

体験の種類	プログラム名	アクティビティ集	季節				フィールド				所要時間	人数 (目)	雨天催行	必要な物品（主なもの）		
			春	夏	秋	冬	室内	炊事棟	森	川				施設 周辺	センターで用意	学校・各自で用意
1	自然観察	動物の痕跡探し		○	○	○				○	○	1～2時間	～20	○	図鑑など	
2	自然観察	歴史調査	歴史①	○	○	○	△			○	○	1～2時間	～20	△ 要相談	歴史資料	
3	自然観察	樹木観察・調査		○	○	○	△			○	○	1～2時間	～20	△ 要相談	図鑑、ルーペなど	
4	自然観察	植物観察・調査		○	○	○	△			○	○	1～2時間	～20	△ 要相談	図鑑、ルーペなど	
5	自然観察	生き物探し		○	○	○				○	○	1～2時間	～20	△ 要相談	図鑑、ルーペなど	
6	自然観察	野鳥観察		○	○	○	△			○	○	1～2時間	～20	×	図鑑、双眼鏡※数に限り有	図鑑、双眼鏡
7	生活体験	木の実・種集め&苗づくり				○					○	2時間	～20	△ 要相談	図鑑、ショベル	入れ物、図鑑
8	自然観察	ネイチャーウォークラリー	自然②	○	○	○				○	○	1.5～2時間	大人数 対応可	○	道具一式	雨具、飲み物、筆記用具、生活科バッグ
9	自然観察	ネイチャービンゴ	自然③	○	○	○				○	○	1～2時間	～20	○	道具一式	筆記用具、生活科バッグ
10	自然観察	ネイチャーゲーム・生き物講座	自然④	○	○	○	○			○	○	1時間	～60	○	道具一式	
11	自然観察	ナイトハイキング	自然⑤	○	○	○				○	○	1時間程度	～20	×	指導者用ヘッドランプ（貸出用）	懐中電灯
12	自然体験	たき火おこし（たき火選手権）	自然⑥	○	○	○		○			○	1時間	大人数 対応可	△ 要相談	薪（有料）、U字溝、火ばさみ、道具一式	マッチ、新聞紙、うちわ、軍手
13	自然体験	MTB（マウンテンバイク）・林道ツアー	自然⑧	○	○	○				○	○	1～1.5時間	～20	△ 要相談	MTB、ヘルメット ※MTBの台数に制限あり	軍手、雨具、飲み物
14	自然観察	鉱石探し	自然①	○	○	○	○			○	○	1～1.5時間	～20	○	図鑑、ルーペ、顕微鏡、鉱石ハンマー、ゴーグル	飲み物、軍手、ゴーグル（あれば）
15	自然観察	水晶探し			○						○	1時間	～20	△ 要相談	ハンマー、ゴーグル、箱メガネ	濡れてもいい服・靴、着替え
16	自然体験	フットパスハイキング	自然⑨	○	○	○	○			○	○	1.5～2時間	～20	○	FA、歴史の写真（発電所）	帽子、雨具、飲み物
17	自然体験	リパートレッキング （川の中を歩き、目的地を目指す）	川①		○						○	1.5～2時間	～20	△ 要相談	PF（貸出）、ヘルメット（貸出）、スローロープ、あたたかい湯（緊急用）	ぬれてもよい服装・運動靴、着替え、軍手、コップ、雨具、リュック（飲み物、昼食、タオル）
18	自然観察	水生昆虫探し	川②		○						○	1時間	～30	△ 要相談	PF（貸出）、ヘルメット（貸出）、網、箱眼鏡、水槽・バケツ、観察用バット（白）水生昆虫解説下敷き	ぬれてもよい服装・運動靴、着替え、軍手、コップ、リュック（飲み物、昼食、タオル）
19	自然観察	流れる水のはたらきの実験（ピコピカ）	川③	○	○	○					○	1.5～2時間	～20	○	じょうろ、バケツ、移植ごて、普段時の川の写真、ピコピカ	メモ帳
20	自然体験	じゃぶじゃぶ池遊びと雨の日のネイチャーゲーム	川④		○						○	1.5～2時間	～60	○	PF（貸出）、ヘルメット（貸出）、カヤック、パドル、ドラム缶風呂（要望があれば）、道具一式	ぬれてもよい服装・運動靴、着替え、軍手、コップ
21	自然体験	川遊び			○						○	1.5時間	～30	△ 要相談	ヘルメット、ライフジャケット	濡れてもいい服・靴、着替え、飲み物
22	自然体験	クライミング		○	○	○	△				○	2時間	～10	△ 要相談	クライミングギヤー一式	

体験の種類	プログラム名	アクティビティ集	季節				フィールド				所要時間	人数 (目)	雨天催行	必要な物品（主なもの）		
			春	夏	秋	冬	室内	炊事棟	森	川				施設 周辺	センターで用意	学校・各自で用意
23	自然体験	焚き火でアウトドッキング	○	○	○	○		○			○	3時間	～30	△要相談	薪、焚き付け、新聞紙、半ドラム、外用鍋、調理道具、	雨具、飲み物、軍手、皮手袋、材料、食器
24	自然体験	焚き火ストーブで蒸し物作り（水の性質）				○		○			○	3時間	～20	△要相談	薪、焚き付け、新聞紙、半ドラム、薪ストーブ、外用鍋、調理道具、	雨具、飲み物、軍手、皮手袋、材料、食器
25	自然体験	たき火でドラム缶風呂		○							○	1時間	～20	○	薪、ドラム缶、ブロック	軍手、マッチ、新聞紙、うちわ、着替え、タオル ※炭持参でも可
26	防災体験	暖を取る（伝導、対流、熱放射、昇化）	○	○	○	○					○	1時間	～20	○	エマージェンシーシート、毛布、シャツ、	
27	生活体験	石窯ピザづくり	○	○	○	○	○					4時間 ※窯を暖める2時間 ピザづくり30	～20	○	薪（有料）	軍手・皮手袋、マッチ・ライター・チャッカマン、新聞紙、うちわ、火ばさみ、食材など ※炭持参でも可
28	生活体験	たき火でダッチオープン料理	○	○	○	○	△	○				2時間 ※火おこし、おきづくり：1時間	～20	○	ダッチオープン（有料）、薪（有料）	軍手・皮手袋、マッチ・ライター・チャッカマン、新聞紙、うちわ、火ばさみ ※炭持参でも可
29	防災体験	焚き火（非常食づくり）	○	○	○	○					○	1時間	～20	○	薪、焚き付け、新聞紙、半ドラム、外用鍋、調理道具、	調理具材（要相談）
30	生活体験	ヨモギ摘み&ヨモギ団子づくり	○				○				○	1.5時間	～20	○	調理キット	軍手、白玉粉などだんごをつくる材料
31	生活体験	山菜を探し、山菜料理	○				△	○	○		○	2時間	～20	△要相談	※フライパンは要相談	調味料、ナイフ
32	生活体験	クマザサ茶・野草茶づくり	自然㊸	○	○	△	○	○			○	1時間	～20	○	外用調理器具一式	軍手、ナイロン袋、はさみ
33	生活体験	かまどでご飯	○	○	○	○					○	1.5時間	～10	○	お釜、しゃもじ、薪（有料）	米、食器、ラップ
34	自然体験	木工クラフト（箸づくり）	クラフト①	○	○	○	○				○	1.5～2時間	～20	○	材料キット有（有料）、紙ヤスリ、焼きペン	枝などの材料、紙やすり、クラフトナイフ、軍手
35	自然体験	木工クラフト（フォトフレーム）	クラフト②	○	○	○	○				○	1～1.5時間	～20	○	材料キット有（有料）	クラフト材料（枝、松ぼっくり、ドングリ、木の実など）段ボール用紙、グルーガンの芯、ボンド、油性マジック
36	自然体験	木工クラフト（木のメダル）	クラフト③	○	○	○	○				○	0.5～1時間	～20	○	材料キット有（有料）	ひも、枝などの材料、紙やすり油性マジック
37	自然観察	鉱石アクセサリーづくり	クラフト④	○	○	○					○	1時間	～30	○	※材料キット販売可	針金、ビーズ、紐、ペンチ
38	自然体験	草木染め	自然㊸	○	○	○	○				○	1.5時間	～20	○	草木染用のなべ、 Tong、ピー玉、ボウル	染める布、みょうばん、輪ゴム、割りばし
39	自然体験	チームビルディング	チーム①	○	○	○	○					1時間	～60	○	ブルーシート、バケツ、ボール、鍋の蓋、巻き尺	
40	防災体験	テント張り＆ロープワーク～居場所づくり		○	○	○					○	2時間	～20	△要相談	ロープ、タープ、テント	
41	生活体験	雪を利用して、居場所作り（テーブル）とたき火									○	3時間半	～20		スコップ、そり、薪、焚き付け、新聞紙、焚き火台	防寒具、飲み物、食器
42	生活体験	五右衛門風呂焚き		○	○	○	○				○	1時間	～20	×	バケツ、薪、焚き付け、新聞紙	軍手
43	防災体験	バケツリレーで足湯や五右衛門風呂をわかそう		○	○	○					○	2時間	～20		バケツ、薪、焚き付け、新聞紙	
44	自然観察	アニマルトラッキング	雪①				○				○	1.5～2時間	～20		足あとカード	

体験の種類	プログラム名	アクティビティ集	季節				フィールド					所要時間	人数 (目)	雨天催行	必要な物品（主なもの）		
			春	夏	秋	冬	室内	炊事棟	森	川	施設 周辺				センターで用意	学校・各自で用意	
45	自然観察	スノーランタンづくり（雪の性質）				○						○	1.5～2時間	大人数 対応可		バケツ、スコップ、ライター	バケツ、一升瓶、スコップ、キャンドル
46	自然観察	雪の造形遊び（雪の性質）				○						○	1.5～2時間	大人数 対応可		スコップ、バケツ	スコップ、バケツ
47	自然観察	雪を利用してアイスクリームづくり（雪の性質）				○	△					○	1時間	大人数 対応可			アイスづくり用の缶（ミルク缶、茶筒など）、ガムテープ、アイスの原料、塩
48	自然体験	歩くスキー				○						○	1.5～2時間	～15		歩くスキー、ストック、スキー靴（有料）	飲み物、行動食
49	自然体験	つつるリンクホッケー				○						○	30分～1時間	1試合6 対6		ヘルメット、スティック、パック、ゴール	
50	自然体験	森の中でソリあそび				○						○	1時間	～20		ソリ	ソリ
51	自然体験	スノーシューハイキング				○						○	2時間	～20		スノーシュー（有料）、かんじき	暖かい服装、飲み物、行動食
52	自然体験	雪遊び				○						○	1～2時間	～30		雪遊び道具	
53	生活体験	枝払い・つつる伐り				○						○	1～2時間	～20	×	剪定ばさみ、のこぎり、ヘルメット	
54	生活体験	炭づくり	生活①	○	○	○	○		○				2時間	～20	○	缶、薪（有料）、炭用の木	針金、アルミ箔、軍手・皮手袋、マッチ・ライター・チャッカマン、新聞紙、うちわ、火ばさみ
55	生活体験	山で柴刈り	生活②	○	○	○	○					○	1時間	～30	△ 要相談		軍手・皮手袋
56	生活体験	遊歩道整備		○	○	○						○	1～2時間	～20	×	かけや、のこぎり、剪定ばさみ	軍手
57	生活体験	田んぼ・畑の手入れ		○	○							○	1時間	～20	×		軍手
58	生活体験	下草刈り		○	○							○	1～2時間	～20	×	剪定ばさみ	
59	生活体験	植樹		○								○	1～2時間	～30	△ 要相談	※スコップは要相談	汚れてもいい服装、軍手、長ぐつ、スコップ
60	生活体験	しめ縄づくり				○	○	○					1時間	～20	○		しめ縄かざり
61	自然観察	星空観察		○	○	○	○					○	1時間	～20	×	ライト、星座早見盤、銀マット	