

資料 1 活動プログラム

- ・プログラムの詳細については、必ず「プログラムシート」を参照してください。
- ・※印があるプログラムの注文数の変更・キャンセルは 3 日前午前 10 時 00 分までとなります。
- ・●印があるプログラムは、ノコギリや小刀等の刃物を使用するクラフトプログラムとなります。

		プログラム名	時期	人数	時間 (目安)	内容 (詳細はプログラムシート参照)	金額 (税込)
施設利用	団体のみ実施可	クライミングウォール	通年	60 人程度	—	6mと9mの人工壁を登るチャレンジプログラム。指導者は、クライミングウォール講習会の受講が必要。	無料
		室内スポーツ		—	—	プレイホールでは、様々な室内スポーツ(バレーボール、ミニバスケットボール、バドミントン、卓球、フットサル、長縄、綱引き)を楽しむことができる。	無料
		ドッジビー		—	—	ドッジビー 2 枚(屋内用)あり。	無料
		バルバレー(風船ハレー)		—	—	大きめの風船を使って、バレーボールをする。ルールなどは自由に設定できる。	無料
		アヒルホッケー		90 人程度	—	アヒルの形をしたウレタン性のラケットを使用した室内ホッケー。	無料
		キャンプファイアー(大)		30~200 人	60~120 分	7 段組みのキャンプファイアー。屋外で一つの火を輪になって囲み、参加者の連帯感や親睦を深める。	5,142 円
		キャンプファイアー(小)		~30 人	60~90 分	5 段組みのキャンプファイアー。屋外で一つの火を輪になって囲み、参加者の連帯感や親睦を深める。	3,085 円
		キャンドルサービス		10~200 人	60~120 分	屋内でキャンドルの火を輪になって囲み、参加者の連帯感や親睦を深める。	3,085 円
		プロジェクトアドベンチャー		何人でも	—	課題解決をしながら協調性等を養う手法を取り入れたプログラム。実施については、プロジェクトアドベンチャーの指導者が在籍する団体のみ利用可能。	無料
		ブラインドサッカー		—	—	眼を閉じて行うサッカー。	無料
		シッティングバレーボール		—	—	座ったまま行うバレーボール。	無料
		おにごっこバトル		50 人程度	90~120 分	チームで戦う「陣取り鬼ごっこ」。	無料
	ペタンカリング	1 ゲーム 最大 12 人	—	ボールを投げ、「目標球」にどれだけ近づけるかを競う球技。	無料		
	団体・家族で実施可	施設内 オリエンテーリング	何人でも	90~120 分	施設内を回って問題を解く。施設をおぼえるための導入プログラムとしてもおすすめ。	無料	
		施設内(自然編) オリエンテーリング	何人でも	90~120 分	施設内オリエンテーリングの「自然編」。施設内を回って自然に関する問題を解く。	無料	
		コンパス オリエンテーリング	何人でも	120~150 分	ポイント・方位・縮尺のみが書かれた地図とコンパスを使って施設内を回る。	無料	
		写真で オリエンテーリング	何人でも	60~90 分	写真・地図・指令を参考に施設内を回りスタンプを押す。	無料	
		写真で(室内版) オリエンテーリング	何人でも	60~90 分	写真・地図・指令を参考に所内を回り、文字をみつけて一つの言葉になるようにする。	無料	
		すごろく オリエンテーリング	何人でも	60~90 分	地図とサイコロを使ってすごろくをしながら、施設内を回る。	無料	
		宇宙文字 オリエンテーリング	何人でも	60~90 分	所内を回り、宇宙文字を探しだし、暗号を解読していく。	無料	
		室内ビンゴ オリエンテーリング	何人でも	60~90 分	建物集積ゾーンにあるポイントを探す。一つのオリエンテーリングの中に、数字を集めるビンゴや言葉探しなどの複数の問題があり選択可能。	無料	
		ネイチャー オリエンテーリング	何人でも	90~120 分	ネイチャーゲームを盛り込んだオリエンテーリング。初級編・上級編があり、レベルによって選択可能。	無料	
フォトゲイニング		何人でも	120 分	時間内に、地図に記されたチェックポイントをできるだけ多く周り回り、戻ってくるプログラム。	無料		

		プログラム名	時期	人数	時間 (目安)	内容 (詳細はプログラムシート参照)	金額 (税込)	
施設利用		プラネットワーク	通年	何人でも	30分～	施設内に設置された惑星に関するクイズに答える。	無料	
		ネイチャーダンス!		何人でも	90～120分	自然の素材の中からテーマ(題材)を探して、それらを身体を使って表現する。	無料	
		展示室ビンゴ		何人でも	60分程度	自然環境学習センターの展示室を使ったビンゴ。	無料	
		谷津田の小さな物語		何人でも	20～30分	自然環境学習センターの展示室を使った、ミニ絵本オリエンテーリング。	無料	
		ファインディング アニマルラリー		何人でも	90～120分	施設内の地図を見ながら、所内に設置してある動物のイラストを探す。	無料	
		自然の家で隠れ鬼		何人でも	60～120分	野外活動ゾーン等のフィールドを使った隠れ鬼。	無料	
自然観察	団体・家族で実施可	ザリガニ釣り	4～10月	何人でも	90分程度	田んぼや池でザリガニを釣る。	102円	
		草花の遊び	春～秋	何人でも	90分程度	草花遊びシートを活用し、草花遊びを行う。	無料	
		谷津田クエスト	通年	何人でも	90～120分	谷津田(里やま)に暮らす生きものや植物、昔から伝わる遊び・知識などをクエスト(探求)するプログラム。	無料	
		ハンティングゲーム		何人でも	60分程度	田んぼゾーンに掲示してある生き物の絵や写真を探し、問題を解く。	無料	
		スターウォッチング (星座早見盤 Ver)		140人程度	—	星座早見盤を使って星空を観察する。	無料	
		スターウォッチング (私の星座 Ver)		60人程度	90～120分	星空に自分だけの星座を作る。	無料	
		ネイチャーゲーム		—	—	体験型環境教育を主眼としたプログラム。	無料	
		ネイチャービンゴ		何人でも	60～90分	自然観察を主眼としたビンゴカード。	無料	
		しぜんのかたち		3人以上	20～40分	自然の中のいろいろな形をさがすビンゴカード。	無料	
		カモフラージュ		20人程度まで	30～45分	フィールドに隠された人工物を探す。	無料	
		森の宝さがし		30人程度まで	30～45分	フィールドで指令書を基に自然の持つ魅力を宝探しする。	無料	
		サウンドマップ		何人でも	30～45分	音を絵に書く。	無料	
		マイクロハイク		何人でも	20～40分	虫の目線で足元を探検する。	無料	
		暗闇を照らせ		30人程度	30分	暗闇の中を忍び足で歩き、見張り役に気づかれないようにするゲーム。	無料	
		田んぼスタディ		春～秋	何人でも	90分程度	ふるさと田んぼゾーンに生息する動植物を観察する。	無料
		夕暮れウォッチング		通年	何人でも	60～90分	夕暮れ時に起こる周囲の変化を感じるプログラム。	無料
		森の宝箱	何人でも		60～90分	自然物を拾い集めた宝箱を作り、個人の感性を引き出す。グループワークとして取り入れることも可。	無料	
		ポプリ作り	クラフト室 席数 48		60～90分	自然のにおいに注目して、好きな植物をポプリにする。	102円	
		ナイトハイク	何人でも		60～120分	夜の暗闇の中を仲間と歩き、昼間とは違う自然の不思議を実感する。	無料	
		ハイキング(秋元牧場コース 往復約3.5km)	何人でも		2時間程度	秋元牧場を往復するショートハイキングコース。	無料	
		ハイキング(長生き展望台コース 往復約4.0km)	何人でも		2時間程度	長生ファームまでの往復コース。展望台からは房総の景色を見渡すことができる。	無料	
		ハイキング(権現の森コース 往復約6.5km)	何人でも		2～3時間	文化財である眼蔵寺の乳なし鐘の見学や権現森の自然に触れるコース。	無料	
		ハイキング(白幡神社コース 往復約6km)	何人でも		60～90分	長柄町に現存する史跡を巡るコース。	無料	
		ハイキング(長柄ダムコース 往復約8～km)	何人でも		コース選択による	長柄ダム(市津湖)には周遊コースや遊びのステーション、直売所などがある。	無料	
		お散歩ウォークラリー	何人でも		45～60分	コマ地図を見ながら、所内に設置されたチェックポイントを回る。	無料	

		プログラム名	時期	人数	時間 (目安)	内容 (詳細はプログラムシート参照)	金額 (税込)		
自然観察	団体・家族で実施可	ハイキング(長柄横穴群コース (往復約 10km))	通年	何人でも	4~6 時間	1300 年前に作られた横穴群の石室等を見学するロングハイキングコース。	無料		
		ハイキング(笠森観音コース (往復約 16km))		何人でも	6~8 時間	京都の清水を思わせる寺で、回廊からは房総の山々を見渡せる笠森観音へのロングハイキングコース。	無料		
		武峯神社ウォークラリー		何人でも	—	権現の森にある武峯神社までのハイキングコース(約 4km)内に設置されたチェックポイントを回る。	無料		
		秋元牧場ウォークラリー		何人でも	—	秋元牧場までのハイキングコース(約 3.5km)内に設置されたチェックポイントを回る。	無料		
				フォト俳句	視聴覚室 定員 200 人	120 分 ~	写真を撮り、撮った写真に俳句をのせて作品にする。	無料	
				バードウォッチング	何人でも	90 分 ~	自然の家周辺に生息する野鳥類を観察する。	無料	
				木の名探偵	何人でも	60 分	クイズを解いて、木の違いに気づく。	無料	
				自然の家の野鳥探索隊	何人でも	1 時間 程度	自然の家周辺に生息する鳥類を発見、観察する。	無料	
				泥んこ遊び	4~10 月	何人でも	60~90 分	「どろんこ田んぼ」でどろだらけになって遊ぶ。	無料
				水の微生物観察	春~初秋	実習室 席数 48 人	2~3 時間	ふるさと田んぼゾーンの水中に生息する微生物を採取、観察するプログラム。	無料
				権現の森自然観察会		5~30 人 程度	2~3 時間	全山自然林の権現の森を題材に、森のでき方を学習し、動植物を観察する。	要確認
				スターウォッチング (望遠鏡観察 Ver)		60 人程度	90 分	天体望遠鏡を使って、天体観測をする。	無料
				ムーンウォッチング		60 人程度	90 分	月の観察を中心に天体望遠鏡を使用して夜空の観察をする。	無料
	クラフト	団体のみ実施可		ナイトハント 猛獣/星座/妖怪 ver		何人でも	90~120 分	夜の暗闇を利用したプログラム。暗闇の中で懐中電灯を使いながら隠れたカードを探す。グループで協力しながら、夜の自然を体感する。	無料
箸置き●				クラフト室 席数 48	90 分程度	収集してきた小枝を小刀で削って作る。家族分を作ると実用的	無料		
竹の腕輪●				クラフト室 席数 48	60~90 分	輪切りの竹を使った腕輪作り。	154 円		
木のフォトスタンド●				クラフト室 席数 48	90~120 分	間伐材を切って作るフォトスタンド。思い出の写真を飾ることができる。	205 円		
自然のオブジェ●				クラフト室 席数 48	90~120 分	間伐材を切った輪切りに、自然物をホットボンドで飾る。個性あふれるオブジェ作り。	205 円		
竹のリース●				クラフト室 席数 48	90~120 分	竹に自然物を自由に飾り、作る、オリジナルリース。	205 円		
竹のストラップ●				クラフト室 席数 48	90~120 分	竹を輪切りにしてストラップを作る。	205 円		
プラ板キーホルダー				クラフト室 席数 48 等	60~90 分	プラ板に絵を書き、オープントスターで熱収縮させてキーホルダーを作る。	205 円		
アイロンビーズ				クラフト室 席数 48 等	60~90 分	ビーズで図案を作り、アイロンで固める。ボールチェーンをつければキーホルダーに。	205 円		
小枝のペン●				クラフト室 席数 48	90~120 分	小枝を小刀で削って世界に一つのボールペンを作る。	205 円		
小枝の鉛筆●				クラフト室 席数 48	90~120 分	小枝を小刀で削って鉛筆を作る。	205 円		
木のマグネット●				クラフト室 席数 48	90~120 分	間伐材の輪切りでマグネットを作る。	205 円		
焼き板				1 かまど 8~12 人	120 分	杉板の表面を焦がし、たわしで磨いてオリジナルの看板を作る。装飾すれば表札などとして使える。	308 円		

		プログラム名	時期	人数	時間 (目安)	内容 (詳細はプログラムシート参照)	金額
クラフト	団体のみ実施可	木のネームプレート●	通年	クラフト室 席数 48	90～120分	間伐材を台座にして、細枝をボンドで貼り付けてネームプレートを作る。	308 円
		竹の水鉄砲●		クラフト室 実習室他	90～120分	竹を素材に水鉄砲を作る。製作後は水鉄砲を使って遊ぶことも可能。	350 円
		竹の万華鏡●		クラフト室 席数 48	60～90分	竹とビーズを使って野外散策用の万華鏡を作る。	350 円
		小枝のマイスプーン●		クラフト室 席数 48	90～120分	小枝を軸にして、その先にスプーンヘッドを差し込んで作る。	350 円
		ウイングブレード●		クラフト室 実習室他	90～120分	発泡スチロールを羽の形に切り、張り合わせ、大空を舞う羽「ウイングブレード」を作る。製作後はプレイホールで飛ばす。	350 円
		葉っぱスタンプで バンダナ		クラフト室 実習室他	120～150分	葉っぱを採取し、ハンカチに絵の具で葉っぱスタンプを押し、オリジナルのバンダナを作る。	350 円
		木の回し絵コマ●		クラフト室 席数 48	90～120分	間伐材を切り、絵を書いて、回し絵コマを作る。	205 円
		木の鉛筆立て●		クラフト室 席数 48	90～120分	間伐材を切り、穴を開けて、鉛筆立てを作る。	205 円
	団体・家族で実施可	思い出の板はがき	クラフト室 実習室他	60～90分	木の板の絵葉書を作る。(切手持込により発送可)	100 円	
		竹のハーモニカ	クラフト室 席数 48	30～60分	竹の間にリボンを挟んで音の出る楽器を作る。完成したら、フィールドへ。リボンを葉っぱに替えて、音を出す。葉っぱの違いで音はどう変わる？	154 円	
		草花の絵はがき	クラフト室 席数 48	60分程度	好きな草花を押し花にして特製はがきを作る。	154 円	
		ガッツアイ	クラフト室 実習室他	60～90分	拾った小枝に毛糸を巻いていくネイティブアメリカンのお守り。	154 円	
		草花のしおり	クラフト室 席数 48	60～90分	好きな草花を採取し、ラミネートしてオリジナルのしおりを作る。	205 円	
		ハガキを 立体地形図にして	クラフト室 席数 48	90～120分	板目用紙を切り、立体地形図を作る。	205 円	
		ミルクハット	クラフト室 実習室他	60～90分	コーヒーマルクの空き容器にひもやビーズをつけ、帽子型の飾りを作る。	205 円	
		エコデゴイ コガモちゃん	クラフト室 実習室	90～120分	カモのデゴイへ彩色する。	205 円	
		羊毛ボールストラップ	クラフト室 実習室	60～90分	羊毛を石鹸水丸めて、糸と針で縫って3連だんご状のストラップを作る。	205 円	
		木のコースター●	クラフト室 実習室他	60～120分	間伐材を使って、木の輪切りのコースターを作る。ポスカで色付けして個性あふれる作品に。	205 円	
		木のペンダント●	クラフト室 実習室他	60～120分	間伐材を使った木の輪切りのペンダントを作る。ポスカで色付けして個性あふれる「名札」代わりに。	205 円	
		まが玉 ※屋外実施	何人でも	90～120分	ろう石を紙ヤスリで自由な形に削り、オリジナルのまが玉を作ろう。	350 円	
小枝のミニモップ	クラフト室 実習室他	60～90分	拾った小枝に、巻いた毛糸を縛りつけて作るミニモップ。	205 円			

		プログラム名	時期	人数	時間 (目安)	内容 (詳細はプログラムシート参照)	金額 (税込)
食育	団体のみ 実施可	バウムクーヘン作り※	通年	何人でも	90～120分	竹を芯に使い、生地を一層一層重ね、バウムクーヘンを作る。	650円 (4人分)
	団体・家族で 実施可	飯ごう蒸しケーキ※		何人でも	60～90分	ご飯を炊く道具というイメージの飯ごうを蒸し器として使い、蒸しケーキを作る。	550円 (8人分)
		うどん打ち※		何人でも	2～3時間	手打ちうどんにチャレンジする。	1,450円 (4人分)
		スモアーズ※		何人でも	60分	焼いたマシュマロとチョコをクラッカーにはさんだアウトドアデザート。おやつに最適。	1,028円 (10人分)
		ぐるぐる棒巻パン※		何人でも	60分	棒に生地を巻き火であぶって おやつパンを作る。	550円 (4人分)
		ヨモギ白玉団子※		4～5月中旬	何人でも	90～120分	採取したヨモギの若葉を使って作る「草団子」。春限定の食育プログラム。
	フルーツ白玉※	通年	何人でも	60分程度	お湯を沸かして白玉団子を作り、フルーツと一緒に盛り付ける。	960円 (4人分)	
	ゆでるケーキ！？※		何人でも	60～90分	生地を鍋で茹でて作る簡単なケーキ。	1,028円 (8人分)	
	野外炊飯※		何人でも	3～4時間	メニューは39～40頁参照	資料2、3 参照	
	飯ごうの使い方(飯ごうでごはんを炊く)		何人でも	60～90分	飯ごうの取り扱いを知り、水加減や火加減を調整しながらごはんを炊く。	資料2、3 参照	
野外活動	団体・家族で 実施可	火付け	何人でも	20分	野外炊飯で重要となる火付けを学ぶ。	薪:514円/束	
		ホットドッグの作り方	何人でも	90～120分	「野外炊飯メニュー:ホットドッグ」の作り方メニューは39頁参照	-	
		チャレンジカード	何人でも	—	自然体験等を通して子どもの発見を引き出す。	無料	
		食育バランスシート	何人でも	—	豊かな食生活について考える。	無料	
その他	団体のみ 実施可	振り返りタイム	何人でも	30分～2時間	活動の振り返りをまとめるプログラム。	無料	
		自然の家 百人一首を作ろう	何人でも	2時間	自然の家での出来事や思い出を短歌にする。	無料	

【クライミングウォール指導者養成講座について】

自然の家では、クライミングウォールの安全でより良い指導を目指した、指導者養成講座を開催しています。使用を希望する少年団体の指導者は、クライミングウォール指導者養成講座に参加してください。詳しくは、ホームページの「イベント情報」をご参照ください。

【秋元牧場の利用について】

少年団体が利用する場合、事前申請が必要です。また、現地でアイスクリーム(コーン¥150、カップ¥200)を購入することができます。「秋元牧場利用申請書」にご記入の上、秋元牧場に直接 FAX にて注文してください。(詳細は、ホームページに掲載したプログラムシートを参照ください。)

※当日のキャンセルはできません。発注したものは必ず秋元牧場へ受取りに行ってください。

※家族は直接秋元牧場で購入できるので、事前申請の必要はありません。