

ネイチャーオリエンテーリング

プログラムの概要・ねらい

ネイチャーゲームを盛り込んだオリエンテーリング。グループで指示に従いながら施設内を回り、自然に目を向けられるような内容になっている。また、初級編・上級編（学校・団体のみ）がある。上級編は、事前準備が必要となる。グループごとに行うことによって、コミュニケーションを取りながら、結束を高めることができる。

場所	施設内全域 (屋外)	
時間	1時間30分～ 2時間	
値段	無料	
季節	年間	
人数	何人でも	
準備物	<p>【利用者】問題用紙、解答用紙、筆記用具、季節に合わせた服装、救急用品（クリップボードがあると便利）</p> <p>【自然の家】（初級編）なし （上級編）※学校、団体のみ 聴診器、森の色合せカード、虫眼鏡、カモフラージュ用セット ※数量は要確認</p>	

①準備

事前に問題用紙、解答用紙を必要数次ページより印刷しておく。（カラー印刷が望ましい）

※自然の家で印刷を希望する場合は、料金が発生する。

（上級編）※学校、団体のみ

サービスセンター受付で必要備品を受け取る。必要なポイントに指導者を配置し、事前に備品を配布しておく。

②実施の流れ

【時間】

0:00

全体へ実施方法を説明

集合場所・時間を確認する。

問題用紙の赤字タイトルはプログラムシート「ネイチャーゲーム」を参照とする。

〔ルール〕

- ・必ずグループ全員で行動する。
- ・地図内に口で示した場所に看板（「すごろくオリエンテーリング」の看板）^②があるので、その場所に止まり全員で指示に従う。
- ・色が付いているポイントは指導者の配置が必要。担当の指導者は、事前にポイントの問題を確認しておく。（初級編 1人 上級編 2人）

0:10

問題用紙をもとに、グループごとに施設内を回る。



1:30

集合・答え合わせ

グループや全体で感想を話し合う

2:00

終了

※宿泊棟・食堂（レストラン森の木）・大浴場内には入れない。また、プログラムで他の利用者が使用している施設には、入らないように指導する。

※注意が必要な動植物があるので確認し、スズメバチや毒ヘビ等に遭遇した場合の注意を徹底する。（別紙 注意が必要な動植物参照）

ネイチャーゲーム 同じものを見つけよう（写真①）

ネイチャーゲーム 目かくしトレイル（写真②）

ネイチャーゲーム ミクロハイク（写真③）

ネイチャーゲーム カモフラージュ（写真④）

①



②



③



④



③後片付け

（上級編）※学校、団体のみ

使用した備品を回収する。数量を確認し、サービスセンター受付に返却する。



⑥ 森の宝探し
 もりのたからさがし
 み
 見つけよう
 おと もの
 ・音のする物
 うらめん
 裏面へ→

⑤ 空を見よう!
 いま くも かたち
 今の雲の形は
 かたち
 どんな形?
 うらめん
 裏面へ→

③ 周辺から探しだそう
 しゅうへん さが
 あお
 ・青いもの
 み
 見つけられたら次へ
 うらめん
 裏面へ→

① グループ全員の
 か こえ き
 掛け声を決める
 き あい い
 気合を入れたらスタート!

④ 自然のかたち
 しぜん
 自然の中から
 しぜん なか
 △の物を見つ
 けよう
 うらめん
 裏面へ→

② グループ全員で
 ひともじ つく
 人文字を作ろう!
 かな ひらがな 漢字
 なん
 何でもOK

⑬ スタートで決めた
 か こえ
 掛け声をみんなで
 かけてゴール!!

⑦ 目をすませて、まわり
 から聞こえる音を感じ
 よう!グループ全員が、
 3種類の音が聞こえた
 ら次のポイントへ
 うらめん
 裏面へ→

⑧ 自然のかたち
 しぜん なか
 自然の中から
 □の物を見つけよう
 うらめん
 裏面へ→

⑨ 田んぼを1周し
 生き物を見つ
 けよう
 うらめん
 裏面へ→

⑩ 周辺から探しだそう
 しゅうへん さが
 あか
 ・赤いもの
 み
 見つけられたら次へ

⑮ 全員で手をつなぎ
 ⑯の看板まで歩こう

★ネイチャー オリエンテーリング (初級編)★

⑪ 周りにある木の中か
 ら、好きな木を見つ
 けよう!
 その木になりきって
 ポーズをとってみよう。
 30秒数えたら次へ

⑫ ここから⑬の看板ま
 で
 列車になるよ。先頭の人
 を
 決めたら、ゆっくりと歩
 いて
 移動しよう。先頭の人以
 外
 は目を閉じて、足の裏の
 感覚を研ぎ澄まそう

⑬ 森の宝探し
 もりのたからさがし
 み
 見つけよう
 ・トゲトゲするもの

⑭ 川柳を作ろう!
 五・七・五
 ※グループで一つ作成裏面へ→

⑰ 季節を感じる!

ネイチャーオリエンテーリング (初級編) 解答用紙

ち す か しれい した しぜん いえ たんけん
地図に書いてある司令に従って、自然の家を探検しよう！

- ① 番号順に進み、ポイントに着いたら、その場所で司令に チャレンジします
ばんごうじゆん すす つ ばしよ しれい
- ② 全てのポイントをクリアし、ゴールを目指してください
すべ しれい めざ
- ③ 必ずグループ全員で行動します！一人だけ先に行ったり、遅れるのはダメですよ。
かなら ぜんいん こうどう ひとり さき い おく
- ④ 草むらの中、ルート以外の場所には入らないでね
くさ なか いがい ばしよ はい

ごかん しぜん
五感を使って自然を
かん
感じよう！

せんりゆう
⑬ 川柳

しゅうへん さが
③ 周辺から探したそう
なに み か
何を見つけたか書いてみよう！

• 青いもの→

しゆるい おと
⑦ 3種類の音 どんな音かな？書いてみよう！
おと か

しぜん かたち
④ 自然の形 何を見つけたか書いてみよう！
なに み か

さんかく
• 三角のもの→

しぜん かたち
⑧ 自然の形 何を見つけたか書いてみよう！
なに み か

しかく
• 四角のもの→

た い もの
⑨ 田んぼの生き物
なに み
何を見つけたかな？

いま くも かたち
⑤ 今の雲の形

しゅうへん さが
⑩ 周辺から探したそう
なに み か
何を見つけたか書いてみよう！

あか
• 赤いもの→

もり さが
⑥ 森のたから探し
なに み か
何を見つけたか書いてみよう！

おと
• 音のするもの→

もり さが
⑬ 森のたから探し 何を見つけたか書いてみよう！
なに み か

• トゲトゲのもの→





⑥ 森の宝探し
おと・音のする物
例) ナズナなど

⑤ 空を見よう!
いまくもかたち
今の雲の形は
どんな形?

③ 周辺から探したそう
あお・青いもの
例) スミシなど

④ 自然のかたち
正しい三角形でなくてもよい。拾える物は拾っても良い。拾えないものは、何だったかを発表する

② 人文字を作ろう!
グループの全員でその文字が作られていればOK。文字でもよい。指導者が判断できればOK

① 掛け声
難しいようであれば、「わっしょい!」「レッツゴー!」など、ヒントを出してあげる

⑦ 耳を済ませる
例) 車の音
人の話し声
鳥の鳴き声 など
※どんな声だった? など聞いてみるとおもしろい

⑧ 自然のかたち
正しい四角形でなくてもよい。拾える物は拾っても良い。拾えないものは、何だったかを発表する
例) 葉、枝など

⑨ 田んぼを1周
おたまじゃくし
とんぼ
カエル など

⑩ 周辺から探したそう
あか・赤いもの
例) 木の実、花、

⑪ 全員が好きな水を見つけ、その水になりきっていればOK
何で、その水を選んだのかを発表するとおもしろい

⑫ 目かくし歩き
ゆっくり歩くこと
ふざけないで行うことなどを事前に指導する

⑬ 森の宝探し
見つけよう
トゲトゲするもの
オナモミ など

⑬ 掛け声
きちんと全員で声を揃えられたらOK
※なんでも良いが、何でその掛け声にしたかを発表するとおもしろい

⑮ 全員で手をつなぎ
⑯の看板まで歩こう

⑭ 川柳を作ろう!
五・七・五
※グループで一つ作成
裏面へどうぞ♪

★ネイチャー オリエンテーリング (初級編) 解答

季節を感じる!



⑥水の鼓動
 ちょうしんき き こだう
 聴診器で木の鼓動
 き
 を聞いてみよう!
 うらめん
 裏面へ→

④ここから⑤の看板までおしゃべり
 かんばん
 禁止!自然の音に耳を傾けよう

③森の宝探し
 もりのたからさがし
 み つぎ
 見つけられたら次へ
 おと もの
 ・音のする物
 もの
 ・トゲトゲの物
 うらめん
 裏面へ→

①グループ全員の
 ぜんいん
 か こえ き
 掛け声を決める
 き あい い
 気合を入れたらスタート!

⑤木のシルエット
 なか たひよう
 グループの中で代表
 ひとり き たひよう
 を一人決める。代表
 ひと まね き
 の人が真似した木を
 あ
 みんなで当ててみよう

②自然のかたち
 しぜん なか
 自然の中から
 さんかく もの み
 △の物を見つけよう
 うらめん
 裏面へ→

⑨田んぼを1周し
 た しゅう
 生き物を見つけよう
 い もの み
 見つけられたら、次へ

⑬スタートで決めた
 き
 か こえ
 掛け声をみんなで
 かけてゴール!!

⑦ネイチャートレイル
 たていちれつ
 グループで縦一列になり、
 せんとう ひと つづ
 先頭の人に続いて次の
 あら かんばん
 看板まで歩こう。先頭の
 ひと いがい め と あし
 人以外は目を閉じて、足の
 うら かんかく と す
 裏の感覚を研ぎ澄まそう

⑧サウンドマップ
 おと ぜん
 聞こえた音を何でもよい
 え あらわ
 ので絵に表してみよう!
 うらめん
 裏面へ→

⑩同じものを見つ
 よう
 けよう
 指定された自然物と
 おな しぜんぶつ さが
 同じ自然物を探そう

⑪ミクロハイク
 おし
 虫メガネでミクロの
 せかい
 世界をのぞいてみよう
 き じめん
 木や地面に近づいて
 かんさつ
 観察して新しい発見
 をしよう
 うらめん
 裏面へ→

⑮全員で手をつなぎ
 ぜんいん て
 かんばん
 ⑯の看板まで歩く

⑫カモフラージュ
 しぜん なか かく
 自然の中に隠れている
 じんこうぶつ さが
 人工物を探せ!
 うらめん
 裏面へ→

⑬季節を感じる!
 きせつ かん
 季節を感じる!

⑬川柳を作ろう!
 せんりゅう つく
 五・七・五
 ※グループで一つ作成
 うらめん
 裏面へ→

⑭森の色あわせ
 おな いろ しぜんぶつ さが
 カードと同じ色の自然物を探そう!
 うらめん
 裏面へ→

★ネイチャー
 オリエンテーリング
 (上級編)★

ネイチャーオリエンテーリング (上級編) 解答用紙

ちすか しれい した しぜん いえ たんけん
地図に書いてある司令に従って、自然の家を探検しよう！

- ばんごうじゆん すす つ ばしよ しれい
①番号順に進み、ポイントに着いたら、その場所で司令に チャレンジします
すべ しれい めざ
②全てのをポイントの司令をクリアーし、ゴールを目指してください
かなら ぜんいん こうどう ひとり さき い おく
③必ずグループ全員で行動します！一人だけ先に行ったり、遅れるのはダメですよ。
くさ なか いがい ばしよ はい
④草むらの中、ルート以外の場所には入らないでね

ごかん しぜん
五感を使って自然を
かん
感じよう！

せんりゆう
⑬川柳

しぜん かたち
②自然の形
なに み か
何を見つけたか書いてみよう！

- 三角のもの→

⑧サウンドマップ

もり さが
③森のたから探し
なに み か
何を見つけたか書いてみよう！

- 音のするもの→
- トゲトゲのもの→

き こうどう
⑥木の鼓動
おと
どんな音がしたかな？

た い もの
⑨田んぼの生き物
なに み
何を見つけたかな？

⑪マイクロハイク
み もの か
見つけた物を書いてみよう！

⑫カモフラージュ
み もの か
見つけた物を書いてみよう！

もり いろ あ
⑭森の色合せ
なんこみ
何個見つけられたかな？
こ
個





⑥水の鼓動
聴診器をグループに1つ配布しておく。全員が音を聞くことができればOK

④ここから⑤の看板までおしゃべり禁止!自然の音に耳を傾けよう

③森の宝探し
ものたからさがし
みつけられたら次へ
・音のする物→ナズナなど
・トゲトゲの物→オナモミなど

スタート
①掛け声
難しいようであれば、「わっしょい!」「レッツゴー!」など、ヒントを出してあげる

⑤木のシルエット
好きな木を見つけ、代表の人が真似している木のシルエットを当てることができればOK


⑨田んぼを1周
何を見つられたかを発表するとおもしろい
例)カエル、オタマジャクシなど

②自然のかたち
正しい三角形でなくてもよい。拾える物は拾ってもよい。拾えないものは、何だったかを発表する

ゴール
⑬掛け声
きちんと全員で声を揃えられたらOK
※なんでも良いが、何でその掛け声にしたかを発表するとおもしろい


⑦ネイチャートレイル
視覚に頼らず、歩いてみる体験。
先頭の人に続き、ゆっくり歩くよう指導する

⑧サウンドマップ
聞こえた音を何でもよいので絵に表してみよう



例) 風の声

⑩同じものを見つけよう
⑩の看板周辺で事前に葉や実を拾っておく。同じものを探し出すことができればOK




⑪ミクロハイク
虫眼鏡をグループに1つ配布しておく。虫メガネで地面や樹木に近づいて観察する。何を見つられたかを発表するとおもしろい。
例) アリの巣、昆虫の糞など

⑫カモフラージュ
決めた範囲の中に、事前に人工物を隠す事が必要

季節を感じる!
⑬川柳を作る!
作った川柳を発表しようとおもしろい

⑮全員で手をつなぎ
⑯の看板まで歩く



⑭森の色あわせ
森の色合せカードをグループに1枚配布しておく
・何個見つられたか
・見つけた物はどんな物
だったかなどを発表するとおもしろい

★ネイチャーオリエンテーリング(上級編)解答★

