日も安全点検を行います。

5. 植物ウォッチングラリー<要指導>

- 目的…自然の中にある身近な植物を体験的に学びながら、植物の生きるための工夫に気づき、自然愛護の精神を養う。(感動)
- 概要…地図を使いコースを1周する中で、6箇所のチェックポイントで、身近な植物の名前や特徴の話を聞いたり、五感を使ったゲームを行ったりしながらビンゴを完成させる。またボーナスゲームもあり。ビンゴとボーナスゲームにより得点もつく。(個人戦)

- 対象…幼児から大人まで
- 人数…60名位まで。
全体を6グループ以内に分けてください。
- コース…ウォーキングコース
つどいの広場—営火場—キャンプ場—
キャンプ場入りロー正門—つどいの広場
- 所要時間…120分～180分(うち説明20分)
- 持ち物…筆記用具、クリップボード(20枚まで貸出し用あり)



6. 野鳥観察<外部指導員依頼可>

- 目的…野鳥観察を通して身近な自然に対する関心を高める。(感動)
- 概要…双眼鏡やスコープで鳥を観察したり、鳥の鳴き声を聞いたりする。
- 対象…幼児から大人まで
- 場所…本所内、周辺
- 所要時間…90分～120分
めやす：4月～9月…6時～ 10月～3月…9時半～
- 費用…講師謝金5,000円～+講師朝食代(人数分)
謝金は、講師に直接お支払いください。
- 貸出し用品…双眼鏡(42台)・フィールドスコープ(5台)
野鳥シート
- その他…日本野鳥の会吾妻支部に講師依頼した場合、雨天時の室内プログラムあり



- ・指導は、日本野鳥の会吾妻支部に依頼。
- ・講師依頼は、本所より行います。その後、必要に応じて講師と事前打ち合わせを行ってください。

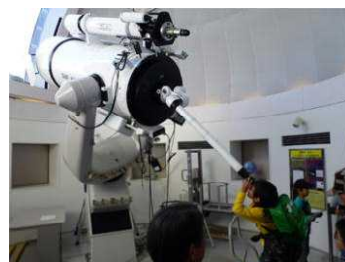
7. 星空観察<外部指導員依頼可>

- 目的…望遠鏡や肉眼で観察し神秘的な自然の力を感じる。(感動)
- 概要…つどいの広場等で、星座を観察したり、天体望遠鏡で星野観察をしたりする。
- 対象…幼児から大人まで
- 所要時間…30分～60分
- 費用…講師謝金なし
- 貸出し用品…天体望遠鏡(10台)
- その他…ぐんま天文台に講師依頼した場合、雨天時の室内プログラムあり



- ・指導は、ぐんま天文台に、直接依頼をし、事前打ち合わせを行ってください。
指導は、火・水・木曜のみ。TEL：0279-70-5300

- ※ぐんま天文台へ出かけて、施設見学、観察会もお勧めです。
 - ・昼間の施設見学(太陽望遠鏡による太陽の観察もできます)
 - ・夜間の天体観望 水・木・金曜日(祝日を除く)
…要予約(団体のみ)
土・日曜日・祝日…予約不要
 - ・休館日…月曜日
 - ・本所より約3km：徒歩50分、車5分+徒歩15分
- ※詳細は、ぐんま天文台のWebページにて
<http://www.astron.pref.gunma.jp/>



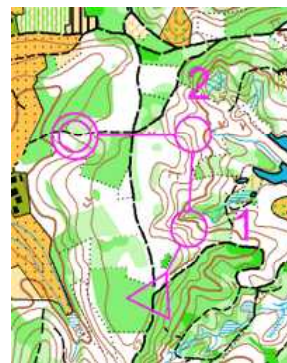
8. 自然散策ラリー<指導可>

- 目的…身近な動植物の観察等とおして自然にふれ、身近な自然に対する関心を高める。(感動)
- 概要…やり方はさまざま。植物探し、植物探しビンゴ、生き物探し、落ち葉拾いなどなど。
- 対象…幼児から大人まで
- 場所…本所内、周辺
- 所要時間…30分～60分
- 貸出し…植物図鑑



9. オリエンテーリング<外部指導員依頼可>

- 目的…自然の中で、グループワークを通し、協力する心を育み、親睦を図る。また、OL公式コースを使い、体力と技能（地図、コンパス）を養う。
(ふれあい・夢体験)
- 概要…地図とコンパスを使い、山野に設定してあるポストを発見しゴールする競技。所要時間や得点を競います。
ポイント数：20箇所
- 対象…中学生から大人まで
- 人数…1グループ3～6人位
- コース…北毛青少年自然の家周辺 ポスト数…20
- 所要時間…120分～180分（うち説明約30分）
- 費用…講師謝金なし
オリエンテーリングマップ：100円（グループ数分を購入）
- 貸出し用品…コンパス



- ・指導は、オリエンテーリング協会に依頼
- ・講師依頼は、本所より行います。その後、必要に応じて講師と事前打ち合わせを行ってください。

10. イニシアティブゲーム<外部指導員依頼可>

- 目的…課題を解決していく中で、自分を知り、仲間を知り、人との関わりで大切なものに気づき、お互いの信頼関係を高めめる。(ふれあい・感動・夢体験)
- 概要…仲間(参加者)とともに、「知恵」「勇気」「協力」などなど一人一人が持っているさまざまな能力を出し合い、設定された課題を解決していく活動。
グループの雰囲気をやかにするアイス・ブレイク的なゲームから「問題解決」的なゲームまで数多くのアクティビティー(ゲーム)あり。
- 対象…小学生5年生から大人まで
- 人数…講師と内容等を加味して要相談
- 場所…体育館、研修室、営火場等
- 所要時間…120分～180分
- 費用…講師謝金は、要相談。※内容と人数と時間により謝金は、講師に直接お支払いください。



- ・講師依頼は、本所より行います。
- ・その後、必要に応じて講師と事前打ち合わせを行ってください。

11. ネイチャーゲーム<外部指導員依頼可>

- 目的…五感で自然を感じ、心と体で自然を直接体験することによって自然と自分とが一体であることに気づき、自然・環境への理解を深める。(夢体験)
- 概要…ゲームの勝敗を競ったり、ゲームをこなすことが目的ではなく、五感を使って自然を直接体験します。知識や年齢に関係なく、子どもから大人までどこでも手軽に体験できます。
- 対象…児童から大人まで
- 場所…キャンプ場管理棟前 等
- 所要時間…120分～180分
- 費用…講師謝金は、要相談。
※内容と人数、時間により謝金は、講師に直接お支払いください。



- ・講師依頼は、本所より行います。謝金あり。(講師に直接支払い)
- ・その後、必要に応じて講師と事前打ち合わせを行ってください。

12. キャンプファイヤー<指導可(儀式)・外部指導員依頼可>

- 目的…活動をともにした仲間と炎を囲み、仲間同士の友情を深めたり、自己を見つめ直したり、協力する事の大切さを考えるふりかえりの機会とする。
- 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とおり、参加者の仲間意識を深め、感動と思い出を刻む活動です。
- 対象…幼児から大人まで
- 場所…営火場(常設・臨時の2箇所)
- 所要時間…60分～120分
- 費用…薪代:大(5段・約1時間半) 3,000円
中(3段・約1時間) 2,000円
※キャンプファイヤー薪代にはトーチや灯油代等も含む
- 用意する物…懐中電灯(宿舎から営火場までの移動用:グループで1本あれば十分)
- 服装…必ず、長ズボン、できれば長袖。髪の毛の長い方はしばるかとする。
- 貸出し用品…火の神・火の使等の衣装、天狗の面、ポータブルアンプ、CDデッキ
- 準備…本所職員と一緒に薪組、トーチ等の用意を行います。(時間は相談)
希望に応じて、儀式や進行等のリハーサルを一緒に行います。(時間は相談)
- 片付け…消灯前に炭にふた(ドラム缶を半分に切ったもの)をしてください。
翌朝、灰・炭を所定の場所に片付けてください。
- その他…依頼があれば、本所職員が儀式のお手伝いします。
プログラムの最後に、火を囲んで引率の方が何かお話しをする。みんなで火を見る時間をとってはいかがですか。<お勧め>
天気がよい日は、星を見る時間を少しとってはいかがですか。<お勧め>
雨の場合はキャンドルファイヤーに変更が可(プログラム相談時にあらかじめ決めておく)



- ・指導は、北毛友の会に依頼 謝金3,000円～(+講師夕食代,最高3人分まで)
- ・講師依頼は、本所より行います。
- ・プログラムの要望等は、本所にお伝えください。講師に伝えます。
- ・開始前に講師と事前打ち合わせを行ってください。

13. キャンドルファイヤー<指導可(儀式)・外部指導員依頼可>

- 目的…活動をともにした仲間と炎を囲み、仲間同士の友情を深めたり、自己を見つめ直したり、協力する事の大切さを考えるふりかえりの機会とする。(ふれあい)
- 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・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とおり、参加者の仲間意識を深め、感動と思い出を刻む活動です
- 対象…幼児から大人まで
- 場所…体育館
- 所要時間…60分～120分
- 費用…燭台・キャンドル使用代 3000円
- 用意する物…特になし
- 準備…本所職員と一緒に燭台等の用意を行います。(時間は相談)
希望に応じて、儀式や進行等のリハーサルを一緒に行います。(時間は相談)
- 貸出し…火の神・火の使等の衣装、天狗の面、ポータブルアンプ、CDデッキ
燭台、ロウソク、マット等のキャンドルサービス用具一式
- 片付け…燭台等を元の場所に戻してください。“ろう”が床にこぼれないように要注意。
- その他…依頼があれば、本所職員が儀式のお手伝いします。



- ・指導は、北毛友の会に依頼 謝金3,000円～(+講師夕食代,最高3人分まで)
- ・講師依頼は、本所より行います。
- ・プログラムの要望等は、本所にお伝えください。講師に伝えます。
- ・開始前に講師と事前打ち合わせを行ってください。

14. ボンファイヤー

- 目的…活動をともにした仲間と炎を囲み、仲間同士の友情を深めたり、自己を見つめ直したりするふりかえりの機会とする。(ふれあい)
- 概要…炎を囲み、みんなで話しをする。
- 対象…小学校5年生から大人まで
- 場所…営火場等
- 所要時間…30分から120分(人数に応じて)
- 費用…薪代1束250円
- 貸出し用品…焚火台、火ばさみ等



15. スノーシュー体験(冬季限定) <指導可>

- 目的…冬の野山を歩きながら動物の足跡を探したり樹木を観察したり、冬の自然と触れ合い、楽しみながら自然の持つ美しさを味わう。(ふれあい・感動・夢体験)
- 概要…スノーシュー(洋風かんじき)をはき、雪の中を歩く。歩きながら、雪遊びをしたり、動物の足跡を探したりして楽しむ。天気がよい日は、野外で食事も楽しいのでは!
- 対象…小学生から大人まで
- 所要時間…60分~
- 場所…本所内、周辺
- 服装…スキーウエアー、手袋、帽子、長靴
寒さ対策を十分に
- 用意する物…時間に応じて飲み物等
- 貸出し用品…スノーシュー(大人用27足、子ども用20足)
ストック、足跡カード、双眼鏡



16. テント泊<指導可>

- 目的…キャンプ技能の基本であるテント泊では、自然に抱かれて生活することを実感させ、同宿の友と語り合うことで友好をより深める。(ふれあい・夢体験)
- 概要…自炊をしたり、テントに泊まったりする。
- 対象…幼児から大人まで(最大200人)
- 場所…キャンプ場
 - Aサイト…常設テント(5人用): 16張
テントデッキ大: 3
 - Bサイト…常設テント(5人用): 9張
テントデッキ大: 1・小: 10
 - Cサイト…常設テント(5人用): 10張
テントデッキ大: 2・小: 8
 - Dサイト(フリーサイト)…最大約15張(テントは持込み)
- 炊飯棟…A・B・Cの3箇所(かまど10、流し、調理台/雨天使用可)
- トイレ…A・B・Cの3箇所(水洗、ウォシュレット付き)
- 貸出し用品…毛布(約100枚) キャンピングマット(約100枚)
炊事道具・バーベキュー道具

