

4 研修の計画

4-1 研修プログラムの考え方

4-1-1 作成手順

①対象者・人数・日程を決める。

年齢や構成メンバーの関係により、ねらいも変わります。活動できる時間も確認してください。

②ねらい（目的）を明確にする。

活動を通して学んでほしいことや感じてほしいことを明確にしてください。活動そのものは手段です。

③ねらいに沿った活動を決める。

当施設の活動プログラムはP10～19をご参照ください。団体独自の活動を実施しても大丈夫です。

④研修施設や備品を確認する。

研修施設の収容人数や設備・備品などを確認してください。当施設で購入・貸出できる備品もあります。

⑤プログラムの試行・検証・修正を行う。

実地踏査などで、代表者の方も体験していただくと、ねらいの達成により近づきます。

※ ③ ④ ⑤に関して、体験活動研修会・事前打ち合わせ・実地踏査をぜひ行ってください。

*安全かつ効果的な活動となるには重要です。

*事前打ち合わせは、お電話での予約制です。

*事前打ち合わせ時に当施設職員が、施設利用のルールや活動プログラムについてご案内します。

*プログラムの作成方法や指導方法などのご相談もお受けします。

4-1-2 ねらいに沿った活動例

①自然とのふれあいをねらいとした活動例

→登山・オリエンテーリング・星空観察など

②達成感や感動などをねらいとした活動例

→登山・キャンプファイヤー・キャンドルファイヤーなど

③仲間作りや協働をねらいとした活動例

→登山・オリエンテーリング・野外炊事など

4-1-3 留意点

①活動の組み合わせは、「一連の流れ」があると良いです。

②過密なプログラムを避け、ゆとりのあるプログラムを計画してください。

(午前・午後・夜にそれぞれ一つずつ)

③体力的にハードなものや創作活動などのソフトなものを組み合わせることも効果的です。

(例：午前：オリエンテーリング 午後：スーパー竹とんぼ 夜：キャンプファイヤー)

④野外活動は天候に左右されますので、雨天時（荒天）の代替プログラムを計画してください。

⑤各活動に、ふり返りの時間を設けると、学びや気づきを定着させる効果があります。

4-1-4 参加者への指導

当施設では、原則として参加者への指導は、団体の指導者に行っていただいております。ご希望があれば、プログラムについて、当施設職員から参加者へ説明することもできます。事前打ち合わせなどの際にご相談ください。

【参加者への事前指導】

- ・活動のねらいやプログラムの内容を参加者に周知することで参加意欲を高めることができます。
- ・当施設利用のルールや標準生活時間などを、あらかじめ参加者へ指導してください。
- ・安全管理や体調管理を万全にして、体験活動に臨むように指導してください。

4-2 活動時の安全管理と活動中止基準

体験活動は、常に危険と隣り合わせの状況で展開されます。

以下のチェックポイントに留意しながら、万全の安全対策のもと活動を展開してください。

4-2-1 安全管理上の留意点

(1) 活動計画作成時

- 対象者の経験や発達段階に応じたゆとりのあるプログラムか 季節や時間を考慮した計画か
- 実地踏査を行ったか 指導者や引率者の役割分担が明確か

(2) 活動を始める前

- 参加者の健康状態（検温等）をしっかりと把握したか 装備や準備が万全か
- 気象情報を確認したか 登山を行う場合は「登山実施届」を提出したか
- 緊急時の連絡手段を携帯しているか
 - ※事務室でのトランシーバー貸し出し可。ただし、1台につき単三電池3本必要。
- 危険な生物（熊、スズメバチ、ヘビなど）などの知識を事前に確認し、指導を行ったか

(3) 活動中

- 参加者の体調や様子に目を配り、指導をしているか
- 活動用具の使用方法に誤りはなにか

(4) 活動終了時

- 参加者全員の安全確認を行ったか 活動が終了したことを事務室に報告したか

緊急連絡

緊急時は事務室まで連絡してください。
ただし、午後10時以降、翌朝6時までは宿直室に連絡してください。

※緊急性により、救急車の要請をお願いします場合があります。

事務室：内線224（午後5時以降は内線227）

宿直室：内線228・229

災害発生時

火災・地震等の災害が発生した場合、または発生するおそれがある場合は、直ちに全館放送にて皆様にお知らせします。

全館放送に従って行動してください。

4-2-2 安全基準

国立赤城青少年交流の家では、安心安全な自然体験活動を提供するため、下記の基準で活動の中止をお願いすることがあります。

(1) 自然環境に関する基準

- ・暑さ指数（WBGT）が28℃を超えるとき
- ・雷注意報（落雷）発令時
- ・風速10m以上の強風時（キャンプファイヤーは風速5m以上）
- ・局部的豪雨が予測されているとき
- ・濃霧のとき
- ・周辺で熊などの出没情報があるとき

(2) 活動方法に関する基準

- ・行程や装備、安全管理に対する指導体制が整っていないとき
- ・キャンプファイヤー時に過度に灯油を使用するなど、危険性が高いと判断したとき



4-3 事前打ち合わせのご案内

引率者が事前に施設の利用方法やプログラム内容を理解することで、実際に利用する際に、より充実した体験活動を安全に行うことができます。また、ご利用当日に余裕をもって活動を行うことができます。

4-3-1 利用団体のための体験活動研修会

野外炊事、創作活動、登山などの下見を兼ねて、「体験」として参加してみませんか？
詳細はHPでお知らせしています。興味のある方はお電話にてお問い合わせください。

開催期日（全4回）

① 5月8日(土) ② 5月15日(土) ③ 8月18日(水) ④ 3月26日(土)

4-3-2 団体個別の事前打ち合わせ

「利用団体のための体験活動研修会」当日にご都合がつかない場合は、個別に事前打ち合わせを行うこともできます。ご利用の2か月前～1か月前がおすすめです。

(1) 申込み

希望の事前打ち合わせ日より1週間前までにお電話ください。 **申込先 TEL：027-289-7224**

時間帯は1日3回、①10：30開始、②13：30開始、③15：30開始となります。

申し込みの混雑状況により、日時の調整をお願いすることがあります。

(2) 活動計画書(1,2)の提出

本番の活動計画書を、事前打ち合わせの1週間前までに次のいずれかの方法でご提出ください。

- ①電子メール：akagi-suishinn@niye.go.jp
- ②FAX：027-289-7226
- ③郵送：〒371-0101 群馬県前橋市富士見町赤城山 27

(3) 事前打ち合わせまでに

HP、公式YouTubeチャンネル「ササビーチャンネル」で、施設の利用方法や活動プログラムについてご覧ください。

HP【<https://akagi.niye.go.jp>】



ササビーチャンネル【<https://www.youtube.com/channel/UCWirCRSiXlt1fIZ3E7I4Qxw>】



(4) 事前打ち合わせ当日

- 持ち物 利用の手引き
 - 提出書類 ①活動計画書1（事前に提出） ②活動計画書2（事前に提出）
 - ③食事申込書 ④食物アレルギー事前確認票 ⑤教材申込書
- 筆記用具
- デジタルカメラ（あると便利です）
- 服装 野外での下見が可能な服装・靴
- 内容 ①「利用の手引き」を見ながら説明・質疑応答
- ②施設案内（活動予定場所を中心に）
- ③活動計画書をもとにした実施予定プログラムについての打ち合わせ

* 所要時間は1時間30分程度です。ご利用日数や活動プログラム内容によってかかる時間は変わります。

* 食堂の利用、宿泊が可能（事前申込みが必要）です。※食費、シーツ等洗濯代はご負担いただきます。

4-4 研修施設一覧

	名称	収容人員	冷暖房	主にできる活動	設備・備品等
管理研修棟1階	講堂	400人	F・S・C	リエンテーション、講演会 レク、キャンドルファイヤー等	(16×16m)、フローリング、イス、折りたたみ式長机、 グランドピアノ、暗幕、燭台(ロウソク立11本)
	ゲストルーム	4室	A	宿泊	シングルルーム(バス・トイレ付)×4室(有料)
	講師ロビー	10人程度	A	代表者会議	テーブル、ソファー
	保健室	1人	A	—	ベッド1床、製氷機、担架、松葉杖、副木、体温計、 氷枕、他保健用品
	静養室	3人	A	—	ベッド3床、ストレッチャー
	荷物置き場	約200人分		荷物の一時保管	自動販売機
管理研修棟2階	第1研修室 第2研修室	81人	A・F	学習活動、 創作活動等	長机27台、イス81脚、インターネット回線 (第1研修室：暗幕あり)
	第3研修室	36人			長机12台、イス36脚、 インターネット回線、スクリーン
	第4研修室 第5研修室 第6研修室	42人			長机14台、イス42脚、インターネット回線 (6研：スクリーン)
	第7研修室 第8研修室	36人			黒板、長机12台、イス36脚、インターネット回線 (7研：スクリーン)
特研棟	音楽室	120人	A・F	創作活動、学習活動、 うどん打ち等	長机40台、イス120脚、アップライトピアノ、暗幕、 ホワイトボード1台、黒板、自動販売機(入口ホール)
	☕ 和室	50人	A・F	宿泊、茶道等	畳敷(15畳×2室)、畳敷(じゅうたん敷)(30畳)、 座卓13台、給排水設備、寝具20組
	アクティビティホール	200人	A・F	レク、キャンドルファイヤー等	(17×17m)、じゅうたん敷、電子ピアノ、長机38台、イス 105脚、ホワイトボード1台、燭台
プレイルーム	乾燥室			—	陶芸・オカリナ・土笛などの作品専用の乾燥棚
	洗濯室			—	洗濯機5台、ガス乾燥機2台(有料)、給排水設備
	☕ 2Fプレイルーム	50人	A	創作活動等	(9.6×9.6m)、フローリング、座卓11台、座布団142 枚、DVD・ビデオデッキ、テレビ、イス10脚、ホウ ワイトボード1台、給排水設備、冷蔵庫
	体育館		S	各種スポーツ、 キャンドルファイヤー等	(31×29m)、各種コート(バレー2面、バスケット2面、バド ミントン6面、フットサル1面、卓球台2Fに4台)、 各種ゴール(ミニバス、フットサルなど)、燭台
武道館	剣道場	50人	F・S	剣道、キャンドルファイヤー等	試合場1面、長机9台、イス18脚、卓球台6台、燭台
	柔道場	50人	F・S	柔道、空手等	畳(72畳)、イス10脚
談話棟	☕ 自動販売機 コーナー		A	—	自動販売機、テーブル、イス、給排水設備
	浴室棟	100人	A・F	—	あかぎ(50人)、とね(50人)、かくまんぶち(車イ ス対応・2人)、ドライヤー、自動販売機、AED ※リンスインシャンプー・ボディソープは備え付け
サービス棟1F	☕ なごみの間	42人	A・F	宿泊等	壺、式 各21畳(パーティーション有)、寝具24組
	リーダー浴室(1・2)			—	浴室1：定員3人、浴室2：定員1人(有料)
	リネン室			—	
サービス棟2F	食堂ホール	250席	A	—	角テーブル25台、丸テーブル13台
	☕ 売店・ラウンジ		A	—	活動備品・日用品・菓子類・お土産の販売、コピー機、 FAX送信、宅配(着払いのみ)、自動販売機、AED
	宿泊棟	400人	A・F	宿泊	宿泊室、リーダー室、サブリーダー室、談話室(冷蔵庫)
野外活動施設	営火場	100人		キャンプファイヤー	営火台
	テニスコート			テニスキャンプファイヤー	テニスコート2面(オムニコート仕様)、営火台
	多目的フィールド			各種スポーツ キャンプファイヤー等	(約120×80m)、芝、サッカーゴール小学生用2組・ 大人用1組、ラグビーゴールポスト1組、移動式営火台
	AAPコース			AAP	※AAP指導者がいる時のみ使用可能です。
	谷のキャンプ場	80人		テント泊	テントデッキ10か所(組立式テント貸出可)
	しらさぎ炊事場	64人		野外炊事	常設かまど(20基)、木製テーブル、木製イス、蛇口20個
	ササビー広場			運動遊び	
	屋根付き広場	200人		野外炊事、AAP等	移動式かまど(大32基、小10基)、木製イス(長40 脚・短40脚)木製テーブル40(内20はイス付)、 男女トイレ、炊事場2か所(各蛇口18・車椅子対応流し有)、 食器食材庫(冷蔵庫・冷凍庫・製氷機)、ホール(車いす対 応トイレ・AED・担架・内線電話・冷凍冷蔵庫)、研修室A・ B(パーティーション有、エアコン付き、折りたたみ机11・ 机付き椅子30・椅子4・モニター1)、リネン室、男女シャ ワー室(男7か所/うち1か所車いす対応、女8か所)
	センター棟		A・F (研修室)	創作活動、キャン プ時の避難場所等	

☕：飲食のできる場所。自動販売機コーナー以外は懇親会の会場としても利用可能。

A：エアコン、F：扇風機、S：ストーブ、C：冷風機

4-5 貸出備品一覧 ◎消耗品は各団体で用意してください。(筆記用具、電池、新聞紙、ライター、接着剤など)

事務室	数
延長ドラム (50m×1、20m×5、10m×2)	8
延長コード	5
ポータブルアンプ	5
有線マイク	4
DVD プレイヤー	4
CD カセットデッキ	5
PC スピーカー	3
プロジェクター	9
スクリーン	4
拡声器 (大 6、小 9)	15
ホワイトボード用マーカーセット	8
チョークセット	3
テニス用クランク	2
バレーボール用クランク	3
熱中症対策セット ★1	4
事務室周辺	
ホワイトボード	4
台車 (館内用)	9
物品倉庫 (管理研修棟 1 階)	
湯沸かしポット	10
保温ポット	4
ジャグ (8ℓ～10ℓ サイズ)	10
湯呑セット(内急須なし 1 セット) 洗剤・スポンジは持参	5
やかん	1
メジャー (100m×4、50m×1)	5
マーカーコーン (緑 30、黄 11、紺 29)	70
クリップボード	180
コンパス	67
熊鈴	62
基準時計 (電波受信式)	5
星座早見盤 (2 種類で 35+48)	83
天体望遠鏡	5
双眼鏡	16
クップセット	2
フライングディスク	36
ドッチビー	10
X ロープ	5
インディアカ (赤い羽根付ボール)	5
ロケットボール	8
キンボールセット	2
バドミントンラケット	29
ナイロンシャトル	123
テニスラケット	11
テニスボール (+ソフトテニスボール 23)	234
卓球ラケット	30
卓球ピンポン玉	100
卓球ネット	17
野球バット	8
野球グローブ・ミット (右 15、左 4、右ミット 2、右 F ミット 1)	22
キャッチャーマスク	3
野球ボール (軟式)	14
ソフトボール	20

クラフト用ロッカー (管理研修棟 2 階)	数
ハサミ (右利き用)	73
ハサミ (左利き用)	6
カッター	56
カッター板	35
プラホルダー用オープン	2
竹ひきのこぎり	40
小刀	150
ニッパー	30
きり	56
棒やすり	37
ベンチ	15
ラジオベンチ	27
スーパー竹とんぼ作成セット (最大数)	140
かんな箸作成セット (1 セットを 2～5 名で使用)	20
体育館倉庫	
バレーボール	7
ソフトバレーボール	5
ミニバレーボール	3
バレーボール支柱 (組)	2
バレーボールネット クランクは事務室にあります	4
バレーボールアンテナ	9
バスケットボール	15
ミニバスケットボール	15
ミニバスケットボール用ゴール (組)	2
電子タイマー	2
バスケットボールオフィシャルセット	2
フットサルボール	10
フットサル用ゴール (組)	1
バドミントン支柱 (組)	6
バドミントンネット	6
ドッジボール	5
得点板	2
長縄 25m	3
長縄 10m	2
長縄 7m	2
竹馬 (組)	8
綱引きロープ	2
卓球台 (組)	4
キャンドルファイヤー用燭台 ※	1
カラーコーン	10
ミニカラーコーン	10

★1 熱中症対策セット: 応急処置法の資料、O S - 1 (500m l) 2 本、O S - 1 ゼリー 1 個、急冷剤 2 個、タオル 1 本

※キャンドルファイヤー用燭台は、体育館倉庫 (ロウソク立ての数: 27 本)、アクティビティホール (同 17 本)、剣道場 (同 11 本)、講堂 (同 11 本) に 1 台ずつあります。

どの燭台もロウソクは 7～8 本程度あれば楽しめます。

※備品数は、変動する場合があります。

※備品の予約はできません。また数に限りがあるため、利用希望が重なる場合などには希望の数量がご利用いただけないことがあります。

センター棟	数
組立式ドームテント (8人用)	12
寝袋 (夏用)	91
毛布	83
電池式ランタン 電池持参 1ヶにつき単3電池×4本必要	20
火ばさみ (焼き板用)	50
たわし (焼き板用)	50
センター棟の野外炊事用備品	
炊事用移動式かまど (大)	35
炊事用移動式かまど (小)	10
上段用網	32
下段用網	37
火ばさみ	35
十能	35
ほうき	32
取っ手 (本)	129
バケツ	31
大型ブラシ	2
寸胴鍋 (小)	15
大鍋 (たてなが)	3
大鍋 (よこなが)	6
コッフェル (カレー鍋)	54
やかん	12
まな板	53
包丁	64
マグカップ	342
計量カップ	41
缶切り	12
皮むき器 (ピーラー)	57
すりおろし器	3
はかり	2
鉄板	30
おたま	25
しゃもじ (黒)	24
さいばし	27
トンゲ	30
ゴムべら	50
木べら	36
焼きそば用へら (ステンレス)	48
泡立て器	20
すくいざる (取っ手付き)	8
ざる (大)	60
ざる (小)	16
生ごみ用ざる (プラスチック・ピンク色)	31
ボウル (ステンレス)	31
どんぶり (青)	220
どんぶり (白)	57
どんぶり (茶)	36
小鉢 (白)	51
青平皿 (大) ※カレー用	240
青平皿 (小)	274
白平皿 (大)	63
白平皿 (小)	47
はし (膳)	200
スプーン	250
フォーク	102
ピザカッター	9
ピザ用焼き網 (丸型)	33
スクレーパー	69
のし棒 (長)	5
のし棒 (短)	11
ピザビール	3

しらさぎ炊事場の野外炊事用備品	数
火ばさみ	18
十能	12
ほうき	11
バケツ	12
コッフェル	20
マグカップ	80
シリコンへら	9
しゃもじ (大10、小5)	15
計量カップ	9
さいばし (組)	5
トンゲ	11
はし (青50、黒40)	90
皮むき器 (ピーラー)	22
フライ返し	10
おたま	14
平皿 (大)	79
平皿 (小)	78
どんぶり	68
ボウル	12
ざる (大)	13
ざる (小)	11
まな板	20
包丁	20
鉄板	10
はかり	1
フォーク	80
スプーン	90
生ごみ用ざる (プラスチック)	10
生ごみ用バケツ	4
多目的フィールド	
少年用サッカーゴール (組)	2
大人用サッカーゴール (組)	1
ブルー倉庫 (多目的フィールド)	
ラグビー用ゴール (組)	1
野球バット	10
ベースセット	3
ディスクゴルフターゲット	9
グラウンドゴルフクラブ	72
グラウンドゴルフボール	70
グラウンドゴルフスタートマット	9
グラウンドゴルフホールポスト	17
カラーコーン (大22、中4)	26
コーンバー	7
ハードル	9
リレーバトン	11
ラインカー ★2 石灰は持参	6
綱引きロープ	1
ホワイト倉庫 (多目的フィールド)	
クップセット	4
薪倉庫 (多目的フィールド)	
たき火台	7

★2 ラインカー：赤(5センチ幅)×3、黒(5-7.6幅)×2、青(2.5/5.0/7.62/11幅)×1

4-6 活動プログラム一覧

種別	活動名	指導方法	天候	適正人数	所要時間	実施可能時期	
野外活動	1 登山	選	晴	特になし	ルート別	5月～11月	
	2 キャンプファイヤー	選	晴	50人～200人	1～2時間	4月～11月	
	3 キャンドルファイヤー	選	晴・雨	50人～200人	1～2時間	通年	
	4 星空観察	選	晴・雨	100人	1～2時間	通年	
	5 オリエンテーリング	自	晴・雨	200人	2～3時間	通年	
	6 アドベンチャーラリー	自	晴・雨	200人	2～3時間	通年	
	7 ウォークラリー	自	晴・雨	200人	1～2時間	通年	
	8 富士見ウォークラリー	自	晴・雨	100人	3～5時間	通年	
	9 グリーンアドベンチャー	自	晴・雨	200人	1～2時間	通年	
	10 ナイトウォーク	自	晴	特になし	15～90分	通年	
	11 ネイチャーゲーム	指	晴・雨	50人	3時間	通年	
仲間づくり	12 レクリエーション	自	晴・雨	200人	2～3時間	通年	
	13 館内アドベンチャーラリー	自	晴・雨	150人	1～2時間	通年	
	14 館内フォトラリー	自	晴・雨	150人	1～2時間	通年	
	15 グラウンドゴルフ	自	晴	40人	1～2時間	通年	
	16 クップ	自	晴・雨	72人	1～2時間	通年	
	17 キンボール	自	晴・雨	12人～50人	1～2時間	通年	
	18 ディスクゴルフ	自	晴	40人	1～2時間	通年	
19 あかぎアドベンチャープログラム	指	晴・雨	60人	3～6時間	通年		
食事	20 うどん打ち	選	晴・雨	50人	4時間	通年	
	21 野外炊事	自	晴・雨	200人	3～4時間	4月～11月	
	22 ドラム缶ピザ&ポトフ	指	晴・雨	50人	4時間	4月～11月	
ものづくり	23 スーパー竹とんぼ	選	晴・雨	100人	2～3時間	通年	
	24 かな箸づくり	選	晴・雨	50人	2～3時間	通年	
	25 勾玉	自	晴・雨	100人	2～3時間	通年	
	26 葉っぱでつくろう	自	晴・雨	100人	2～3時間	通年	
	27 焼き板	自	晴・雨	100人	2～3時間	通年	
	28 ネイチャークラフト	自	晴・雨	100人	2～3時間	通年	
	29 スプーン・フォークづくり	自	晴・雨	100人	1～2時間	通年	
	30 土笛・オカリナ	指	晴・雨	20人	3時間	通年	
	31 七宝焼	指	晴・雨	40人	3時間	通年	
	32 切り絵	指	晴・雨	60人	3時間	通年	
	33 てん刻	指	晴・雨	30人	3時間	通年	
	34 陶芸	指	晴・雨	100人	3時間	通年	
	地域	35 富士見ゆかりの偉人物語	自	晴・雨	クラス単位	45分	通年
	環境	36 森のパワーをさがしてみよう	指	晴・雨	クラス単位	3時間	通年
37 赤城山学習【NEW!】		選	晴・雨	クラス単位	ルート別	5月～11月	

※指導方法の「自」は、自主活動プログラムで、団体が自ら実施する活動プログラム。「指」は、直接指導プログラムで、有料講師を依頼する活動プログラム。「選」は、希望に応じて有料講師を依頼できる活動プログラム。

※「晴・雨」と表記しているプログラムは天候に関わらず実施可能なものであり、特に「晴・雨」と表記しているプログラムは雨天時に実施できない他の活動の代替プログラムとして実施できるものを示す。

4-7 活動プログラム詳細

1. 登山



3 すべての人に
参加を促します

15 自然が豊かさも
学びます

17 パートナーシップで
目標を達成しよう

上毛三山の一つ赤城山（あかぎやま）を登ります。雄大な風景、山の動植物、仲間との協力、達成感など、登山のもつダイナミックさや爽快感を味わえる活動です。

- 適正人数：特になし
 - コース：対象別
 - ①長七郎山・覚満淵コース（幼児～小学生）
 - ②地蔵岳・長七郎山・覚満淵コース（小学生～中学生）
 - ③-1 鍋割山（姫百合駐車場）コース（中学生～高校生）
 - ③-2 鍋割山・荒山高原縦走コース（中学生～高校生）
 - ④黒檜山・駒ヶ岳コース（中学生～高校生）
 - ⑤赤城山チャレンジ縦走コース
 - 所要時間：ルート別
- ※詳細は、別冊（登山プログラム）を参照。

2. キャンプファイヤー



17 パートナーシップで
目標を達成しよう

自然の中で過ごす夜、火のぬくもりとともに、仲間と親睦を深めたり、活動をふりかえったりすることができる活動です。

- 適正人数：50～200人（会場によって異なる）
- 対象：幼児以上
- 所要時間：1～2時間
- 費用：薪1束1,100円（3～4束で約1時間）、トーチ棒1本220円、灯油70円、講師料（直接指導の場合）6,600円（講師1人あたり）、講師1人あたりの適正人数100人
- おもな会場：営火場、つどいの広場、センター棟前広場、テニスコート前

3. キャンドルファイヤー



17 パートナーシップで
目標を達成しよう

ろうそくの灯りを囲み、仲間との気持ちをまた一歩近づけるのがキャンドルファイヤーです。光の明と暗を効果的に演出することができる活動です。

- 適正人数：50～200人（会場によって異なる）
- 対象：幼児以上
- 所要時間：1～2時間
- 費用：備品代/ろうそく（大）430円/本、ろうそく（小）30円/本、アルミホイル180円※備品は持ち込み可、講師料（直接指導の場合）6,600円（講師1人あたり）、講師1人あたりの適正人数100人
- おもな会場：体育館、講堂、アクティビティホール、剣道場

4. 星空観察



天体望遠鏡を使って、四季折々で見られる様々な星座や惑星、月などを観察する活動です。

- 適正人数：100人まで
- 対象：小学生以上
- 所要時間：1～2時間
- 費用：講師料（直接指導の場合）3,000円（20人につき講師1人）
- おもな会場：多目的フィールド、つどいの広場、講堂、テニスコート周辺
- 雨天時：屋内で天体アプリケーションなどを用いて実施
- 天体望遠鏡5台有

5. オリエンテーリング



3 すべての人に
競技と福祉を



15 障の豊かさも
守ろう



17 パートナリングで
目標を達成しよう



地図とコンパスを頼りに、周辺の森に点在するポストを探します。コースどりや地図の読みとりなど、グループで力をあわせて進む活動です。

- 適正人数：200人まで（1グループ2～5人）
- 費用：マップ代1枚130円
- おもな会場：オリエンテーリングコース
- 対象：小学校高学年以上 ●所要時間：2～3時間
- ※マップは、食堂で購入してください。（コピー厳禁）

6. アドベンチャーラリー



3 すべての人に
競技と福祉を



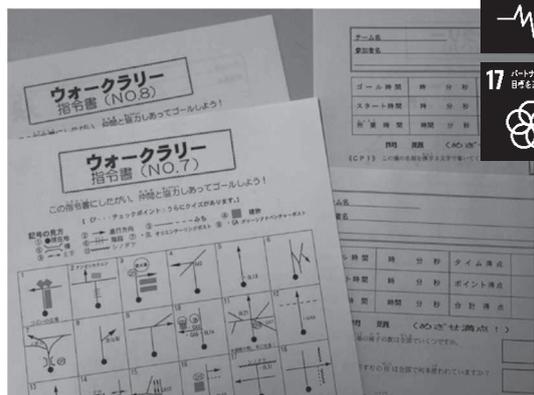
17 パートナリングで
目標を達成しよう



交流の家のフィールドを、地図を見ながらまるポイントラリーです。無人ポイントでは文字や記号を探し、有人ポイントでは課題に挑戦します。グループで課題をクリアし、ポイントを貯めながら進む活動です。

- 適正人数：200人まで（1グループ5～8人）
- 対象：小学生以上
- 所要時間：2～3時間
- おもな会場：オリエンテーリングコース、多目的フィールド

7. ウォークラリー



3 すべての人に
競技と福祉を



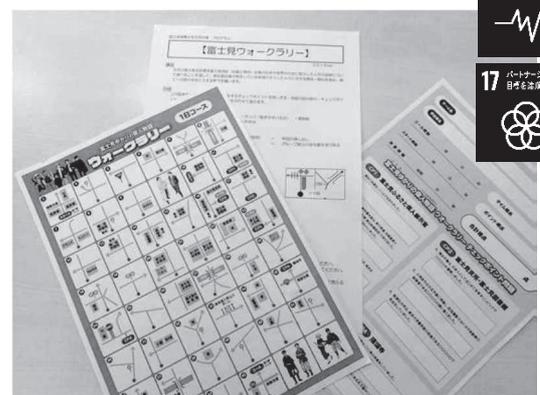
17 パートナリングで
目標を達成しよう



記号で簡略され、いくつかに分割された「コマ図」をもとに進んでいく活動です。途中のチェックポイントでは課題が用意されています。体力と知力を使う、謎解きゲームのような面白さを味わえる活動です。

- 適正人数：200人まで（1グループ2～5人）
- 対象：小学校高学年以上
- 所要時間：1～2時間
- 費用：なし
- おもな会場：交流の家の敷地内、オリエンテーリングコース

8. 富士見ウォークラリー



3 すべての人に
競技と福祉を



17 パートナリングで
目標を達成しよう



記号で簡略され、いくつかに分割された「コマ図」をもとに、富士見地区を進み、途中のチェックポイントでは、富士見地区出身の偉人を知ることができる課題に取り組みます。体力と知力を使う、謎解きゲームのような面白さを味わえる活動です。

- 適正人数：100人まで（1グループ2～5人）
- 対象：中学生以上
- 1日コース/所要時間5時間
- 費用：なし（お弁当が必要です）
- スタート、ゴール：道の駅ふじみ
- 半日コース/所要時間3時間
- 費用なし（お弁当が必要です）
- スタート：富士見商工会、ゴール：道の駅ふじみ
- ※スタート・ゴール地点への送迎手段は、団体でご用意いただきます。

9. グリーンアドベンチャー



植物の名前を覚えるだけでなく、見て調べる、聞いて調べる、嗅いで調べる、(味で調べる、触れて調べる)などの五感を使って、具体的に観察しながらコースを巡り、樹木に親しむ活動です。

- 適正人数：200人まで（1グループ2～5人）
- 対象：小学校高学年以上
- 所要時間：1～2時間
- 費用：なし
- おもな会場：グリーンアドベンチャーコース

10. ナイトウォーク



暗闇と光、静寂と物音、自然と自分など、五感を通して様々なことを感じ、感性を磨く、夜の森を歩く活動です。

- 適正人数：特になし（1グループ2～5人）
- 対象：小学生以上
- 所要時間：15～90分（コースや内容によって変わります）
- 費用：なし
- おもな会場：交流の家の敷地内（5つのモデルコースがあります）

11. ネイチャーゲーム



自然に親しみ、自然を理解し、その素晴らしさを感じ取る活動をパッケージ化したプログラムです。様々なゲームを通して、自然の不思議や仕組みを学び、自然と自分が一体であることに気づくことを目的としている活動です。

- 適正人数：50人まで（1グループ10～15人）
- 対象：幼児以上
- 所要時間：3時間程度
- 費用：講師料 8,000円（講師1人あたり）
- おもな会場：敷地内の散策路、多目的フィールド
- 雨天時：屋内での実施も可能

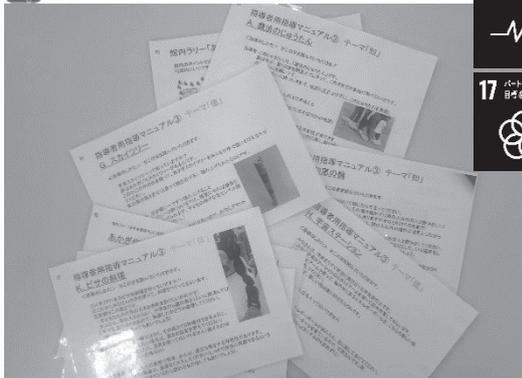
12. レクリエーション



体を動かしたり、コミュニケーションをすることで、初めて会う人同士が打ち解けたり、グループの親睦を深めたりする活動です。

- 適正人数：200人まで（講師1人あたり100人）
- 対象：どなたでも
- 所要時間：2～3時間
- 費用：なし
- おもな会場：多目的フィールド、体育館、講堂、アクティビティホール
- 雨天時：屋内で実施

13. 館内アドベンチャーラリー



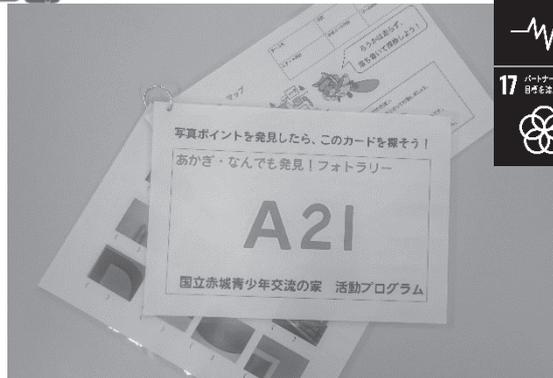
3 すべての人に
健康と福祉を

17 パートナリングで
目標を達成しよう

マップをたよりに館内をまわりながら、課題にチャレンジする活動です。

- 適正人数：150人まで（1グループ4～8人）
- 対象：小学生以上
- 所要時間：1～2時間
- 費用：なし
- おもな会場：館内全体

14. 館内フォトラリー



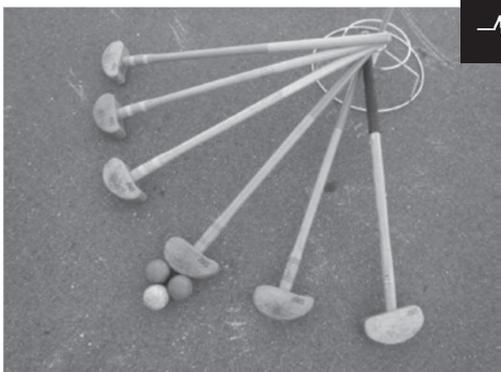
3 すべての人に
健康と福祉を

17 パートナリングで
目標を達成しよう

館内を撮影した写真を見て、その写真がマップ上のどこから撮ったものかを推察しながら探し歩き、グループで得点を競う活動です。

- 適正人数：150人まで（1グループ2～5人）
- 対象：小学生以上
- 所要時間：1～2時間
- 費用：なし
- おもな会場：館内全体

15. グラウンドゴルフ



3 すべての人に
健康と福祉を

ゴルフのようにボールをクラブで打ち、ホールポストにホールインするまでの打数を競う活動です。

- 適正人数：40人まで（1グループ2～4人）
- 対象：小学生以上
- 所要時間：1～2時間
- 費用：なし
- おもな会場：多目的フィールド

16. クップ



3 すべての人に
健康と福祉を

平坦な自然のフィールドであれば老若男女誰もが楽しめるバイキングが生み出したスポーツです。相手チームの木（クップ）を倒す活動です。

- 適正人数：72人まで（1グループ4～6人）
- 対象：小学生以上
- 所要時間：1～2時間
- 費用：なし
- おもな会場：多目的フィールド、屋根付き広場、柔道場、雨天時：アクティビティホール、柔道場

17. キンボール



3 すべての人に
健康と福祉を

4人程度でチームを組み、大きなボール（キンボール）を打ったり、捕ったりすることで得点していく活動です。

- 適正人数：12～50人まで
- 対象：どなたでも
- 所要時間：1～2時間
- 費用：なし
- おもな会場：体育館、剣道場、講堂

18. ディスクゴルフ



フラインクディスク（一般的に「frisbee」と呼ばれているもの）を投げ、ゴルフのように専用のバスケットに何投で投げ入れることができるかを競う活動です。

- 適正人数：40人まで（1グループ2～4人）
- 対象：どなたでも
- 所要時間：1～2時間
- 費用：なし
- おもな会場：多目的フィールド

19. あかぎアドベンチャープログラム(AAP)



設定された課題をグループで解決していく活動を通じ、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る活動です。

- 適正人数：60人まで（講師1人あたり15人まで）
※グループ数は、相談可
- おもな会場：AAPコース、多目的フィールド、体育館
- 対象：小学校高学年以上
- 雨天時：屋内で実施
- 1日コース/所要時間：5～6時間
- 費用：講師料 24,000円（講師1人あたり）×グループ数
- 半日コース/所要時間：3時間
- 費用：講師料 12,000円（講師1人あたり）×グループ数

20. うどん打ち



小麦粉に水を入れて混ぜたり、こねたりし、最後に伸ばして切って、自分達でうどんを作る活動です。

- 適正人数：50人まで（1グループ3～5人）
 - 対象：小学生以上
 - 所要時間：4時間
 - 費用：講師料：8,000円、食材費1人620円
 - おもな会場：音楽室、屋根付き広場
- ※簡易版として、乾麺を使う活動や防災食も選択できます。

21. 野外炊事



野外で、かまどに火を起し、食材を切って調理をする活動です。

- 適正人数：200人まで（1グループ4～8人）
 - 対象：どなたでも
 - 所要時間：3～4時間（バーベキューや朝食セットは早くできます）
 - 費用：薪代1束450円（かまど1つにつき1束が目安）
 - おもな会場：屋根付き広場（200人）、しらさぎ炊事場（64人）
 - 雨天時：屋根付き広場・しらさぎ炊事場共に可
- ※食中毒防止のため、食材の持ち込みはできません。
すべて食堂に申し込んでください。
※それぞれの内容については、P31をご覧ください。

22. ドラム缶ピザ&ポトフ

指

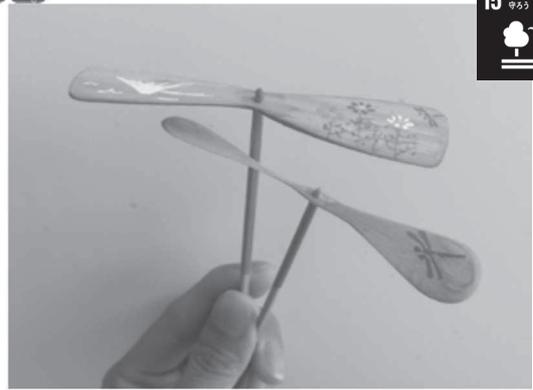


小麦粉から生地を作り、ドラム缶の窯に火を起こして自分達でピザを作ったり、かまどでポトフを調理したりする活動です。

- 適正人数：50人まで（講師1人あたり50人）
- 対象：どなたでも
- 所要時間：4時間
- 費用：食材費8人セット4,440円/4人セット2,220円、講師料8,000円（講師1人あたり）
薪代 ポトフ用1束450円、ドラム缶ピザ用1束1,100円
- おもな会場：屋根付き広場

23. スーパー竹とんぼ

選



羽根の部分を小刀で削って形を整え、羽根の中心を火であぶってひねることで角度をつけ、特製の器具でバランスを調整し、よく飛ぶ竹とんぼを作る活動です。

- 適正人数：100人まで（講師1人あたり50人）
- 対象：小学生以上
- 所要時間：1～2時間
- 費用：講師料8,000円（講師1人あたり）、材料費1人120円
- おもな会場：研修室、音楽室
- 団体が瞬間接着剤を用意（売店のもの、1本330円で30人程度をおすすめします。）
- ※材料は、食堂に注文・購入してください。

24. かな箸づくり

選



大工道具でおなじみの鉋（かな）を使い、角材から檜（ひのき）箸を加工します。世界に一膳だけの「マイ箸」を作る活動です。

- 適正人数：50人まで（講師1人あたり50人）
- 対象：小学生以上
- 所要時間：1～2時間
- 費用：講師料8,000円、材料費1人160円
- おもな会場：研修室、音楽室
- ※材料は、食堂に注文・購入してください。

25. 勾玉

自



ヤスリで石を削り、古代人のアクセサリ、勾玉を作ります。

- 適正人数：100人まで
- 対象：小学校高学年以上
- 所要時間：2～3時間
- 費用：材料費1人360円
- おもな会場：屋根付き広場、つどいの広場、研修室
- ※材料は、食堂に注文・購入してください。

26. 葉っぱでつくろう



赤城の森にはたくさんの種類の樹木があります。その木の葉を拾い、台紙に貼り、フィルムでカバーして作品を仕上げます。

- 適正人数：100人まで
 - 対象：小学生以上
 - 所要時間：2～3時間
 - 費用：材料費1人280円（フィルムのみの場合160円）
 - おもな会場：研修室、屋根付き広場
- ※材料は、食堂に注文・購入してください。

27. 焼き板



日本を代表する木である「杉」の板に、記念日や思い出を描き、自分だけのオリジナルプレートを作る活動です。

- 適正人数：100人まで
 - 対象：小学生以上
 - 所要時間：2～3時間
 - 費用：杉板セット（板、ヒートン、紐）1人220円
絵具（5色～赤黄青緑白）
5人セット900円（1人180円）
※1色（180円）からも注文できます。
薪代1束450円（かまど1つにつき1束が目安）
 - おもな会場：屋根付き広場、しらさぎ炊事場
- ※材料は、食堂に注文・購入してください。

28. ネイチャークラフト



交流の家周辺で自然の素材を集め、材料の形を活かして、作品を作ります。

- 適正人数：100人まで
 - 対象：小学生以上
 - 所要時間：2～3時間
 - おもな会場：野外、研修室
 - 費用：土台の板50円
- ※必要な材料があれば、食堂に注文・購入してください。

29. スプーン・フォークづくり



棒の穴にスプーン（フォーク）の先を差し込み、グルーガンでボンドを流し込んで作っていきます。棒のデザインを工夫して、世界で一つだけのスプーン（フォーク）を作る活動です。

- 適正人数：100人まで
 - 対象：小学生以上
 - 所要時間：1～2時間
 - ※乾燥に1日かかります。
 - 費用：材料費1人200円（スプーンかフォークを選択）、グルースティック150円（5本入り。目安10人分）
 - おもな会場：音楽室、研修室
- ※材料は、食堂に注文・購入してください。

30. 土笛・オカリナ



粘土を使い、土に親しむとともに造形することの楽しさや素朴な音色が楽しめる土笛を作る活動です。土笛製作の経験がある方は、オカリナを作ることができます。

●適正人数：20人まで（講師1人あたり20人）

●対象：小学校高学年以上

●所要時間：3時間

※乾燥、焼成等のため、完成まで約30日かかります。

●費用：講師料8,000円（講師1人あたり）、材料費1人1,000円（粘土、梱包等）、送料/時価

●おもな会場：音楽室、研修室

※材料については、講師と打ち合わせしてください。

31. 七宝焼



七宝焼の名には、金、銀、サンゴ、メノウなどの宝に並ぶほどの美しいやきものだからという意味があります。世界に1つだけの七宝焼を作る活動です。作品は、キーホルダーやストラップにします。

●適正人数：40人まで（講師1人あたり40人）

●対象：小学校高学年以上

●所要時間：3時間

●費用：講師料8,000円（講師1人あたり）、材料費1人1,000円（ストラップ、キーホルダー等）

●おもな会場：研修室

※材料については、講師と打ち合わせしてください。

32. 切り絵



下絵をもとにアートナイフで和紙を切り抜き、台紙（色紙）に貼ってきれいに仕上げます。絵画とは違う、版画のような独特の味わいを楽しむ活動です。【白黒・カラーについて】白黒は和紙を切り抜いたもの、カラーは切り抜いた和紙に色和紙を貼ったものです。

●適正人数：60人まで（講師1人あたり60人）

●対象：白黒/小学5年生以上、カラー/中学生以上

●所要時間：3時間

●費用：講師料8,000円（講師1人あたり）、材料費（白黒の場合1人300円、カラーの場合1人500円）

●おもな会場：研修室

※材料については、講師と打ち合わせしてください。

33. てん刻



中国の石印材に好きな文字や絵を彫り、印をつくる活動です。その印を色紙に押しつけて仕上げます。てん刻の技法と創る楽しさを体験できる活動です。

●適正人数：30人まで（講師1人あたり30人）

●対象：小学校高学年以上

●所要時間：3時間

●費用：講師料8,000円（講師1人あたり）、材料費1人800円（印材、色紙等）

●おもな会場：研修室

※材料については、講師と打ち合わせしてください。

34. 陶芸

指 



粘土での器の造形を通して、手作りの陶芸の喜びを体験できる活動です。既製品と異なり、1つ1つに厚みや形の違いがあるので、自分らしさが表れるとともに味わいがあります。

- 適正人数：100人まで
 - 対象：中学生以上
 - 所要時間：3時間
- ※乾燥、焼成等のため、完成まで約30日かかります。
- 費用：講師料8,000円（講師1人あたり）、材料費1人2,000円（粘土、梱包等）、送料時価
 - おもな会場：研修室
- ※材料については、講師と打ち合わせしてください。

36. 森のパワーをさがしてみよう

指 



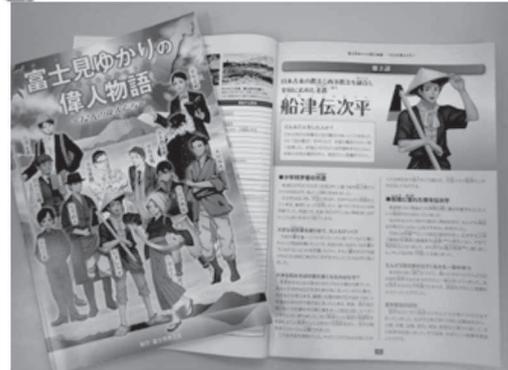
15 森の豊かさも守ろう 

森林のもつ役割（パワー）を実際に森の中で探し、まとめたり、発表したりする活動です。

- 適正人数：クラス単位で実施（4クラスまで）
- 対象：小学校高学年以上
- 所要時間：3時間
- 費用：講師料8,000円（講師1人あたり）
- 雨天時：室内で実施

35. 富士見ゆかりの偉人物語～12人の偉人たち～

自 



前橋市富士見町出身の船津伝次平の生き方について話し合うことを通して、郷土の伝統や文化を大切にしたい心やより高い目標に向かって努力しようとする心を育てます。また、自らが生活している地域にゆかりのある偉人に関心をもつ態度を養う活動です。

- 適正人数：クラス単位で実施
- 対象：小学校高学年以上
- 所要時間：45分
- 費用：なし
- おもな会場：研修室

37. 赤城山学習

選 



15 森の豊かさも守ろう 

赤城山登山や覚満淵の散策を通して、森林の役割を学んだり、赤城山の環境保全について学習したりする活動です。

- 適正人数：クラス単位で実施
 - 対象：小学校高学年以上
 - 所要時間：コース別
 - コース：登山プログラム参照、要相談
- コース例 ①長七郎山・覚満淵コース
②地藏岳・覚満淵コース
③地藏岳・長七郎山・覚満淵コース 他
- 費用：講師1人あたり
 - ①自主活動：0円
 - ②講師料：15,400円

※本プログラムの詳細は別冊リーフレットをご覧ください。