



独立行政法人国立青少年教育振興機構
国立阿蘇青少年交流の家

令和4年度 活動プログラム集



令和4年3月 改訂(第9版)

- R4 活動プログラム 目次 -

活動プログラム一覧
活動中の安全管理について
活動プログラムを計画する前に

1 野外活動

(1) 登山

仙酔峡ハイキング
鷺見平登山
檜尾岳・中岳登山
中岳・高岳登山
杵島岳登山
烏帽子岳登山

(2) O L (オリエンテーリング)

ミニコース／谷越えコース／ロングコース

(3) 館内O L

(4) 館内ビンゴ

(5) 阿蘇検定オリエンテーリング

(6) 水基巡り

16 マスビンゴ／24 マスビンゴ
ウォークラリー

(7) サイクリング

(8) ハンターゲーム

(9) 沢登り・沢遊び

(10) 星座観察

(11) ナイトハイキング

あなぐまコース／あかうしコース

(12) 自然体験ゲーム

- ①カムフラージュゲーム ②目かくし列車ゲーム
③草原のレストランゲーム ④マーキングゲーム
⑤目かくしトレイルゲーム

2 交流活動

(13) キャンドルのつどい

(14) キャンプファイヤー

3 創作活動

★手順について

(15) 勾玉

(16) マイ箸

(17) 焼き板

(18) マイスプーン

(19) プラホビー

(20) 竹とんぼ・木とんぼ・色鉛筆

(21) 押し花コースター

4 野外調理

(22) 野外調理

焼きそば
カレーライス or ハヤシライス
阿蘇高菜めし・だご汁・豆腐ステーキ
豚汁（米付き）
バーベキュー（米付き）
石窯ピザ・パン・阿蘇キャバツスープ

5 ニュースポーツ等

(23) A S Oびんピック

(24) ディスクゴルフ

(25) 各種スポーツ

6 チームビルディングゲーム

(26) チームビルディングゲーム

7 ジオパーク学習プログラム

(27) ジオパーク学習プログラム

8 阿蘇防災学習

(28) 阿蘇防災学習プログラム

南阿蘇震災遺構フィールドワーク
阿蘇の水に学ぶ（立野ダムツアー）
防災語り部講話

(29) 防災クラフト(アマガミドリ)

(30) 防災食プログラム

火器使用／火器不使用

9 幼児の運動プログラム

(31) こども忍者修行(忍者の部屋)

(32) こども忍者修行(忍者の森)

付録

①各教科と活動プログラムの関連

5 活動プログラム一覧

雨天時の可否について 可:実施可能 相:状況によっては可能(要相談) 空欄:実施不可
 提出書類について 注:食事・教材注文票 登:登山計画書 申:ジオ・防災学習申込書

①交流の家職員等が指導をする活動

職員の指導内容	活動名	雨天時	所要時間	対象 実施可能人数等	必要経費 詳細はP.22,23で ご確認ください。	事前の下見	提出書類	活動の目的						
								阿蘇の自然に親しむ	阿蘇の文化に親しむ	集団行動・規律	仲間づくり・協調性	課題克服・達成感	自主・創意工夫	
活動全体を指導	檜尾岳・火口登山		6.5H	小学校中学年以上	指導員1人につき 1,1000円	推	登	◎	○	◎	◎	◎		
	中岳・高岳登山		8.5H	小学校高学年以上	指導員1人につき 1,1000円	推	登	◎	○	◎	◎	◎		
	杵島岳登山		4.5H	小学校高学年以上	上記指導員料+草千里駐車場料金	推	登	◎	○	◎	◎	◎		
	烏帽子岳登山		4.5H	小学校高学年以上	上記指導員料+草千里駐車場料金	推	登	◎	○	◎	◎	◎		
	沢遊び		3.5~4H	小学校低学年以上 ○20人程度	参加者1人につき 1,000円	必		◎		○	◎	○	○	
	沢登り		3.5~4H	小学校高学年以上 ○50人程度	参加者1人につき 1,000円	必		◎		○	◎	◎	○	
	チームビルディングゲーム	相	3~3.5H	小学校低学年以上 ○6人~15人程度(1班12人以内)	指導員1人につき 5,000円	推		◎	◎	◎	◎	◎	◎	
	仙酔峡ジオパークハイキング		3H	小学校4年生以上	※2 指導員1人につき 8,600円	申		◎	◎			◎		
	ジオパークフルコース		5H	小学校4年生以上	※2 指導員1人につき 12,300円	申		◎	◎			◎		
	草千里・火山博物館ジオパークコース		2H	小学校4年生以上	※2 指導員1人につき 8,600円	申		◎	◎			◎		
	阿蘇神社・水基巡り散策コース	可	4H	小学校4年生以上	※2 指導員1人につき 4,300円	申		◎	◎			◎		
	カルデラ実験・噴火実験コース	可	2H	小学校4年生以上	※2 指導員1人につき 7,400円	申		◎	◎			◎		
	熊本地震関連フィールドワーク 南阿蘇コース	相	3.5~4H	小学校4年生以上 ※参加者15人に指導員(ガイド)1人	指導員1人につき 12,300円 火山博物館入館料 草千里駐車場料金	申		◎	○			○		
	震災語り部講話	可	1~1.5H	小学校4年生以上	指導員1人につき 7,400円	申		◎	○			○		
	阿蘇の「水」に学ぶ (立野ダム建設現場見学)	相	1~1.5H	小学校4年生以上 ※参加者40人に指導員(ガイド)1人	指導員1人につき 7,000円	申		◎	○			○		
各種自然体験活動ゲーム		1~1.5H	幼児以上○30人程度まで	指導員1人につき 5,000円	推		◎				◎			
活動前の安全指導	仙酔峡ハイキング		3.5H	小学校低学年以上		必		◎	○	◎	◎	◎		
	鷲見平登山		4.0H	小学校低学年以上		必	登	◎	○	◎	◎	◎		
	檜尾岳・火口登山		6.5H	小学校中学年以上		必	登	◎	○	◎	◎	◎		
	杵島岳登山		4.5H	小学校高学年以上	草千里駐車場料金	必	登	◎	○	◎	◎	◎		
	烏帽子岳登山		4.5H	小学校高学年以上	草千里駐車場料金	必	登	◎	○	◎	◎	◎		
	オリエンテーリング【ロング】		3~3.5H	小学校高学年以上		必		◎	◎	◎	◎	◎		
	オリエンテーリング【谷越え】		2~2.5H											
	オリエンテーリング【ミニ】		1.5~2H											
	水基巡り【ウォークラリー】	可	4H~	全世代		必		◎	◎	◎	◎	◎		
	水基巡り【24マスピンゴ】	可	5H											
	水基巡り【16マスピンゴ】	可	4H											
	サイクリング【阿蘇の神話コース】23km		全日	小学校中学年以上○40人程度		必		◎	◎	◎	◎	◎		
サイクリング【水基コース】8km		半日	小学校中学年以上○40人程度		必		◎	◎	◎	◎	◎			
忍者の森		2~3H	年中以上 ○20人程度		推		◎			◎	◎	◎		
忍者の部屋	可	2~3H	年中以上 ○20人程度		推					◎	◎	◎		
着火までの安全指導	焼きそば	可	2H	最大144人まで可能	材)300円+研)50円+薪代		注	○	○		◎	◎	◎	
	カレーライスorハヤシライス	可	4H	最大144人まで可能	材)530円+研)50円+薪代		注	○	○		◎	◎	◎	
	阿蘇高菜めし・だご汁・豆腐ステーキ	可	4H	最大144人まで可能	材)530円+研)50円+薪代		注	○	○		◎	◎	◎	
	豚汁(米付き)	可	4H	最大144人まで可能	材)530円+研)50円+薪代		注	○	○		◎	◎	◎	
	バーベキュー(米付き)	可	4H	最大144人まで可能	材)1,050円+研)50円+薪代+炭代		注	○	○		◎	◎	◎	
	石窯ピザ・パン	可	4H	1班10人編成を推奨	材料は10人単位で注文									
	石窯ピザorパン・阿蘇キャベツスープ	可	4H		特定活動研修費 1人50円		注	○	○			◎	◎	◎
	石窯クッキー	可	4H		(詳細はP.20参照)									
	防災食(火を使う食事の調理法)	可	2.5~3H	最大144人まで可能	材料・物品費+研)50円(詳細はP.20)		注	○			◎	○	◎	
焼き板(火おこし体験付き)	可	3H	最大144人まで可能	材)200円+研)50円 薪1箱400円×必要数		注					○	◎		

②交流の家職員もしくは団体の引率者が指導をする活動

活動名	雨天時	所要時間	対象 実施可能人数等	必要経費 詳細はP.22,23でご確認ください。	事前の下見	提出書類※	目的					
							阿蘇の自然に親しむ	阿蘇の文化に親しむ	集団行動・規律	仲間づくり・協調性	課題克服・達成感	自主・創意工夫
星座観察	相	1.5~2H	全世代	指導有の場合 1回 3,000円	推		◎					
キャンドルのつどい	可	リハーサル 1H 活動 2H	体育館:400人程度 講堂:200人程度 大研修室:100人程度	指導有の場合 1回 5,000円 ※全団体に安全指導は行います。 キャンドル代 体育館・講堂 1,530円 大研修室 1,000円	注			○	◎	◎		◎
キャンプファイヤー			草原ファイヤー場:300人 キャンプ場:90人			注	○	○	◎	◎		
レクリエーション	可		300人程度	指導有の場合 1回 5,000円					○	◎	○	○

③すべて団体の引率者が指導をする活動

活動名	雨天時	所要時間	対象 実施可能人数等	必要経費 詳細はP.22,23でご確認ください。	事前の下見	提出書類※	目的					
							阿蘇の自然に親しむ	阿蘇の文化に親しむ	集団行動・規律	仲間づくり・協調性	課題克服・達成感	自主・創意工夫
ナイトハイキング		1H	全世代		必		◎		○	◎		
阿蘇検定オリエンテーリング	可	1~2H	小学校高学年以上 ○最大100人程度		推		◎	◎	◎	◎	◎	
館内オリエンテーリング	可	1~1.5H	小学校低学年以上 ○最大200人程度				○	○	◎	◎	◎	
館内ビンゴ	可	1~1.5H					○	○	◎	◎	◎	
ハンターゲーム		1~2H	未就学児・小学校低学年 ○100人程度		推		○		○	◎	◎	
ハンターゲーム(雨天用)	可	0.5~1H							○	◎	◎	
プラホビー	可	1H	全世代 ○150人程度	材)150円+研)50円		注					○	◎
竹とんぼ 竹とんぼ+木とんぼ 竹とんぼ+色鉛筆	可	1.5~2.5H	小学校中学年以上 ○80人程度	材)170円+研)50円 材)260円+研)50円 材)260円+研)50円		注					○	◎
勾玉	可	1.5~2H	小学校低学年以上 ○250人程度	材)390円+研)50円		注		○			○	◎
マイ箸	可	1.5H	小学校低学年以上 ○200人程度	材)260円+研)50円		注					○	◎
マイスプーン	可	2H	小学校低学年以上 ○150人程度	材)200円+研)50円		注		◎			○	◎
焼き板(火おこし体験無し)	可	2H	小学校高学年以上 ○150人程度	材)200円+研)50円		注					○	◎
押し花コースター	相	1日目: 1.5H 2日目:1H	小学校低学年以上 ○100人程度	材)130円+研)50円		注	◎				○	◎
クラフト(アロマキャンドル)	可	1.5~2H	小学校中学年以上 ○100人程度	材)1セット260円(5人分)+研)50円		注					○	◎
防災食(火を使わない食事の調理法)	可	1.5H	小学生以上	材料・物品費 (詳細はP.20参照)		注				◎	○	
朝食(和食・洋食)	可	2~3H	○最大144人まで可能	材)430円+研)50円+薪代		注	○	○		◎	◎	◎
ASOびんピック (バグー・ボウリング・空き缶積み ペタンク落とし・キックターゲット ストラックアウト・豆はごべ・輪投げ)	可	1.5~2H	小学校低学年以上 ○50人~100人程度						○	◎	○	○
ディスクゴルフ		1.5H	小学校低学年以上 ○50人程度						○	◎	○	○
各種スポーツ	相		全世代						○	◎	○	○

各プログラムの詳細については、阿蘇青少年交流の家ホームページより、確認してください。

ホームページのURL: <https://aso.niye.go.jp/activity/index.html>

各活動で必要となる指導員の数は、参加数などにより変わります。ご不明な場合は、遠慮なくお尋ねください。
(ガイド)

HPのQRコード



活動時の安全管理を お願いします！

立哨ポイントの場所・指導内容を把握した上で、当日に臨んでください！

全ての立哨ポイントに指導者が到着してから、活動をスタートさせてください！

～実際にあった事例～

- 立哨ポイントがわからないと連絡があった。
- 本来の立哨ポイント立っておらず、児童が進路に迷った。
- 立証ポイントを探している間に、児童がすでに先に進んでおり、ルートではない場所を歩いていた。
- 立哨の先生が有刺鉄線の下をくぐる許可を出し、けがにつながった。

移動中、活動中に走らないでください！

～実際にあった事例～

- 下り坂の草原を走っていてアスファルトに出た時に転倒した。
- キャンプ場で走り、切り株につまずき転んだ。

薪割り指導・野外調理では引率者で分担して安全管理をお願いします！

～実際にあった事例～

- 焼きあがったピザを切るときに、バットのふちを握りやけどしそうになった。
- 薪に鉋の葉を食い込ませるため強く降り、薪を支えていた手を負傷した。
- 職員の指導とは異なる方法で引率者が薪を割り、子供が真似をして危険だった。

活動プログラムを計画する前に



活動プログラムを実施するまでの流れ

《期日決定～実施2ヶ月前》

- ①団体内での「ねらい」の明確化
- ②活動の選定、候補選び(活動プログラム集を参考に)
- ③交流の家での事前打ち合わせ
(プログラム相談、事前踏査、役割分担について等)

《実施2か月前》

- ④活動プログラムの決定、提出

《実施当日まで》

- ⑤団体内での役割分担、活動プログラムの熟読

《当日》

- ⑥実施プログラムの事前指導、安全指導

活動プログラムを組み立てる際の留意点

- ①**目的**を決めそれに沿った活動プログラムを選ぶ。
※子どもの実態、学校・保護者・地域の願い、予算
- ②活動を詰め込みすぎない。
※**ゆとりをもったタイムスケジュール**を！
- ③事前下見をした上で、活動を決定する。
※**事前準備**で宿泊学習の全てが決まる！
- ④活動プログラム集を**熟読**する。
※役割分担・持ち物等、事前にご確認ください。
- ⑤**特定研修活動経費**がかかる活動があります。
(例)キャンドルのつどい5,000円レクリエーション3,000円
→学校での**自主活動**をおススメします。
- ⑥交流の家での活動は**学校教育課程の一環**です。
※交流の家は、先生方のご指導の支援をさせていただきます。

「何のために活動(プログラム)をするのか」

児童・生徒の実態

教師・学校の思い

保護者・地域の願い

目標(ねらい)の設定

- ・自然や文化に触れる
- ・集団行動
- ・規律
- ・リーダーシップ
- ・コミュニケーション力
- ・仲間づくり
- ・課題克服
- ・達成感
- ・創意工夫
- ・自主性
- ・その他

プログラム（何をするか）は、子どもたちに働きかけるための道具（手段）でしかありません。

「何のために（プログラムを）するのか」というねらいを明確にして、そのねらいに応じて、活動を進めていくことが大切です。

6つの「ねらい」

国立阿蘇青少年交流の家では、利用団体が活動を選ぶ上で参考にさせていただきたい「ねらい」を活動プログラム内に記載しています。

- ・阿蘇の自然に親しむ
- ・阿蘇の文化に親しむ
- ・集団行動、規律
- ・仲間づくり、協調性
- ・課題克服、達成感
- ・自主、創意工夫

団体の研修などの「ねらい」と関連させ、活動プログラムを計画される際の参考にしてください。

1

野外活動

(1) 登山

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

- ◎阿蘇の自然に親しむ ◎集団行動、規律 ◎課題克服、達成感 ◎仲間づくり、協調性
- 阿蘇の文化に親しむ

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

④ コミュニケーションを行う力

自分の気持ちや考えを伝えるとともに、他者の気持ちや考えを尊重し、積極的にコミュニケーションを行う力

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	仲間たちと助け合いながら苦難を乗り越えた後の頂上からの景色は格別です。各ルートによりその景色は異なりますが、どのルートも阿蘇のカルデラの様子が一望できたり、中岳の噴煙の様子が確認できたりします。				
	噴火レベルの状況で実施できない場合もあります。				
諸条件	実施形態	「安全指導+自主」or「全行程指導」 ※次頁参照		提出書類	登山計画書 ※次頁参照
	必要経費	※次頁参照		所要時間	
	活動場所	阿蘇青少年交流の家周辺		対象・人数	次頁参照
	事前下見	※次頁参照	実施時期	春～秋	天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体で準備する物	
	<ul style="list-style-type: none"> ・登山地図 ・無線機（貸し出し可能数13） ・携帯型雷探知機 ・コンパス ・ザイル 			【参加者】 <ul style="list-style-type: none"> ・野外活動に適した服装（長袖・長ズボン） ※厚手の靴下（くるぶしがかくれるもの） ※速乾性のインナーシャツ ※登山靴（運動靴） ・帽子 ・手袋 ・雨合羽（セパレートがよい） ・水筒（通常1ℓ、夏季2ℓ）・タオル ・ちり紙 ・弁当（行動食） ・リュックサック ・防寒防風着 ・ビニル袋 ・常備薬 等 【指導者】・救急用品 ・携帯電話 ・笛 等 	
役割分担	交流の家職員が行うこと			団体引率者が行うこと	
	1) 安全指導を行う 5) 借用物品の受け取り			1) 安全指導を受ける 2) その他詳細について指示を出す 3) 活動 4) 人数、健康状態の確認、振り返り 5) 借用物品の返却	

3 活動のふりかえりのポイント

「視点」：山の森林や草原がなくなったときにどのような災害が発生することについて考える。

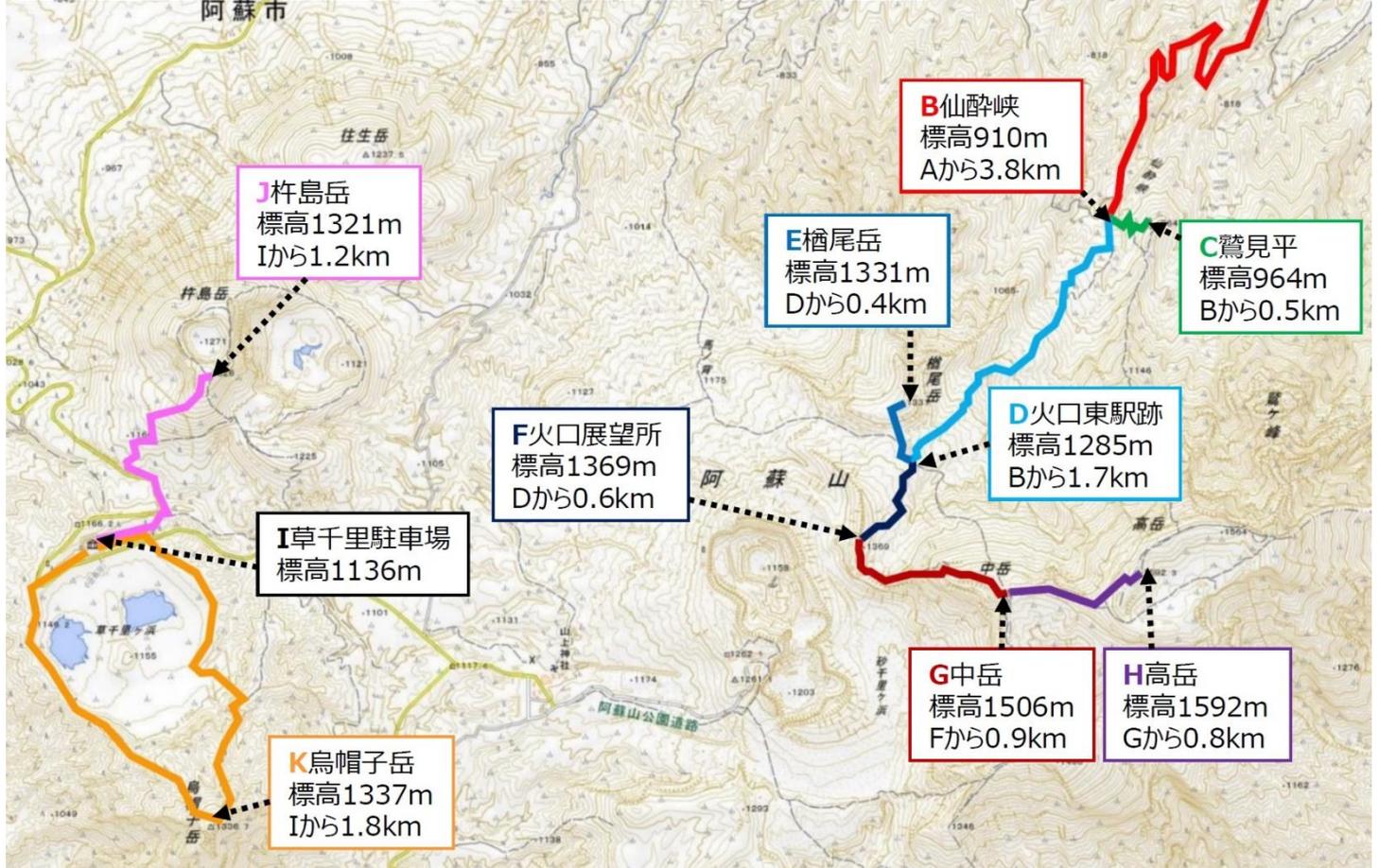
「発問例」：山の環境が阿蘇の環境にどのような影響をもたらしているのだろう。

4 SDGsで目指す姿

 <p>4 質の高い教育をみんなに</p>	 <p>15 陸の豊かさを守ろう</p>	<p>15.4 持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するために、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。</p> <p>中央火口丘の山地生態系を知り、保全のために自分ができることを考え、行動しようとする姿</p>
---	---	---

登山プログラム一覧

	プログラム	行程（往路）	往復距離	活動時間
①	仙酔峡ハイキング	A→B	7.7km	3.5時間
②	鷺見平登山	A→B→C	8.5km	4.0時間
③	榎尾岳・火口登山	A→B→D→E→D→F	13.0km	6.5時間
④	中岳・高岳登山	A→B→D→F→G→H	15.6km	8.0時間
⑤	杵島岳登山	A→バス→I→J	2.4km	4.5時間
⑥	烏帽子岳登山	A→バス→I→K	3.6km	4.5時間



～事前の安全指導を受け、後は自主活動で実施する場合～

	プログラム	対象	提出書類	必要経費	事前下見	備考	
①	仙酔峡ハイキング	小学校低学年以上	活動計画用紙	なし	必須		
②	鷺見平登山						
③	榎尾岳・火口登山	小学校中学年以上	活動計画用紙 登山計画書	・草千里駐車場料金	必須		
⑤	杵島岳登山	小学校高学年以上					移動バス等の確保が必要
⑥	烏帽子岳						

～全行程の指導を依頼して実施する場合～

	プログラム	対象	提出書類	必要経費	事前下見	備考
③	榎尾岳・火口登山	小学校中学年以上	活動計画用紙 登山計画書	・指導料 ※指導員1名につき 11,000円	推奨	
④	中岳・高岳登山	小学校高学年以上				
⑤	杵島岳登山					移動バス等の確保が必要
⑥	烏帽子岳			・指導料※上記同様 ・草千里駐車場料金		

①仙酔峡ハイキング

阿蘇青少年交流の家 ☎0967-22-0811

往復距離	最高標高	獲得標高	目安時間	対象	昼食場所	トイレ
7.7km	910m	291m	3.5時間程度	小学校低学年以上	仙酔峡	仙酔峡
形態	提出書類	事前下見	必要経費	備考		
安全指導+自主	不要	必須	なし	全て舗装道路（車道） 交通量が多いので注意		
全行程指導						



A阿蘇青少年交流の家
標高619m

B仙酔峡
標高910m
交流の家から3.8km

活動時間の目安

安全指導	20分
A → B	75分
休憩（昼食）	45分
B → A	60分
活動後	10分
合計	210分

※人数が多いほど、移動時間が長くなります。

A→Bのルート



① 交流の家（取り付け道路）を出て、突き当たりを左に曲がります。後はずっと道なりのです。



② 左手の森林、右手の草原を比較し、土地の利用の仕方について考えさせることもできます。



③ 水の流れていない川で、水の行き先について考えさせることもできます。（仙酔峡に水があるため復路が望ましい。）



④ 仏舎利塔がゴールではないので、気をつけてください。仏舎利塔を過ぎて10分程度歩くと仙酔峡に到着です。



⑤ ロープウェイ駅跡が見えてくると間もなく仙酔峡に到着です。駐車場から上がったところに東屋もあります。



仙酔峡からの眺望
阿蘇谷の様子がよく見えます。

②驚見平登山

阿蘇青少年交流の家 ☎0967-22-0811

往復距離	最高標高	獲得標高	目安時間	対象	昼食場所	トイレ
8.5km	964m	345m	4.0時間程度	小学校低学年以上	仙酔峡	仙酔峡
形態	提出書類	事前下見	必要経費	備考		
安全指導+自主	不要	必須	なし	全て舗装道路 仙酔峡まで救護車対応可		
全行程指導						

A→Bのルート：仙酔峡ハイキング参照

B→Cのルート

A阿蘇青少年交流の家
標高619m

阿蘇青少年交流

仙酔峡道路

九州自然歩道

活動時間の目安

安全指導	20分
A → B	75分
B → C	15分
C → B	10分
休憩（昼食）	50分
B → A	60分
活動後	10分
合計	240分

※人数が多いほど、移動時間が長くなります。



仙酔峡にある花酔い橋を渡り、舗装された道を道なりに進んでいきます。
右手には泉水山の由来となる滝を見ることができます。



分岐点が3カ所ありますが、どちらも左側へ進みます。
1カ所目の分岐点は右へ進んでも南側から回り込んで山頂へ続いています。



高岳の鷲ヶ峰がよく見えます。
鷲ヶ峰のクライミングで命を落とした人たちを祭るお地蔵さんが並んでいます。



頂上付近の分岐点を右に進むと南側から回り込んで下山し、最初の分岐点に戻ります。

B仙酔峡
標高910m
交流の家から3.8km

C驚見平
標高964m
交流の家から4.3km

驚見平からの眺望

「阿蘇の七鼻八石」の七鼻が全て見えます。



③ 檜尾岳・中岳火口登山

阿蘇青少年交流の家 ☎0967-22-0811

往復距離	最高標高	獲得標高	目安時間	対象	昼食場所	トイレ
13.0km	1369m	750m	6.5時間程度	小学校中学年以上	檜尾岳山頂	仙酔峡
形態	提出書類	事前下見	必要経費		備考	
安全指導+自主	登山計画書	必須	なし		仙酔峡まで救護車進入可	
全行程指導	登山計画書	推奨	・指導料 (指導員1名につき11,000円)			

活動時間の目安

安全指導	20分
A → B	75分
B → D	80分
D → E	15分
休憩（昼食）	30分
E → D	10分
D → F	15分
F → D	10分
D → B	65分
B → A	60分
活動後	10分
合計	390分

※人数が多いほど、移動時間が長くなります。



A→B：仙酔峡ハイキング参照

B→Dのルート



仙酔峡から正面にある階段を上り、その後右へ曲がります。



下って登る階段の先に進みます。⑩からまっすぐ進んで行くことも可能です。



分岐点では右に進みます。まっすぐへ進むと仙酔峡に戻ります。



火口東駅の分岐点から、右へ進めば檜尾岳、左に進めば中岳火口です。

檜尾岳からの眺望（北側）

西側には往生岳・杵島岳が見えます。



E檜尾岳
標高1331m
Dから0.4km

B仙酔峡
標高910m
Aから3.8km

D→Eのルート



道なりに進むと正面に檜尾岳が見えます。



石段のような細い道を上がっていきます。



登り切ったところで、必ず下り口の目印を見つけください。

D火口東駅跡
標高1285m
Bから1.7km

D→Fのルート



舗装路を道なりに進むと右手に火口が見えます。



中岳火口

F火口展望所
標高1369m
Dから0.6km

④中岳・高岳登山

阿蘇青少年交流の家 ☎0967-22-0811

往復距離	最高標高	獲得標高	目安時間	対象	昼食場所	トイレ
15.6km	1592m	973m	8.0時間程度	小学校高学年以上	高岳山頂	仙酔峡
形態	提出書類	事前下見	必要経費	備考		
安全指導+自主						
全行程指導	登山計画書	推奨	・指導料 (指導員1名につき11,000円)	仙酔峡まで救護車進入可		

活動時間の目安

安全指導	20分
A → B	75分
B → D	80分
D → F	15分
F → G	30分
G → H	30分
休憩 (昼食)	35分
H → G	25分
G → F	25分
F → D	10分
D → B	65分
B → A	60分
活動後	10分
合計	480分

※人数が多いほど、移動時間が長くなります。



A→B：仙酔峡ハイキング参照

B→D：櫛尾岳・火口登山参照

D→F：櫛尾岳・火口登山参照

F→Gのルート



Fから道なりに中岳山頂を目指します。馬の背と呼ばれる両方が崖になっている部分は注意が必要です。



中岳山頂は登るときにはわかりやすいのですが、下るときわかりにくいので必ず確認してください。

G→Hのルート



分岐点では表示に沿って左側です。右から迂回することもできます。

高岳からの眺望 (東側)



⑤ 杵島岳登山

阿蘇青少年交流の家 ☎0967-22-0811

往復距離	最高標高	獲得標高	目安時間	対象	昼食場所	トイレ
2.4km	1321m	185m	4.5時間程度	小学校高学年以上	山頂	駐車場

形態	提出書類	事前下見	必要経費	備考
安全指導+自主	登山計画書	必須	・草千里駐車場料金	移動バス等の確保が必要 全て舗装路 救護車は駐車場まで
全行程指導	登山計画書	推奨	・指導料 (指導員1名につき11,000円) ・草千里駐車場料金	

活動時間の目安

安全指導	20分
A→I バス	45分
I → J	60分
休憩 (昼食)	45分
J → I	45分
H→A バス	45分
活動後	10分
合計	270分

※人数が多いほど、移動時間が長くなります。



A→I : バスで移動

I→Jのルート (下から上へ見てください)



最後の分岐点です。
あとは、道なりに進んでください。



杵島岳登山道入り口です。
登山届を出していない場合は、こちらで記入して、提出することも可能です。



中岳火口を正面に見ながら左折します。
左折後正面に見える山が杵島岳です。



草千里駐車場から、登山道(遊歩道)へ入ります。
柵が閉まっていることもありますが、その際も、通ることは可能です。



⑥烏帽子岳登山

阿蘇青少年交流の家 ☎0967-22-0811

往復距離	最高標高	獲得標高	目安時間	対象	昼食場所	トイレ
3.6km	1337m	201m	4.5時間程度	小学校高学年以上	草千里	駐車場

形態	提出書類	事前下見	必要経費	備考
安全指導+自主	登山計画書	必須	・草千里駐車場料金	移動バス等の確保が必要 救護車は駐車場まで
全行程指導	登山計画書	推奨	・指導料 (指導員1名につき11,000円) ・草千里駐車場料金	

活動時間の目安

安全指導	20分
A→I バス	45分
I → K	60分
K → I	50分
休憩 (昼食)	40分
H→A バス	45分
活動後	10分
合計	270分

※人数が多いほど、移動時間が長くなります。



A→I : バスで移動

I→Kのルート

(2) オリエンテーリング (OL)

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ 集団行動規律 課題克服達成感 阿蘇の文化に親しむ 仲間づくり協調性

(2) ESD の課題解決に必要な7つの能力・態度

⑤ 他者と協力する態度 他者の立場に立ち、他者の考えや行動に共感するとともに、他者と協力・共同してものごとを進めようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	交流の家を出発場所として、 ミニコース 、 谷越えコース 、 ロングコース の3種類があります。					
	<ul style="list-style-type: none"> ・ミニコース (1. 5時間) は、短い距離で安全に実施することができ、池の周りの鳥や植物、花なども見ながら活動をすすめることができます。 ・谷越えコース (2. 5時間) は、険しい箇所があり、短めの時間で、少し難しいコースがよいと思われる方におすすめのコースです。 ・ロングコース (3. 5時間) は、少し時間をかけてポイントを探すことが可能です。 ※活動場所の 事前下見を必ず行う 。(指導者の配置・危険箇所・移動時間等の確認)					
諸条件	実施形態	指導必須 ※活動の事前 (安全) 指導に入る。		提出書類	不要	
	必要経費	なし		所要時間	上記概要に記載	
	活動場所	阿蘇青少年交流の家 小堀牧野、二塚牧野		対象・人数	小学校高学年以上 300人程度まで可能	
	事前下見	必須 (複数人での下見が望ましい)	実施時期	通年	天候	晴天時 ※雨天時代替プログラム有り
準備するもの	青少年交流の家で貸出し可能な物			団体に準備する物		
	OLマップ (参加者用・指導者用) スコアカード ボード コンパス 無線機 ビブス ゴーグル 等			【参加者】 帽子、手袋、水筒 (水分は通常1 Litre / 夏季2 Litre)、 雨合羽 時計 タオル ちり紙 ビニール袋 野外活動に適した服装 (長袖・長ズボン) 弁当 筆記用具 リュックサック等 【指導者】 救急用品 携帯電話 笛 等		
役割分担	交流の家職員が行うこと			団体引率者が行うこと		
	①指導者への説明 ②活動の意義の確認・ジオオリ ③ルールの説明・物品の貸出 (実施範囲・地図の読み方・コンパスの使い方) ④注意事項の説明・確認 ⑨貸出物品の受取			③借用物品の受け取り ⑤グループごとの出発、立哨ポイントでの指導 ⑥帰着グループ人員・健康状態確認 ⑦得点の集計と採点・表彰 ⑧活動のまとめ ⑨借用物品を事務室へ返却		

3 活動のふりかえりのポイント

視点 : 「阿蘇の自然を感じることができたか」「集団の一員として、仲間と協力することができたか」

発問例: 「阿蘇の自然についてどんなところに魅力を感じましたか」「人を思った行動がとれたところはどこですか」

4 SDGsで目指す姿

 4 質の高い教育をみんなに	 15 陸の豊かさも守ろう	15.4 2030年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に進行。 豊かな自然環境について考えることで、それらを守り維持していこうとする態度を育てる姿。
--	--	---

5 各コースの引率者向け動画について(各コースのルートや立哨ポイント、配慮事項についてご確認いただけます。)

ミニコース (10分程度)

谷越えコース (13分程度)

ロングコース (18分程度)



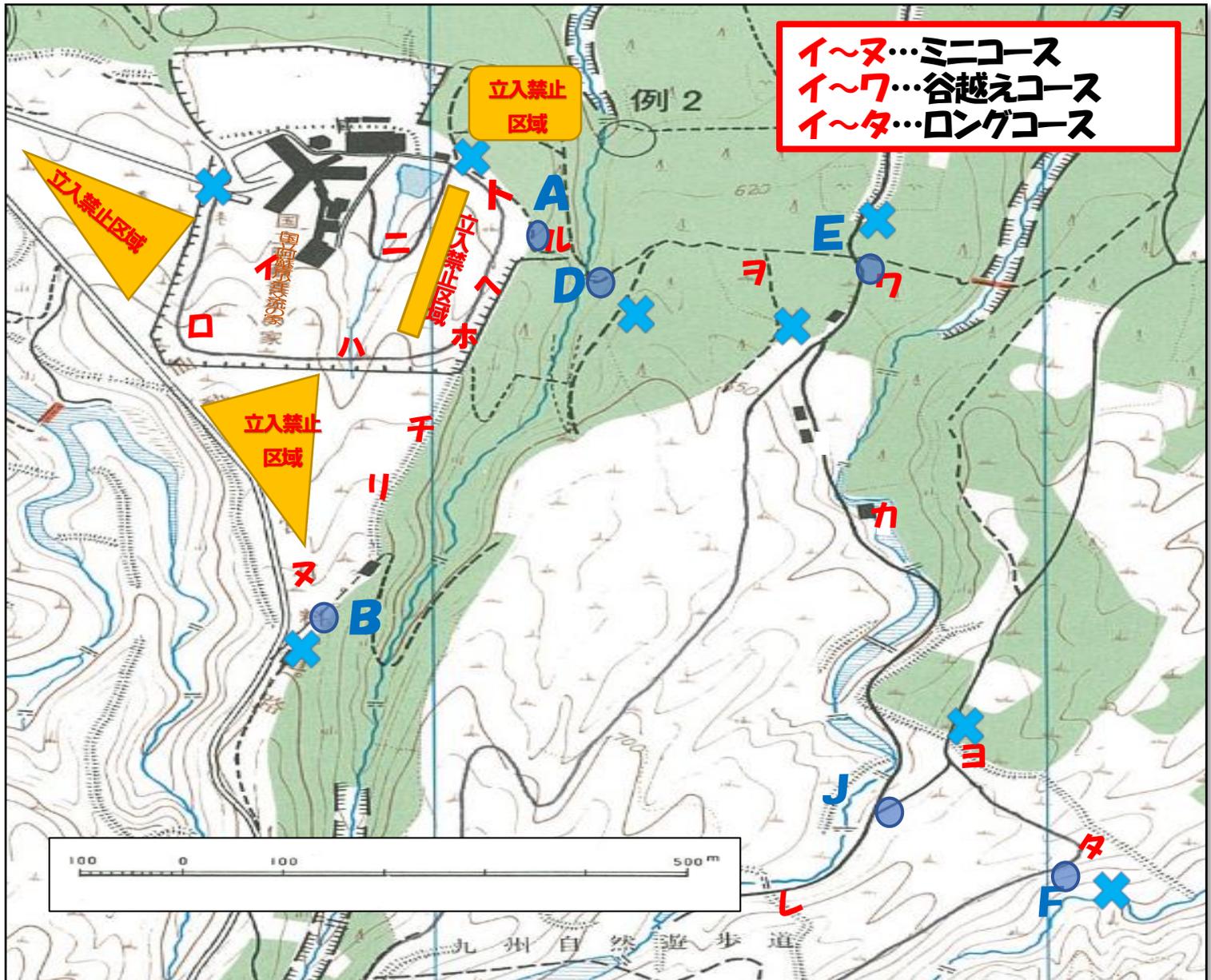
<https://youtu.be/UbRcKsWPjmE>

<https://youtu.be/ViRcQ8UkgTY>

<https://youtu.be/-8y7RRqgrgc>

オリエンテーリング(OL)全体地図

- イ~ツ** : ポストの場所
 - A~G** : チェックポイント (引率者の立哨ポイント)
 - ×** : この先はコースでない (ポストがない) を示しています。
- 立入禁止区域** : コースでない区域(立入禁止)です。



等高線間隔 10m

	5m以上の道路		植生		水色の矢線 磁北線
	2~5mの道		屋根		瀬川
	小道		土手・土塁		池
	建物		砂防ダム		小さな沢
	運動場の柵、牧柵		草原		等高線
	階段		危険箇所		
			通行不可能区域		

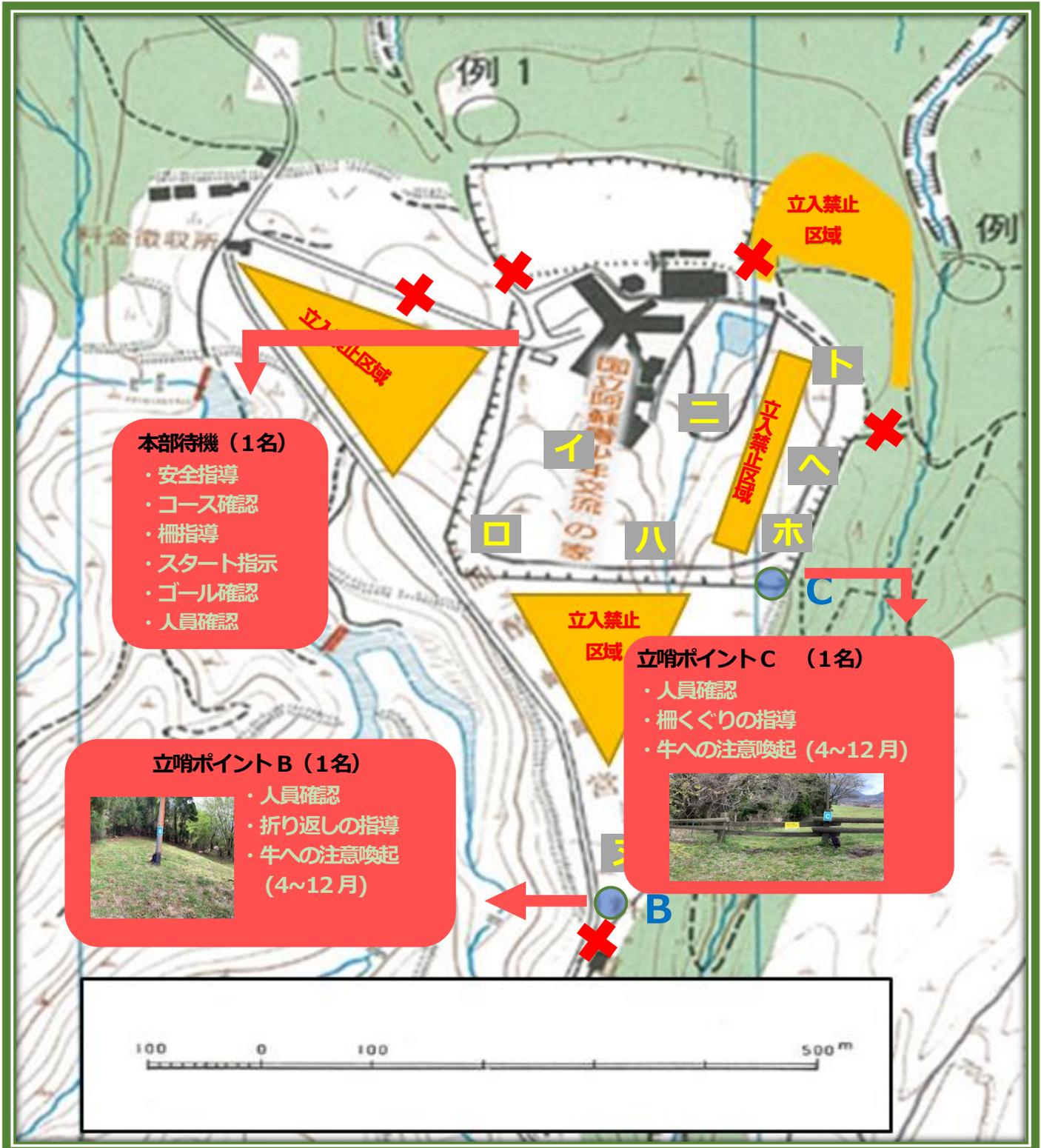
国立阿蘇青少年交流の家
0967-22-8013

諸注意（各団体の引率者の皆様へ）

- (1) 単独で行動せず、必ずグループでそろって行動するよう指導してください。
- (2) 民家の敷地内に入ったり、作物や施設を傷つけたりしないよう指導してください。
- (3) 危険と思われる場所へ近づかないよう指導してください。
- (4) O Lのコースは交流の家の敷地だけでなく、近隣の牧野組合の土地を借りています。4～11月頃は、コース内に牛がいます。牛に刺激を与えるような行動はしないよう指導してください。放牧中の牛に近づかない。またいたずらしないよう指導してください。
- (5) 牧野のゲートを開けずに、ゲート脇の柵をくぐって進むよう指導してください。
- (6) 車道は広がったりせず、道路の端を並んで歩くよう指導してください。
- (7) 周りにある草花を採ったり傷つけたりしないよう指導してください。
- (8) ゴミを散らかさないよう指導してください。
- (9) スタート前に必ずトイレを済ませるよう指導してください。
- (10) 熱中症予防やスズメバチ対策のため、必ず帽子をかぶるよう指導してください。
- (11) 牧野のゲートや有刺鉄線を乗り越えて進まないよう指導してください。

オリエンテーリング (OL) 地図【ミニコース】

- イ~ヌ** : ポストの場所  : コースでない区域 (立入禁止) です。
- B・C** : チェックポイント (引率者の立哨ポイント)
- ×** : この先はコースでない (ポストがない) ことを示しています。



引率者用

国立阿蘇青少年交流の家
0967-22-8013

オリエンテーリング スコアカード



【ミニコース】

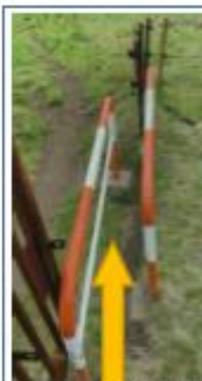
国立阿蘇青少年交流の家
0967-22-0813

班 名		解 答							
ポストの得点		見つけたポストの記入例：				A 55	→	A 55	
10点 【100点満点】	イ	C 25	ロ	F 45	ハ	A 35	ニ	G 40	
	ホ	C 19	ヘ	H 47	ト	E 43	チ	H 28	
	リ	E 11	ヌ	F 11					
総得点	/ 100点満点								
スタート時刻【 : 】 / ゴール時刻【 : 】 / 所要時間【 時間 分】									
総合順位	位 / 班中								

★★★ お願い ★★★

- コンパスを紛失・破損した場合、弁償になりますので注意して使用してください。
- 班の代表は必ずビブスを着用し、交流の家利用者と分かるようにしてください。
- 牧野のゲート（柵）や水道の栓を開けたままにしないようにしてください。
- オリエンテーリングのポストは、地図上のイ～ヌの場所のあたりにあります。木の上や木の幹の裏側にある場合がありますので、じっくり探してみてください。
- 牛に出会ったら、牛を脅かさないように、静かにゆっくりと歩きましょう。通れないと思ったときは、無理せず、来た道を引き返しましょう。（※原は牛が主役です）

☆☆☆こんな時には☆☆☆



柵（さく）の間（すき間）を通る



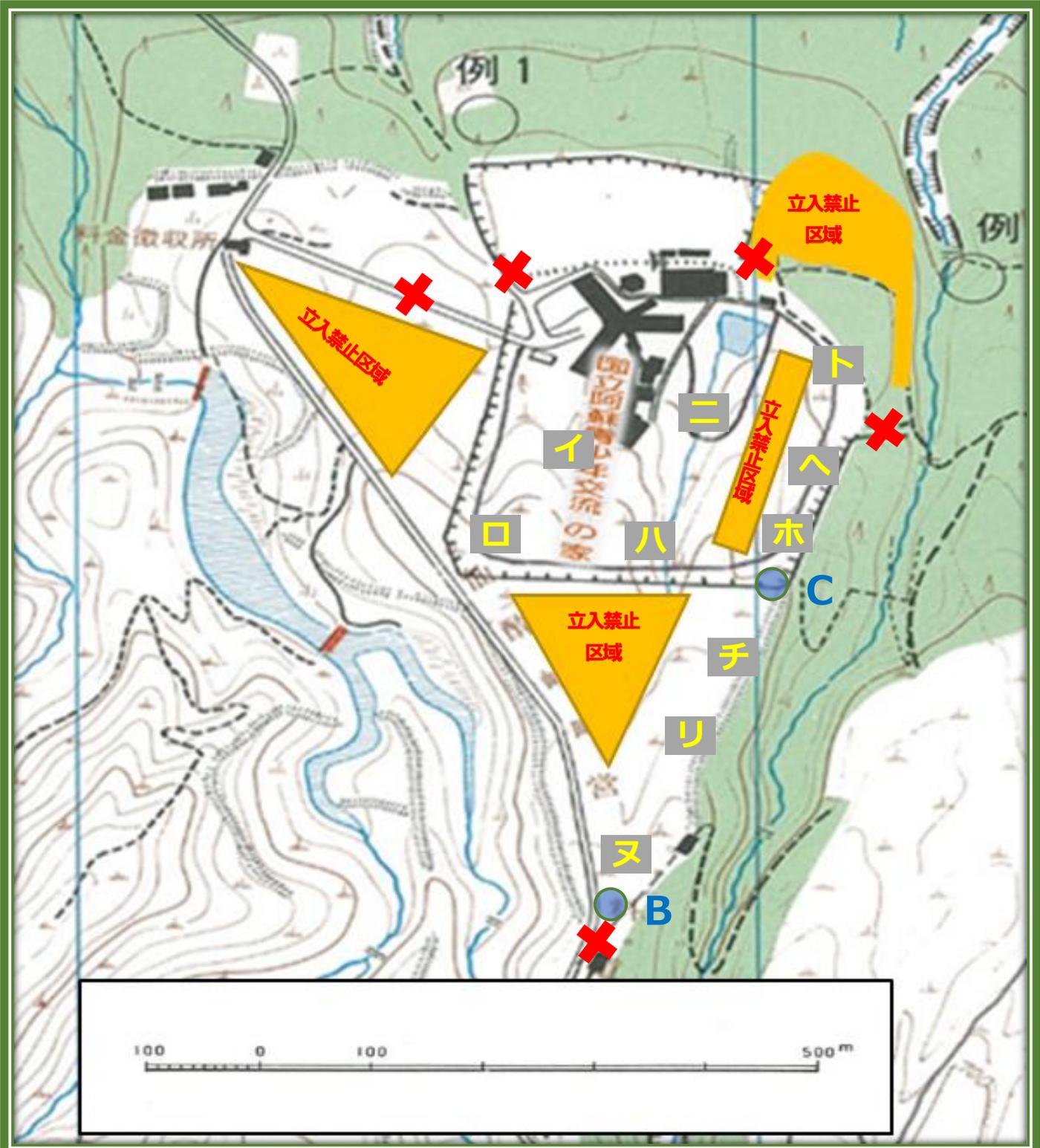
◆柵（さく）がある

- ◆柵（さく）がある
 - ◆この先もコース（ポイント）がある
- 木柵をくぐってまたは中には入り、進んでください
引率者がいるときは指示に従います。



オリエンテーリング (OL) 地図【ミニコース】

- イ~ヌ** : ポストの場所  : コースでない区域 (立入禁止) です。
- B・C** : チェックポイント (引率者の立哨ポイント)
- ×** : この先はコースでない (ポストがない) ことを示しています。



オリエンテーリング スコアカード



【ミニコース】

国立阿蘇青少年交流の家
0967-22-0813

班名							
ポストの得点	見つけたポストの記入例：			A 55	→	A 55	
10点 【100点満点】	イ	ロ	ハ	ニ			
	ホ	ヘ	ト	チ			
	リ	ヌ					
総得点	/ 100点満点						
スタート時刻【 : 】 / ゴール時刻【 : 】 / 所要時間【 時間 分】							
総合順位	位 / 班中						

★★★★ お願い ★★★★★

- コンパスを紛失・破損した場合、弁償になりますので注意して使用してください。
- 班の代表は必ずピブスを着用し、交流の家利用者と分かるようにしてください。
- 牧野のゲート（柵）や水道の栓を開けたままにしないようにしてください。
- オリエンテーリングのポストは、地図上のイ～ヌの場所のあたりにあります。木の上や木の幹の裏側にある場合がありますので、じっくり探してみてください。
- 牛に出会ったら、牛を驚かさないように、静かにゆっくりと歩きましょう。
通れないと思ったときは、無理せず、来た道を引き返しましょう。（草原は牛が主役です）

☆☆☆こんな時には☆☆☆



柵（さく）の間（すき間）を通る



◆柵（さく）がある

- ◆柵（さく）がある
- ◆この先もコース（ポイント）がある
木柵をくぐってまたは中には入り、進んでください
引率者がいるときは指示に従います。



オリエンテーリング（ミニコース） 下見資料

立哨ポイント

Bポイント



この先ポスト無し。
F11確認後、Cポイントへ戻れ。

Cポイント



この先、ポスト有り。くぐって進め

ポスト

イ

C25



ロ

F45



ハ

A35



ニ

G40



ホ

C19



ヘ

H47



ト

E43



チ

H28



リ

E11



ヌ

F11

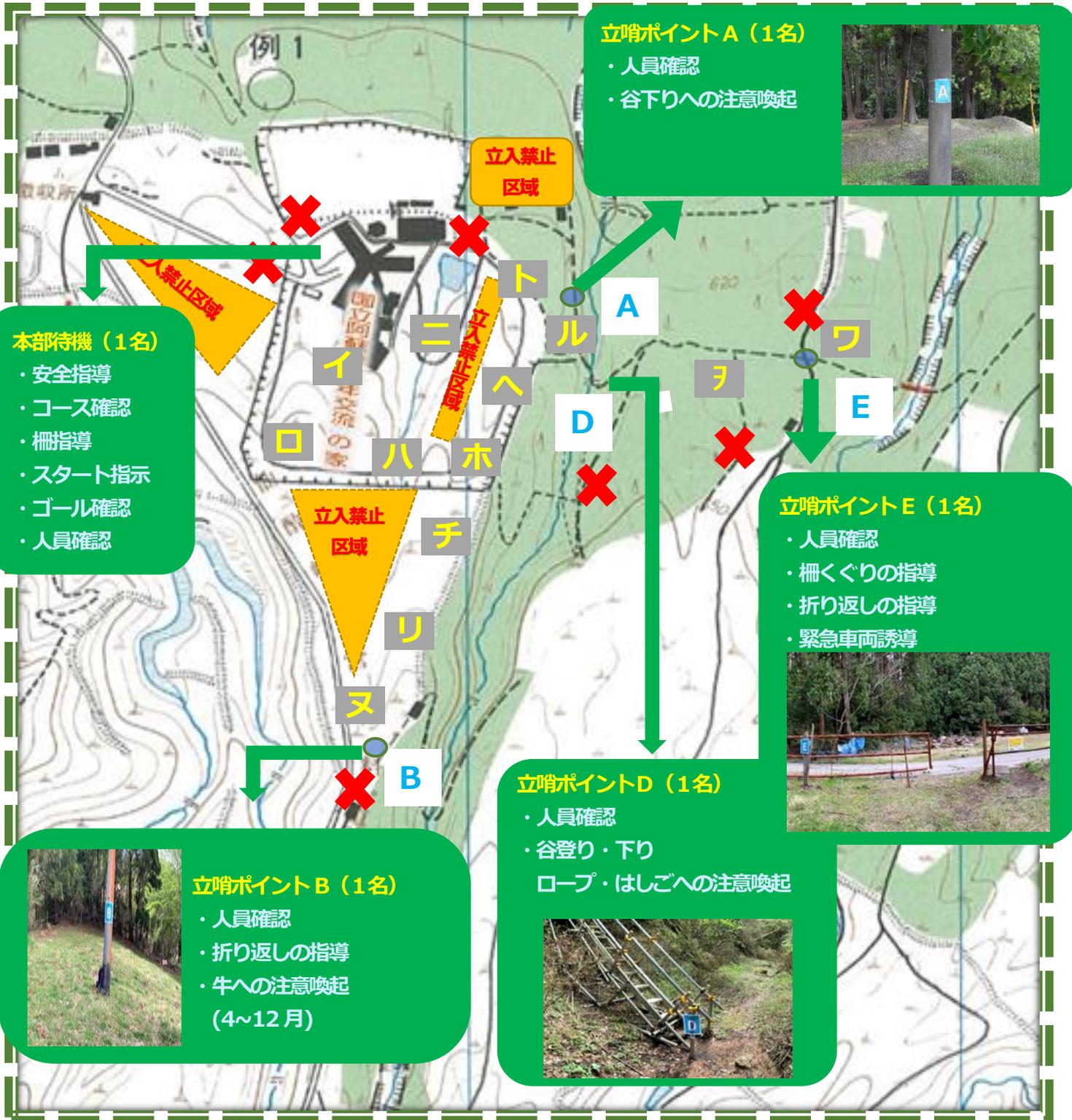


オリエンテーリング (OL) 地図 [谷越えコース]

イ〜カ : ポストの場所  : コースでない区域 (**立入禁止**) です。

A〜E : チェックポイント (引率者の立哨ポイント)

× : この先はコースでない (ポストがない) ことを示しています。



引率者用

オリエンテーリング スコアカード



【谷越えコース】

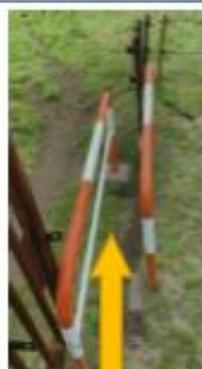
国立阿蘇青少年交流の家
0967-22-0813

班名		解答							
ポストの得点		見つけたポストの記入例：							
10点 【100点満点】	イ	C 25	ロ	F 45	ハ	A 35	ニ	G 40	
	ホ	C 19	ヘ	H 47	ト	E 43	チ	H 28	
	リ	E 11	ヌ	F 11					
20点 【100点満点】	ル	F 41	ヲ	A 16	ワ	F 26			
総得点	/ 160点満点								
スタート時刻【 : 】 / ゴール時刻【 : 】 / 所要時間【 時間 分】									
総合順位	位 / 班中								

★★★ お願い ★★★

- コンパスを紛失・破損した場合、弁償になりますので注意して使用してください。
- 班の代表は必ずピプスを着用し、交流の家利用者と分かるようにしてください。
- 牧野のゲート（柵）や水道の栓を開けたままにしないようにしてください。
- オリエンテーリングのポストは、地図上のイ～ワの場所のあたりにあります。木の上や木の幹の裏側にある場合がありますので、じっくり探してみてください。
- 牛に出会ったら、牛を驚かさないように、静かにゆっくりと歩きましょう。通れないと思ったときは、無理せず、来た道を引き返しましょう。（草原は牛が主役です）

☆☆☆こんな時には☆☆☆



◆柵（さく）がある

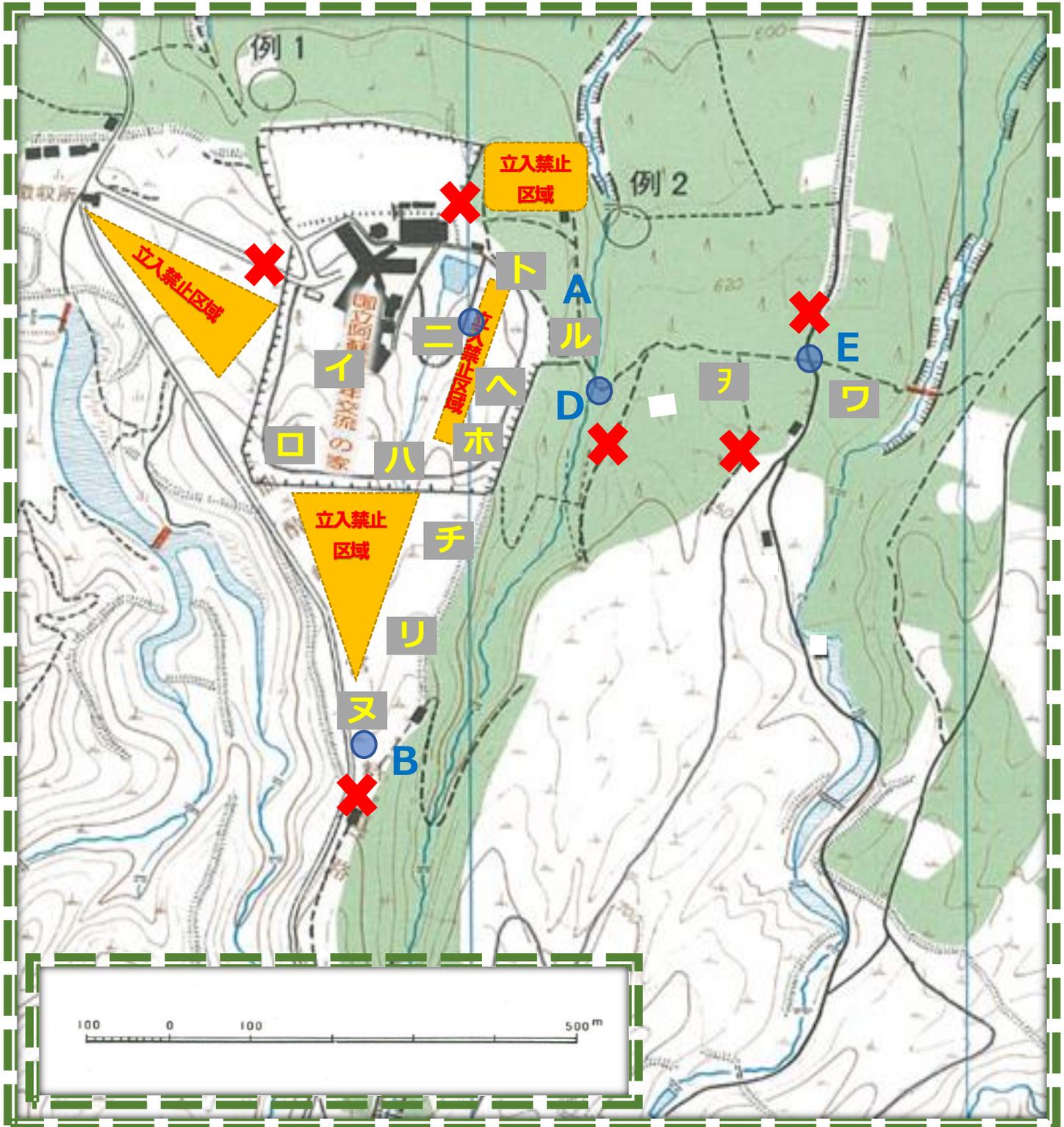
柵（さく）の間（すき間）を通る

- ◆柵（さく）がある
 - ◆この先もコース（ポイント）がある
- 木柵をくぐってまたは中には入り、進んでください
引率者がいるときは指示に従います。



オリエンテーリング (OL) 地図 [谷越えコース]

- イ~カ : ポストの場所
- 立入禁止区域 : コースでない区域 (立入禁止) です。
- ABDE : チェックポイント (引率者の立哨ポイント)
- × : この先はコースでない (ポストがない) ことを示しています。



オリエンテーリング スコアカード



【谷越えコース】

国立阿蘇青少年交流の家
0967-22-0813

班名							
ポストの得点	見つけたポストの記入例：			A 55	→	A 55	
10点 【100点満点】	イ	ロ	ハ	ニ			
	ホ	ヘ	ト	チ			
	リ	ヌ					
20点 【100点満点】	ル	ヲ	ワ				
総得点	/ 160点満点						
スタート時刻【 : 】 / ゴール時刻【 : 】 / 所要時間【 時間 分】							
総合順位	位 / 班中						

★★★★ お願い ★★★★★

- コンパスを紛失・破損した場合、弁償になりますので注意して使用してください。
- 班の代表は必ずピブスを着用し、交流の家利用者と分かるようにしてください。
- 牧野のゲート（柵）や水道の栓を開けたままにしないようにしてください。
- オリエンテーリングのポストは、地図上のイ～ワの場所のあたりにあります。木の上や木の幹の裏側にある場合がありますので、じっくり探してみてください。
- 牛に出会ったら、牛を驚かさないように、静かにゆっくりと歩きましょう。通れないと思ったときは、無理せず、来た道を引き返しましょう。（草原は牛が主役です）

☆☆☆こんな時には☆☆☆



◆柵（さく）がある

柵（さく）の間（すき間）を通る

- ◆柵（さく）がある
 - ◆この先もコース（ポイント）がある
- 木柵をくぐってまたは中には入り、進んでください
引率者がいるときは指示に従います。



オリエンテーリング（谷越えコース） 下見資料

立哨ポイント

Aポイント



谷越え、ロングコース
谷入り口。注意喚起

Bポイント



この先ポスト無し。
F11確認後、Cポイントへ戻れ。

Dポイント



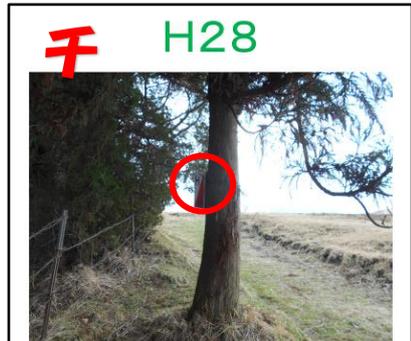
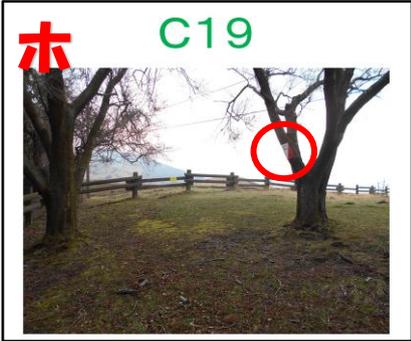
谷下り、谷登り指導（ロープを使え）

Eポイント



救護車両乗り入れ場所&柵指導

ポスト



オリエンテーリング (OL) 地図【ロングコース】

イ〜タ

: ポストの場所  : コースでない区域 (立入禁止) です。

ABDEFJ

: チェックポイント (引率者の立哨ポイント)



: この先はコースでない (ポストがない) ことを示しています。



本部待機 (1名)

- ・安全指導
- ・コース確認
- ・柵指導
- ・スタート指示
- ・ゴール確認
- ・人員確認

立哨ポイントA (1名)

- ・人員確認
- ・谷下りへの注意喚起



立哨ポイントE (1名)

- ・人員確認
- ・柵くりの指導
- ・折り返しの指導
- ・牛への注意喚起
- ・緊急車両誘導



立哨ポイントB (1名)

- ・人員確認
- ・折り返しの指導
- ・牛への注意喚起 (4~12月)



立哨ポイントD (1名)

- ・人員確認
- ・谷登り・下り
- ・ロープ
- ・はしごへの注意喚起



立哨ポイントJ (1名)

- ・人員確認
- ・コースの確認



立哨ポイントF (1名)

- ・人員確認
- ・折り返しの指導



引率者用

国立阿蘇青少年交流の家
0967-22-0813

オリエンテーリング スコアカード



【ロングコース】

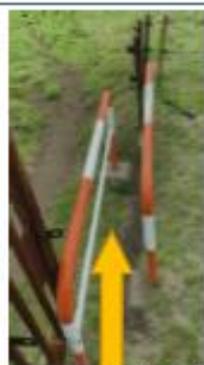
国立阿蘇青少年交流の家
0967-22-0813

班 名		解 答						
ポストの得点		見つけたポストの記入例：		A 55	→	A 55		
10点 【100点満点】	イ	C 25	ロ	F 45	ハ	A 35	ニ	G 40
	ホ	C 19	ヘ	H 47	ト	E 43	チ	H 28
	リ	E 11	ヌ	F 11				
20点 【100点満点】	ル	F 41	ヲ	A 16	ワ	F 26		
30点 【120点満点】	カ	E 39	ヨ	D 37	タ	B 0		
総得点	/250点満点							
スタート時刻【 : 】 / ゴール時刻【 : 】 / 所要時間【 時間 分】								
総合順位	位 / 班中							

★★★ お願い ★★★

- コンパスを紛失・破損した場合、弁償になりますので注意して使用してください。
- 班の代表は必ずピブスを着用し、交流の家利用者と分かるようにしてください。
- 牧野のゲート（柵）や水道の栓を開けたままにしないようにしてください。
- オリエンテーリングのポストは、地図上のイ～タの場所のあたりにあります。木の上や木の幹の裏側にある場合がありますので、じっくり探してみてください。
- 牛に出会ったら、牛を驚かさないように、静かにゆっくりと歩きましょう。通れないと思ったときは、無理せず、来た道を引き返しましょう。（草原は牛が主役です）

☆☆☆こんな時には☆☆☆



◆柵（さく）がある

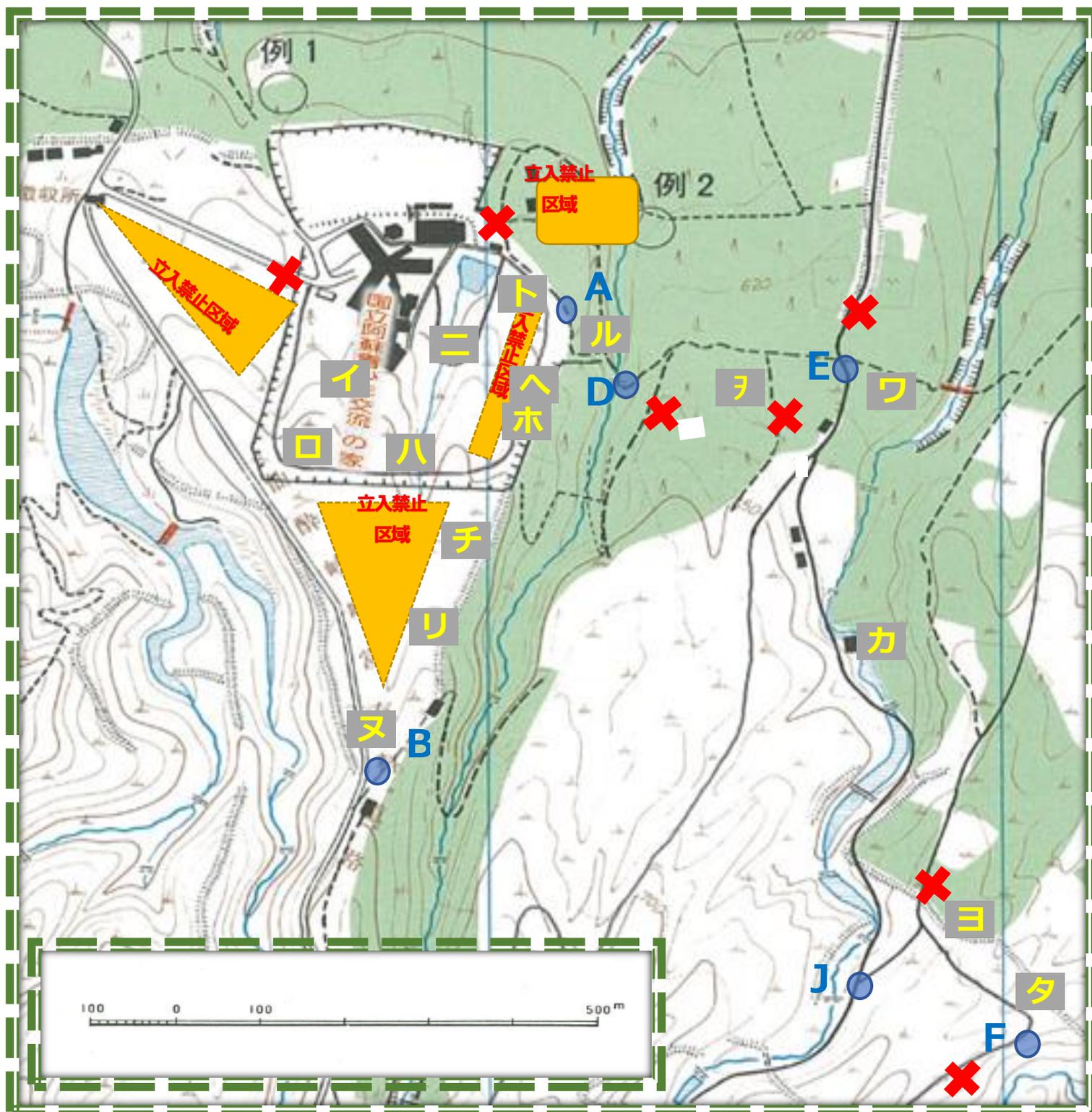
柵（さく）の間（すき間）を通る

- ◆柵（さく）がある
 - ◆この先もコース（ポイント）がある
- 木柵をくぐってまたは中には入り、進んでください
引率者がいるときは指示に従います。



オリエンテーリング (OL) 地図【ロングコース】

- イ〜タ : ポストの場所  : コースでない区域 (立入禁止) です。
- ABDEFJ : チェックポイント (引率者の立哨ポイント)
-  : この先はコースでない (ポストがない) ことを示しています。



オリエンテーリング スコアカード



【ロングコース】

国立阿蘇青少年交流の家
0967-22-0813

班名							
ポストの得点	見つけたポストの記入例：				A 55	→	A 55
10点 【100点満点】	イ	ロ	ハ	ニ			
	ホ	ヘ	ト	チ			
	リ	ヌ					
20点 【100点満点】	ル	ヲ	ワ				
30点 【90点満点】	カ	コ	タ				
総得点	/250点満点						
スタート時刻【 : 】 / ゴール時刻【 : 】 / 所要時間【 時間 分】							
総合順位	位 / 班中						

★★★★ お願い ★★★★★

- コンパスを紛失・破損した場合、弁償になりますので注意して使用してください。
- 班の代表は必ずピブスを着用し、交流の家利用者と分かるようにしてください。
- 牧野のゲート（柵）や水道の栓を開けたままにしないようにしてください。
- オリエンテーリングのポストは、地図上のイ～タの場所のあたりにあります。木の上や木の幹の裏側にある場合がありますので、じっくり探してみてください。
- 牛に出会ったら、牛を驚かさないように、静かにゆっくりと歩きましょう。通れないと思ったときは、無理せず、来た道を引き返しましょう。（草原は牛が主役です）

☆☆☆こんな時には☆☆☆



◆柵（さく）がある

柵（さく）の間（すき間）を通る

- ◆柵（さく）がある
 - ◆この先もコース（ポイント）がある
- 木柵をくぐってまたは中には入り、進んでください
引率者がいるときは指示に従います。



オリエンテーリング（ロングコース） 下見資料

立哨ポイント

Aポイント



谷越え、ロングコース
谷入り口。注意喚起

Bポイント



この先ポスト無し。
F11確認後、Cポイントへ戻れ。

Dポイント



谷下り、谷登り指導（ロープを使え）

Eポイント



救護車両乗り入れ場所 & 柵指導

Jポイント



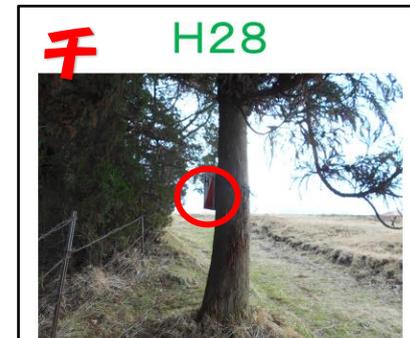
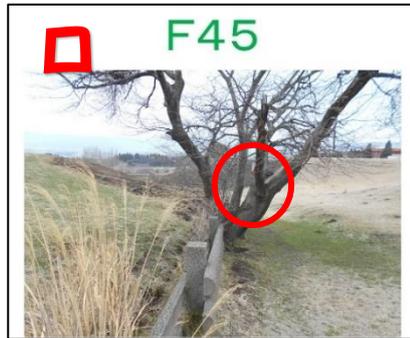
左の坂道登れ、ポスト有り

Fポイント



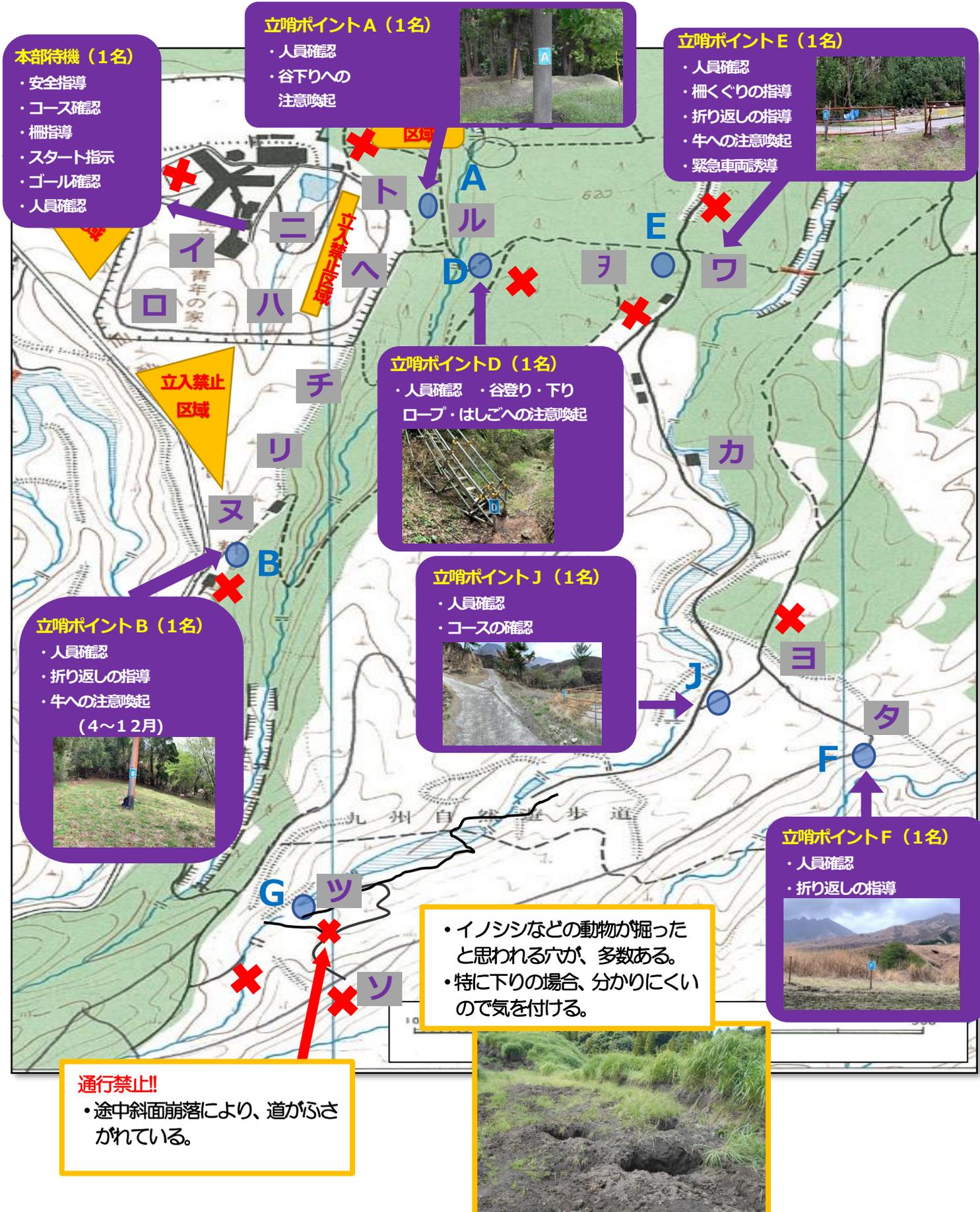
ここから右折して進め

ポスト



オリエンテーリング (OL) 地図 [スーパーロングコース]

- イ〜ツ** : ポストの場所
- ABDEFGJ** : チェックポイント (引率者の立哨ポイント)
- ×** : この先はコースでない (ポストがない) ことを示しています。



オリエンテーリング スコアカード

【スーパーロングコース】

国立阿蘇青少年交流の家
0967-22-0813

班 名		解 答							
ポストの得点		見つけたポストの記入例：			→				
10点 【100点満点】	イ	C 25	ロ	F 45	ハ	A 35	ニ	G 40	
	ホ	C 19	ヘ	H 47	ト	E 43	チ	H 28	
	リ	E 11	ヌ	F 11					
20点 【100点満点】	ル	F 41	ヲ	A 16	ワ	F 26			
30点 【90点満点】	カ	E 39	ヨ	D 37	タ	B 0			
40点 【120点満点】	レ	C 36	ソ	E 25	ツ	B 20			
総得点	/370点満点								

スタート時刻【 : 】 / ゴール時刻【 : 】 / 所要時間【 時間 分】

総合順位 位 / 班中

★★★ お願い ★★★

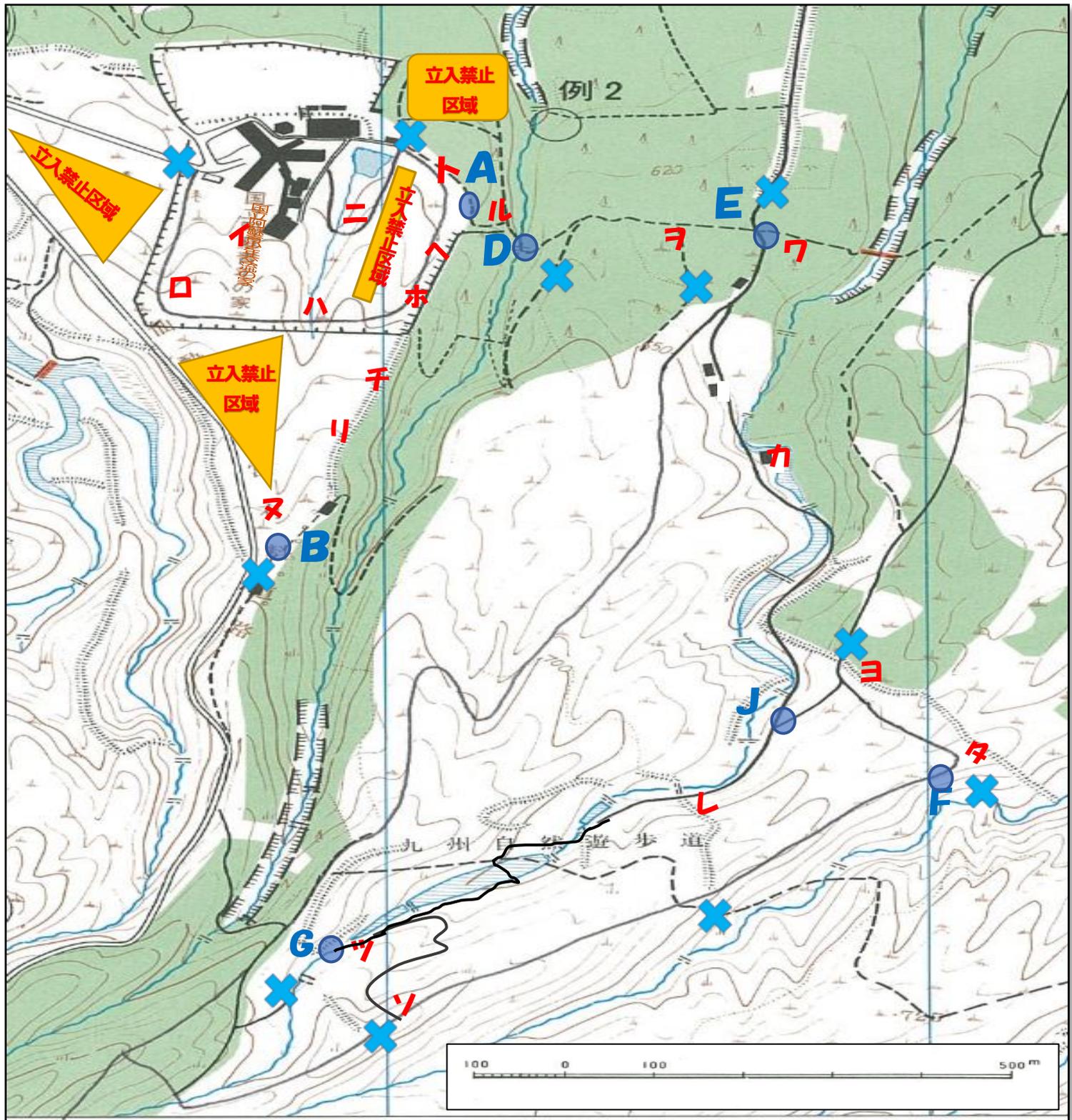
- コンパスを紛失・破損した場合、弁償になりますので注意して使用してください。
- 班の代表は必ずビブスを着用し、交流の家利用者と分かるようにしてください。
- 牧野のゲート（柵）や水道の栓を開けたままにしないようにしてください。
- オリエンテーリングのポストは、地図上のイ～タの場所のあたりにあります。木の上や木の幹の裏側にある場合がありますので、じっくり探してみてください。
- 牛に出会ったら、牛を驚かさないように、静かにゆっくりと歩きましょう。通れないと思ったときは、無理せず、来た道を引き返しましょう。（草原は牛が主役です）

☆☆☆こんな時には☆☆☆



オリエンテーリング(OL)地図(スーパーロングコース)

- イ~ツ** : ポストの場所
 - A~G** : チェックポイント (引率者の立哨ポイント)
 - ×** : この先はコースでない (ポストがない) ことを示しています。
- 立入禁止区域 : コースでない区域(立入禁止)です。



オリエンテーリング スコアカード

【スーパーロングコース】

国立阿蘇青少年交流の家
0967-22-0813

班名							
ポストの得点	見つけたポストの記入例：				→		55
10点 【100点満点】	イ	ロ	ハ	ニ			
	ホ	ヘ	ト	チ			
	リ	ヌ					
20点 【100点満点】	ル	ヲ	ワ				
30点 【90点満点】	カ	ヨ	タ				
40点 【120点満点】	レ	ソ	ツ				
総得点	/370点満点						
スタート時刻【 : 】 / ゴール時刻【 : 】 / 所要時間【 時間 分】							
総合順位	位 / 班中						
<p>★★★ お願い ★★★</p> <ul style="list-style-type: none"> コンパスを紛失・破損した場合、弁償になりますので注意して使用してください。 班の代表は必ずピブスを着用し、交流の家利用者と分かるようにしてください。 牧野のゲート（柵）や水道の栓を開けたままにしないようにしてください。 オリエンテーリングのポストは、地図上のイ～タの場所のあたりにあります。木の上や木の幹の裏側にある場合がありますので、じっくり探してみてください。 牛に出会ったら、牛を驚かさないように、静かにゆっくりと歩きましょう。通れないと思ったときは、無理せず、来た道を引き返しましょう。（尊厳は牛が主役です） 							

☆☆☆こんな時には☆☆☆



柵（さく）がある
柵（さく）の
間（すき間）を通る

- ◆柵（さく）がある
 - ◆この先もコース（ポイント）がある
- 柵をくぐって進んでください



オリエンテーリング（ロングコース） 下見資料

立哨ポイント

Aポイント



谷越え、ロングコース
谷入り口。注意喚起

Bポイント



この先ポスト無し。
F11確認後、Cポイントへ戻れ。

Dポイント



谷下り、谷登り指導（ロープを使え）

Eポイント



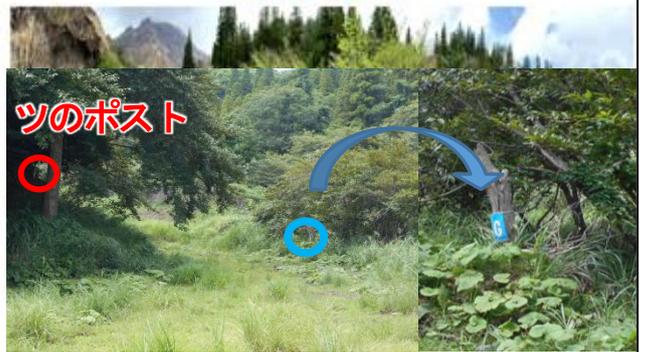
救護車両乗り入れ場所 & 柵指導

Jポイント



左の坂道登れ、ポスト有り

Gポイント

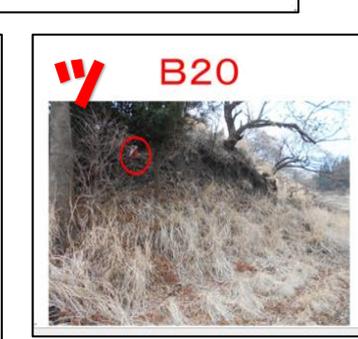
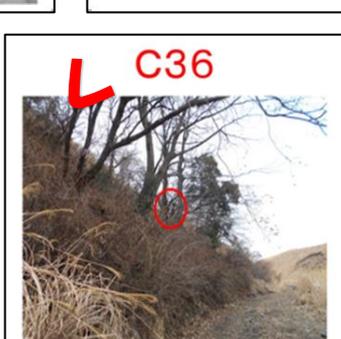
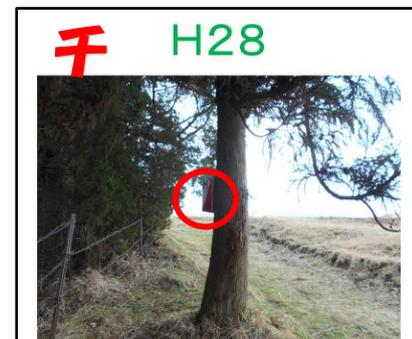
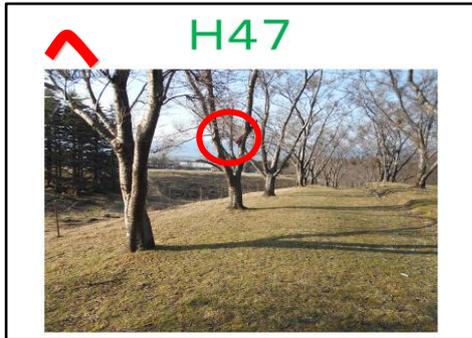
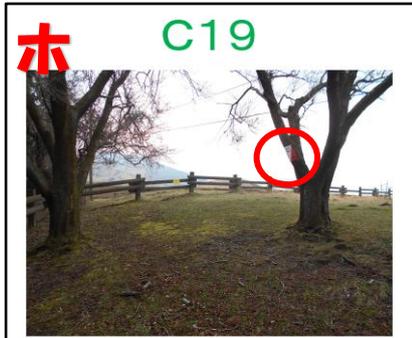


Fポイント



ここから右折して進め

ポスト



(3) 館内オリエンテーリング

1 活動の目的、効果

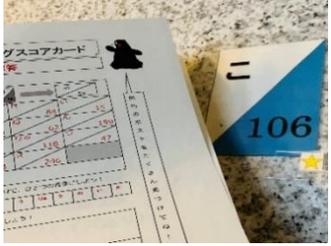
(1) 体験活動上の効果

◎集団行動規律 課題克服達成感 仲間づくり協調性 ○阿蘇の自然に親しむ 阿蘇の文化に親しむ

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑤他者と協力する態度 他者の立場に立ち、他者の考えや行動に共感するとともに、他者と協力・共同してものごとを進めようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	交流の家館内（屋内）にある、ポストをさがして、スコアカードの指令に沿ってオリエンテーリングを進めます。 館内（屋内）でのオリエンテーリングすることで、施設を知ることができるので初日の雨天時プログラムにおすすめです。					
	実施形態	自主活動		提出書類	不要	
諸条件	必要経費	なし		所要時間	1時間程度	
	活動場所	交流の家館内（屋内）		対象・人数	学校団体、自然体験活動団体などの団体すべて 200人程度	
	事前下見	不要	実施時期	通年	天候	天候に関わらず実施可能
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物		
	バインダー スコアカード 問題用紙 館内OL マップ			筆記用具		
役割分担	交流の家職員が行うこと			団体引率者が行うこと		
	①物品の貸出、 ②団体引率者への説明（30分前までに） （活動の意義の確認、ルール、安全面） ⑧貸出物品の受けとり			①物品の受け取り ②事前説明を受ける（30分前までに） ③活動の意義、ルール、安全面の指導 ④グループごとの出発 ⑤帰着グループ人員確認 ⑥得点の集計と採点 ⑦活動のまとめ ⑧借用物の返却		

3 活動のふりかえりのポイント

視点：「集団の一員として仲間と協力できたか」「課題解決のために進んで意見等述べることができたか」

発問例：「人を思った行動がとれたところはどこですか」「お互いの意見を聞き合っグループとしての高まりが感じられたところはどこですか」

4 SDGsで目指す姿

		15.4 2030年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。 ・豊かな自然環境について考えることで、それらを守り維持していこうとする態度を育てる姿。
--	---	--

5 その他（団体の引率者の皆様へ）

- 単独で行動せず、必ずグループでそろって行動するよう指導してください。
- 宿泊室や研修室、レストランなどの部屋の中には入らないようにしましょう。
- 玄関や渡り廊下などには出てもよいですが、屋根のない外には行かないようにしましょう。
- 走らないようにしましょう。

館内オリエンテーリングクイズ問題



班名 _____

☆阿蘇の神火は昭和 40 年 3 月 25 日に、中岳火口底より登山家

によって直接採火したものです。

☆野焼きは新芽が芽吹く前の 頃から行われます。

☆カルデラはポルトガル語で という意味です。

☆感染症予防の基本は です。

☆阿蘇山という山は存在しません。5 つの山を総称して阿蘇山と言います。記入してください。



☆AED の正式名称は です。

☆洗濯機のは 台です。

☆講堂は英語で です。

☆将棋盤は 台です。

☆講堂近くのポストから山を見てください。その景色を見て俳句 (5・7・5) を作りましょう。

館内オリエンテーリングスコアカード



班 名	解答
-----	----

指令① 館内に15個あるポストを見つけよう！

ポストの数字	見つけたポストの記入例：						
	<table border="1" style="display: inline-table;"> <tr><td style="color: red;">あ</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">55</td></tr> </table> → <table border="1" style="display: inline-table;"> <tr><td style="color: red;">あ</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">55</td></tr> </table>	あ	55	あ	55		
あ							
55							
あ							
55							
	あ	そ	せ	い			
	167	203	84	15			
	しよ	う	ね	ん			
	391	140	62	159			
	こ	う	りゅ	う			
	106	99	118	47			
	の	い	え				
	124	3	246				
合計							

指令② ポストに書いてあった平仮名を組み合わせ、ひとつの言葉にしよう！

あ	そ	せ	い	しよ	う	ね	ん	こ	う	りゅ	う	の	い	え
---	---	---	---	----	---	---	---	---	---	----	---	---	---	---

指令③ ポストに書いてあった数字を全て足しましょう！

【計算スペース】
合計(1964)

指令④ 組み合わせた平仮名(指令②)ポストの合計(指令③)に関する写真を探そう！
その写真からわかることはなんだろう？

1964年 阿蘇青少年交流の家 開所日

スタート時刻【 : 】 / ゴール時刻【 : 】 / 所要時間【 時間 分】	
総合順位	位

館内のポストをたくさん見つけてね！エイエイモーン！

館内オリエンテーリングクイズ問題



班名 _____

☆阿蘇の神火は昭和 40 年 3 月 25 日に、中岳火口底より登山家

栗林範直

中島一明

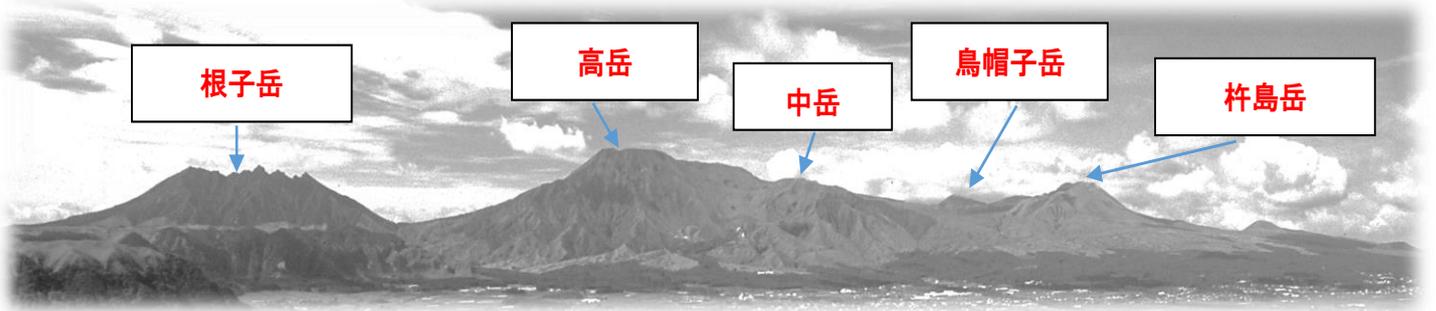
によって直接採火したものです。

☆野焼きは新芽が芽吹く前の **2月** 頃から行われます。

☆カルデラはポルトガル語で **大鍋** という意味です。

☆感染症予防の基本は **手洗い** **うがい** です。

☆阿蘇山という山は存在しません。5つの山を総称して阿蘇山と言います。記入してください。



☆AED の正式名称は **自動体外式除細動器** です。

☆洗濯機の数 **10** 台です。

☆講堂は英語で **Auditorium** です。

☆将棋盤 **3** 台です。

☆講堂近くのポストから山を見てください。その景色を見て俳句 (5・7・5) を作りましょう。

(4) 館内ビンゴ

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎集団行動規律 課題克服達成感 仲間づくり協調性 ○阿蘇の自然に親しむ 阿蘇の文化に親しむ

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑤ 他者と協力する態度 他者の立場に立ち、他者の考えや行動に共感するとともに、他者と協力・共同してものごとを進めようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	交流の家館内地図と、フォトビンゴの写真を照らし合わせながらビンゴを行います。 館内フォトビンゴをしながら回ることで、施設を知ることができるので初日の雨のプログラムにおすすめです。					
	実施形態	自主活動		提出書類	不要	
	必要経費	なし		所要時間	1時間程度	
	活動場所	交流の家館内		対象・人数	学校、自然体験活動団体などの団体 すべて200人程度	
事前下見	不要	実施時期	通年	天候	晴天時 ※雨天時代替プログラム有り	
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物		
	バインダー 室内ビンゴマップ、解答用紙、問題用紙			筆記用具		
役割分担	交流の家職員が行うこと			団体引率者が行うこと		
	①物品の貸出、 ②団体引率者への説明(30分前までに) (活動の意義の確認、ルール、安全面) ⑧貸出物品の受けとり			①物品の受け取り ②事前説明を受ける(30分前までに) ③活動の意義、ルール、安全面の指導 ④グループごとの出発 ⑤帰着グループ人員確認 ⑥得点の集計と採点 ⑦活動のまとめ ⑧借用物の返却		

3 活動のふりかえりのポイント

視点：「阿蘇の自然を感じることができたか」「集団の一員として、仲間と協力することができたか」

発問例：「阿蘇の自然についてどんなところに魅力を感じましたか」「人を思った行動がとれたところはどこですか」

4 SDGsで目指す姿

		15.4 2030年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。 ・豊かな自然環境について考えることで、それらを守り維持していこうとする態度を育てる姿。
--	---	--

5 その他(団体の引率者の皆様へ)

- 単独で行動せず、必ずグループでそろって行動するよう指導してください。
- 宿泊室や研修室、レストランなどの部屋の中には入らないようにしましょう。
- 玄関や渡り廊下などには出てよいですが、屋根のない外には行かないようにしましょう。
- 走らないようにしましょう。

かんない 館内BINGO! (問題)



<活動の手順>

- (1) 地図にある番号のところに行くと、写真と同じものがあります。
- (2) 写真と同じものを見つけたら、解答用紙の同じ枠に、自分のいる場所の番号を書きます。
- (3) 写真と同じものを見つけること以外にも、解答用紙にクイズの問題があるので、その答えをグループのみんなと協力して考えましょう。

かんない
館内BINGO! (解答用紙)

はん
班]

もんだい (問題1) 写真と同じものを見つけて、その場所の番号を書きましょう。



もんだい (問題2) 事務室の前にある階段で3階にあがるまで、何段あるでしょう。

こたえ: _____

もんだい (問題3) 土曜日に郵便局の人が、郵便ポストの手紙を取りにくるのは何時でしょう。

こたえ: _____

もんだい (問題4) 「講堂」入口の壁にある「青色のタイル」はいくつあるでしょう。

こたえ: _____

もんだい (問題5) レストランの名前は何でしょう。

こたえ: _____

もんだい (問題6) 事務室の前に灯している「阿蘇の神火」はどこからもってきたでしょう。

こたえ: _____

かんない
館内BINGO! (解答)

はん
班]

もんだい (問題1) 写真と同じものを見つけよう。

1 5	3	4	7
1	9	1 2	1 4
1 6	6	8	2
1 0	1 1	1 3	5

もんだい (問題2) 事務室の前にある階段で3階にあがるまで、何段あるでしょう。

こたえ: 38段

もんだい (問題3) 土曜日に郵便局の人が、郵便ポストの手紙を取りにくるのは何時でしょう。

こたえ: 12時

もんだい (問題4) 「講堂」入口の壁にある「青色のタイル」はいくつあるでしょう。

こたえ: 12枚

もんだい (問題5) レストランの名前は何かでしょう。

こたえ: きらら

もんだい (問題6) 事務室の前に灯している「阿蘇の神火」はどこからもってきたでしょう。

こたえ: 中岳火口底

【得点】ビンゴの数 : 1本(10点) × 本 = 点
問題 : 1問(10点) × 問 = 点
合計 点 / 150点

(5) 阿蘇検定オリエンテーリング

1 活動の目的、効果

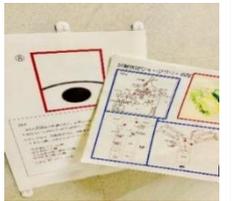
(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ 集団行動規律 課題克服達成感 阿蘇の文化に親しむ ・仲間づくり協調性

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑤ 他者と協力する態度 他者の立場に立ち、他者の考えや行動に共感するとともに、他者と協力・共同してものごとを進めようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	マップを目印に目標に館内や屋外へ行き、お絵かき問題と検定問題に答えます。検定問題はすべて阿蘇に関する問題です。問題の答えは館内の掲示物、パンフレットの中に隠されていますので、参加者が自然と施設の掲示物を見たり、施設のものに触れたりし、施設を細かく知ることが出来ます。また、問題の解説もあるため、プログラムの終わりに知識型のまとめのような形で締めくくることが出来ます。					
諸条件	実施形態	自主活動		提出書類	不要	
	必要経費	なし		所要時間	上記概要に記載	
	活動場所	交流の家館内（屋外）		対象・人数	学校、自然体験活動団体、などの団体すべて 100人程度	
	事前下見	不要	実施時期	通年	天候	天候に関わらず実施可能 ※（雨天時用は屋内のみ）
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物		
	バインダー 阿蘇検定OL マップ			【晴天時】 帽子 水筒（水分は通常1リットル/夏季2リットル） 時計 タオル リュックサック ビニール袋 筆記用具 【雨天時】 筆記用具 【指導者】 救急用品		
役割分担	交流の家職員が行うこと			団体引率者が行うこと		
	①物品の貸出、 ②団体引率者への説明（30分前までに） （活動の意義の確認、ルール、安全面） ⑧貸出物品の受けとり			①物品の受け取り ②事前説明を受ける（30分前までに） ③活動の意義、ルール、安全面の指導 ④グループごとの出発 ⑤帰着グループ人員確認 ⑥得点の集計と採点 ⑦活動のまとめ ⑧借用物の返却		

3 活動のふりかえりのポイント

視点：「集団の一員として、仲間と協力することができたか」

発問例：「人を思った行動がとれたところはどこですか」

4 SDGsで目指す姿

		15.4 2030年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。 豊かな自然環境について考えることで、それらを守り維持していこうとする態度を育てる姿。
--	---	---

5 その他（団体の引率者の皆様へ）

- (1) 単独で行動せず、必ずグループでそろって行動するよう指導してください。
- (2) 民家の敷地内に入ったり、作物や施設を傷つけたりしないよう指導してください。
- (3) 危険と思われる場所へ近づかないよう指導してください。
- (4) 周りにある草花を採ったり傷つけたりしないよう指導してください。
- (5) 熱中症予防やスズメバチ対策のため、必ず帽子をかぶるよう指導してください。
- (6) 牧野のゲートや有刺鉄線を乗り越えて進まないよう指導してください。

阿蘇検定オリエンテーリングの手引き

地図の★の場所に行って、以下のような問題に答える。

例



【例題】
現在、阿蘇市のイメージマスコットは3つあります。
平成24年（2012）2月に誕生したイメージマスコットの名前は、次のうちどれでしょう。

- ①五岳くん
- ②火の子ちゃん
- ③あか牛くん
- ④ひごまる



※問題は【お絵かき問題】と【阿蘇検定問題】があります。

※【お絵かき問題】は札の□に描いてある絵をつなぐと1つの絵になります。

※【阿蘇検定問題】は札に書いてある問題に番号で答えてください。

【注意事項】

- 必ずグループ全員で行動しましょう。
- グループ全員で問題の解答に取り組みましょう。
- 【お絵かき問題】は答えがわかっていても絵を完成させましょう。
- 宿泊室や研修室、レストラン、体育館などの中には入らないようにしましょう。 ※レストランへの通路までは入っても大丈夫です。
- 移動中は走らないようにしましょう。

阿蘇検定オリエンテーリング答案用紙 (班)

【お絵かき問題】 問題の札に描いてある絵を、描きつなげてひとつの絵にしよう！

①	②	③	④	⑤
⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
⑪	⑫	⑬	⑭	⑮



【何の絵になったかな？】

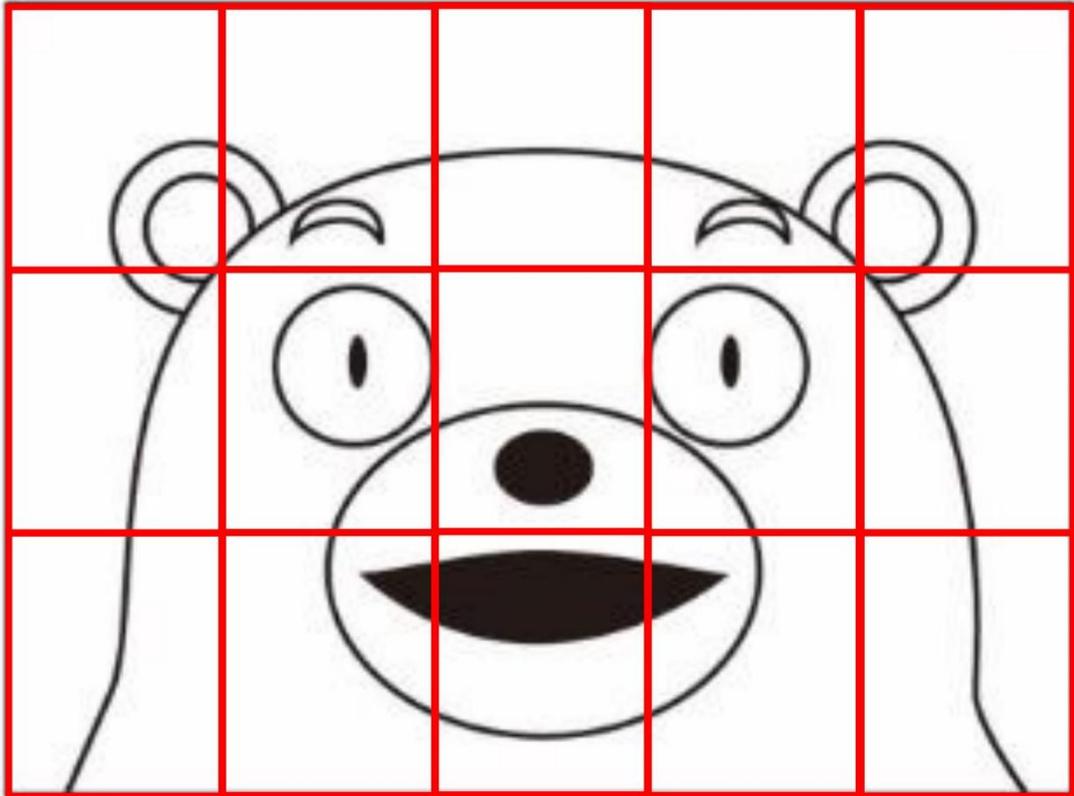
(答え)

【阿蘇検定問題】 札に書いてある問題に答えよう！※答えの番号を書きましょう。

問①		問⑥		問⑪	
問②		問⑦		問⑫	
問③		問⑧		問⑬	
問④		問⑨		問⑭	
問⑤		問⑩		問⑮	

阿蘇検定オリエンテーリング解答

【お絵かき問題】 問題の札に描いてある絵を、描きつなげてひとつの絵にしよう！



【何の絵になったかな？】

(答え)

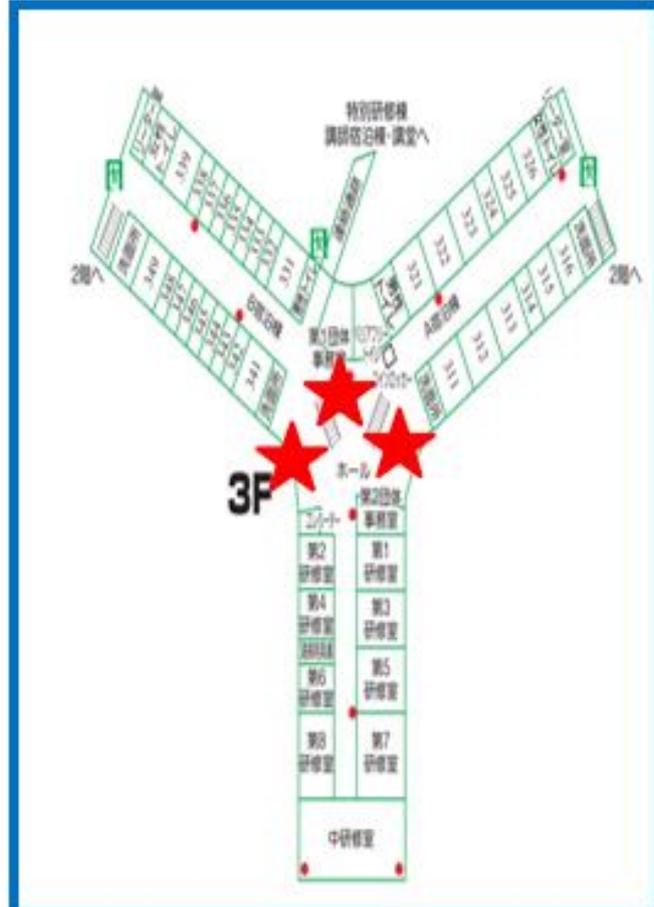
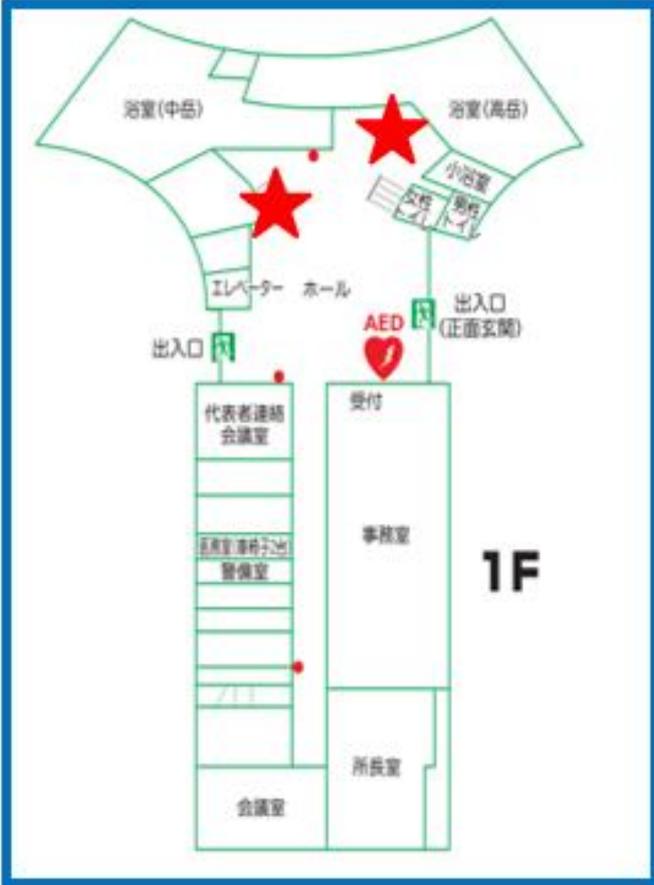
くまモン

【阿蘇検定問題】 札に書いてある問題に答えよう！※答えの番号を書きましょう。

問①	④カルデラ	問⑥	①そば	問⑪	④トマト
問②	③1592メートル	問⑦	④4回	問⑫	②イチゴ
問③	⑤阿蘇の涅槃像	問⑧	⑤米を掌ですくった跡	問⑬	⑤阿蘇ハヤシライス
問④	④ヒゴタイ	問⑨	②高砂の松	問⑭	①大鍋
問⑤	④水基めぐり	問⑩	⑤北海道	問⑮	②だご汁

阿蘇検定オリエンテーリング雨天時地図

通路



阿蘇検定オリエンテーリング雨天時答案用紙 (班)

【お絵かき問題】 問題の札に描いてある絵を、描きつなげてひとつの絵にしよう！

①	②	③	④	⑤
⑥	⑦	⑧	⑨	⑩



【何の絵になったかな？】

(答え)

【阿蘇検定問題】 札に書いてある問題に答えよう！※答えの番号を書きましょう。

問①		問⑥	
問②		問⑦	
問③		問⑧	
問④		問⑨	
問⑤		問⑩	

阿蘇検定オリエンテーリング 解答&解説

問① 阿蘇火山を象徴(しょうちょう)する言葉で、噴火(ふんか)により地下が空洞(くうどう)になって地盤(じばん)が陥(かん)没(ぼつ)することなどによってできる火山性の大きなくぼ地を意味するものはどれでしょう。

- ①カルスト ②マグマ ③クレーター ④カルデラ ⑤シェルター

阿蘇カルデラは、東西 18 km、南北が 25 kmと世界でも有数の規模を誇っています。このカルデラは、九州中・北部を覆い尽くす 4 回にわたる巨大火砕流噴火の結果生じたものです。

問② 阿蘇五(ご)岳(がく)の中で最高峰(さいこうほう)、高岳(たかだけ)の標高(ひょうこう)はどれでしょう。

- ① 3776 メートル ② 2584 メートル ③ 1592 メートル
④ 1492 メートル ⑤ 1192 メートル

1592ひごくに(肥後国)と覚えましょう。「阿蘇山」は単体の山ではなく根子岳(ねこだけ)(1433メートル)・高岳(1592メートル)・中岳(1506メートル)・烏帽子岳(えぼしだけ)(1337メートル)・杵島岳(きしまだけ)(1326メートル)などを総称した呼称です。五つの岳を総称して「阿蘇五岳」と呼ばれます。

問③ 阿蘇五(ご)岳(がく)を北外輪山(きたがいりんざん)や阿蘇谷方面から望むと、根子(ねこ)岳(だけ)を顔に、中岳(なかだけ)がお腹にあたり、まるでお釈迦(しゃか)さまが横になったお姿に似ています。このことから、阿蘇五(ご)岳(がく)は谷(ぞく)に何と呼んで崇(あが)められているでしょう。

- ①阿蘇の釈迦(しゃか)像(ぞう) ②阿蘇の如来(にょらい)像(ぞう) ③阿蘇の仏陀(ぶつだ)像(ぞう)
④阿蘇の菩薩(ぼさつ)像(ぞう) ⑤阿蘇の涅槃(ねはん)像(ぞう)

阿蘇の「涅槃像」は、山岳修験者による信仰や民衆による「お池さん参り」としての火口参詣など、阿蘇山は古来より畏敬の対象として人々に崇められてきました。

「涅槃像」として親しまれる阿蘇五岳は、夏は水田に映る逆さ阿蘇、冬は雲海など四季折々の表情が楽しめる景勝地です。

問④ 阿蘇には約1600種を超える植物が生育しているといわれています。

次の写真は8月から9月にかけて阿蘇の草原に咲く花で産山村の村花です。この花にちなんで、タイの中学生と産山中学校との交流が続けられていますが、この花の名前はどれでしょう。

- ①ハナシノブ ②クララ ③サクラソウ ④ヒゴタイ ⑤ヤツシロソウ

8月、おぼんのころに、おほかにかざる花を「ぼん花(ぼんばな)」と言います。ヒゴタイは阿蘇地方でぼん花によく使われてきた植物です。

問⑤ 阿蘇神社につながる門前町(もんぜんまち)商店街(阿蘇市)では、水をテーマにした散策(さんさく)が人気を集めています。この散策(さんさく)の名前はどれでしょう。

- ①水舟めぐり ②水飲みめぐり ③竹水めぐり ④水基(みずき)めぐり ⑤湧水めぐり

水基とは水飲み場のことで、一の宮門前商店街にはこの「水基」と呼ばれる湧き水があり、水は美味芳醇な神様の泉として珍重され不老長寿の水として崇められています。一の宮の人々は常日頃からこの神の水の恩恵感謝の心を忘れずに水とともに暮らしてきましたが、この美しい水をもっと多くの人に飲んでもらいたいという思いから十数年前から木や石造りの水基を十四箇所設置し、道行く人々にふるまっています。

問⑥ 阿蘇では、高冷地のため不足がちだった主食米を補うために、「あるもの」がつくられてきました。現在では、阿蘇市の波野地区や南阿蘇村の久木野地区などが主な産地として有名ですが、この「あるもの」はどれでしょう。

- ①そば ②ひえ ③あわ ④くり ⑤あずき

南阿蘇村・久木野には、古くより美味しい蕎麦作りに適した土地として知られている当地産の「そば」を、自社工場の石臼で丹念に挽いた「そば粉」を使って、本物の「そば打ち体験」を楽しめる施設もあります。

問⑦ 火の山・阿蘇は熊本県のシンボルであり、世界的にも最大級のカルデラを持つ火山として有名です。阿蘇では、これまでに何回の大規模な火砕流(かさいりゅう)噴火(ふんか)が発生したといわれているでしょう。

- ①1回 ②2回 ③3回 ④4回 ⑤5回

阿蘇カルデラは、約27万年前から約9万年前の間に起こった4回の巨大噴火によってつくられ、東西18km、南北25kmと世界でも有数の規模を誇ります。大観峰はそのカルデラを一番感じることができる代表的なジオサイトです。左右に連なる標高差300～500mの雄大なカルデラ壁や阿蘇五岳をはじめとした中央火口丘群、眼下には阿蘇谷の田園風景が一望でき、また鹿児島(鬼界カルデラ)から飛んできた火山灰も見ることができ、火山噴火の凄まじさや阿蘇の人々の生活を体感できる場所です。

問⑧ 米塚は杵島(きしま)岳の西側にあり、お椀(わん)を伏せたような典型的な火山の地形を見せているかわい山で、山頂のエクボのようなくぼみは火口跡です。そのくぼみは、阿蘇神話では、阿蘇神社の主祭神・健甕龍命(たけいわたつのみこと)が「あることをした跡」と伝えられていますが、それはどれでしょう。

- ①産湯をすくった跡 ②杭を打った跡 ③矢を射る時に腰掛けた跡
④力任せに蹴った跡 ⑤米を掌(てのひら)ですくった跡

米塚は、標高954メートルで高さ80メートル。裾野の直径は約380メートルで、頂上に直径約80メートルの火口跡が残っています。噴石が積み重なってできた火砕丘で、約3千年前に形成されたとされます。地質学者の早川由紀夫氏によると、噴火は1700年前までさかのぼるといいます。

問⑨ 阿蘇神社にある、まわりを2回まわると良縁(りょうえん)に恵まれると伝えられている有名な松はどれでしょう。

- ①羽衣(はごろも)の松 ②高砂(たかさご)の松 ③尾上(おのうえ)の松
④根曳(ねびき)の松 ⑤お宮(みや)の松

1060年前、阿蘇神社の26代宮司・阿蘇友成が宮中参内のため京に上がった際、播州尾上で縁起のよい松に詣で、その実を持ち帰り植えたものを植え替えをしながら育ててきた松なのだそうです。

問⑩ 阿蘇がカルデラを形成したとき、噴火(ふんか)にともなう火山灰は偏西風(へんせいふう)に乗って遠くまで飛ばされ、その堆積物(たいせきぶつ)は現在でも観察(かんさつ)することができます。火山灰層として観察(かんさつ)される場所で、日本国内で阿蘇から最も遠いところはどこでしょう。

- ①大阪府 ②新潟県 ③宮城県 ④青森県 ⑤北海道

約9万年前の最大の噴火は北部九州を覆い尽くし、海を隔てた山口県まで流れました。火山灰は北海道網走で15cmの層となっています。

問⑪ 阿蘇地域で年間約4000トンが生産され、特に夏期の生産量が熊本県でトップの野菜です。

日中の温度が高く、夜冷える阿蘇の気候によってより糖度が増し、おいしさが増すこの野菜はどれでしょう。

- ①トウモロコシ ②ナス ③キャベツ ④トマト ⑤スイカ

「阿蘇高原とまと」は、3月に苗を育てはじめ、6月中旬から11月末まで収穫が続きます。

問⑫ 阿蘇にはフルーツ狩り体験のできる観光農園が数多くありますが、12月～5月頃まで半年近く収穫することができます。「ひのしずく」、「さちのか」などの品種があるフルーツはどれでしょう。

- ①メロン ②イチゴ ③リンゴ ④スイカ ⑤ブドウ

阿蘇中央高校農業食品科の生徒達が開発した白いイチゴ「あその小雪」は、イチゴでは全国の高校で初めての品種登録です。

高校再編統合前の旧阿蘇青峰高校時代から取り組みを開始し、約12年がかりで品種開発に取り組んだイチゴが平成24年2月、農林水産省に品種登録出願を終了しました。

問⑬ 平成21年(2009)7月から阿蘇のレストランやホテルなどで売り出すことになった、阿蘇産のあか牛、トマト、米を使ったご当地グルメはどれでしょう。

- ①阿蘇カレーライス ②阿蘇レッドライス ③阿蘇トマト丼 ④阿蘇赤牛丼 ⑤阿蘇ハヤシライス

阿蘇中岳をイメージさせる「赤」の2大食材(赤牛、トマト)に、清流が育んだ美味しいお米。これら阿蘇を代表する食材を使って生み出されたのが「阿蘇ハヤシライス」です。

問⑭ 阿蘇火山の噴火によってできた大きな陥没地形を「カルデラ」と呼んでおり、これはポルトガル語「caldera」が語源ですが、この意味はどれでしょう。

- ①大鍋 ②大皿 ③大瓶(おおびん) ④大箱 ⑤大壺(おおつぼ)

カルデラとは「大鍋」を意味するポルトガル語に由来し、通常の単純な噴火による火道に直接連なっている直径1km未満の火口と区別して、そう呼ばれています。

問⑮ 里芋、白菜、大根などの四季の野菜や揚げ豆腐などを入れて煮込み、小麦粉を平たくのばし、たたんで包丁で切ったものを入れてさらに煮込んで作る阿蘇を代表する郷土料理で、つん切りやとうきびなどの種類があります。さてこの料理の名前はどれでしょう。

- ①すいとん ②だご汁 ③そば ④うどん ⑤もち

阿蘇の郷土料理の一つ「だご汁」。熊本ではだんごのことを「だご」といいます。



(6) 水基巡り

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

- ◎阿蘇の自然に親しむ ◎集団行動、規律 ◎課題克服、達成感 ◎仲間づくり、協調性
- ◎阿蘇の文化に親しむ

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑥ つながりを尊重する態度

人・もの・こと・社会・自然など自分とのつながり・かかわりに関心を持ち、それらを尊重し大切にしようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	阿蘇神社周辺は豊富な湧き水がたくさんあり、この地方では昔から「水基」と呼ばれ人々の生活に欠かせないものでした。「水基巡り」は、そんな阿蘇の豊かな水源を巡る活動で、以下の3種類があります。 ・ウォークラリー ・24マスビンゴ ・16マスピンゴ いずれも、地図をヒントにポイントへ移動し、その場所で問題に答えながらゴールやビンゴを目指す活動です。					
諸条件	実施形態	指導必須 ※活動の事前指導に入る。		提出書類	なし	
	必要経費	なし		所要時間	・ウォークラリー：4時間（活動3※移動含） ・24マス：5時間（活動2+移動2） ・16マス：4時間（活動1+移動2）	
	活動場所	阿蘇神社周辺		対象・人数	園児～大人 ファミリーも可	
	事前下見	必須	実施時期	通年	天候	晴天時が望ましい※雷は実施困難
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物		
	・マップ&解答用紙 (ウォークラリー、24マスビンゴ、16マスピンゴ) ・ボード ・無線機 ・雷探知機 等			【参加者】・水筒 ・帽子 ・筆記用具(各班に1つ) ・雨合羽 ・タオル ・ちり紙 【指導者】・救急用品 ・携帯電話 ・笛 等 ※阿蘇神社でバス駐車、昼食等予定の団体は事前に社務所(0967-22-0064)へ連絡をお願いします。		
役割分担	交流の家職員が行うこと			団体引率者が行うこと		
	1) ルール説明、安全指導を行う 5) 道具の受け取り、最終チェック			1) ルール説明、安全指導を受ける 2) その他詳細について指示を出す。 3) (移動) 活動(移動) 4) 集計、結果発表、後片付け、振り返り 5) 使用した道具の返却		

3 活動のふりかえりのポイント

「視点」：世界の中で水道水が飲める国や地域について知り、日本（特に阿蘇）の水の豊かさについて知る。

「発問例」：日本（特に阿蘇）の水が豊かな理由について考えてみよう。

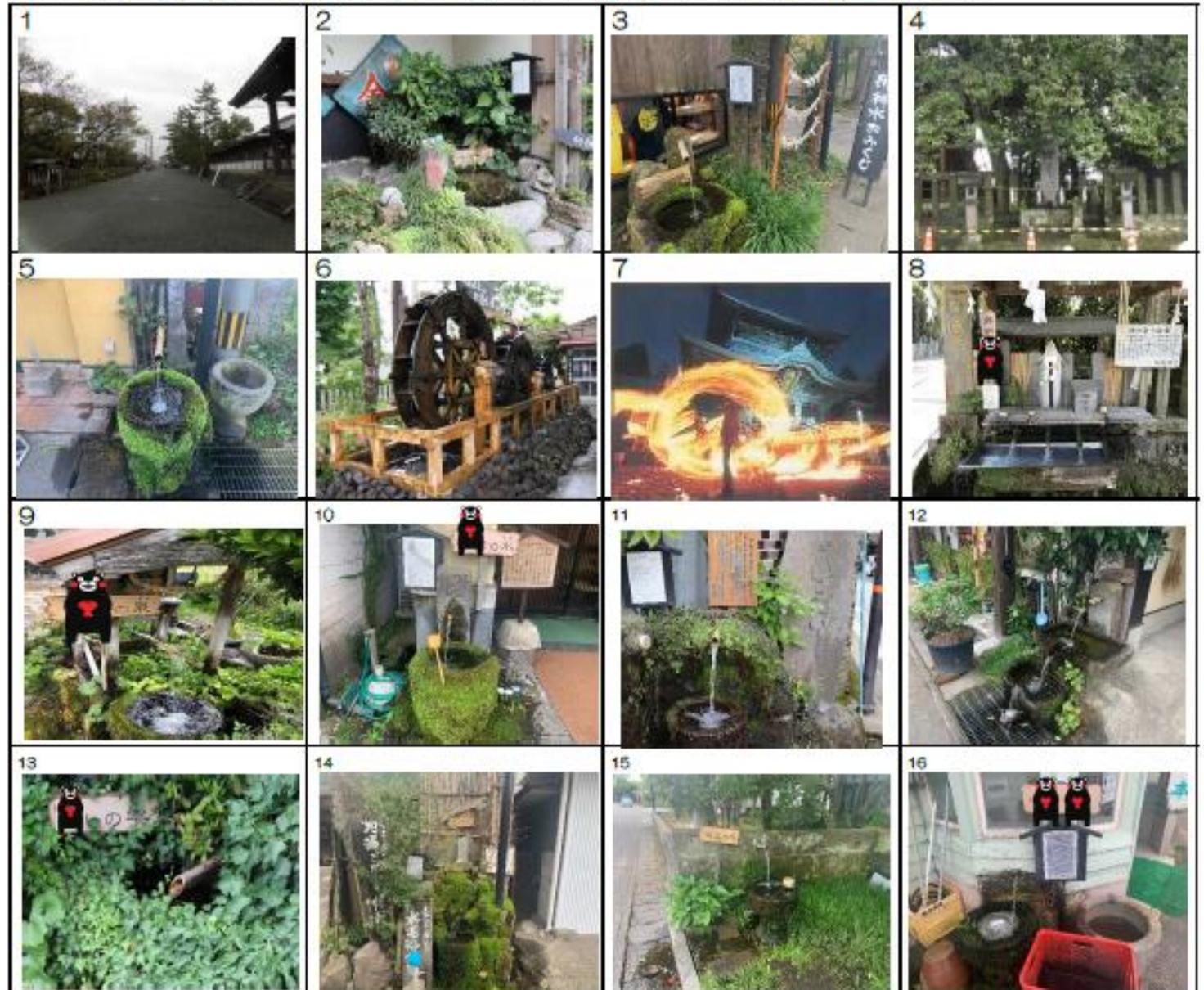
4 SDGsで目指す姿

		6.6 2020年までに、山地、森林、湿地、河川、帯水層、湖沼などの水に関連する生態系の保護・回復を行う。 きれいな水を守るために、自分でできることを考え行動しようとする姿。
--	---	--

阿蘇神社・水基巡り フィールドビンゴ!! 16マスビンゴ

団体名		班		代表氏名	【解答】
-----	--	---	--	------	-------------

◎下の写真の場所を探し、それぞれの問題に答えましょう。縦・横・斜めがそろると得点になります。



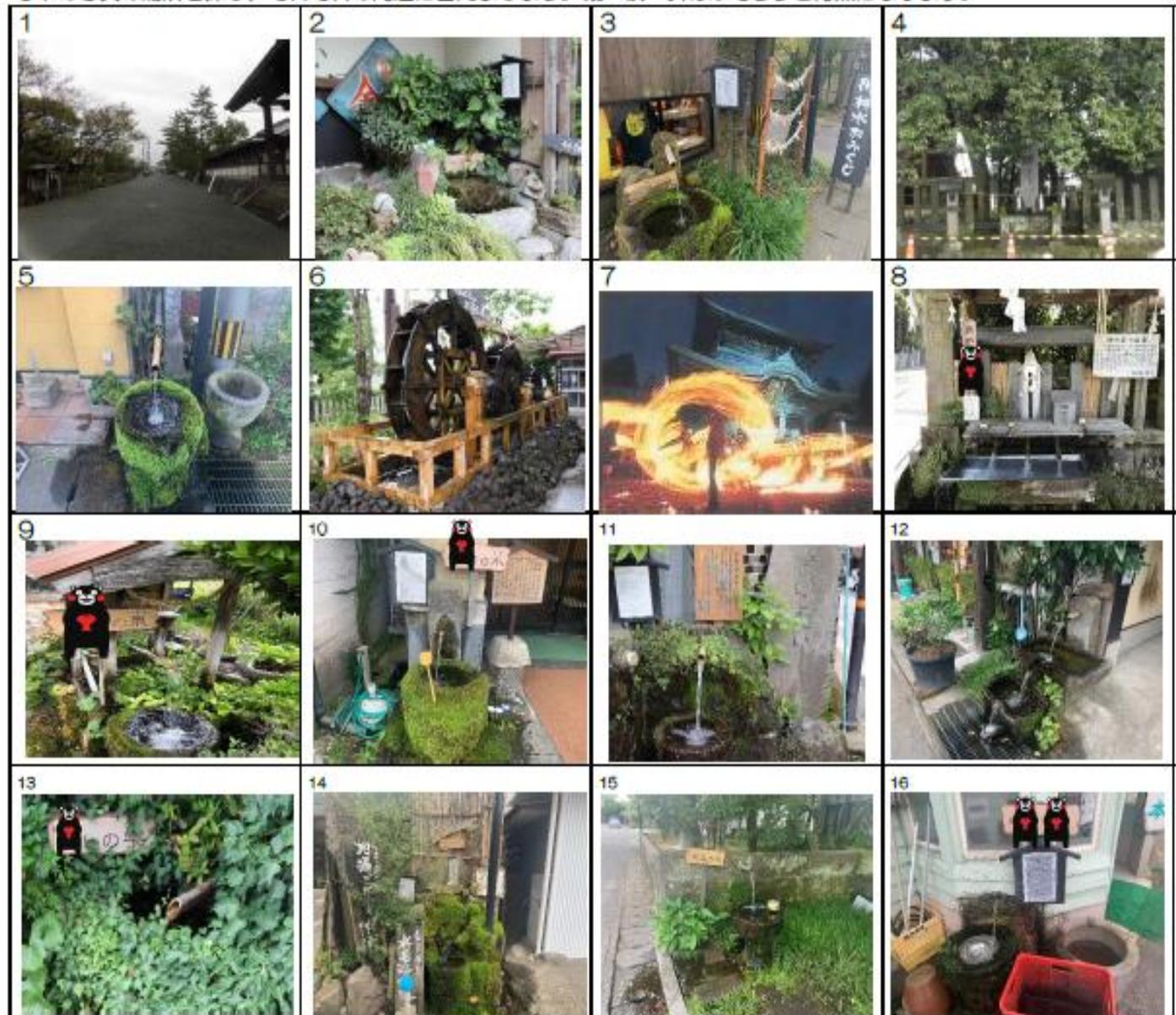
問題	解答	問題	解答
1 参道の先に見える山は?	阿蘇山or高岳	9 この泉の名前は?	阿伝の泉
2 この壺の名前は?	竹沢の壺	10 この水の名前は?	味彩の水
3 この水の名前は?	文豪の水	11 この史跡の名前は?	赤松の史跡
4 一の神像に刻まれた阿蘇神社の神の名は?	健甕龍命	12 この水の名前は?	欣命水
5 この水の名前は?	菓恋水	13 この壺の名前は?	語らいの壺
6 この水車の名前は?	三連水車	14 この水の名前は?	酒社の水
7 阿蘇神社で行われるこの祭りの名前は?	火振り神事	15 この水の付近にある建物は?	銀行
8 この泉の名前は?	神の泉	16 この泉の名前は?	清泉

R3.4.23改訂 ※水基によっては水が止まっているところがあります。

阿蘇神社・水基巡り フィールドビンゴ!! 16マスビンゴ

団体名	班	代表氏名
-----	---	------

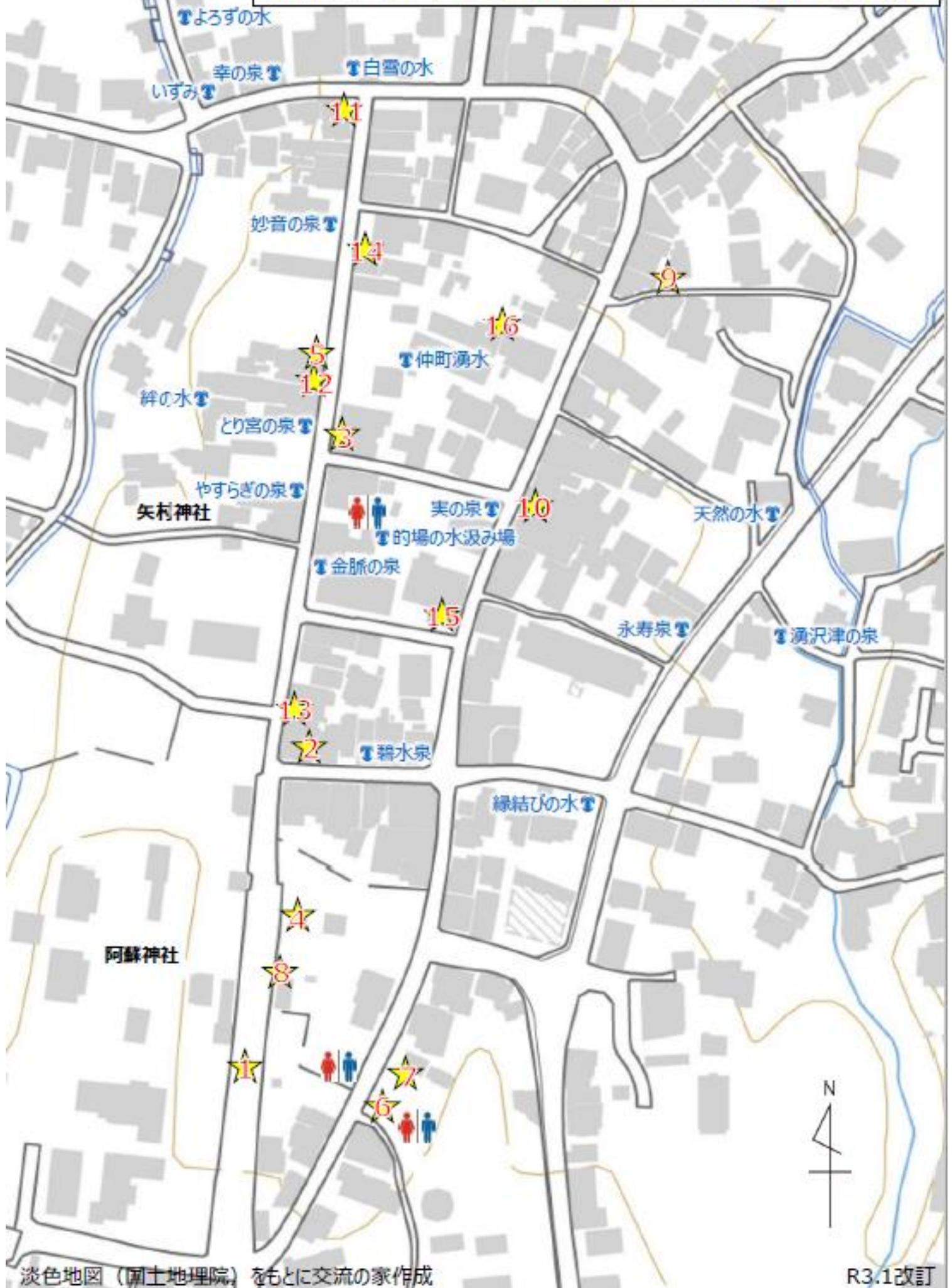
◎下の写真の場所を探し、それぞれの問題に答えましょう。縦・横・斜めがそろって得点になります。



問題	解答	問題	解答
1 参道の堦に見える山は？		9 この泉の名前は？	
2 この華の名前は？		10 この水の名前は？	
3 この水の名前は？		11 この史跡の名前は？	
4 一之神殿に刻まれた阿蘇神社の神の名は？		12 この水の名前は？	
5 この水の名前は？		13 この華の名前は？	
6 この水車の名前は？		14 この水の名前は？	
7 阿蘇神社で行われるこの祭りの名前は？		15 この水の付近にある建物は？	
8 この泉の名前は？		16 この泉の名前は？	

R3.4.23改訂 ※水基によっては水が止まっているところがあります。

阿蘇神社・水基巡りフィールド“ビンゴ”MAP【16マス】



阿蘇神社・水基巡り フィールドビンゴ!! 24マスビンゴ

団体名		班		代表氏名		【解答】
-----	--	---	--	------	--	-------------

◎下の写真の場所を探し、それぞれの問題に答えましょう。縦・横・斜めがそろくと得点になります。



問題	解答	問題	解答
1 <small>にの かみりょう きざ</small> 二之神鏡に刻まれた阿蘇神社の神の名は?	阿蘇都姫命	13 <small>いずみ なまえ</small> この泉の名前は?	阿伝の泉
2 <small>さんじょう さかみ</small> 参道の先に見える山は?	阿蘇山or高田	14 <small>みず なまえ</small> この水の名前は?	味彩の水
3 <small>しづく なまえ</small> この水の名前は?	竹沢の壺	15 <small>みず なまえ</small> この水の名前は?	よろずの水
4 <small>みず なまえ</small> この水の名前は?	文豪の水	16 <small>いずみ なまえ</small> この泉の名前は?	湧泉
5 <small>みず なまえ</small> この水の名前は?	学業の水	17 <small>みず なまえ</small> この水の名前は?	欣命水
6 <small>いちのかみりょう きざ</small> 一之神鏡に刻まれた阿蘇神社の神の名は?	健甕籠命	18 <small>いずみ なまえ</small> この泉の名前は?	幸の泉
7 <small>みず なまえ</small> この水の名前は?	葉恋水	19 <small>しづく なまえ</small> この壺の名前は?	語らいの壺
8 <small>みず りんばん たてもの</small> この水の付近にある建物?	銀行	20 <small>みず なまえ</small> この水の名前は?	酒社の水
9 <small>すいしやく なまえ</small> この水車の名前は?	三連水車	21 <small>じんじや かみりょう なまえ</small> この神社(社)の名前は?	矢村神社
10 <small>あそじんじや たこな</small> 阿蘇神社で行われるこの祭りの名前は?	火振り神事	22 <small>まる はい かんじ かに</small> 〇〇〇のポスト。丸に入る漢字3文字は?	日本一
11 <small>みず なまえ</small> この水の名前は?	縁むすびの水	23 <small>みず なまえ</small> この水の名前は?	白雪の水
12 <small>いずみ なまえ</small> この泉の名前は?	神の泉	24 <small>ししやく なまえ</small> この史跡の名前は?	さるとひこばいじん

R3.4.23改訂 ※水基によっては水が止まっているところがあります。

阿蘇神社・水基巡り フィールドビンゴ!! 24マスビンゴ

団体名		班		代表氏名	
-----	--	---	--	------	--

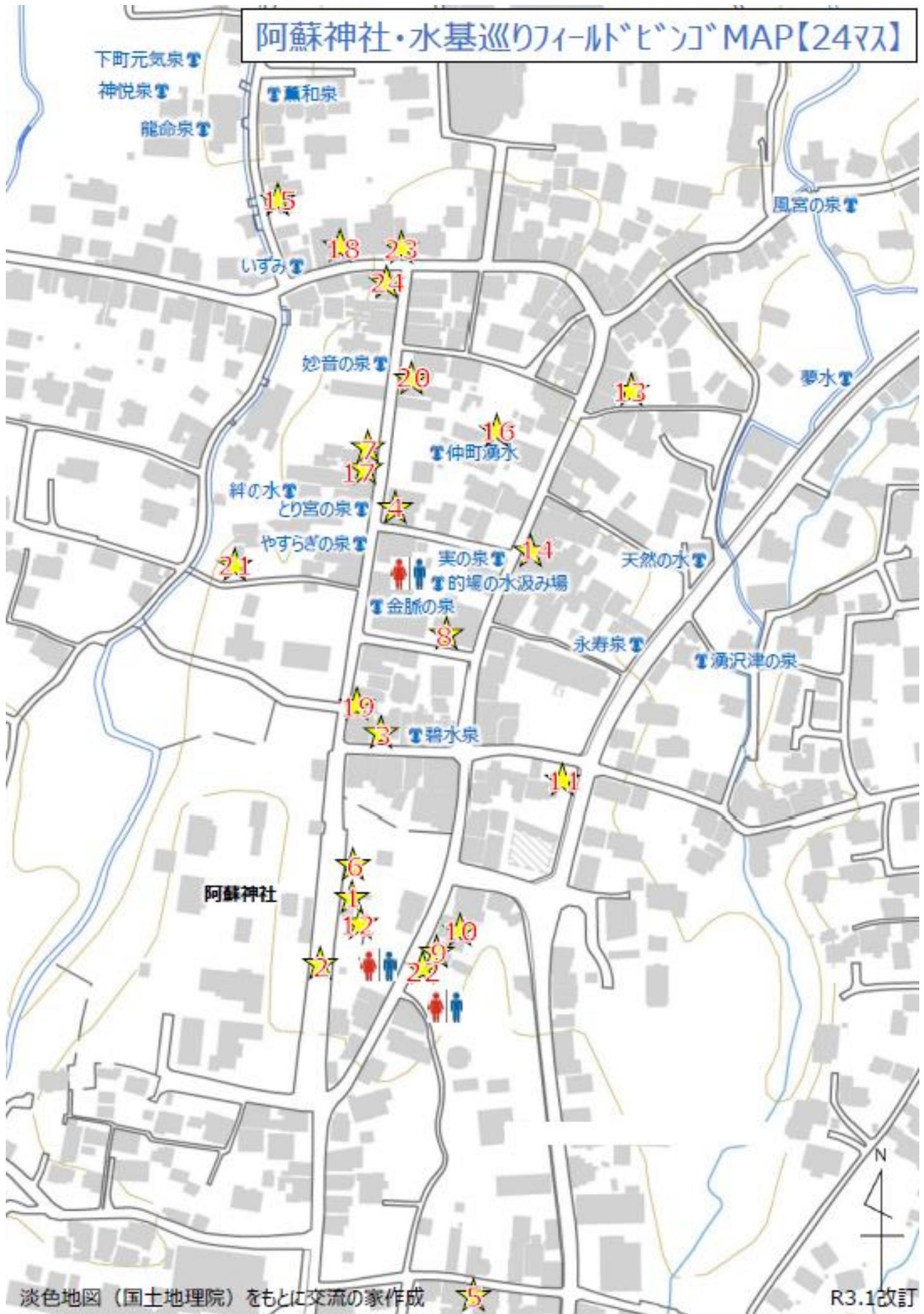
◎下の写真の場所を探し、それぞれの問題に答えましょう。縦・横・斜めがそろうと得点になります。

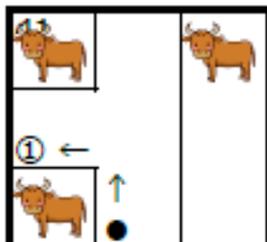


問題	解答	問題	解答
1 二之神鏡に刻まれた阿蘇神社の神の名は？		13 この泉の名前は？	
2 参道の先に見える山は？		14 この水の名前は？	
3 この壺の名前は？		15 この水の名前は？	
4 この水の名前は？		16 この泉の名前は？	
5 この水の名前は？		17 この水の名前は？	
6 一之神鏡に刻まれた阿蘇神社の神の名は？		18 この泉の名前は？	
7 この水の名前は？		19 この壺の名前は？	
8 この水の付近にある建物？		20 この水の名前は？	
9 この水車の名前は？		21 この神社(社)の名前は？	
10 阿蘇神社で行われるこの祭りの名前は？		22 ○○○のポスト。丸に入る漢字3文字は？	
11 この水の名前は？		23 この水の名前は？	
12 この泉の名前は？		24 この史跡の名前は？	

R3.4.23改訂 ※水基によっては水が止まっているところがあります。

阿蘇神社・水基巡りフィールド“ビンゴ”MAP【24マス】





2	この周辺は、〇〇牧野の土地です。		牧野
3	この辺りには〇の林があります。		
4 ①	「織田瓜」何と読みますか。		
4 ②	「夢観音」の顔をスケッチしましょう。		
4 ③	この通りは〇〇〇通りと呼ばれます。		通り
5 ①	右側を流れる川は〇〇川です。 ※ もう少し進むと答えが分かります。		川
7 ①	この橋は〇〇橋です。		橋
7 ②	この橋の下を流れる川は〇〇川です。		川
8	鳥居の先にあるのは、〇〇家の墓地です。		家の墓地
11 ①	ここにあるポストは〇〇〇のポストです。		のポスト
11 ②	ここにある水車をスケッチしましょう。		川
13 ①	ここから、様々な水基をめぐる。気になった水基の水を飲んで、その味を5・7・5の17音で表現 しよう。		
水基A	水基B	水基C	
Aの味 (5・7・5)	Bの味 (5・7・5)	Cの味 (5・7・5)	

14	この水基は〇〇〇の水です。	の水
15	ここの水基の中で、もっとも初期の形を残しているこの水基は、管理人の名前から取って〇〇泉です。	泉
16	この水基は〇水です。	水
19	この神社は〇〇神社です。	神社
20	この水基は、〇〇の泉です。	の泉
22	「阿蘇の白雪」が有名なお菓子屋さんにちなんで、この水基は〇〇の水です。	の水
23	このあたりではまだ水基という形をとっていないころから、ゆきおさんが手作りで作り上げたこの水基は〇の泉です。	の泉
24	この水基は、〇〇〇の水です。	の水
25	この水基は、〇〇泉です。	泉
27	門前町の入り口にあたるこの水基は、道案内の神様にちなんで〇〇〇大臣です。	大臣
28 ①	お茶屋さんの前にあるこの水基は〇〇の泉です。	の泉
28 ②	①の泉の音を目を閉じて聞くと、どんなイメージが思い浮かびますか？	
28 ③	酒屋さんの前にあるこの水基は〇〇の水です。	の水
29 ①	かつてある男が、この水のおいしさに感動し、この場所に和菓子屋を開きました。その水基は〇〇水です。	水
29 ②	この水基は〇〇湧水です。	湧水
30 ①	ここにある木は、〇〇〇〇〇〇〇〇です。	
30 ②	この文房具屋さんは創業〇〇〇年です。	年
30 ③	この水基は〇〇水です。	水
30 ④	文房具屋の前にある水基はかつて有名な〇〇が訪れたことから〇〇の水です。	の水
31	ここには〇〇の石があります。	の石
32 ①	この水基は〇〇の泉です。	の泉
32 ②	漬物屋の前には、〇〇〇〇の泉という水基があります。	の泉
33 ①	①の先へ進むと〇〇神社（〇〇社）があります。	神社
33 ②	熊本銀行の前には〇〇の泉があります。	の泉
35 ①	肥後銀剛公前には〇〇の水があります。	の水

36 ①	①のポイントには〇〇松があります。	松
37 ①	水基の水は〇〇〇〇〇に降った雨が、地下水となり、湧き水となって出てきたものです。	
37 ②	時計屋の前にある、この水基は〇〇の掣です。	の掣
38 ①	阿蘇神社の参道にある水基は、その名のとおり〇の泉です。	の泉
39 ①	一般的には参道の進んだ先に神社がありますが、阿蘇神社はつくりが異なります。それでは、阿蘇神社の参道をずっと道なりに進むとその先に何があるのでしょうか。交流の家に戻りかたがら考えてみましょう。	
40 ①	このあたりから、天気良ければ根子岳と高岳がよく見えます。阿蘇五岳の中でも根子岳は他の山に比べて頂上付近がぶっついているのですが、なぜでしょう。	
41 ①	お疲れ様でした。阿蘇神社から交流の家まで4.1kmの行程ですが、どのくらいの高さ登ったことになるでしょう。	m

(7) サイクリング

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ ◎集団行動、規律 ◎課題克服、達成感 ◎阿蘇の文化に親しむ

◎仲間づくり、協調性

(2) ESD の課題解決に必要な7つの能力・態度

⑥ つながりを尊重する態度

人・もの・こと・社会・自然などと自分とのつながり・かかわりに関心をもちそれらを尊重し大切にしようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	マウンテンバイクや自転車に乗って神話コース(約 23km)、水基コース(8km)を回るダイナミックな活動プログラムです。急なぼり坂、くだり坂もあるので、ゴールした達成感を味わうこともできます。 事前下見 をして、 道路の状況を知っておくこと 。 交通事故 に注意すること。						
	諸条件	実施形態	指導必須 ※活動の事前指導に入る。		提出書類	不要	
必要経費		なし		所要時間	阿蘇の神話コース(23km)全日 水基コース(8km)半日		
活動場所		阿蘇市内 阿蘇市郊外		対象・人数	40人程度まで		
事前下見		必須	実施時期	通年	天候	大雨・雷雨時は中止	
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体で準備する物			
	自転車 18インチ~26インチ マウンテンバイク 45台 26インチ自転車 20台 ヘルメット サイクリングマップ 無線機 等			救急用品 笛 等 活動前に代表者が安全指導を職員から受け、安全指導の徹底を図ること。			
役割分担	交流の家職員が行うこと			団体引率者が行うこと			
	1 事前説明・安全指導、ジオオリを行う 2 物品の貸出を行う 4 物品の受け取り			1 事前説明を受ける 2 物品を受け取る 3 活動中の安全管理を行う。 ① 交通ルールは、必ず守る。 ② ヘルメットは、必ず着用する。 ③ 後方にも注意をはらい、急な進路変更はしない。 ④ 車間距離を十分にとる。 ⑤ 道路での競争はやめる。 ⑥ 疲れないうちに休憩をとる。 ⑦ 荷物はリュックに入れ常に両手を使えるようにする。 ⑧ 雨天や下り坂等での急ブレーキはやめる。 ⑨ 協力しながら、楽しい活動にする。 3 ふりかえり 後片付け、借用物品の返却			

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：「景観を楽しみ、風景の変化に気づきながら活動ができたか。」

発問例：「サイクリングで見た風景や街並みを維持するために、自分にできることを考えてみよう。」

4 SDGsで目指す姿

 <p>4 質の高い教育を みんなに</p>	 <p>12 つくる責任 つかう責任</p>	<p>13.3 気候変動の緩和、適応、影響軽減及び早期警戒に関する教育、啓発、人的能力及び制度機能を改善する。 サイクリングをとおして、阿蘇の街並みや景観のすばらしさを感じることで、住んでいる地域の景観や自然を大切にしようとする姿</p>
--	---	---

阿蘇の神話コース サイクリングMAP

※赤い線の道路をたどってください。



国造神社



先導()

第1グループ
8名程度

班()

第2グループ
8名程度

班()

第3グループ
8名程度

班()

第4グループ
8名程度

班()

第5グループ
8名程度

班()



後尾()

健甞龍命(タケイワタツノミコト)が阿蘇の湖の立野をけり崩した。そのとき湖に住んでいた全長15kmの大なますが流れ口にひっかかる。その時なますの尻尾が国造神社付近まで達していた。そのなますが祭られているのが、ここ国造神社である。
国造神社は、手野の大杉があり、豊かできれいな水で育ったからこそこれほど大きく育ったといえるであろう。今でも湧き水が湧き、地域は勿論、遠くは県外から水を求めてやってくる人々も多い。



小嵐山

- 交流の家 9:30発
- (7 km)
- 霜宮神社 10:00~
- (7 km)
- 国造神社 11:10~
- (5 km)
- 阿蘇神社 13:00~
- (4 km)
- 交流の家 15:00

ポケットパーク湧水



四季彩

霜神社 (霜宮)



霜宮農村公園



阿蘇神社



新東岳川橋東交差点



阿蘇青少年 交流の家

鬼八は、足が速く、疲れを知らない大変な健脚であった。そこで、健甞龍命の放つ矢を拾ってくる役目をしていた。
ある日、健甞龍命が的石にめがけてはなった100本の矢を集めているとき、最後の1本を拾わず足の指に挟んで健甞龍命の方にけり返した。
それを見ていた健甞龍命が腹を立て、鬼八の首をはねた。首は天高く舞い上がっていった。
その年から早霜で作物が実らなくなり、村人は困り果てた。これは鬼八の恨みであると考え、健甞龍命が、鬼八を祭るために火焚神事を行った。その場所が霜宮神社であり、現在も毎年その神事は受け継がれている。

健甞龍命(タケイワタツノミコト)は、阿蘇の創造神ともいわれ、ここ阿蘇神社にまつられている。また、周辺の仲町通りは『水基めぐり』でも有名な湧水地である。

阿蘇の水基コース サイクリングMAP



(8) ハンターゲーム

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎課題克服達成感 仲間づくり協調性 ○阿蘇の自然に親しむ 集団行動規律

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑥つながりを尊重するする態度 人、もの、こと、社会、自然などと自分と社会とのつながりかかわりに関心をもち、それらを尊重し大切にしようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	グループで協力して、コース内に設置してある動物(カード)を見つけます。 見つけた動物の点数とクイズの得点で競うゲームです。 雨天時は、館内(屋内)でも実施することができます。							
	実施形態	自主活動		提出書類	不要			
諸条件	必要経費	なし		所要時間	屋外コース：1～2時間 屋内コース：0.5～1時間			
	活動場所	館内、草原		対象・人数	学校、自然体験活動団体などの団体すべて100人程度			
	事前下見	推奨(屋外で実施する場合)	実施時期	通年	天候	天候に関わらず実施		
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物				
	バインダー	ハンターゲーム用シート マップ		筆記用具	水筒	帽子		
役割分担	交流の家職員が行うこと			団体引率者が行うこと				
	①物品の貸出、 ②団体引率者への説明(30分前までに) (活動の意義の確認、ルール、安全面) ⑧貸出物品の受けとり			①物品の受け取り ②事前説明を受ける(30分前までに) ③活動の意義、ルール、安全面の指導、帰着時間の設定 ④グループごとの出発 ⑤帰着グループ人員確認 ⑥得点の集計と採点 ⑦活動のまとめ ⑧借用物の返却				

3 活動のふりかえりのポイント

視点：「集団の一員として、仲間と協力することができたか」

発問例：「阿蘇の自然についてどんなところに魅力を感じましたか」「人を思った行動がとれたところはどこですか」

4 SDGsで目指す姿

		15.4 2030年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。 ・豊かな自然環境について考えることで、それらを守り維持していこうとする態度を育てる姿。
--	---	---

5 その他(各団体の引率者の皆様へ)

- 館内で活動するときには、他の団体の迷惑にならないように静かに歩きます。
- 動範囲を子どもたちにしっかりと理解させます。単独で行動せず、必ずグループでそろって行動するよう指導します。

指導に当たって

《ルール》

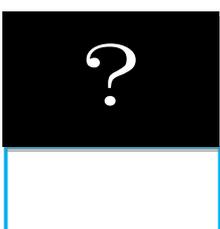
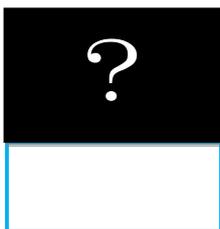
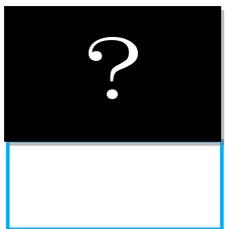
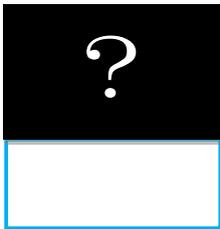
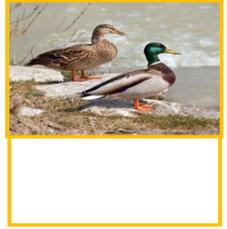
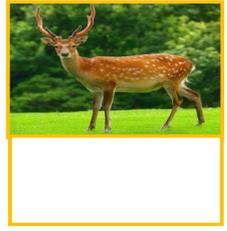
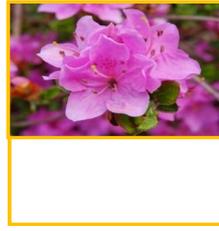
1. 地図を見ながら、動物カードを探すゲームです。
2. 地図の中の★や●のところに、動物カード（動物や草花の写真）が貼ってあります。
3. 黄色い枠の動物カードを見つけたら、○の中のひらがなを同じ写真の下に書きましょう。
青い枠の動物カードを見つけたら、その動物の名前を書きましょう。
4. クイズが書いてある動物カードをみつけたら、同じ番号のところに、答えを書きましょう。
5. 動物（どうぶつ）カードは1枚（まい）10点（てん）、クイズの点数（てんすう）は1問（もん）10点です。

ちゅういじこう 注意事項

- 宿泊室や研修室、レストランなどの部屋の中には入らないようにしましょう。
- かならず、グループでこうどうしましょう。
- 走らないようにしましょう。
- 他のグループに答えやカードの場所を教えたりしないようにしましょう。

ハンターゲーム 【 班】

① どうぶつカードのこたえ (カード1まい 10てん)



きいろ わく どうぶつ み なか
黄色い枠の動物カードを見つけたら、○の中
おな しゃしん した か
 のひらがなを同じ写真の下に書きましょう。
あお わく どうぶつ み どうぶつ
青い枠の動物カードを見つけたら、その動物
なまえ か
 の名前を書きましょう。

② クイズのこたえ (1もん 10てん)

クイズ1

クイズ2

クイズ3

クイズ4

クイズ5

クイズ6

クイズ7 : うえの、どうぶつきいろい動物カードにかいてあるひらがなをじゅんばんにならべてみよう。

とくてん

カード

クイズ

ごうけい

てん +

てん =

てん

解答 ハンターゲーム

【

はん
班】



お



と



も



だ



ち



と



な



か



よ



く



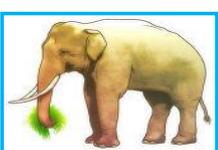
ね



リス



コアラ



ぞう



さる



キリン



シマウマ



トラ

クイズ1

4つ

クイズ2

②イタチ

クイズ3

①もみじ

クイズ4

オス

クイズ5

×

クイズ6

12番目

クイズ7 :うえの、きいろい^{どうぶつ}動物カードにかいてあるひらがなをじゅんばんにならべてみよう。

おともだちとなかよくね (おともだちとなかよくね)

ハンターゲーム指導者用 マップ

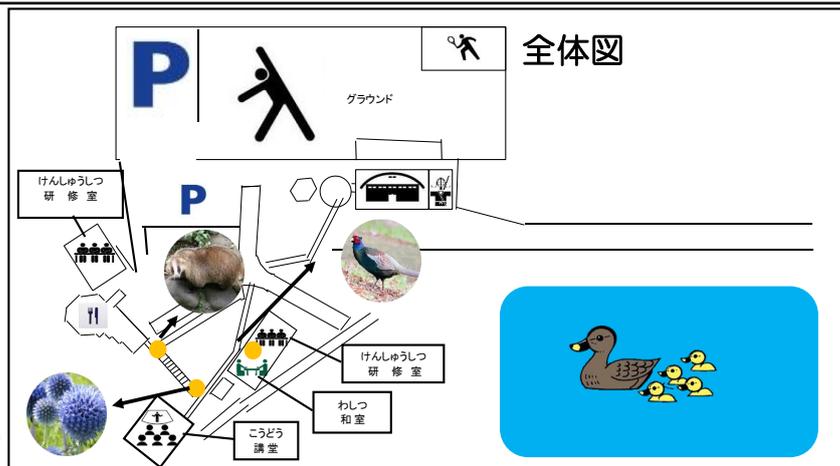
(屋外)



★にはトイレがあります

★には動物カードがあります

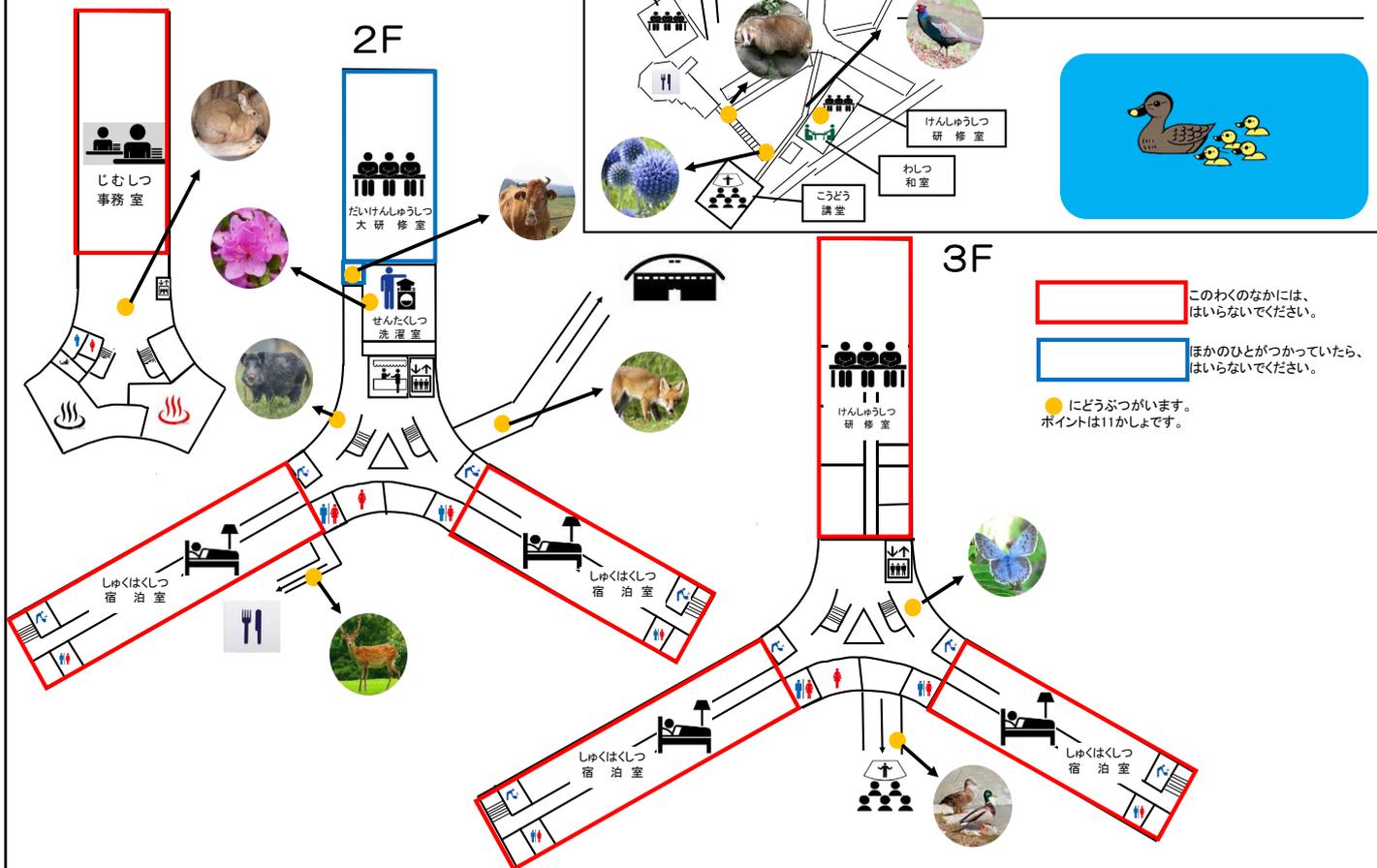
ハンターゲーム地図 指導者用 (屋内)



1F

2F

3F



- このわくのなかには、はいらないでください。
- ほかのひとがつかっていたら、はいらないでください。
- にどうぶつがいます。ポイントは11かしょです。

ハンターゲーム (室内用) 【 班】

① どうぶつカードのこたえ (カード1まい 10てん)



② クイズのこたえ (1もん 10てん)

クイズ1

クイズ2

クイズ3

クイズ4

クイズ5

クイズ6

クイズ7 : うえの、きいろい^{どうぶつ}動物カードにかいてあるひらがなをじゅんばんにならべてみよう。

とくてん

カード

クイズ

ごうけい

てん +

てん =

てん

ハンターゲーム 【室内用】 解答



お



と



も



だ



ち



と



な



か



よ



く



ね

ごうけい

110

点

クイズ1

4つ

クイズ2

②イタチ

クイズ3

①もみじ

クイズ4

オス

クイズ5

×

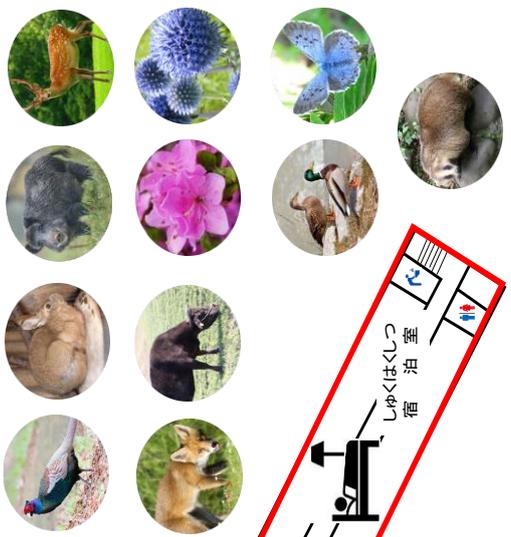
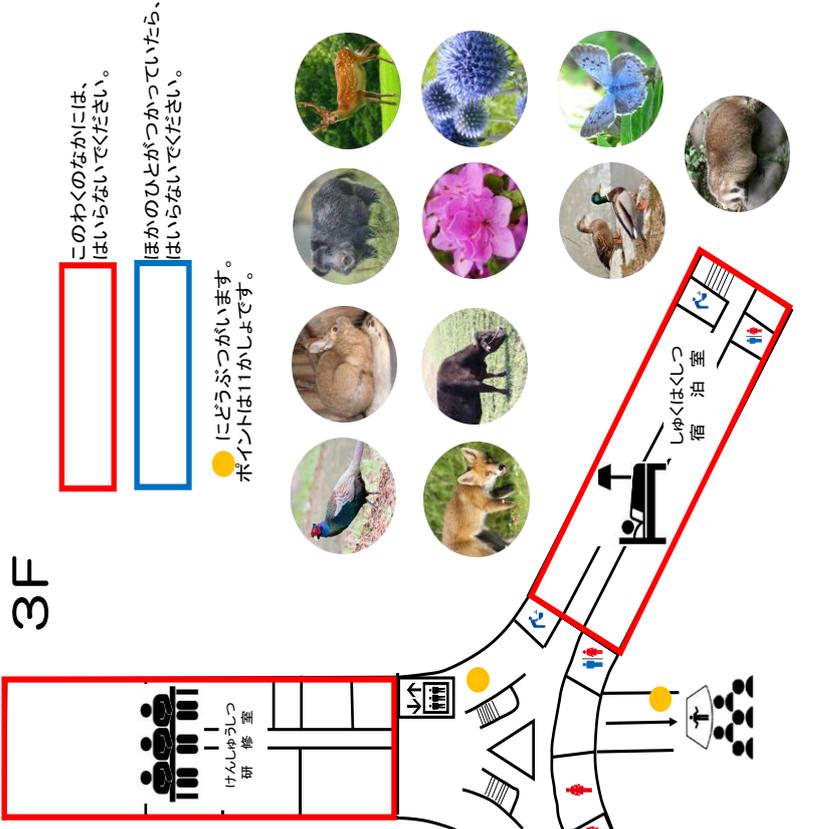
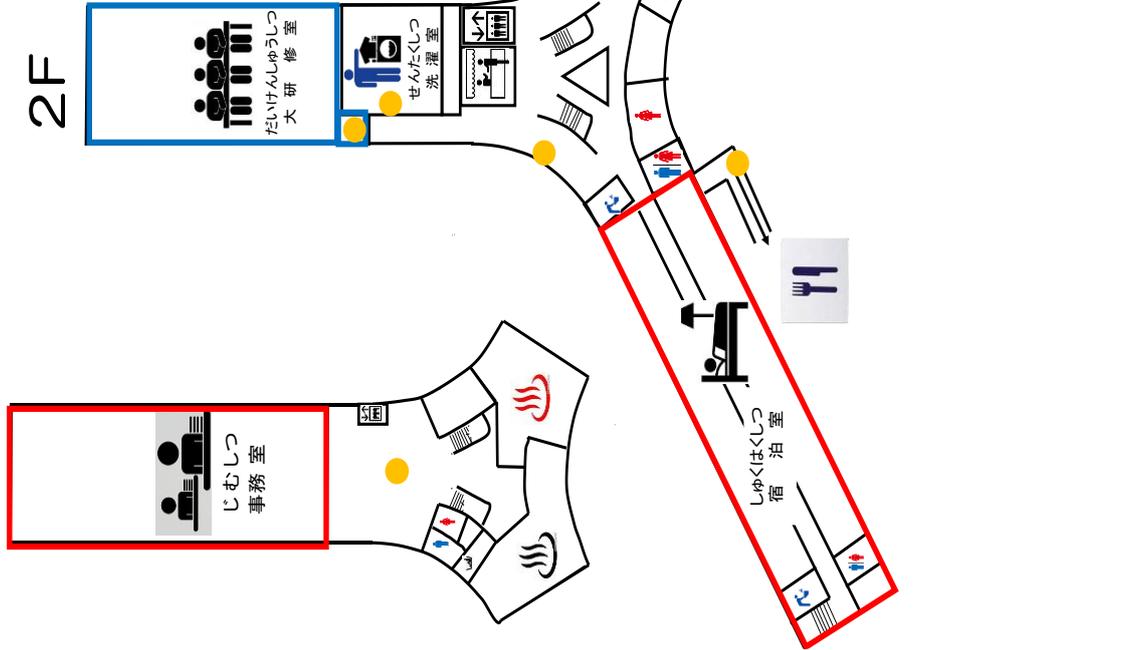
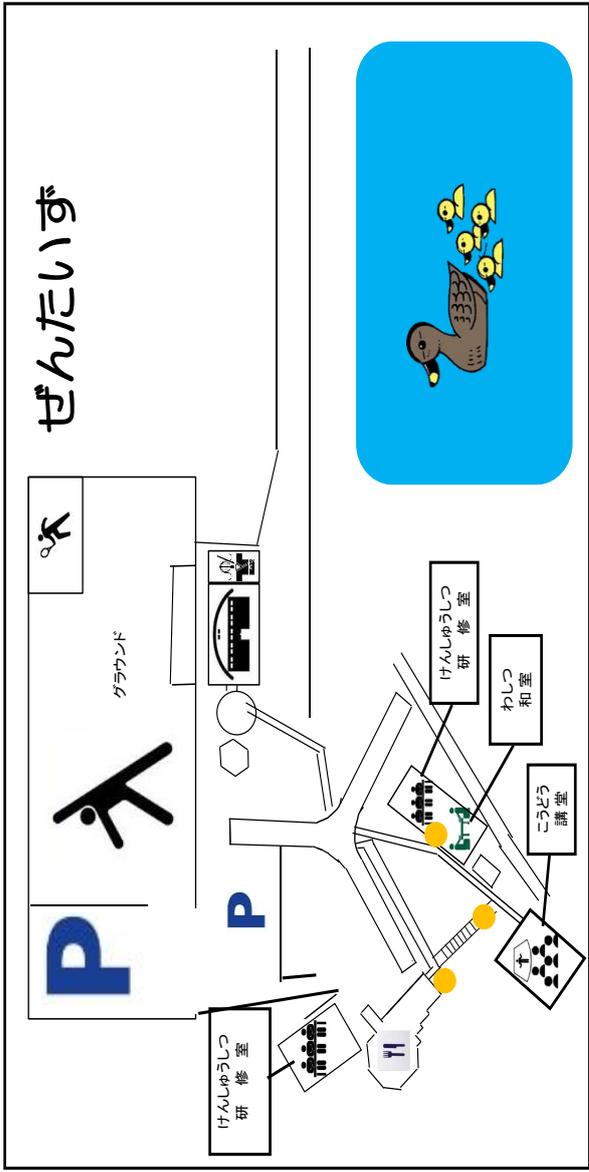
クイズ6

12番目

クイズ7 : うえの、きいろい^{どうぶつ}動物カードにかいてあるひらがなをじゅんばんにならべてみよう。

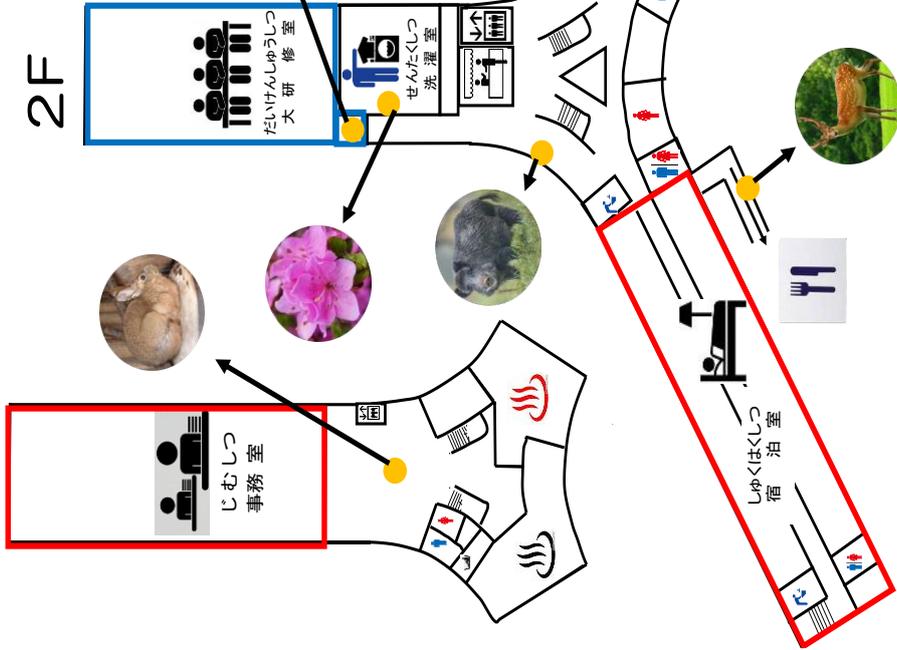
おともだちとなかよくね (おともだちとなかよくね)

ハンターゲーム マップ 屋内用



ハンターゲーム地図 指導者用 屋内用

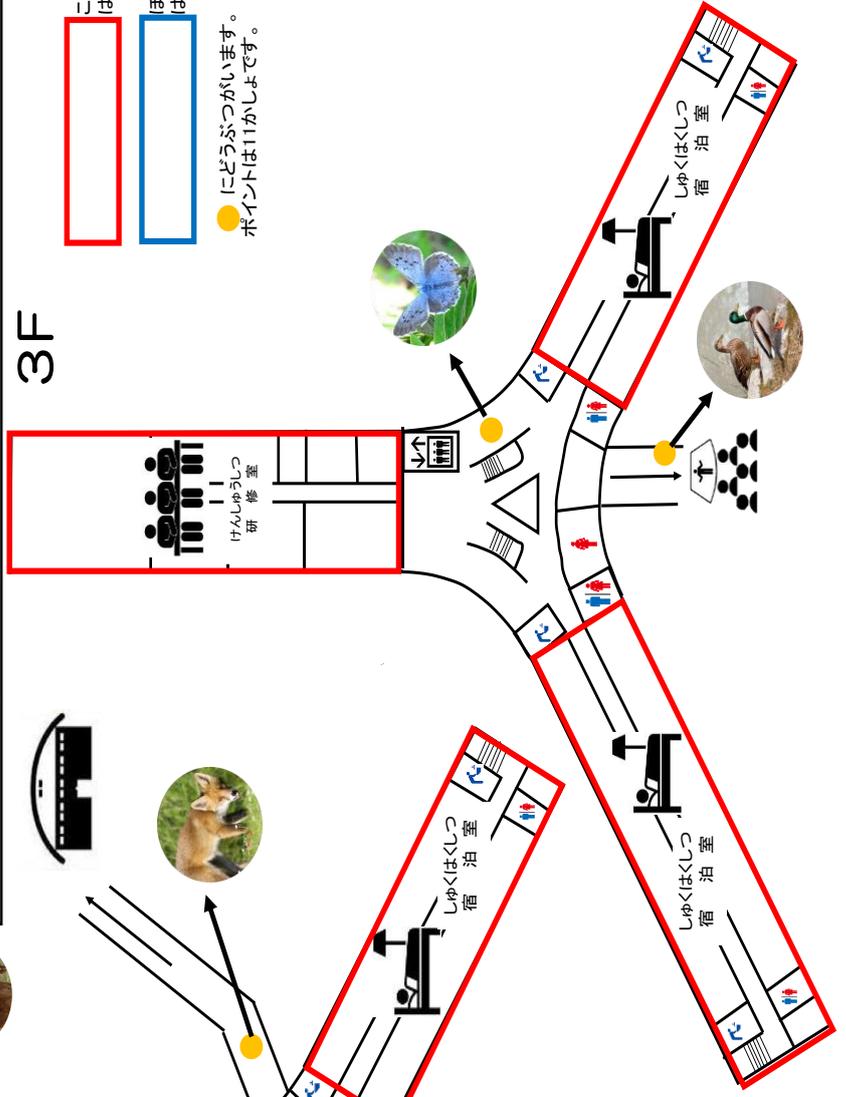
1F



2F



3F

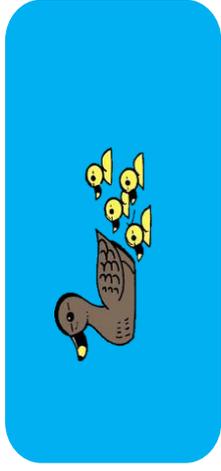
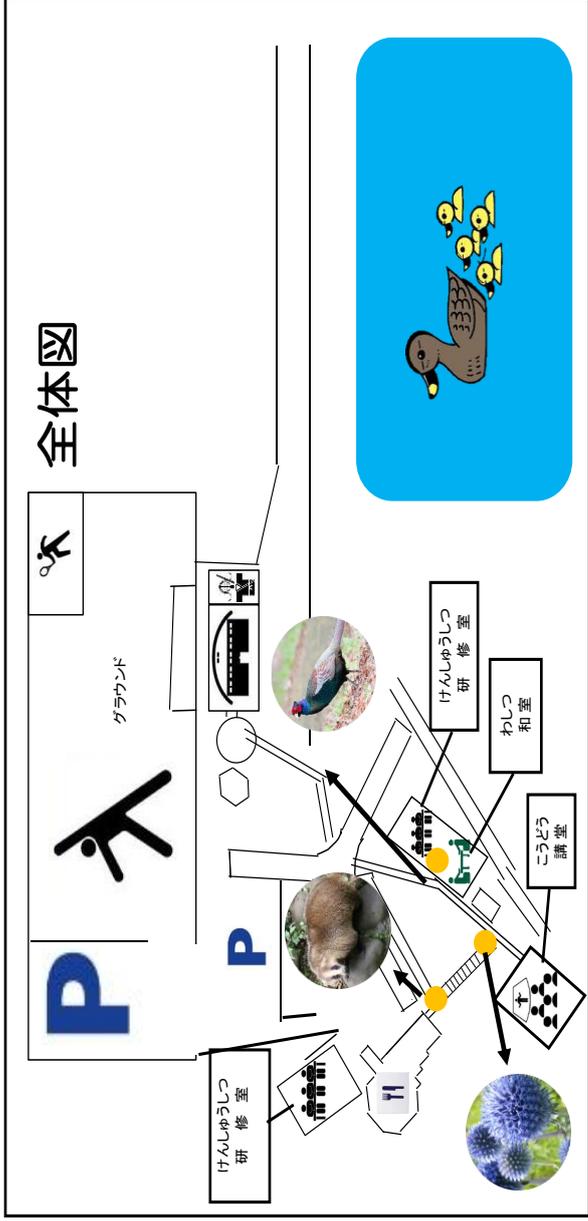


このわくのなかには、
はいらないでください。

ほかのひとがつかっていたら、
はいらないでください。

● にどぶがつがいます。
ポイントは11かしよです。

全体図



(9) 沢登り・沢遊び

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ ◎集団行動、規律 ◎課題克服、達成感 ◎仲間づくり、協調性

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑥ つながりを尊重する態度

人・もの・こと・社会・自然などと自分とのつながり・かかわりに関心を持ち、それらを尊重し大切にしようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	活動場所は、阿蘇市古城地区の国造神社付近にあります。北外輪山からしみ出した水が流れており、とてもきれいな清流ですが、流れが速く夏場も水温が低いため想像以上にハードな活動です。しかし、子供たちにとっては、冒険心をかきたてられるとともに、仲間と協力して沢登りをする事で思いやりの心や協力することの大切さを学べる活動でもあります。沢登りの途中では、水遊びや川流れ体験、生き物の観察を取り入れることも可能です。					
	実施形態	指導必須		提出書類	活動確認用紙	
諸条件	必要経費	参加者に1人につき 1,000 円		所要時間	3.5 時間~4時間	
	活動場所	阿蘇市古城地区国造神社付近		対象・人数	沢登り:小学校高学年以上 50 人程度 沢遊び:小学校低学年以上 20 人程度 ※5名以上の参加者とともに一緒に活動できる引率者(指導員及び引率者を含む)の帯同が必要	
	事前下見	必須	実施時期	6月から 9月上旬	天候	気温 25℃以上 天候及び水量が良好のときのみ
	準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物	
内容	内容			備考		
	1 事前説明を行う 2 装備の確認 準備運動 3 コース説明及び留意事項の確認 4 沢登り・沢遊び活動 5 人員の確認 活動のまとめ 6 着替え 7 ふりかえり 移動後、道具の水洗い、後片付け			・移動は乗り合わせて行う ・団体の引率者も水の中に入り指導にあたる。 ・緊急用車両(自家用車等)の確保		

3 活動のふりかえりのポイント

(視 点)「自然を楽しみながら、仲間と協力して活動することができたか。」

(発問例)「 」 「 」

4 SDGsで目指す姿

		<p>6.6</p> <p>2020年までに、山地、森林、湿地、河川、帯水層、湖沼などの水に関連する生態系の保護・回復を行う。</p> <p>森林や河川等に関連する生態系に興味をもち、節水に努めるなど水の保全に取り組もうとする姿</p>
--	---	--

5 その他（各団体の引率者の皆様へ）

- (1) 前日の天候を含め、荒天等の理由により活動の中止、活動途中の中止を判断する場合があります。その際は、交流の家職員又は研修指導員の指示に従ってください。
- (2) 活動団体の準備不足（装備や服装の不備）の場合、また、活動時において交流の家職員及び研修指導員の指示に従っていただけない場合は、活動を中止、または活動途中の中止を行う場合があります。
- (3) 自然にやさしい活動となるようフィールドマナーを守って活動をお願いします。

<活動中のイメージ>



沢登り・沢遊びの服装

〈長袖の上着〉
ラッシュガードでも可



〈長ズボン〉
ジャージなどの水ぬけがよいもの



※服装は持っている洋服を代用して構いません。(ジーンズ不可)

〈運動靴・くつ下〉
かかとのあるくつ(サンダル不可)



〈つばのある帽子〉
ハットは不可



〈水着・ゴーグル〉
長袖・長ズボンの下に着ます



〈手袋(軍手)〉
サイズの合ったものを着用



活動場所までの地図

駐車場 (国造神社)

活動場所(宮川)



(10) 星空観察

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

③ 多面的、総合的に考える力

人・もの・こと・社会・自然などのつながり・かかわり・ひろがり(システム)を理解し、それらを多面的・総合的に考える力

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	星空観察をとおして、自然界の移り変わりに触れたり、その雄大さや神秘さを感じたりすることができます。				
諸条件	実施形態	指導可能 ※団体での自主活動も可		提出書類	不要
	必要経費	指導依頼をした場合、1回 3,000円		所要時間	1~1.5時間程度
	活動場所	敷地内草原		対象・人数	学校団体、自然体験活動団体、企業や子ども会など
	事前下見	なし	実施時期	通年	天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体で準備する物	
	双眼鏡 天体望遠鏡 星座早見盤 (星空観察を指導依頼する場合) ダジックアース パソコン プロジェクター ブロアー スクリーン			懐中電灯 寒くない服装	
役割分担	交流の家職員が行うこと			団体の自主活動で引率者が行うこと	
	1 事前説明を行う <指導依頼があった場合の流れ(例)> 2 活動①(星空学習) 室内で星や星座のこと、今日の星空について学習をします。 ・パワーポイント、ダジックアースを使った説明 ・季節の星座、ランドマークの説明 3 活動②(星空観察) 野外に出て、星空観察を行います 4 ふりかえり			1 事前説明を受ける 交流の家職員から安全面での配慮事項などを聞く。 2 活動の指導を行う。	

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：「星の動きや季節ごとに変わる星座について考えながら観察することができたか。」

発問例：「なぜ、星空がこんなきれいに見えるのだろうか。」 「住んでいる地域と比べてどうだろうか。」

4 SDGsで目指す姿

 4 質の高い教育をみんなに	 11 住み続けられるまちづくりを	11.6 2030年までに、大気質及び一般並びにその他の廃棄物の管理に特別な注意を払うことによるものを含め、都市の一人当たりの環境上の悪影響を軽減する。 きれいな星空を守るためには、どんなことが必要かを考え、自分ができるところから行動に移そうとする姿
--	--	---

《ダジックアースとは?》



地球や惑星についての科学を楽しんでもらうために、京都大学大学院理学研究科地球惑星科学輻合部可視化グループが中心になって進めている、地球や惑星を立体的に表示するプロジェクトです。
球体のスクリーンに地球や惑星を投影し、立体的な地球や惑星の表示ができます。

(II) ナイトハイキング

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ ◎仲間づくり・協調性 ○集団行動・規律

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑥ つながり尊重する態度

人・もの・こと・社会・自然などと自分とのつながり・かわりに関心をもち、それらを尊重し大切にしようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	交流家の敷地内で懐中電灯を持ちながら暗闇をハイキングします。 夜空に広がる星空、動物や昆虫たちの鳴き声、草原が風で揺れる音、草原の匂い、冬季は突き刺すような寒さ… 阿蘇の自然が、四季を通して楽しめます。 暗闇だからこそ、聴覚・触覚・嗅覚・視角がより敏感になり、体中を使って楽しめるプログラムです。 ※危険度の高いプログラムの為、引率者数によって実施形態を指定しています。 ※実施コースはあなぐまコース、あかうしコースの2コースがあります。				
諸条件	実施形態	自主活動		提出書類	不要
	必要経費	不要		所要時間	1時間程度
	活動場所	敷地内草原 (1km程度)		対象・人数	最大300人程度
	時期	通年	事前の下見	必須	天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物	
	無線機			・懐中電灯 (各班1個・引率者一人1個) ・温かい服装 (冬季)	
役割分担	青少年交流の家職員が行うこと			団体引率者が行うこと	
	2) 当日 ①事前説明※17:00までに事務室で実施。 交流の家職員から団体引率者 (担当者) へ ① 立哨ポイントについて ② 無線の使い方について ③ 危険箇所等について ②無線機を準備し、貸し出す ④無線機の受け取り			1) 事前 (学校で) ナイトハイキング指導用動画を視聴する 実施コースを決め、役割分担をする 2) 当日 ①事前説明を受ける (担当者) ②無線機を受け取る ③活動の指導を行う ①安全面、コースについて ②ルールに従って活動を進める。 ③人員・健康状態の確認 ④活動のふりかえり ④無線機を返却する	

3 活動のふりかえりのポイント

視点: ①「楽しんで、仲間と協力して活動することができたか。」

②「活動場所であった『草原』について、興味関心を持つことができたか。」

発問例: ①「この活動中の、グループのメンバーについて、頑張っていたこと、うれしかったこと、など自分が気づいた『ナイスファイト!』を伝えあいましょう。」

②「今日、みんなが活動した草原 (牧野) は、何のためにあるか、また私たちの生活と深くかかわっていることを知っていますか?」

4 SDGsで目指す姿

		15.4 2030年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。 ナイトハイキングの活動の場である、阿蘇の草原、牧野について興味を持つとともに、これらの自然が長い年月をかけた人々の努力を知り、豊かな自然を守るために自分にできることを考え行動しようとする姿。
--	---	--

4 ナイトハイキング指導用動画について

各コース8分程度の動画です。

ナイトハイキングコース内で注意が必要なポイント、引率者の立証ポイントなどを解説しています。

来所前に全引率者で視聴し、役割などを確認してきてください。

(あなぐまコース)



<https://youtu.be/lcmSCJZvxUo>

(あかうしコース)



<https://youtu.be/kvzMdNiDZc8>

《ナイトハイキング指導のポイント》

※事前に必ず指導用動画を観てきてください。

設定コース … どちらのコースも1周 約1 km ゆっくり歩いて 30分程度です。

A) あなぐまコース … 満点の星空を眺めながら歩ける、比較的平坦なコースです。

B) あかうしコース … 谷あり、柵あり、勾配ありの林道を歩く、少しスリリングなコースです。

※ A・Bコースを合わせた実施も可能です。(要相談)

進め方は以下の2つのパターンがあります。

①班行動(引率者が本部待機含め、3名以上いるときに実施可能)

・引率者が先に各ポイントに行きます。

事前指導と並行して立哨ポイントに立つスタッフは移動を開始する。

・児童、生徒を班ごとに出発させます。

必ず全引率者がポイントに着いたことを確認の上、出発させてください。

・各ポイントの引率者は懐中電灯の明かりで児童・生徒を誘導します。

・各ポイント間で引率者が安全管理を行います。

《出発前に指導すること》

① 必ず班で行動すること、グループを分裂させないこと。

② 道順について。(立証ポイントの場所、だれがポイントに立っているか)

③ 困ったときにどうするか。

野性生物 … 引き返す

けが、事故など … 近くの先生を呼びに行く(1人で行動はしない)

④ 活動中は絶対に走らない。特に足元に注意する。

⑤ 持ち物の確認 … 懐中電灯、水筒(夏季)、虫対策(春~秋季)、防寒対策(冬季)

⑥ トイレを済ませる

《立証ポイントで確認すること》

① 通過した班の数

② 各般の人数(グループが分裂していないか)

③ けがなどはないか。

④ ポイント以降のルート上の危険箇所等についての注意喚起。

②一斉行動(引率者が2名以下の場合)

・児童、生徒を班ごとに出発させることはできません。

・引率者が先頭と最後尾、余裕があれば、班やクラスの間引率者が入り隊列で行動します。

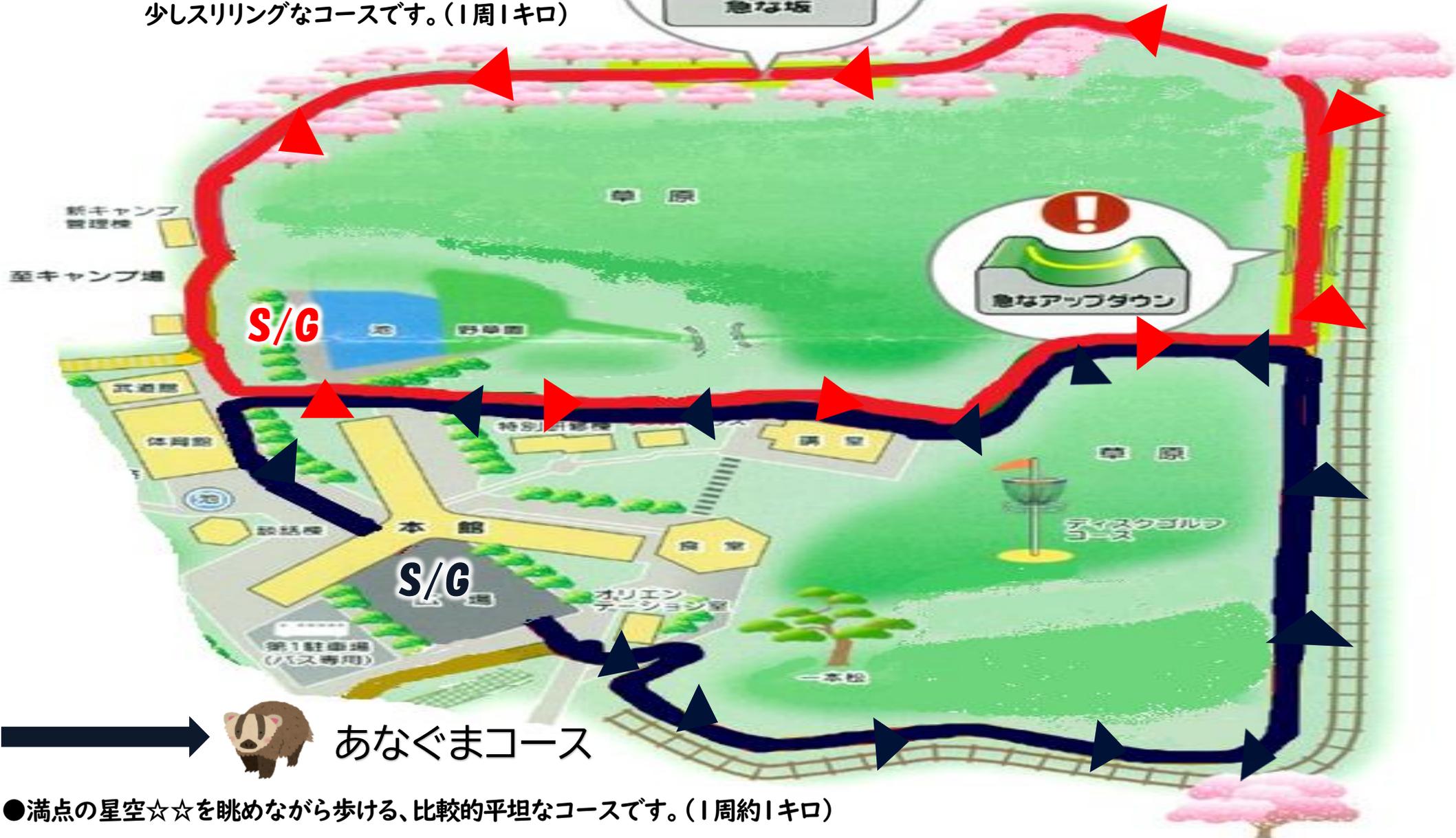
・出発前の指導事項は、上記を参考にしてください。



ナイトハイキングコースマップ (約30分)



●谷あり、柵あり、勾配ありの林道を歩く、
少しスリリングなコースです。(1周1キロ)



●満点の星空☆☆を眺めながら歩ける、比較的平坦なコースです。(1周約1キロ)

ナイトハイキング立哨ポイント

③ 桜並木う回路への注意喚起



④ 急な坂(階段)への注意喚起




あかうしコース
本部待機・②・③・④
計4名

引率者の最低人数


あなぐまコース
本部待機・①・②
計3名

※あなぐまコースは
①からスタートすれば
引率2名でも実施可能



(あかうし)
下り階段への
注意喚起



(あなぐま)
方向転換の
指示

各コースの詳細を動画で確認できます!



<https://youtu.be/IcmSCjZvxUo>



<https://youtu.be/kvzMdNiDZc8>

① 階段を下る



(12) ①カモフラージュゲーム

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ ◎課題克服・達成感

(2) ESD の課題解決に必要な7つの能力・態度

③人・もの・こと・社会・自然などのつながり・かかわり・ひろがり（システム）を理解し、それらを多面的・総合的に考える力

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	このゲームでは、視覚を集中させて、自然のものと人工のものとを判別する観察力を養います。 自然の中に人工物であるゴム製のトカゲやカエル、造花など、いろいろな物が隠されているので、探し当てるゲームです。					
諸条件	実施形態	指導必須		提出書類	不要	
	必要経費	指導員1人につき5,000円		所要時間	1.5時間程度	
	活動場所	野外調理場周辺		対象・人数	幼児以上 30人程度まで	
	事前下見	なし	実施時期	通年	天候	晴天時
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体で準備する物		
	<ul style="list-style-type: none"> ・隠すもの ※ゴム製のトカゲやカエル、造花 プラスチック製の木、布製のひも 等 【留意事項】 ・自然環境への配慮 →草花、樹を大切にします。 ・実地調査による安全性の確認 →危険な植物・昆虫・動物等 			<ul style="list-style-type: none"> 【参加者】 ・運動に適した服装 ・運動靴・帽子・軍手・水筒 等 【指導者】 ・参加者に準じた服装等を準備 ・救急用品 ・携帯電話・笛 等 		
内容	内容			備考		
	<ol style="list-style-type: none"> 1 活動場所に集合したら、2つの組にグループを分ける。(隠すグループと見つけるグループ) 2 一方のグループが、あらかじめ決められた範囲にゴム製のトカゲなどを隠す。 3 隠し終わったら、もう一方のグループが隠し場所に行き、隠されたものを見つけ出す。 4 時間がきたら、見つけたものを持って集まる。 5 隠したグループと見つけたグループが入れ替わる。 <p>※ 3の隠されたものを見つける場面では、グループではなく、個人でチャレンジすることができます。隠された場所に黙って移動し、何をいくつか見つけたかを記録します。その後、答え合わせをします。</p>			<ul style="list-style-type: none"> ・全部見つかっていない場合は、もう一度探す。それでも、見つからない場合は、隠したグループに教えてもらう。 		

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：「生き物の擬態や保護色について楽しく学ぶことができたか。」

発問例：「探すことが難しく感じたのはなぜだろうか。」

4 SDGsで目指す姿

 <p>4 質の高い教育をみんなに</p>	 <p>15 陸の豊かさも守ろう</p>	<p>15.4</p> <p>2030年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。</p> <p>ゲームをとおして生き物や自然の不思議に気づき、生態系や自然を大切にしていることとする姿</p>
---	---	--

(12) ②目かくし列車ゲーム

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ ◎課題克服・達成感 ◎仲間づくり・協調性

(2) ESD の課題解決に必要な7つの能力・態度

③人・もの・こと・社会・自然などのつながり・かかわり・ひろがり（システム）を理解し、それらを多面的・総合的に考える力

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	このゲームでは、協力することの大切さを学び、グループの結束力を強めます。 目かくしをして行う活動で、みんなで決めたルールや全身の感覚を使い、参加者がお互いに頼り合い協力し合って、ゴールを目指します。						
	実施形態	指導必須			提出書類	不要	
	必要経費	指導員1人につき5,000円			所要時間	1.5時間程度	
	活動場所	野外調理場周辺			対象・人数	幼児以上 30人程度まで	
事前下見	なし	実施時期	通年	天候	晴天時		
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物				団体に準備する物		
	<ul style="list-style-type: none"> ・途中の通過ポイントの目印(番号札等) ※番号札を取り付ける間隔は、5m~8m ・スタートとゴールの目印(コーン) ※ゴール地点を決めたら、スタート地点から通過する順番を示した番号札を立ち木に取り付けておく。 ・ゼッケン 				【参加者】 <ul style="list-style-type: none"> ・運動に適した服装 ・目かくし用のタオル(人数分) ・運動靴・帽子・軍手・水筒 等 【指導者】 <ul style="list-style-type: none"> ・参加者に準じた服装等を準備 ・救急用品 ・携帯電話・笛 等 		
内容	内容						
	<ol style="list-style-type: none"> 1 一番後ろの案内役は、人の「ことば」を話すことができないので、いろいろな合図(止まれ、まっすぐ進め、左に曲がれなど)をグループで話し合って決める。 2 全員が一列になって前の人の両肩に手を置き、列車のようにつながる。 ※ 一番後ろの人以外は目かくしをする。 3 一番後ろの人は列車の案内役になり、適切な指示を与えながら通過ポイントまで仲間を動かす。 4 先頭の人が番号札の付いた立ち木に触れて通過ポイントに着いたら、案内役を交代する。 ※ できるだけ全員が案内役になれるようにする。 すべての通過ポイントをへてゴールしたら終わる。 						

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：「五感を使って自然を楽しみながら、仲間と協力して活動することができたか。」

発問例：「案内役の時に心がけたことは何ですか。」「目以外から感じたことはどんなことでしたか。」

4 SDGsで目指す姿

		<p>4.8</p> <p>子ども、障害及びジェンダーに配慮した教育施設を構築・改良し、すべての人々に安全で非暴力的、包括的、効果的な学習環境を提供できるようにする。</p> <p>日頃の生活においても、仲間に対して優しく接し、誰とでも協力をしていこうとする姿</p>
--	---	--

(12) ③草原のレストランゲーム

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ ◎課題克服・達成感

(2) ESD の課題解決に必要な7つの能力・態度

③人・もの・こと・社会・自然などのつながり・かかわり・ひろがり（システム）を理解し、それらを多面的・総合的に考える力

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	このゲームでは、想像力を働かせながらより深く観察する目を養います。自然のものを使って、「エビフライ」「からあげ定食」など、食べたいメニューを完成させます。					
諸条件	実施形態	指導必須		提出書類	指導依頼用紙	
	必要経費	指導員1人につき5,000円		所要時間	1.5時間程度	
	活動場所	野外調理場周辺		対象・人数	幼児以上 30人程度まで	
	事前下見	なし	実施時期	通年	天候	晴天時
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体で準備する物		
	<ul style="list-style-type: none"> ・のり、粘着テープ、ガムテープなど ・たこ糸 ・課題を書いたメニュー表 【留意事項】 <ul style="list-style-type: none"> ・自然環境への配慮 ※草花、貴を大切にします。 ・実地調査による安全性の確認 ※危険な植物・昆虫・動物等 			【参加者】 <ul style="list-style-type: none"> ・運動に適した服装 ・運動靴・帽子・軍手・水筒 等 【指導者】 <ul style="list-style-type: none"> ・参加者に準じた服装等を準備 ・救急用品・携帯電話 ・紙皿(人数分)・笛 等 		
内容	内容			備考		
	<ol style="list-style-type: none"> 1 課題のメニューが書かれたカードを受け取る。 2 周辺の自然の中から材料を集める。 《注意事項》 <ul style="list-style-type: none"> ・落ちていたものを使う。 ・生えているものを折ったり、抜いたりしない。 ・必要以上の材料を取ってこない。 3 作ったメニューを持ち寄って、苦労した点や工夫した点について、各グループで発表する。 			<ul style="list-style-type: none"> ・安全面を考えて、材料を集める間は軍手を着用させる。 ・活動範囲を制限する。 ・作品を解体する時は、自然のものと人工のものに分けて処理する。なお自然のものは元に戻す。 		

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：「五感を使って自然を楽しみながら、活動することができたか。」

発問例：「葉っぱを集めるときにどんな手触りがしたり、どんな音が聞こえたりしてきましたか。」

4 SDGsで目指す姿

		<p>15.4 2030年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。</p> <p>ゲームをとおして生き物や自然の不思議に気づき、生態系や自然を大切にしていることとする姿</p>
--	---	---

(12) ④マーキングゲーム

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ ◎課題克服・達成感

(2) ESD の課題解決に必要な7つの能力・態度

③人・もの・こと・社会・自然などのつながり・かかわり・ひろがり（システム）を理解し、それらを多面的・総合的に考える力

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	このゲームでは、視覚以外の感覚による自然観察、参加者同士の信頼関係を築くこと学びます。				
諸条件	実施形態	指導必須		提出書類	不要
	必要経費	指導員1人につき5,000円		所要時間	1.5時間程度
	活動場所	野外調理場周辺		対象・人数	幼児以上 30人程度まで
	事前下見	なし	実施時期	通年	天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物	
	<ul style="list-style-type: none"> ○ 特徴のあるにおいや香りをもつもの。 A 香水や整髪剤など、香りの異なるものを5つ B くだもの・野菜などを5つ (例:りんご・オレンジ・ぶどう・きゅうり・わさびなど) C 活動場所の周辺で手に入るもの3~5つ (例:きのこ・ヨモギ・朽ちた木片など) ○ ハンカチ(または布)10枚程度 ○ フィルムケース 8個程度 (黒い紙や布で中が見えないように覆う) <p>【留意事項】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自然環境への配慮→草花、樹を大切にす ・実地調査による安全性の確認 <p>※危険な植物・昆虫・動物等</p>			<p>【参加者】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動に適した服装 ・目かくし用タオル(人数分) ・運動靴・帽子・軍手・水筒 等 <p>【指導者】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・参加者に準じた服装等を準備 ・救急用品・携帯電話 ・笛 等 	
内容	内容			備考	
	<ol style="list-style-type: none"> 1 課題のメニューが書かれたカードを受け取る。 2 周辺の自然の中から材料を集めて作成する。 《注意事項》 <ul style="list-style-type: none"> ・落ちているものを使う。 ・生えているものを折ったり、抜いたりしない。 ・必要以上の材料を取ってこない。 3 作ったメニューを持ち寄り、感想を交流する。 4 後片付け 				

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：「嗅覚を使って自然を楽しみながら、活動することができたか。」

発問例：「違いが分かりづらかったにおいはや分かりやすかったにおいはありましたか。」

4 SDGsで目指す姿

 <p>4 質の高い教育をみんなに</p>	 <p>15 陸の豊かさも守ろう</p>	<p>15.4</p> <p>2030年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。</p> <p>ゲームをとおして生き物や自然の不思議に気づき、生態系や自然を大切にしていることとする姿</p>
---	---	--

(12) ⑤目かくしトレイルゲーム

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ ◎課題克服・達成感 ◎仲間づくり・協調性

(2) ESD の課題解決に必要な7つの能力・態度

③人・もの・こと・社会・自然などのつながり・かかわり・ひろがり（システム）を理解し、それらを多面的・総合的に考える力

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	このゲームでは、視覚以外の感覚による自然観察、参加者同士の信頼関係を築くこと学びます。 目かくしをした参加者がロープを伝って、みんなで協力してゴールまで進みます。					
	実施形態	指導必須		提出書類	不要	
諸条件	必要経費	指導員1人につき5,000円		所要時間	1.5時間程度	
	活動場所	野外調理場周辺		対象・人数	幼児以上 30人程度まで	
	事前下見	なし	実施時期	通年	天候	晴天時
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物		
	<ul style="list-style-type: none"> ・途中の通過ポイントの目印(番号札等) ※番号札を取り付ける間隔は、5m~8m ・スタートとゴールの目印(コーン) ※ゴール地点を決めたら、スタート地点から通過する順番を示した番号札を立ち木に取り付けておく。 ・ゼッケン 			【参加者】 <ul style="list-style-type: none"> ・運動に適した服装 ・目かくし用のタオル(人数分) ・運動靴・帽子・軍手・水筒 等 【指導者】 <ul style="list-style-type: none"> ・参加者に準じた服装等を準備 ・救急用品・携帯電話・笛 等 		
内容	内容			備考		
	<ol style="list-style-type: none"> 1 目かくしをしてスタートの所に1列に並ぶ。 2 右手でロープをにぎり、五感を使って自然を感じながら、ゆっくり進む。 ・木に触れる。・耳に飛び込んてくる音を聴く。 ・においを嗅ぐ。 3 ゴールに到着したら、触れた木の感想や聴こえてきた音などをグループで発表する。 【指導事項】 <ul style="list-style-type: none"> ・ロープから手を離さないようにする。 ・ゴールするまで、話さない。 ・全員がロープの左側を歩く。 ・ロープの周りに危険なものがないかを事前に確認しておく。 					

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：「視覚以外を使って自然を楽しみながら、仲間と協力して活動することができたか。」

発問例：「みんなで歩くときに時に心がけたことは何ですか。」「目以外から感じたことはどんなことでしたか。」

4 SDGsで目指す姿

 <p>4 質の高い教育をみんなに</p>	 <p>15 陸の豊かさを守ろう</p>	<p>4.8</p> <p>子ども、障害及びジェンダーに配慮した教育施設を構築・改良し、すべての人々に安全で非暴力的、包括的、効果的な学習環境を提供できるようにする。</p> <p>日頃の生活においても、仲間に対して優しく接し、誰とでも協力をしていこうとする姿</p>
---	---	--

2

交流活動

(13)キャンドルのつどい

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果 ◎集団行動規律 仲間づくり協調性 自主性創意工夫

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑥つながりを尊重する態度 人・もの・こと・社会・自然などと自分とのつながり・かかわりに関心を持ち、それらを尊重し大切にしようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	<p>ろうそくの炎を囲み、歌やレクリエーションなどを行うことで連帯感や友情を深めることができます。</p> <p>研修の始めの方に実施すれば緊張をほぐし、親睦を深める効果があり、最後に実施すれば研修のまとめや自己を深く見つめる場になります。</p>				
諸条件	実施形態	指導可能(有料) 団体での自主活動も可能 (自主活動でも 安全指導は必須:無料)		提出書類	食事・教材注文票(ろうそくの注文)
	必要経費	【指導依頼をした場合】 一律5,000円+ろうそく代 【自主活動の場合】 ろうそく代のみ ※ろうそく代 体育館・講堂 1,530円 大研修室 1,000円		所要時間	【安全指導】 20分 【リハーサル】 1時間 【本番】 1.5~2時間 第1部 迎え火のつどい 第2部 交歓のつどい (レクリエーション・出し物) 第3部 送り火のつどい
	活動場所	体育館 講堂 大研修室		対象・人数	【体育館】 300人程度まで 【講堂】 200人程度まで 【大研修室】 100人程度まで
	事前下見	なし	実施時期	通年	天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体が準備する物	
	<ul style="list-style-type: none"> ・キャンドル台セット ・火の神衣装(ドレス・白衣) ・放送・音響機器 ・懐中電灯 			【事前】 ・係の選出(展開例参照) ※必須 ・せりふの確認と練習 ※必須 ・2部の出し物の準備 ※自主活動の場合 【当日】 ・室内用のシューズ ※体育館の場合 ・出し物で必要なもの	
役割分担	指導ありの場合			自主活動の場合	
	1 準備、安全指導 2 リハーサル(夕食等) 3 キャンドルの集い実施 指導形態 A) 第1~第3部 B) 第1・第3部のみ C) 第2部のみ 4 振り返り、片付け			交流の家職員主導で 16:20までに開始 1 物品の貸出・準備・安全指導 ①貸出物品の確認、機材操作の確認 ②キャンドル台の設置について ③キャンドルの扱い方について ④片づけについて(キャンドル台、シート) 2 リハーサル ※交流の家職員で対応可能 (プラス30分程度必要) 3 キャンドルの集い実施 4 片付け、物品の返却。	

3 活動のふりかえりのポイント

視点:「人との関りや今までの生活を振り返り、これからの生活について考えることができたか」

4 SDGsで目指す姿

 <p>4 質の高い教育をみんなに</p>	<p>4.7 2030年までに、持続可能な開発のための教育及び持続可能なライフスタイル、人権、男女の平等、平和及び非暴力的文化の推進、グローバル・シチズンシップ、文化多様性と文化の持続可能な開発への貢献の理解の教育を通して、全ての学習者が、持続可能な開発を促進するために必要な知識及び技能を習得できるようにする。</p> <p>・自分自身や様々な人との関りについて振り返り、これからの生活などについて考えることで連帯感や友情について考える姿。</p>
---	---

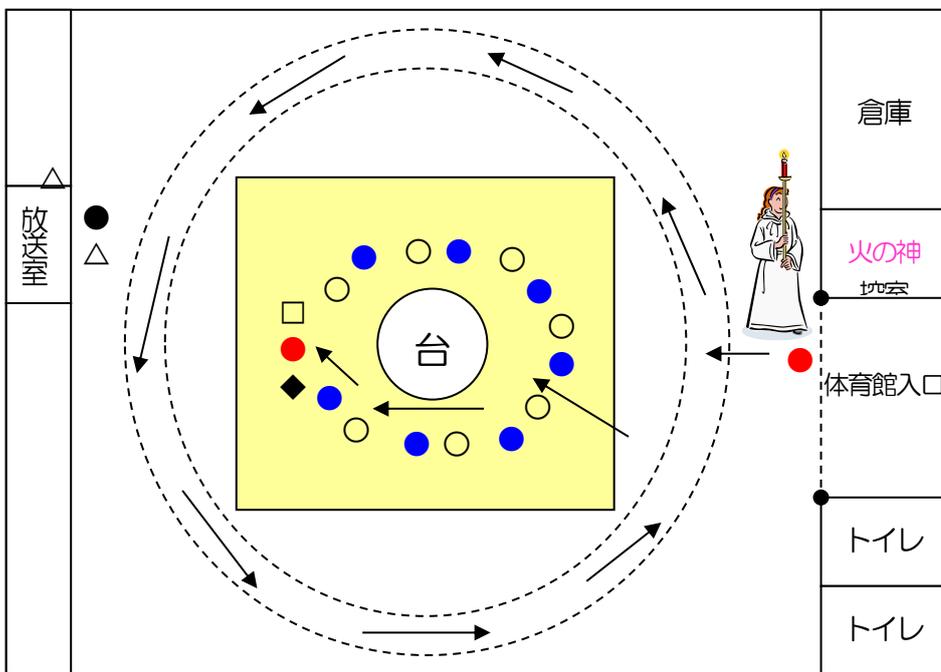
5 その他

(1) 系の役割分担

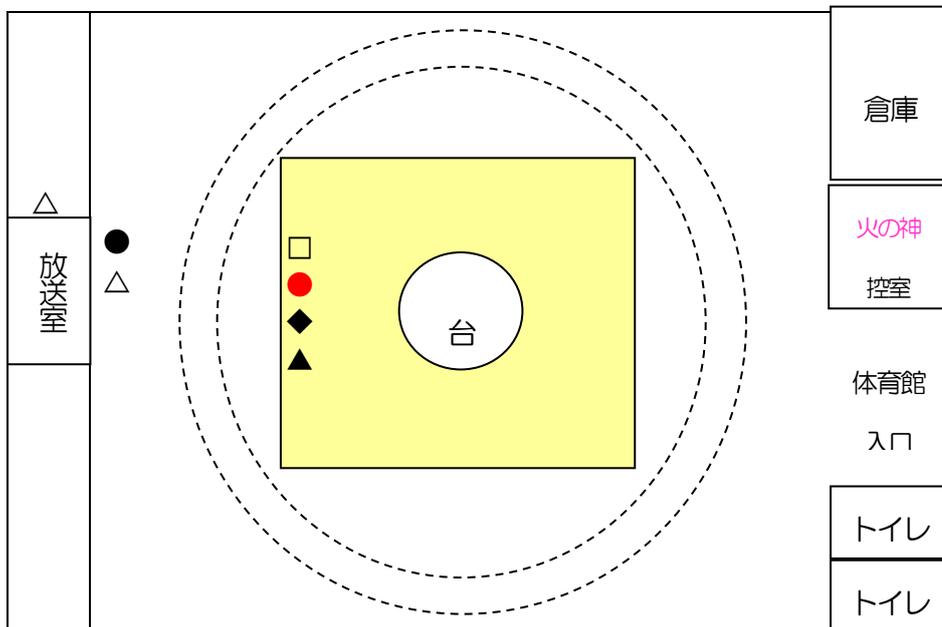
係名 (人数)	第1部	第3部	備考
火の神 (1~2)	入場・分火	静火・退場	
火の長 (1)	はじめの言葉	まとめの言葉	指導者からの選出が、一般的です。
火の司 (1)	ナレーター		
火の守 (5~10) ※	受火・献火		火の守と誓詞係は同じ人数が一般的です。 例) 班から1名ずつなど
誓詞係 (5~10) ※	誓いの言葉		
献詩係 (1)		詩の朗読	
音響係・照明係 (各1)	BGMの調整・せりふにライトを当てる		
火の神補助 (1)	火の神登壇時の補助		火の神が2人の場合は不要

(2) 会場イメージ

【第1部】



【第3部】



【展開例】

(1) 第1部 迎え火のつどい ※静かな雰囲気の中で行う

全体の流れ	役割分担	せりふ (例)
①ナレーション	火の司	<p>ここ、阿蘇の地には、火山や草原、水源など雄大な自然が広がり、その自然は私たち人間にたくさんの恵みを与えてくれています。</p> <p>大昔から、阿蘇に住む人たちは、阿蘇の山々を『神様の住む山』、火山から生まれる火を『御神火』として大切にしてきました。</p> <p>この豊かで美しい自然と生きている大地に囲まれた、ここ、阿蘇青少年交流の家も、また一日が終わろうとしています。</p> <p>自らの向上を願い、お互いの友情を深めようとして集まった(団体・学校名等)のみなさん、これよりキャンドルの集いを始めます。</p> <p>まもなく、『御神火』をたずさえた火の神の登場です。みんなで静かに迎えましょう」</p>
②火の神の登場	火の神	〇火の神がキャンドルをもって、入口から登場する
③はじめの言葉	火の司 火の長	<p>「ここで、火の長よりお言葉をいただきます」</p> <p>「今、ここに皆さんの友情と団結のために御神火を迎えます。私たちは、この研修に参加することにより仲間としてのきずなをさらに深めることができました。</p> <p>とすれば、自己の生活を見失いがちな私たちは、この研修によって、自ら考え自ら行うことの意義を身をもって体得しました。規則正しい生活、自主的な生活体験は自己をあらためて見直させてくれるとともに、多くの若き仲間のたくましさや、すばらしい行動を教えてくださいました。</p> <p>この聖なる御神火を囲んでのつどいが、一人一人の心の奥深く、いつまでも美しく、楽しい思い出となるよう祈りつつこの集いを開きます。」</p>
④分火 火の神から火の守へキャンドルの火を分火する。 ↓ 全ての火の守に分火を終えたら、火の神は手に持ったキャンドルをキャンドル台の最上部に置く。	火の守 火の神 火の守① 以下 火の神 火の守② ～⑨	<p>それでは、火の神より火の守へ『御神火』を分火いたします。」</p> <p>あなたには、すばらしい「出会いの火」をあげましょう。</p> <p>私は、すばらしい「出会いの火」をいただきました。</p> <p>②あなたには、あなたと私の「出会いの火」をあげましょう。</p> <p>～火の守①同様に、火の守②～⑨は火の神の言葉を繰り返す～</p> <p>③あなたには、「仲間づくりの火」をあげましょう。</p> <p>④あなたには、みんなへの「感謝の火」をあげましょう。</p> <p>⑤あなたには、生きていく「英知と力の火」をあげましょう。</p> <p>⑥あなたには、「愛と奉仕の火」をあげましょう。</p> <p>⑦あなたには、困難を克服する「勇気の火」をあげましょう。</p> <p>⑧あなたには、「言葉と創造の火」をあげましょう。</p> <p>⑨あなたには、「努力と向上の火」をあげましょう。</p>
⑤誓いの言葉	火の司 誓詞係① ～⑨	<p>「ここで、誓詞係のみなさんから誓いの言葉をお願いします」</p> <p>「私たちは、この研修を通じて〇〇〇〇することを誓います」 団体名、組(科) 氏名 〇〇 〇〇</p> <p>誓詞係①～⑨が一人ずつ誓いの言葉を言う。</p>

「〇〇の火」はみなさんの大切にしている言葉などに変更してもかまいません。
火の守の数は、団体で決めてください。

誓詞係の数は、団体で決めてください。

<p>⑥献火</p> <p>火の司のナレーターに合わせて、火の守がキャンドルに順番に火をつけていく。</p> <p>↓</p> <p>最後の火の守がキャンドルを置き終わったら、火の守全員でキャンドル台の残りのキャンドルに火をつけていく。</p>	<p>火の司</p> <p>火の守① ～⑨</p>	<p>それでは、火の守によるキャンドル台への献火をおこないます」</p> <p>最初のキャンドルに明かりが灯されます。今宵がすばらしい出会いの時になりますように</p> <p>2番目のキャンドルに明かりが灯されます。みなさんの友情を温め合う時になりますように。</p> <p>3番目のキャンドルに明かりが灯されます。友だちの輪が大きく広がりますように。</p> <p>4番目のキャンドルに明かりが灯されます。家族へ、友へ、そしてまわりの人たちへの感謝の気持ちが深まりますように。</p> <p>5番目のキャンドルに明かりが灯されます。力の限り誠実に生きていくことができますように。</p> <p>6番目のキャンドルに明かりが灯されます。限りない愛と奉仕の心がめばえますように。</p> <p>7番目のキャンドルに明かりが灯されます。困難を克服する勇気がわきますように。</p> <p>8番目のキャンドルに明かりが灯されます。明日を切り開くために考え抜く力が身につきますように</p> <p>9番目のキャンドルに明かりが灯されます。目標をもってひたむきに頑張っていけますように</p> <p>(最後のキャンドルに明かりが灯されたのを確認したら)</p> <p>最後のキャンドルに明かりが灯されました。今日の想いがみなさんの胸に輝く炎としていつまでも燃え続けますように。</p>
<p>⑦退場</p>	<p>火の司</p>	<p>ここで、火の長、火の神、火の守、誓詞係が退場します</p> <p>(火の長、火の神、火の守、誓詞係全員退場したのを確認したら)</p> <p>みなさんの協力により、中央のキャンドル台に「御神火」を迎えることができました。これから、この火を囲んでの楽しい交歓のつどいに入っていきます。」</p>

「緑文字」の部分は、④の火と関連付けます。(④を変更された団体は、ここも変更してください)

(2) 第2部 交歓のつどい (レクリエーション・出し物) ※明るく楽しい雰囲気で行う

各クラス、チームの出し物やレクリエーションなど行う。

- ※ 指導依頼をされる場合は、交流の家職員がレクリエーションを行います。
- ※ 活動中は、シートの上には乗らないように注意しましょう。
- ※ 第2部終了後、係の人は第3部の準備・配置、他の人は第1部の隊形に並び。

(3) 第3部 送り火のつどい ※静かな雰囲気の中で行う

全体の流れ	役割分担	せりふ (例)
①献詩	日の司 献詩係	<p>まず、はじめに南燈詩系より南燈詩をお願いします</p> <p>(例) あたりまえのことを あたりまえにすることができ あたりまえのことに 感謝できる人になりたい あたりまえのことを あたりまえにやることか おそろかになってははいないだろうか あたりまえのことに 感謝できなくて 狂った刺激のみ 追ってはいないだろうか 人間は人間らしくあるという あたりまえのことを 大切にしたい私たちは、 この研修を通じて〇〇〇〇することを誓います</p> <p>団体名、組 (科) 氏名 〇〇 〇〇</p>
②静火	火の司 火の神	<p>「続いて火の神がキャンドル台の静火をおこないます」</p> <p>火の神が、キャンドル台の火を下から順番に1つずつ消していく。</p>
③まとめの言葉	火の司 火の長	<p>ここで、火の長より言葉をお願いします」</p> <p>研修のまとめになるようなお話を</p>
④退場	火の司	<p>火の長と火の神と献詩係が退場します。みなさん静かに送りましょう。</p> <p>(火の長、火の神、献詩係退場)</p>

献詩の内容は、団体で決めてください。



5 その他

(1) キャンプファイヤー用薪の料金は、【中詰め用 30 c m】 1箱 400 円、【井桁用 60cm】 一束 400 円です。

1回につき【中詰め用 30 c m】 1箱、【井桁用 60 c m】 2束を目安にご注文ください。

※当日実際に使用した分だけのお支払いとなります。

(2) 必ず、トーチをご準備ください。

トーチの作り方は、次ページ以降をご覧ください。

トーチ (角材使用)
※竹不可



(3) 係の役割分担

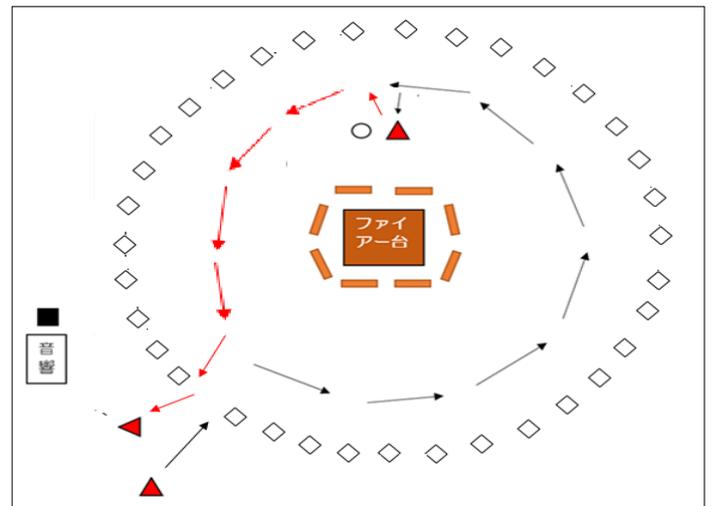
係名 (人数)	第1部	第3部	備考
火の神 (1~2)	入場・言葉・献火・点火・退場		
火の長 (1)		言葉・受火・分火	団体の代表者が好ましい
火の司 (1~2)	ナレーター		
火の守 (5~10) ※		受火・献火	例) 班から 1 名ずつなど

※キャンプファイヤーは決められたシナリオだけに頼らず、団体ごとで決めた動きやセリフの練習が重要です。あらかじめ十分な打ち合わせを団体内で行い、係に選出された人は十分な準備・練習を行いましょう。

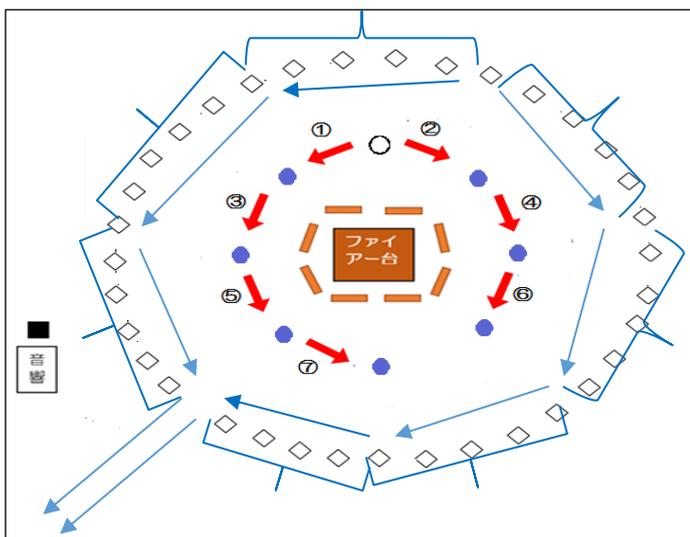
※屋外で夜間に行うため、紙を見ながら行うことはできないと考えてください。

(4) 会場イメージ

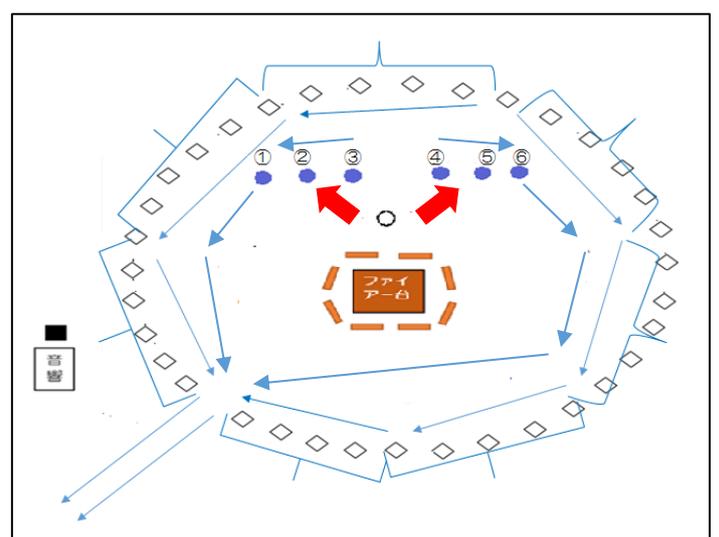
《第1部》



《第3部 Aパターン 円座》



《第3部 Bパターン 直線》



【展開例】

(1) 第1部 迎え火のつどい ※静かな雰囲気の中で行う

全体の流れ	役割分担	せりふ、(例) など
①開会	火の司 全員 火の司	<p>ここ、阿蘇の地には、火山や草原、水源など雄大な自然が広がり、その自然は私たち人間にたくさんの恵みを与えています。</p> <p>大昔から、阿蘇に住む人たちは、阿蘇の山々を『神様の住む山』、火山から生まれる火を『御神火』として大切にしてきました。</p> <p>この豊かで美しい自然と生きている大地に囲まれた、ここ、阿蘇青少年交流の家も、また一日が終わろうとしています。</p> <p>自らの向上を願い、お互いの友情を深めようとして集まった(団体・学校名等)のみなさん、これよりキャンプファイヤーを始めます。</p> <p>歌「(例) 遠き山に日は落ちて」をみんなで歌いましょう</p> <p>※歌は各団体で決めていただいてもかまいません。</p> <p>○歌を歌う(2番はハミング)</p> <p>○ハミングが始まったら</p> <p>まもなく、『御神火』をたずさえた火の神の入場です。みんなで静かに迎えましょう」</p>
②火の神の入場	火の神	○火の神がトーチをもって、入場し、くると半周回って、火の長の横につく。
③火の神の言葉	火の司 火の神	<p>ここで、火の神よりお言葉をいただきます</p> <p>(各団体で考えていただいてもかまいません)</p> <p>(例) …私は、ここ阿蘇の山に住む火の神である。</p> <p>今夜は〇〇〇(団体・学校名等)が、この阿蘇青少年交流の家で、キャンプファイヤーをすると聞いたので、山から下りてきました。</p> <p>皆さん、この闇の中で、私の持つ火を静かに見つめてください。</p> <p>火は、遠い昔から人間だけに与えられた宝物です。これまでの人間の歩みのたくさんの場面で、火によって、私たちの命は守られてきました。</p> <p>しかし、この偉大な火が時には人の命を奪い、使う人の心により人類を闘争と破壊へと導いてしまったことも事実です。</p> <p>私たちは、火を正しく使う心を忘れてはいけません。</p> <p>今、ここに燃える火は、ここに集う私たちに、大きな勇気と自信を与えてくれ、私たちが正しく導いてくれるものと信じます。</p>
④点火	火の司	<p>それでは、火の神によって、火がともされます</p> <p>○火の神がトーチからキャンプファイヤーへ点火する。</p>
⑤火の神の退場	火の司 全員 火の神 (大人)	<p>今、火がともりました。この火がもっと大きな炎となるように、歌「(例)燃えろよ燃えろ」を歌いましょう。 ※歌は各団体で決めていただいてもかまいません。</p> <p>○歌を歌う</p> <p>○歌が始まったら、トーチを持ったまま、退場を始める。</p> <p>○火の神がある程度のところまで来たら、トーチを受け取り消火する。</p>

(2) 第2部 交歓のつどい (レクリエーション・出し物) ※明るく楽しい雰囲気で行う

各クラス、チームの出し物やレクリエーションなど行う。

- ※ 指導依頼をされる場合は、交流の家職員がレクリエーションを行います。
- ※ 活動中は、ファイヤー台に近づかないように注意しましょう。
- ※ 後半は、薪の追加を行わず、火を小さくしていきましょう。
- ※ 最後には、静かな歌やダンスをして隊形を整え、第3部への導入をする。

(3) 第3部 送り火のつどい ※静かな雰囲気の中で行う

全体の流れ	役割分担	せりふ (例)
①第3部の開始	火の司 火の長 火の守① 火の長 火の守② ~ 火の長 火の守① 火の長 火の守② 火の長 火の守③ 火の長 火の守④ ⑤ ⑥ 火の司	とても楽しいひとときでした。しかし、もう夜もおそくなってきました。そろそろこの場所を野生の動物たちにゆずりましょう。」 それでは、火の長より火の守へ『御神火』を分火いたします。 ここに集う皆のものに神聖な火を与える。 ●● (火の守①の名前、またはクラス・グループ名)、汝に▲▲の火を与える。 ○火の守①のトーチに火をつけていく。 私たちはこの火に、○○○○・・・を誓います。 ◆◆ (火の守②の名前、またはクラス・グループ名)、汝に■■の火を与える。」 ○火の守②のトーチに火をつけていく。 《Aパターン》 … 日の守：円座 火の守③以降は、長のセリフの後に、隣の火の守のトーチから火をもらう。 《Bパターン》 … 日の守：直線 火の守③以降も、長から直接火をもらう ※会場イメージ図を参考にしてください。 ※分火する火の名前は、各火の守の誓いの言葉を参考に決めてください。 ※日の守の人数は、クラス単位、グループ単位など、実施団体に決めてください。 ※日の守の人数分、トーチが必要です。 (以下、参考にしてください) 汝に協力の火を与える 私たちはこの火に、みんなで協力して助け合っていくことを誓います 汝に友情の火を与える 私たちはこの火に、仲間を大切に、チームワークを高めていくことを誓います 汝に努力の火を与える 私たちはこの火に、目標に向かって精一杯がんばることを誓います 汝に健康の火を送る 私たちはこの火に、強い心と丈夫な体を作ることを誓います 尊敬の火 私たちはこの火に尊敬する心を持つことを誓います 思いやりの火 私たちはこの火に思いやりの心をもつことを誓います 今、それぞれの火の守に火が分けられました。
③ まとめの言葉	火の司 火の長	ここで、火の長より言葉をお願いします」 (研修のまとめになるようなお話をする)
④ 閉会・退場	火の司 火の司	楽しいキャンプファイヤーの時間もいよいよ終わりとなりました。 先ほどの火の守誓い、今の火の長の言葉を忘れず、これからもみんなで、よりよい(団体・学校名等)となれるよう、一步一步進んでいきましょう。 心を一つにし、歌「今日の日はさようなら」をみんなで歌いましょう。 ※歌は各団体に決めていただいてもかまいません。 ○一番を歌い終わったら2番以降ハミング 退場を始めてください。 ○火の長から退場、その後、各火の守を先頭にグループごとに、ハミングしながら退場。 ○火の長・火の守からトーチを受け取り消火する。

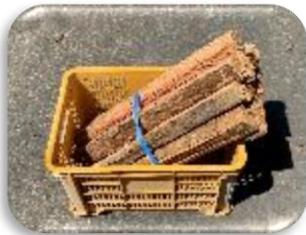
キャンフファイヤー

○想定人数 50~60人

【準備物】

薪(30 cm・60 cm) ロストル トーチ 布 灯油 (少し)
衣装 杉の葉 (枯草・枯れ葉) 薪割セット(鉈・土台・ハンマー)
照明 (ゲームで必要あれば) 音響 (必要であれば)

- 1 60 cm薪【井桁用】
30 cm薪【中詰用】
を受け取る。



- 2 ロストルを受け取り、
レンガの上に並べる。

※燃えカスが落ちない程度のすき間
(空気の通り道)をつくる。



- 3 60 cm薪で井桁(囲い)を
組む。

※30 cm薪を立てて入れてすっぽり入る高さ
※まきの大きさ(幅)を考えて、高さが揃う
ように重ねましょう。

※「見た目」
薪の向きも
大切です。
意識しま
しょう。



- 4 3と同時進行で30 cm薪を
鉈(ナタ)で割る。

※ゴボウからニンジン
くらいの細さを
イメージする。



- 5 組み上げた井桁の中に
30 cm薪を詰める。



- 6 シンボル台(ティピー型)を
組む。

※4でつくった細い薪を使う。
※三角形の頂点をひもでくくる。



7 シンボル台の中に、杉の葉を詰め、周りを薪で囲む

※4でつくった細い薪を使う。

※点火するための穴を1か所忘れ

ないように空けておきましょう！！



8 完成！

※シンボル台の部分に灯油を少量しみこませておきましょう。(かけすぎに注意！)



ミニキャンプファイヤー (焚き木)

【準備物】

薪(30 cm)

杉の葉 (枯草・枯れ葉)

薪割セット(鉋・土台・ハンマー)

1 薪を受け取る。

2 薪を鉋(ナタ)で割る

※ゴボウからニンジンくらいの細さをイメージする。

3 レンガの内側に割っていない薪2本で土台をつくる

A : 井形 (四角形)

4 井桁を組む。

※井桁は細く

割った薪を使う。

5 井形の中に杉の葉を詰める



B : ティピー形 (三角形)

4 土台の中に、杉の葉を積む

5 積んだ杉の葉を周りに細く割った薪で覆い、三角錐をつくる。



【秘伝 3か条】

- ① 火の調整はファイヤーキーパーに任せるべし！！1～2名です。
- ② 火を燃やしている間には、ロストルの下に何もおかないようにすべし！！
- ③ 自分もキャンプファイヤーに参加しているという気持ちをもって、協力しながら参加すべし！！

トーチの作成手順

国立阿蘇青少年交流の家

〔準備するもの〕

- 木の棒
- ※竹は安全管理上不向きです。
- 雑巾(タオル)
- ペンチ・針金



※ トーチの本数は約10名につき1本、又はグループに1本の割合で作成します。

※ 火の長(火の神)を含めた必要本数を準備してください。

〔手順〕

- 1 木の棒を100cm~110cm
に切ります。



注意:トーチは長すぎず、短すぎないのが基本です。

安全のため短すぎないように特に気をつけましょう。

- 2 持った時に、角でけがをしないようにやすり等で角を丸く整えます。

- 3 雑巾を巻きつけます。雑巾が薄い場合は2
枚使用するか、2つ折にして使用します。

(タオルでも可)

※トーチの先端を雑巾でおおってしまっても
いいです。



- 4 雑巾を針金で巻きつけます。
2・3箇所を強く固定してください。

注意:ひもなど燃えるものを使用しないで
ください。

安全のために、できる限りきつく締めてください。



- 5 完成!

注意:完成後は雑巾が下に落ちてこないか
(固定されているか)確認してください。



【当日の準備】

すべてのトーチをまとめて、下向きにした状態で灯油をかけます。

注意:灯油のかけすぎに注意しましょう。

※点火直前は灯油が垂れやすいので、前もって灯油をつけておくこと
をお勧めします。



3

創作活動

創作活動（各種クラフト）の手順について

各種クラフトの指導（説明）は各団体引率者の方が行います。
交流の家職員は、引率の方への事前指導（説明）を行います。



1. 来所日（クラフト実施日）までに

- ①2か月前までに、活動プログラム、食事・材料注文票を提出する。
- ②引率者の中でクラフトの主担当を1～2名決める。
- ③引率者全員で、一度づくり方の手順を確認し、役割分担をする。



※交流の家のHP内の活動プログラムで確認できます。

2. 来所日（クラフト実施日）

- ①代表の方が、**2階売店**で、各クラフトの製作キットを購入、受け取る。
(お支払いは後日、振込でも可)
- ②**活動30分前までに**、団体のクラフト担当者与交流の家職員とで、事前説明を行う。
 - ・物品の貸出、**返却先の確認**
 - ・活動の流れの確認、安全面について
 - ・活動後の片付けについて

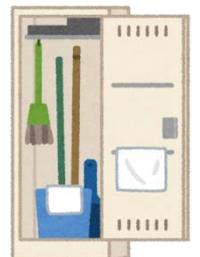


- ③会場設営を行う。
- ④物品の準備等ができたなら、クラフト担当者が、クラフトの説明を行う。
- ⑤クラフト制作中、引率者は安全管理を行う。
- ⑥活動が終了したら、会場の清掃と物品の片づけを行う。



(清掃については、別紙の清掃についてを参照してください。)

- ⑦ごみは、所定のごみ袋に入れ、本館屋外のごみ置き場へ捨てる。
- ⑧交流の家からの借用物品は、**上記②で確認した場所**に返却する。



(16) マイ箸

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎自主性・創意工夫 ○課題克服・達成感

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑥ つながりを尊重する態度

人・もの・こと・社会・自然などと自分とのつながり・かかわりに関心を持ち、それらを尊重し大切にしようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	箸の最適な長さは、親指の付け根から人差し指の先までの長さの1.5倍だそうです。 また、指が当たる部分は角がない方が使いやすく、箸の先の方は少し角があった方が食べ物をつかみやすいそうです。 自分で作った、マイサイズのお箸でご飯を食べてみてはいかがでしょうか。				
	実施形態	自主活動		提出書類	
諸条件	必要経費	特定研修活動実施経費(1人50円) +材料費(1人260円)		所要時間	1.5時間程度
	活動場所	研修室		対象・人数	小学校低学年以上 最大200人
	時期	通年	事前下見	不要	天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物	
	・ナイフ ・糸のこ ・新聞紙 等			【参加者】	・筆記用具 等
役割分担	青少年交流の家職員が行うこと			団体の引率者が行うこと	
	1 道具の準備をし、引率者(担当者)への説明を行う(活動開始30分前までに) ① 貸出物品について ② 活動の進め方について ③ 安全管理について ④ 活動後の片づけについて 4 貸出物品を受け取る			1 交流の家職員から説明を受け、貸出物品を受け取る(活動開始30分前までに) 2 売店で材料を購入する 3 準備から片付けまでの指導を行う 4 貸出物品を返却する	

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：「楽しんで、仲間と協力して活動することができたか。」

発問例：「出来上がった作品について、頑張ったこと、工夫したことなどを班で発表しましょう。班のメンバーは、友達の作品や、作業中の様子などの、自分が気づいた『ナイスポイント!』を伝えましょう。」

4 SDGsで目指す姿

 <p>4 質の高い教育をみんなに</p>	 <p>12 つくる責任 つかう責任</p>	<p>12.8 2030年までに、人々があらゆる場所において、持続可能な開発及び自然と調和したライフスタイルに関する情報と意識を持つようにする。</p> <p>自分で作った作品に愛着を持ち、大切に長く使うようになることをとおして、身の回りにあるものも同じように大切に使う姿。</p>
---	---	---

準備物



マイ箸づくりセット
(箸・サンドペーパー)
ナイフ 糸のこ 新聞紙 ごみ袋

準備

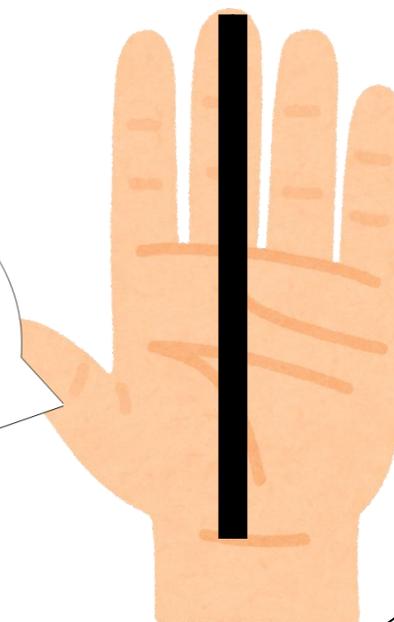
- ①机に新聞紙を敷く。
- ②サンドペーパーをそれぞれ半分に切る。
(1本分ずつ使います)

- ① 糸のこで、自分の手にあった長さに切る。



【ポイント】

手首から中指の先までの長さが最適と考えられています。



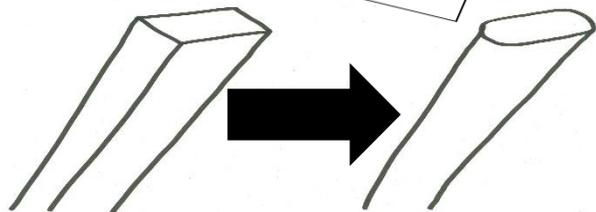
② サンドペーパーやナイフを使って丸みを持たせたい部分をけずる。



サンドペーパーは目のあらい方(こい茶色)の細かい方(茶色)の順に使う。

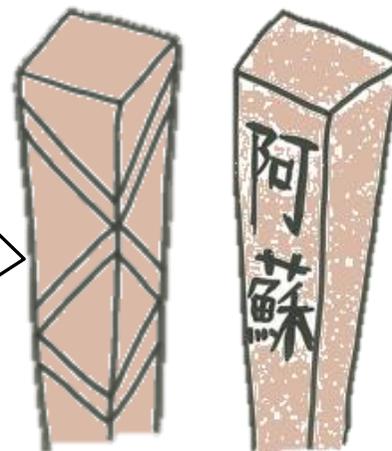
【ポイント】

角がなくなると使いやすいといわれている。



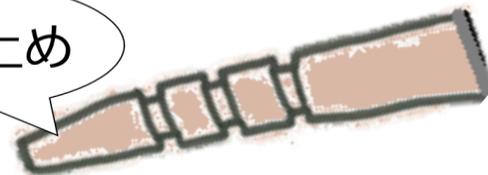
③ 時間に余裕があれば、
もよう模様やすべり止めをつける

模様

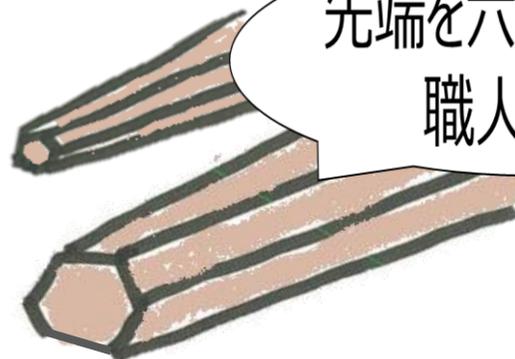


名前や
イニシャル

すべり止め



先端を六角形にする
職人も...



(17) 焼き板

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎自主性・創意工夫 ○課題克服・達成感

(2) ESD の課題解決に必要な7つの能力・態度

⑥ つながりを尊重する態度

人・もの・こと・社会・自然などと自分とのつながり・かかわりに関心を持ち、それらを尊重し大切にしようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	杉板を焼き、みがいたものに思い思いの絵や文字を入れて、木目のきれいな表札を作ります。 ヒートンとチェーンがセットされていますので、ドア飾りなどにすることも可能です。 薪割り、火おこしを行い、板を焼くバージョンとガスバーナーで板を焼くバージョンのどちらかを選ぶことができます。				
諸条件	実施形態	原則自主活動 (薪割、火おこしのみ交流の家職員が指導)		提出書類	食事・教材注文票
	必要経費	特定研修活動実施経費 (1人 50 円) +材料費 (1人 200 円)		所要時間	3時間程度(ガス使用時は2時間程度) 絵具を乾かす時間は含まれていません。
	活動場所	野外調理場、研修室		対象・人数	最大 150 人※作業場所により最大人数変更
	時期	通年	事前下見	不要	天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物	
	<ul style="list-style-type: none"> ・絵の具 ・筆 ・パレット ・のこぎり ・たわし ・新聞紙 ・火ばさみ ・鉈 ・皮手袋 ・ガスバーナー 			【参加者】・軍手 等 【指導者】・焼き板セット※売店で購入 ・薪 (30名程度の場合1箱 400円) 又はカセットガス	
役割分担	青少年交流の家職員が行うこと			団体の引率者が行うこと	
	1 道具の準備をし、引率者(担当者)への説明を行う (活動開始30分前までに) ① 貸出物品について ② 活動の進め方について ③ 安全管理について ④ 活動後の片づけについて 3 薪割、火おこしの指導を行う。 4 貸出物品を受け取る			1 交流の家職員から説明を受け、貸出物品を受け取る (活動開始30分前までに) 2 売店で材料を購入する 3 準備から片付けまでの指導を行う ※薪割、火おこしの指導は交流の家職員と一緒に 4 貸出物品を返却する	

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：「楽しんで、仲間と協力して活動することができたか。」

発問例：「出来上がった作品について、頑張ったこと、工夫したことなどを班で発表しましょう。班のメンバーは、友達の作品や、作業中の様子などの、自分が気づいた『ナイスポイント!』を伝えましょう。」

4 SDGsで目指す姿

 4 質の高い教育をみんなに	 12 つくる責任 つかう責任	12.8 2030年までに、人々があらゆる場所において、持続可能な開発及び自然と調和したライフスタイルに関する情報と意識を持つようになる。 自分で作った作品に愛着を持ち、大切に長く使うようになることをとおして、身の回りにあるものも同じように大切に使う姿。
---	---	---

5 その他

- 引率者は事前に以下の役割分担をしておいてください。
○全体指導 (1名) ○火担当 (2名) ○煤落とし、磨き担当 (1~2名) ○着彩担当 (1~2名)
- 焼き板の作り方については、動画を作成しています。(8分程度)
事前に視聴していただくと当日の活動がよりスムーズになります。

<https://youtu.be/Kv7rcyzUIMI>

動画はこちら↓



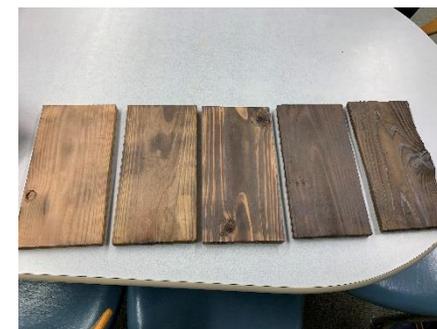
② ^{よぶん}余分なところを糸^{いと}のこ、または
のこぎり^{きる}で切る。



【^{きる}のこで切るところ】

- **曲線難^{ちゅうい}しいので注意。**
- できるだけ余白^{よはく}（切る部分）が少ないほうがよい。

③ 薪割り、火おこしをし、板に焼き目をつける。



【焼き目の付け方】

- **どこまで焼くかは、個人の好み。**
- 薄めに焼いて、木目を楽しむもよし。
- しっかり焼いて、変化を楽しむもよし。

- ④ たわしでこすり炭を落とし、
雑巾(新聞紙)でこすってつやを出す。



【ポイント】

- ここで、炭を落としておかないと、そのあとの作業の中で、手が黒くなってしまいます。

- ⑤ 板に絵や文字をかく。



- ⑥ ヒートンをつけ、くさりを通す。^{とおす}



- ⑦ かたづけ・そうじ

※「来た時よりきたときも美しく。うつくしく。」

焼板づくり（バーナー編）

材料・道具・用具



- 板 ・ ヒートン ・ 軍手
 - 糸のこ ・ のこぎり
 - ラジオペンチ ・ タワシ
 - 雑巾 ・ 絵の具セット
 - マジック ・ 火ばさみ
-
- 薪 ・ なた / ガスバーナー

①

板の形を変える場合は、輪郭をマジックで書く。



したがき ちゅうい
【下書きの注意】

- 形は自由。
- できるだけ大きく太く。
おおきくふとく
- 細かくしすぎると難しい。

②

よぶん
余分なところを糸いとのこ、または
のこぎりきるで切る。

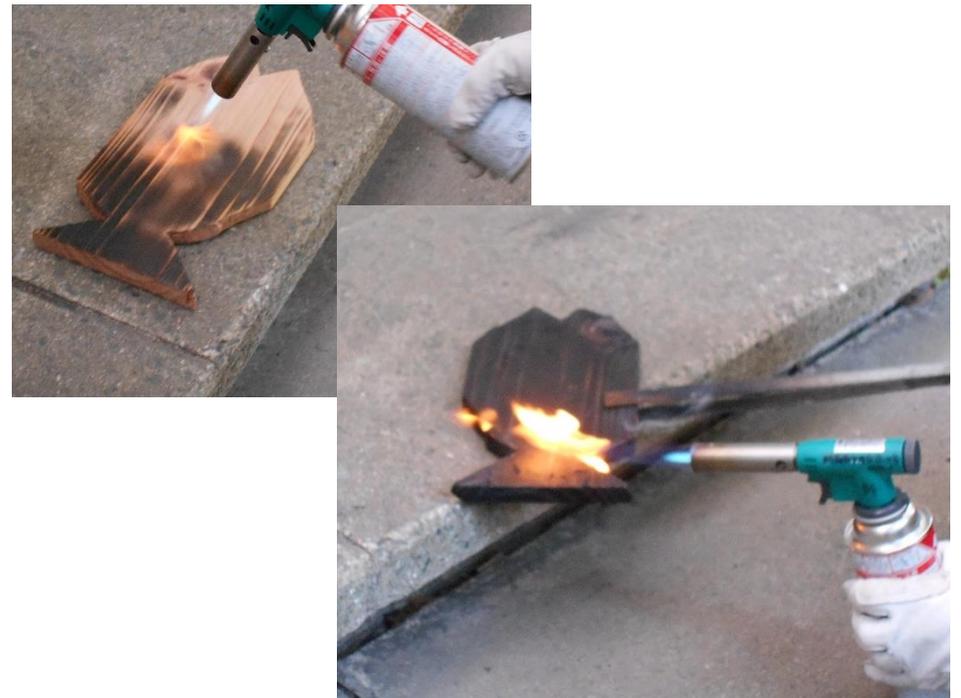


【のこきるで切るところ】

- 曲線ちゅうい難しいので注意。
- できるだけ余白よはく（切る部分）が少ないほうがよい。

③

板に焼き目をつける。



【焼き目の付け方】

- どこまで焼くかは、個人の好み。
- 薄めに焼いて、木目を楽しむもよし。
- しっかり焼いて、変化を楽しむもよし。

- ④ たわしでこすり炭を落とし、
雑巾でこすってつやを出す。



【ポイント】

- ここで、炭を落としておかないと、
そのあとの作業の中で、手が黒くなっ
てしまいます。

- ⑤ 板に絵や文字をかく。



- ⑥ ヒートンをつけ、くさりとおすを通す。



- ⑦ かたづけ・そうじ

※ 「来た時きたときよりも美しくうつくしく。」

(18) マイスプーン

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎自主性・創意工夫 ◎阿蘇の自然に親しむ ○課題克服・達成感

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑥ つながりを尊重する態度

人・もの・こと・社会・自然などと自分とのつながり・かかわりに関心を持ち、それらを尊重し大切にしようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	敷地内の林を散策し、自分の手にぴったりと合う木の枝を見つけ、スプーンの柄に加工していきます。 自分で作った、マイサイズのスプーンが出来上がります。				
諸条件	実施形態	自主活動		提出書類	食事・教材注文票 (材料の注文)
	必要経費	特定研修活動実施経費(1人50円) +材料費(1人200円)		所要時間	2時間程度
	活動場所	研修室		対象・人数	小学校低学年以上 最大150人
	時期	通年	事前下見	不要	天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物	
	・糸のこ ・電動ドリル ・バケツ ・雑巾 ・万力 ・グルーガン ・新聞氏 等			【参加者】 ・筆記用具 軍手 等 【指導者】 ・マイスプーンセット (購入)	
役割分担	青少年交流の家が行うこと			団体の引率者が行うこと	
	1 道具の準備をし、引率者(担当者)への説明を行う (活動開始30分前までに) ① 貸出物品について ② 活動の進め方について ③ 安全管理について ④ 活動後の片づけについて 4 貸出物品を受け取			1 交流の家職員から説明を受け、貸出物品を受け取る (活動開始30分前までに) 2 売店で材料を購入する 3 準備から片付けまでの指導を行う 4 貸出物品を返却する	

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：①「楽しんで、仲間と協力して活動することができたか。」

発問例：①「出来上がった作品について、頑張ったこと、工夫したことなどを班で発表しましょう。班のメンバーは、友達の作品や、作業中の様子などの、自分が気づいた『ナイスポイント!』を伝えましょう。」

4 SDGsで目指す姿

		15.4 2030年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。 阿蘇の草原、牧野について興味を持つとともに、これらの自然が長い年月をかけた人々の努力を知り、豊かな自然を守るために自分にできることを考え行動しようとする姿 また、自分で作った作品に愛着を持ち、大切に長く使うようになることをとおして、身の回りにあるものも同じように大切に使う姿
--	---	---

5 その他

①引率者は事前に以下の役割分担をしておいてください。

○全体指導(1名) ○バケツ担当(1名) ○ドリル担当(1・2名) ○グルーガン担当(1名)

② 作り方については、動画を作成しています。(8分程度)

事前に視聴しておいていただくと当日の活動がよりスムーズになります。

<https://youtu.be/AH0LBHBrXVw>

動画はこちら↓



準備物



マイ Spoon セット

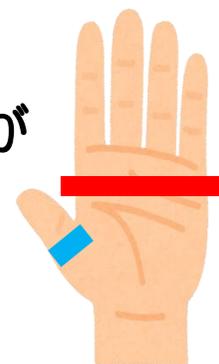
(Spoon 先・サンドペーパー・ホットボンド)
糸のこ 電動ドリル バケツ 雑巾
万力 グルーガン 新聞氏 ごみ袋

準備

- 桜の並木道に行き、スプーンの柄用の枝を探す。

ポイント

- 落ちている枝を使います。
- 生えている木の枝は折ったり、切ったりしません。
- 枝の長さは、10 cm くらい
(手のひらより少し長いくらい) が
ちょうどいい長さです。
- 枝の太さは直径 2 cm くらい
(親指の太さくらい) が
ちょうどいい太さです。



《研修室の準備》

- ①机に新聞紙をしく
- ②各作業スペースをつくる
(糸のこ・ドリル・グルーガン・バケツ)

① 糸のこで自分の手にあった長さに切る。

A) 屋外で切る場合 (2人組で)

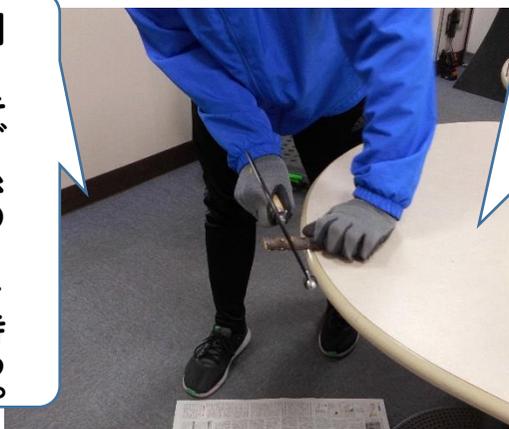
枝の片方をしっかり握って支えてもらう



枝の片方自分でしっかり握る

B) 研修室で切る場合 (1人で)

利き手で糸のこを持つ。



利き手でない方の手と机で枝をしっかりと固定する

② サンドペーパーを使って、枝の断面を磨き、かるく水洗いする。



③ 枝を万力で固定しドリルで穴を開ける。
(穴あけは大人がする)

上に長く出しすぎない



上からまっすぐに刃を当てて、ドリルのスイッチを押す。



白い線までドリルの刃を入れる。

引き抜くときもドリルは回転させたままで

④ 穴をあけた枝にスプーンを差し込む。

① 一度差し込んで、奥まで入ることを確認したら引き出す。

② 開けた穴にグルーガンを使ってホットボンドを流し込む。

グルーガンに
ホットボンドを差し込む



ホットボンドは
はみ出ていても
いいです。

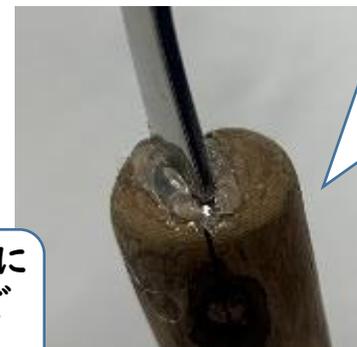
グルーガンを温める
(5分間くらい)



③ スプーンを差し込み、固定する。



ホットボンドはすぐに
固まってしまうので
とにかく急ぐ！



穴が完全に埋まるように
ホットボンドで覆う

⑤ 完成！



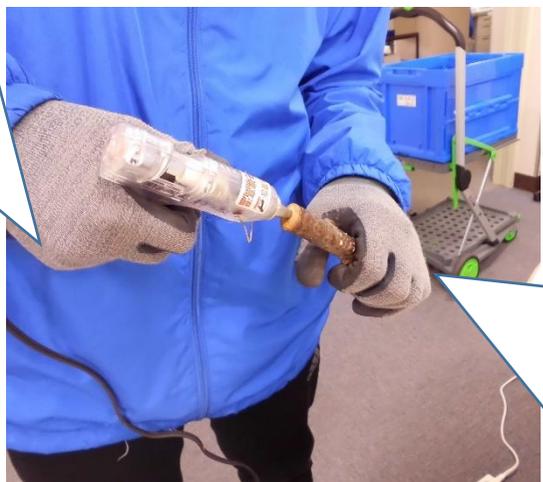
そのまま使えます。

長持ちさせたい人は、おうちに帰ったあと、オリーブオイル（あれば食器用ニス）を塗るといいですよ。

⑥ 片付け

- ① 机の上や周辺を片付け、掃除をする。
- ② 使った道具、作業スペースを片付ける。
(ドリルや万力に残っている木くずや粉をハケで掃除する)
- ③ 使った部屋を片付ける。
- ④ 借りた道具を返却する。

グルーガンの先端を
穴に合わせて
ホットボンドを流し込む。



ホットボンドの量は、
穴がかくれるくらい

(18) プラホビー

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎自主性・創意工夫 ○課題克服・達成感

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑦ 進んで参加する態度

集団や社会における自分の発言や行動に責任をもち、自分の役割を理解するとともに、ものごとに主体的に参加しようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	透明なプラバンを使って、自分だけのキーホルダーを作ります。プラバンはオーブントースターで加熱すると、大きさが4分の1くらいまで縮み、厚さが増します。短い時間で思い出を作りたいときに、おすすめのプログラムです。				
諸条件	実施形態	自主活動		提出書類	食事・教材注文票(材料の注文)
	必要経費	特定研修活動実施経費(1人50円) +材料費(1人150円)		所要時間	1時間程度
	活動場所	研修室		対象・人数	園児以上 最大150人
	時期	通年	事前下見 不要	天候	全天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物	
	・はさみ ・油性ペン ・穴あけパンチ ・オーブントースター ・板(押さえ用) ・イラスト(写し用) ・新聞紙 ・軍手 等			【参加者】	・筆記用具 等
役割分担	青少年交流の家が行うこと			団体の引率者が行うこと	
	1 道具の準備をし、引率者(担当者)への説明を行う(活動開始30分前までに) ① 貸出物品について ② 活動の進め方について ③ 安全管理について ④ 活動後の片づけについて 4 貸出物品を受け取る			1 交流の家職員から説明を受け、貸出物品を受け取る(活動開始30分前までに) 2 売店で材料を購入する 3 準備から片付けまでの指導を行う 4 貸出物品を返却する	

3 活動のふりかえりのポイント

視 点:「楽しんで、仲間と協力して活動することができたか。」

発問例:「出来上がった作品について、頑張ったこと、工夫したことなどを班で発表しましょう。班のメンバーは、友達の作品や、作業中の様子などの、自分が気づいた『ナイスポイント!』を伝えましょう。」

4 SDGsで目指す姿

		12.8 2030年までに、人々があらゆる場所において、持続可能な開発及び自然と調和したライフスタイルに関する情報と意識を持つようになる。 自分で作った作品に愛着を持ち、大切に長く使うようになることをとおして、身の回りにあるものも同じように大切に使う姿。
--	---	--

道具・用具



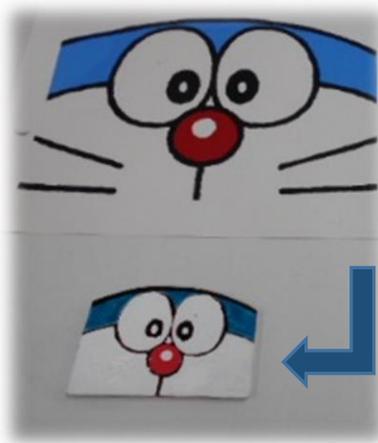
- はさみ
- 穴あけパンチ
- 軍手
- オーブントースター
- イラスト(下絵用)
- 油性ペン
- 板 (押さえ用)
- ピンセット
- ペンチ
- セロハンテープ

作品例



- すきな色のペン (マジック) で、好きな絵や言葉を書きましょう。
- 長めのひもを通せば、ネックレスにもできます。
- **完成品は、もとのフラパンの大きさの4分の1になります。**

① プラパンに^え絵をかく。



日にちや名前を入れると
思い出になりますよ。

② 絵の周りを好きな^{かたち}形にカットする。



【^{したが}下書きのポイント】

- ^え絵は自由。^{じゆう}文字でもOKです。
※イラストを^{した}下に敷いて^し写してもいいです。
※^{したえ}下絵を使うときは^{つか}クリップで^{こてい}固定しましょう。
- できるだけ^{おお}大きく^{ふと}太く。
※^{かんせいひん}完成品は、4分の1くらいの^{ちぢ}大きさに^{ちぢ}縮みます。
- **上の方に^{あな}穴をあけるスペースを^{のこ}残しておきましょう。(キーホルダーを^{とお}通します)**

【^かカット時のポイント】

- ^{かんせいひん}完成品は4分の1の^{ぶん}大きさに^{おお}なります。
できるだけ^{おおきく}大きく^{おお}カットしましょう。
- ^{かど}角はとがらせず、^{まるく}丸く^{おお}きります。
- **キーホルダーを^{とお}通す^{あな}穴のスペースを^{のこ}残しておくことを^{わす}忘れないように^{おお}しましょう。**

③ キーホルダー用の穴を^{よう} ^{あな} ^{おおきめ}大きめに^{あける}あける。



【穴あけのポイント】

- 焼いた後は固くなるので、^{あな}穴をあけることはできません。
- 穴の位置が、^{はし}端すぎるぎると、^わ割れやすくなりますが、^{おくす}奥過ぎると、キーホルダーの^{かなぐ}金具が^{とど}届かなくなることがあります。

④ オーブントースターで^や焼く。



オーブントースターにはさわらない

【焼くときのポイント】

- 焼くときは^{せんせい}先生に^{ねが}お願いしましょう。
- **とってもあついで**
^{せんせい}先生は^{かなら}必ず^{ぐんて}軍手をつけてください。
- **ぐにゃ〜となってもあせらずに！**
^{たい}平らになったら (^{うご}動きが^と止まったら)
^と取り^だ出します。

⑤ と だ いた うえ お
取り出して、板にはさんで上から押さえる。



と だ
【取り出すときのポイント】

- **とってもあついで、
ぐんて 軍手をして取り出しましょう。**
- **と だ せんせい
取り出すときも先生に
ねが お願いしましょう。**
- **お 両手
押さえるときは両手で
りょうて
グッと体重をかけて押します。**
たいじゅう

⑥ キーホルダーをつける。



と っ
【取り付けるときのポイント】

- ペンチを使って取り付けます。
- **せんせい
ペンチは先生がつかいます。**
- できるだけきつくとめてください。

⑦ かたづけ・そうじ

※ **きたとき よりも美しく。**
うつくしく

(19) 竹とんぼ・木とんぼ・色鉛筆

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎自主性・創意工夫 ○課題克服・達成感

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑥ つながりを尊重する態度

人・もの・こと・社会・自然など自分とのつながり・かかわりに関心を持ち、それらを尊重し大切にしようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	自分で作った竹とんぼが空を舞う姿は感動的です。羽はうすいほうがよく飛ぶのである程度の技術も必要になってきますが、昔ながらの遊びを交流の家で体験してみませんか。					
諸条件	実施形態	自主活動	提出書類	食事・教材注文票 (材料の注文)		
	必要経費	特定研修活動実施経費(1人50円) +材料費 A. 竹とんぼ(1人170円) B. 竹とんぼ・色鉛筆(1人260円) C. 竹とんぼ・木とんぼ(1人260円)	事前の下見	不要	活動場所	研修室
			所要時間	1.5~2時間 (セット内容により異なる)		
			対象・人数	小学校中学年以上 最大80人		
時期	通年	天候	全天候			
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物		団体に準備する物			
	・クラフト用ナイフ ・新聞紙		【参加者】	・筆記用具 等		
			【指導者】	・竹とんぼセット (購入)		
役割分担	青少年交流の家職員が行うこと		団体の引率者が行うこと			
	1 道具の準備をし、引率者(担当者)への説明を行う (活動開始30分前までに) ① 貸出物品について ② 活動の進め方について ③ 安全管理について ④ 活動後の片づけについて 4 貸出物品を受け取る		1 交流の家職員から説明を受け、貸出物品を受け取る (活動開始30分前までに) 2 売店で材料を購入する 3 準備から片付けまでの指導を行う 4 貸出物品を返却する			

3 活動のふりかえりのポイント

視 点:「楽しんで、仲間と協力して活動することができたか。」

発問例:「出来上がった作品について、頑張ったこと、工夫したことなどを班で発表しましょう。班のメンバーは、友達の作品や、作業中の様子などの、自分が気づいた『ナイスポイント!』を伝えましょう。」

4 SDGsで目指す姿

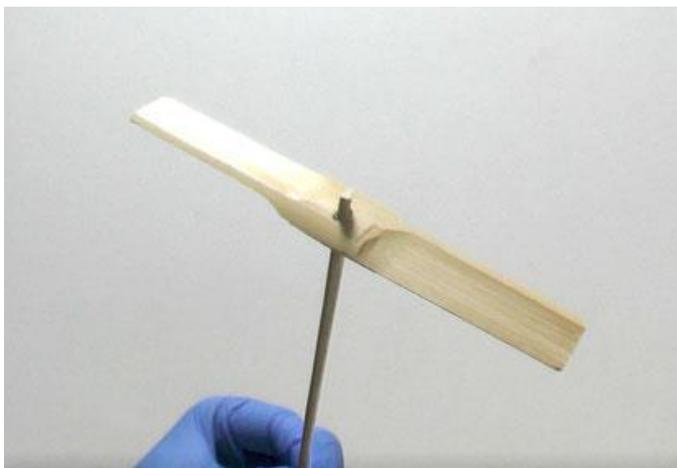
 <p>4 質の高い教育をみんなに</p>	 <p>12 つくる責任 つかう責任</p>	<p>12.8 2030年までに、人々があらゆる場所において、持続可能な開発及び自然と調和したライフスタイルに関する情報と意識を持つようにする。</p> <p>自分で作った作品に愛着を持ち、大切に長く使うようになることをとおして、身の回りにあるものも同じように大切に使う姿。</p>
---	---	---

道具・用具



• カッター • 新聞紙

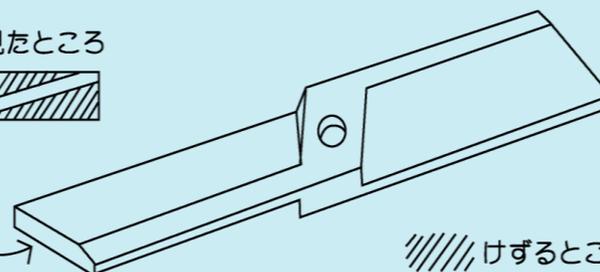
作品例



① プロペラをつくる。

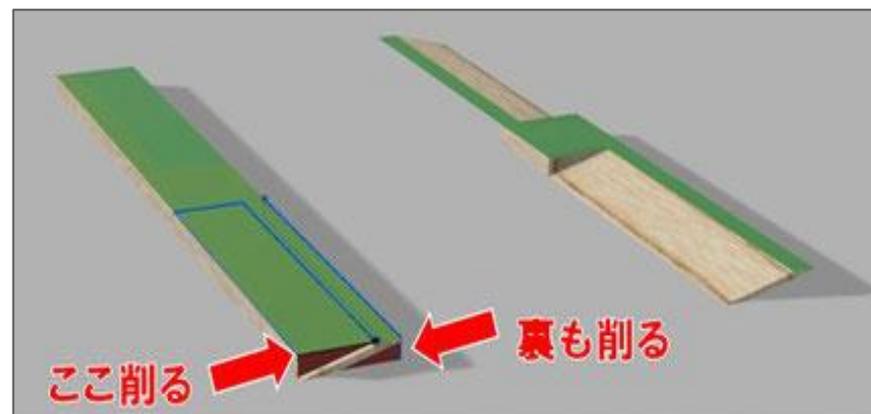
①羽のかたむきが逆になるようにけずる。

よこから見たところ



////// けずるところ

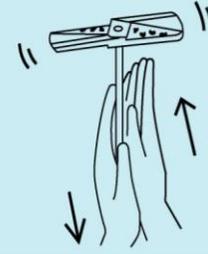
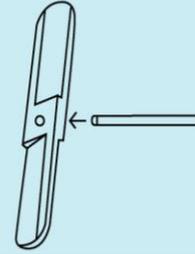
※羽はうすいほうが軽いのでよくとびます。
※危険なので、角は丸くけずっておきましょう。





②軸をつける。

②丸ぼうを接着して色をぬればできあがり。



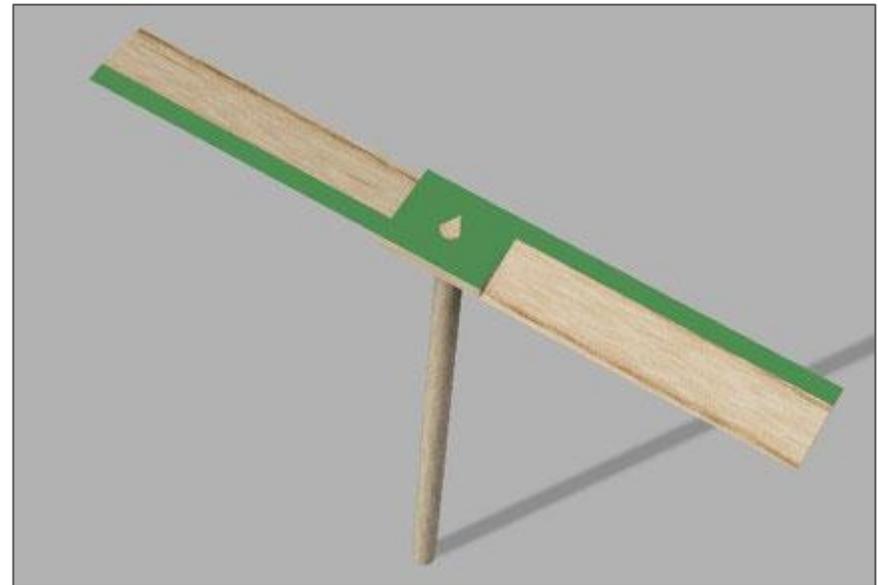
広いばしよで
飛ばしましょう。

注意

両手でけずる
親指で押しだすように
けずる。



ナイフを使うときは、取り扱いには十分注意し、安全な活動になるようにしましょう。



③ バランスのたしかめかた



つくえ 机などに竹とんぼをおいて、手で回かいてんらせて
きれいに回かいてんするかを調しらべてみる。

④ 竹とんぼの飛とばし方



りょうて
両手でもって



き
利き手をひいて



まえ
前におしだす

⑤ かたづけ・そうじ

※ 「来た時きたときよりも美しくうつくしく。」

(21) 押し花コースター

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ ◎自主性・創意工夫 ○課題克服・達成感

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑥ つながりを尊重する態度

人・もの・こと・社会・自然などと自分とのつながり・かかわりに関心を持ち、それらを尊重し大切にしようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	交流の家の敷地内で草花を採集した後、乾燥機で乾燥します。 押し花の乾燥には時間がかかるため、2日以上にまたがって行うプログラムです。 ただし、押し花を持参していただくか、イラスト等の他の材料で実施するという場合には、1.5時間程度で活動することも可能です。 草花や木の葉、自然の素材を使って、自由にレイアウトすることで、他にはないコースターが出来上がります。				
	実施形態	自主活動		提出書類	
諸条件	必要経費	特定研修活動実施経費(1人50円) +材料費(1人130円)		所要時間	80分(1日目)+50分(2日目) 押し花持参の場合1.5時間程度
	活動場所	研修室		対象・人数	小学校低学年以上 最大100人
	時期	通年	事前下見	不要	天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物				団体に準備する物
	<ul style="list-style-type: none"> 押し花乾燥機 ラミネート加工機 はさみ ピンセット クレヨン、カラーペン 等 				【参加者】 ・筆記用具 等 【指導者】 ・押し花セット (購入)
役割分担	青少年交流の家が行うこと				団体の引率者が行うこと
	1 道具の準備をし、引率者(担当者)への説明を行う (活動開始30分前までに) ① 貸出物品について ② 活動の進め方について ③ 安全管理について ④ 活動後の片づけについて 4 貸出物品を受け取る				1 交流の家職員から説明を受け、貸出物品を受け取る (活動開始30分前までに) 2 売店で材料を購入する 3 準備から片付けまでの指導を行う 4 貸出物品を返却する

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：①「楽しんで、仲間と協力して活動することができたか。」

②「押し花用の草花を採集した「草原」について、興味関心を持つことができたか。」

発問例：①「出来上がった作品について、頑張ったこと、工夫したことなどを班で発表しましょう。班のメンバーは、友達の作品や、作業中の様子などの、自分が気づいた『ナイスポイント!』を伝えましょう。」

②「今日、お花や草がたくさん生えていた草原(牧野)は、何のためにあるか、また私たちの生活と深くかかわっていることを知っていますか?」

4 SDGsで目指す姿

 <p>4 質の高い教育をみんなに</p>	 <p>15 陸の豊かさも守ろう</p>	<p>15.4 2030年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。 阿蘇の草原、牧野について興味を持つとともに、これらの自然が長い年月をかけた人々の努力を知り、豊かな自然を守るために自分にできることを考え行動しようとする姿。 自分で作った作品に愛着を持ち、大切に長く使うようになることをとおして、身の回りにあるものも同じように大切に使う姿。</p>
---	---	--

押し花コースター

材料・道具・用具



- 押し花乾燥機
- はさみ
- ラミネート加工機、シート
- ピンセット
- クレヨン
- カラーペン
- 色鉛筆
- のり
- つまようじ

• 飾り • コースター台紙

- ① 押し花の材料となる花や葉っぱを集める。



【ポイント】

- 阿蘇の希少植物は採集できませんので注意しましょう。
- 色が濃い方がきれいな押し花になります。

- ② 押し花乾燥機で材料を乾燥させる。
(2日間で実施の場合、6時間程度)



【ポイント】

- ていねいに時間をかけてゆっくりと乾かします。(変色防止のため)
- 日帰りでも可能です。
ただし、押し花をお持ちいただくか、押し花材料での実施になります。

- ③ ラミネートシートの上にコースター台紙を置き、乾燥した材料を好きなように置き、並べる。



【ポイント】

- 色を付けたり、文字を書いたり、イラストを描いて、オリジナリティを出しましょう。
- ある程度のデザインが決まったら、つまようじを使ってのり付けをすると作りやすいです。

④ ラミネート加工をする。



⑤ 台紙に合わせて余白をハサミで切る。



⑥ 完成！



【ポイント】

- かたむけすぎると、固定されていない部分がずれたり、ラミネートにしわがよったりするので、できるだけ水平に、ゆっくりと機械に入れましょう。

⑦ かたづけ・そうじ

※「来た時よりきたときも美しく。うつくしく」

4

野外調理

(22) 野外調理

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

- ◎課題克服、達成感 ◎仲間づくり、協調性 ◎自主性、創意工夫 ○阿蘇の自然に親しむ
- 阿蘇の文化に親しむ

(2) ESD の課題解決に必要な 7 つの能力・態度

⑤ 他者と協力する態度

他者の立場に立ち、他者の考えや行動に共感するとともに、他者と協力・共同してものごとを進めようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	キャンプ場という非日常の中で行われる薪割り体験、調理体験は人と人との距離を縮めてくれる最高のスパイスです。野外調理を通して、協力する心、食材のありがたみ、資源の大切さ、人が生活をする中で大切なことを学ぶことができます。				
諸条件	実施形態	指導必須(着火までの安全指導)		提出書類	活動確認用紙 食事・教材注文票
	必要経費	特定研修活動実施経費(1人50円) +食材費+燃料代※野外調理料金表を参照		所要時間	2時間~4時間
	活動場所	野外調理棟		対象・人数	最大144人まで(12人×12班)
	事前下見	なし	実施時期	4月~11月	天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体で準備する物	
	<ul style="list-style-type: none"> ・調理用具・調理台(12台)・かまど(12基) ・食器(12人分×12セット)・食材・マッチ ・新聞紙・牛乳パック・ゴミ袋・無線 ・アルコール <div style="border: 2px solid blue; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> <p>※なるべくふきんで拭き上げを行い、キッチンペーパーの使用を少なくしましょう。 ※拭き上げ用ふきんを多めに持ってきましょう! (団体で準備)</p> </div>			<p>「班の準備物」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ふきん (台拭き用2枚程度、食器拭き上げ用6枚程度) ・スポンジ2つ程度 ・キッチンペーパー適量(最終食器拭き上げ用) ・洗剤適量・クレンザー適量 <p>「個人の準備物」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・軍手 ・綿素材の燃えにくい服装(長袖・長ズボン) ・水筒 <p>「バーベキューの場合」 ・着火剤</p>	
役割分担	交流の家職員が行うこと			団体引率者が行うこと	
	<ol style="list-style-type: none"> 1 事前説明を行う(活動開始30分前までに) 2 団体への全体指導(調理器具の使い方等 巻き割り 火おこし) 6 職員による食器点検 			<ol style="list-style-type: none"> 1 事前説明を受ける(活動開始30分前までに) ・食材の受け取り 3 調理(各メニューのマニュアルに沿って) 4 配膳・食事 5 後片付け ゴミや灰の処理 清掃 ふりかえり 	

3 活動のふりかえりのポイント

(視 点)「仲間と協力したり、食材を無駄にしたりせずに野外調理を行うことができたか。」

(発問例)「食材などを大切に使うためにどんなことに心がけましたか。班でふりかえてみよう。」

4 SDGsで目指す姿

 <p>4 質の高い教育を みんなに</p>	 <p>12 つくる責任 つかう責任</p>	<p>12.5 2030年までに、廃棄物の発生防止、削減、再生利用により、廃棄物の発生を大幅に削減する。 周りと協力して、資源を有効活用することで、廃棄物を減らしていこうとする姿</p>
--	---	---

【各メニューの詳細】

メニュー	所要時間	人数・班	必要経費
焼きそば	2H	12人×12班 まで	材)300円+研)50円+薪代(1束400円×使用かまど数)
カレーライス or ハヤシライス	4H		材)530円+研)50円+薪代(1束400円×使用かまど数)
阿蘇高菜めし・だご汁・豆腐ステーキ	4H		材)530円+研)50円+薪代(1束400円×使用かまど数)
豚汁(米付き)	4H		材)530円+研)50円+薪代(1束400円×使用かまど数)
バーベキュー(米付き)	4H		材)1,050円+研)50円+薪代(1束400円×使用数)+炭代(※)
石窯ピザ・パン	4H	1班10人 編成を推奨	材)5,300円(10人1セット)
石窯ピザのみ	4H		材)3,200円(10人1セット)
石窯パンのみ	4H		材)2,100円(10人1セット)
石窯ピザ・阿蘇キャベツスープ	4H		材)4,400円(10人1セット)

研) 50円
燃料費)
1,840円

※バーベキュー用炭(3kg)510円 (6kg)920円 (9kg)1,220

円

野外調理にかかる必要経費例

10名×10班でカレーライスを調理する場合(薪は1班1コンテナを使用で計算しています。)

カレーライス食材費(530円×100)+薪代(1コンテナ400円×10班)

+特定研修活動実施経費(50円×100) = 62,000円

【指導者+参加者の詳しい役割分担表】

	団体の指導者	参加者
事前指導 安全指導	<ul style="list-style-type: none"> 調理係と薪係に分かれる 包丁受け渡し時の立ち位置確認 調理道具の場所の確認 	<ul style="list-style-type: none"> 職員による説明を聞く 野外調理をする意義の確認 (協力・チームワーク等)
準備 調理 食事	<ul style="list-style-type: none"> 薪係の安全管理 調理係の安全管理 食事 	<ul style="list-style-type: none"> 薪割り 調理 食事
食器点検 片付け	<ul style="list-style-type: none"> 灰捨て時の安全管理 指導者によるセルフ食器点検 職員による食器点検 	<ul style="list-style-type: none"> 片付け 指導者の食器点検を受ける

重要事項

団体の指導者には職員と同様に安全管理を行ってまいります。参加者同様「調理係」・「薪係」と役割分担を行ってください。

また、鉋及び火の使用中は事故・ケガが起こりやすい場面です。指導者の方は、職員が参加者に行う安全指導をよく聞き職員と同じ目線に立って、参加者の安全管理を行ってください。

安全管理をする人が多くなるということは事故・ケガの防止につながります。

引率の皆様の積極的な指導をよろしくお願いいたします。



野外調理は参加者の安全第一で行います。

調理をする前に（チェック項目）



団体の準備物はそろっていますか？ 綿素材の燃えにくい服装（長袖・長ズボン）を着用していますか？

- ・各班にふきん拭き用2枚程度、食器拭き上げ用6枚程度
- ・各班にスポンジ2つ程度
- ・キッチンペーパー適量（最終食器拭き上げ用）
- ・洗剤適量 クレンザー適量

※ここに書いてあるものは、利用団体で準備をお願いします。

- 野外調理の前に野外調理場で食材の確認と受け渡しをします。時間に遅れないようにしてください。
- 流しの下の開き扉の中に、カゴがはいています。カゴの中にはハンドソープ、アルコール消毒液があります。
- キレイに手を洗います。
- 調理を始める前に必ず調理台を拭いてアルコール消毒をします。
- 調理台下の戸棚の中に新聞紙に包まれた鉄板、食器かご、緑のコンテナ（中には鍋1つとライスクッカー（5合）2つ）、ピザ用天板（2枚）があります。



新聞紙に包まれた鉄板



食器かご



緑のコンテナ



ピザ用天板2枚

- 食器かごにはお皿2種類、スプーン・フォーク、コップ等全部で12セットずつあるか必ず確認をします
- 使う道具や食器はすべて洗います。
- 包丁、まな板、木べらは殺菌庫、その他の調理道具は真ん中の調理道具保管庫の中に入っています。
- 引率者立ち会いのもと、包丁とまな板を班ごとに取りに行きます（各班2つずつ）。包丁はまな板の上のせて運ぶこと。



調理道具保管庫

※ざる、ピーラー、おたま
しゃもじ、計量カップなど



殺菌庫

※包丁、まな板、木べら、綿棒など

- 流し台では使用前にゴミ受けを設置します。
- 野外調理で出たゴミは指定のゴミ回収袋にいれ、各団体で事務室裏入り口の倉庫まで運びます。

片付け（チェック項目）～食器点検におきて～



団体の準備物はそろっていますか？

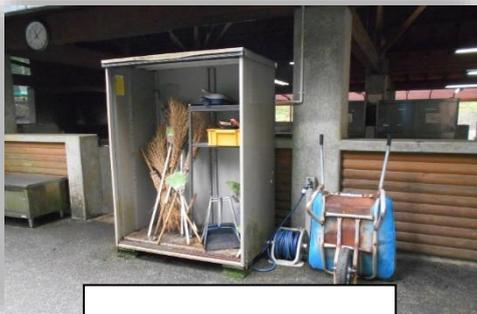
- ・各班にふきん台拭き用2枚程度、食器拭き上げ用6枚程度
- ・各班にスポンジ2つ程度
- ・キッチンペーパー適量（最終食器拭き上げ用）
- ・洗剤適量 クレンザー適量

※キッチンペーパーは最終食器拭き上げに使います。資源を大切に！

- 調理台を完全に水気がないようにふきあげる。（調理用具を並べるため）
- ライスクッカー、鍋、食器類、きれいに洗う。（ライスクッカーの中は特殊なコーティングがされているため絶対にたわして洗わない！）
- 食器数はすべて12セットずつ揃っているか。
- 使った調理器具全て調理台に一つずつ並べているか。



- 使った調理器具の水分をしっかり拭き取ってあるか。※水気を一滴も残さない
- ゴミ受けにたまった生ゴミや残飯をゴミ袋に捨て、きれいにした状態で伏せて置いているか。
- かまどの灰はすべて取り除き、一輪車に集めて水をかけて灰捨て場へ。※かまどに直接水を絶対にかけない
- 薪割りをした場所の木くず、ゴミを片付けているか。
- 調理棟にゴミが落ちていないか。



掃除用具置き場



灰捨て場までのルート



焼きそばの作り方

所用時間 2時間



材料
中華麺 1玉 (200g)
豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参ピーマン
油・塩コショウ・粉ソース



①野菜を食べやすい大きさにカットします。
※豚肉はカットされているのでカットしません。



火加減のポイント
※弱火か中火
強火だとすぐにこげます



②油を敷きます。
③豚肉を少し色が変わるまで炒めます。
④色が変わったら野菜をすべて入れて炒めます。



⑤全体に火が通ったら麺をのせます。
※ポイント
麺をのせた後、コップ 1/3 の水をいれます。水を入れることで焦げにくくなり、麺が蒸されます。
⑥麺に火が通ったら粉ソースと塩コショウで味付けをします。



⑦お皿に盛りつけます。
⑧最後に鉄板から焼きそばを全て取ります。しばらく鉄板を冷ましてから水を入れます。そうすると汚れが浮き片付けしやすくなります。
⑨鉄板は金属たわしできれいに汚れをおとします！



焼きそばで使用した鉄板の片付け方

鉄板に愛を

鉄板は手入れをしなければすぐにサビが出ます。

皆さんが愛を込めて手入れをすることでサビの発生を防ぎ、次の人が気持ちよく使えます。

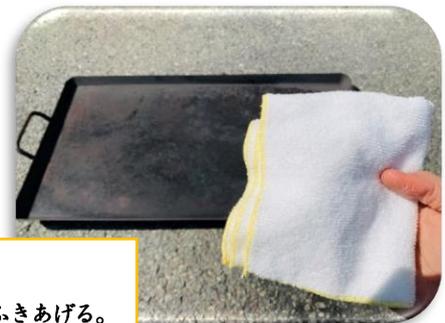
さあ、皆さんの愛が試される時です。使った鉄板を綺麗にしましょう！



Step①

亀のこたわしで汚れを落とす。

※洗剤は使わない！



Step②

ふきんできれいにふきあげる。

※水分は一滴も見逃さない！



Step③

キッチンペーパーに油を染み込ませる。



Step④

薄く油を塗る。

愛を込めて塗る！



Step⑤

最後は鉄板の下に2枚新聞紙を敷く。これで終了。

ここまでできたら無線で職員に連絡をする。

皆さんの鉄板への愛を職員が確かめにいきます。

カレーライス（ハヤシライス）の作り方

所要時間 4時間



1. ご飯の準備

1 調理担当の人は、まずお米を研いで水に浸しておきます。(10~20分)

※6名までの場合ライスクッカー1つ。7~12名の場合ライスクッカー2つ使います。

※水の量は多いほうが失敗しにくい！（人差し指を入れる→人差し指がお米に触れる→人差し指の第一関節と第二関節の間まで水を入れる）

2 鍋やライスクッカーは火にかける前に外側を食器洗剤やクレンザーでコーティングする。

※使用後洗うときに、黒いススが落ちやすいです。

3 野菜は大きく切るよりも、小さく薄く切った方がしっかりと早く火が通ります。

4 お肉はすでにカットしているので、決して包丁でカットしないでください。

食中毒の原因になります。

5 調理で出たゴミはすべて、緑のゴミ袋に入れます。

2. かまどに火がついたら（調理スタート）

1 お米を強火にかける（鍋がグツグツとするまで）。グツグツし、泡が出始めたら弱火に寄せて15分~20分置きます。

2 次にカレー鍋でカレーを作ります。肉→野菜の順に炒めます。

※水が多くなるとスープカレー（ハヤシ）になります。

3 残りは班で協力してオンリーワンのカレーライスを作ります。

参考として

お米1合150g（180ml）

（180cc）

に対し、水200ml（200cc）



完成例

阿蘇たかなめし・だご汁・豆腐ステーキの作り方

所用時間 4時間

阿蘇たかなめし

材料1人分 (米 100g・阿蘇たかな 20g・ごま・白だし)

- ① ご飯を炊く。
- ② 炊き上がったご飯をボウルに取り、阿蘇たかなとごまを入れ白だして味付けをする。

だご汁

材料1人分 (強力粉40g・鶏肉30g・阿蘇の芋や野菜やしいたけ・味噌・ぬるま湯30ml・塩少々)

- ① 強力粉に塩をとかしたぬるま湯を入れて、なめらかになるまでよくこねる。
- ② 棒状にして、適当な大きさに小分けする。
- ③ ぬれ布巾をかけ30分ねかす。(布巾で乾燥を防ぐ)
- ④ 鍋に鶏肉を炒め水 (一人分 400cc) の半分量を入れ野菜類を煮る。
- ⑤ 具が柔らかくなったら残りの水を入れ、味噌・醤油で味を調える。
- ⑥ ⑤にだごを細長く伸し入れ、だんごが半透明になるまで煮る。
- ⑦ 最後にネギを入れ出来上がり。

豆腐ステーキ

材料1人分 (豆腐1/6丁・阿蘇の野菜・油・ドレッシング)

- ① 豆腐 (一人 1/6 丁) は切ってキッチンペーパーでつつみ、しばらく置いて水を切る。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、豆腐の両面を焼いて取り出しもやしを炒める。
阿蘇野菜を盛付ける。



完成例

豚汁の作り方

所用時間 4時間

材料 1人分

豚肉 50g・阿蘇の芋や野菜やしいたけ・味噌・だし・塩少々

- ① 鍋に豚肉を炒め水を半分程度を入れ野菜類を煮る。
- ② 具が柔らかくなったら残りの水を入れ、だしと味噌で味を調える。
- ③ 最後にネギを入れ出来上がり。



バーベキューの進め方

所用時間 4時間

1. ご飯の準備

- ① 調理担当の人は、まずお米を研いで水に浸しておきます。(10~20分)
※6名までの場合ライスクッカー1つ。7~12名の場合ライスクッカー2つ使います。
※水の量(人差し指を入れる→人差し指がお米に触れる→人差し指の第一関節と第二関節の間まで水を入れる)水は多いほうが失敗しにくい!
- ② ライスクッカーは火にかける前に外側を食器洗剤やクレンザーでコーティングすると使用後洗うときに、黒いスス落ちやすいです。
- ③ かまどに火をつけ、お米を強火にかける。(鍋がグツグツとするまで)グツグツし泡が出始めたら、弱火に寄せて15分~20分置きます。

2 食材の準備

- ① 野菜を切ります。あまり細かく切ると焦げやすくなります。
- ② お肉はすでにカットしているので、決して包丁でカットしないでください。食中毒の原因になります。

3 木炭に火をつける!

- ① 木炭に火をつけます。簡単なようでも、慣れていないと時間がかかる作業です。食材を切り始めると同時にとりかかった方が良いでしょう。
- ② 固く丸めた新聞紙を芯にすることで着火剤の代わりになります。空気の通り道に気を付けて木炭を組みます。
- ③ 必要に応じて団扇で風を送りましょう。

4 木炭の火力が安定したらバーベキューのスタートです!



石釜ピザの作り方

所用時間 4時間



- ピザの材料 (プレート2枚10人分)
- 強力粉 1kg
 - ドライイースト 25g
 - 塩 20g
 - ぬるま湯 550cc
 - オリーブオイル 20g
 - ピザソース
 - 具材: ベーコン・チーズ・阿蘇の野菜など

※具材は小さく切りましょう! (ベーコンは切らない)
大きく切ると火が通りません。



- ①強力粉半分程度・ドライイースト・塩を混ぜる。
- ②ぬるま湯を数回に分けて入れ、固まらなくなるまでよく混ぜる。



- ③残りの強力粉全部を入れよく混ぜ合わせたあと、しっとりなるまで手でこねる。
- ④オリーブオイルを加え15分間くらいにねる。



- ⑤ボウルに生地をまとめラップをかけて、暖かい場所で発酵させる。
※2倍くらいの大きさになります。生地の人差し指を差し込み、もとに戻らなければオケー!



- ⑥生地を2個に切り分け、天板に油を敷き麺棒で生地をのばす。
※天板と同じくらいの大きさまでのばしましょう。

- ⑦生地にフォークで空気穴を付ける。



- ⑧ピザソースをぬり、具材をトッピングする。



- ⑨石窯で焼く。(石窯は指導者が担当します)

300℃ 約6分~7分

- ⑩食べる準備と使わない道具の片付け開始!

石釜パンの作り方

所用時間 4時間



材料（直径8cm程度チョコレートパン30個分）

- 強力粉1kg
- ドライイースト 35g
- 塩 20g
- ぬるま湯 550cc
- バター 130g
- 一口チョコ 30個
- ヨーグルト



- ① 強力粉半分くらい・ドライイースト・塩・ヨーグルトを入れ、しゃもじで混ぜる。
- ② ぬるま湯を数回に分けて入れ、固まらなくなるまでよく混ぜる。



- ③ 残りの強力粉全部を入れよく混ぜ合わせたあと、しっとりなるまで手でこねる。
- ④ バターを加え、なじむまで15分間くらいにねる。



- ⑤ ポウルに生地をまとめラップをかけて、暖かい場所で発酵させる。
※2倍くらいの大きさになります。生地に人差し指を差し込み、もとに戻らなければオケー！



- ⑥ 生地を30個に切り分け、チョコレートを入れてまるめる。
- ⑦ 天板に間隔をおいてならべる。
※1枚の天板に15個



- ⑧ 石窯で焼く。（石窯は指導者が担当します）
280℃ 約3~4分
- ⑨ 食べる準備と使わない道具の片付け開始！

阿蘇キャベツのまるごとスープの作り方

所用時間 (石窯ピザと組み合わせて) 4時間

阿蘇キャベツの丸ごとスープの材料 (1人分)

キャベツ120g ベーコン20g ジャがいも10g たまねぎ10g にんじん5g

コンソメ1/2個 水150cc

調理用具：鍋・まな板・包丁・計量カップ・ボウル

【阿蘇キャベツの丸ごとスープ】

キャベツは人数分に芯ごと大きく切り、5ミリ程度に切った他の野菜とベーコン、コンソメ、水を入れ、ふたをして煮る。好みにより、塩こしょうで味を整える。

野菜が柔らかくなったら、「阿蘇キャベツの丸ごとスープ」の完成です！！



完成例

時間短縮のためコンロを使って調理します。



石釜クッキーの作り方



所用時間 4時間

材料 (1 セット 10 人分 約150枚)

ホットケーキミックス粉 1 k g

バター 250 g

牛乳 200m l

☆調理器具・・・ボウル・クッキングシート・めん棒 型抜き・天板

☆作り方

- ① ボールに粉と角切りにしたバターを入れる。
- ② 粉とバターを混ぜ、バターの粒が小さくぽろぽろになり、生地が黄色っぽくなるようにする。
- ③ 牛乳を加えて生地をまとめ、軽くこねる。
- ④ めん棒で5mmくらいの厚さにのばし、型でぬく。
- ⑤ 天板にクッキングシートを敷き、天板にのせ釜で焼く。

180℃ 10～13分

※ピザ釜の周りはとても熱くなります。

子どもだけでは絶対に近づかないようにしましょう。

※作る前は、手洗いをしっかりしましょう。

※道具は洗剤をつけて洗い、ふきんやキッチンペーパーで水気をふきとりましょう。

5

ニューススポーツ等

(23) ASO びんピック

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果 ※R3年度の活プロで、◎のものを先に、○のものを後ろに。

◎仲間づくり・協調性 ○集団行動、規律 ○課題克服、達成感 ○自主性、創意・工夫

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑤ 他者と協力する態度

他者の立場に立ち、他者の考えや行動に共感するとともに、他者と協力・共同してものごとを進めようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	<p>投げる力や転がす力、集中する力などさまざまな力をためすゲームにチャレンジし、合計得点を競います。 各種目の難易度を調整することが可能で、性別・年齢・運動技能に関係なく誰でも高得点を狙えるチャンスのあるゲームです。</p>					
	実施形態	自主活動		提出書類	なし	
諸条件	必要経費	不要		所要時間	準備、片付け含め1時間～	
	活動場所	体育館、武道場、講堂		対象・人数	小学校低学年以上	
	事前下見	不要	実施時期	通年	天候	全天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物		
	ASOびんピックの道具 タイマー スコアカード 等			運動に適した服装 体育館シューズ 筆記用具 等		
役割分担	交流の家職員が行うこと			団体引率者が行うこと		
	<p>1 道具の準備をし、引率者(担当者)への説明を行う(活動開始30分前までに)</p> <p>① 貸出物品について ② 活動の進め方について ③ 安全管理について ④ 活動後の片づけについて</p> <p>3 貸出物品を受け取る</p>			<p>1 交流の家職員から説明を受け、貸出物品を受け取る(活動開始30分前までに)</p> <p>2 準備から片付けまでの指導を行う</p> <p>3 貸出物品を返却する</p>		

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：「楽しんで、仲間と協力して活動することができたか。」

発問例：「この活動中の、グループのメンバーについて、頑張っていたこと、うれしかったこと、など自分が気づいた『ナイスプレー』を伝えあいましょう。」

4 SDGsで目指す姿

	<p>4.a 子供、障害及びジェンダーに配慮した教育施設を構築・改良し、全ての人々に安全で非暴力的、包摂的、効果的な学習環境を提供できるようにする。</p> <p>性別・年齢・運動技能に関係なく、誰でもチャレンジでき、高得点を狙えるチャンスのあるゲームを提供することで、だれでも安心して参加できる活動を提供できる施設。</p>
--	---

ASO びんピック (ストラックアウト) の準備、片付けについて

- ①体育館トイレ横の階段下にある「ストラックアウト」用のボードを2台出す。
(必ずすべてのストッパーをかける)



- ②体育館倉庫の棚から、かごに入ったのと、ボール、スタートわくを出す。



- ③それぞれのわくに的を張り付け、スタートわくとボールをそれぞれ置く。

スタートからの距離の目安

3年生以下 5m

4年生以上 10m

※ボールの数は、1人が投げる数

(5球または3球)



片付けは、準備の逆。
もとの場所に、もとのとおりにもどしてください。

ASO びんピック (ストラックアウト) のルール



- ①スタート位置 (まるいわくが置いてある。)から、「的」をめがけて、ボールを投げる。

- ②はずれた「的」に書いてある数字の合計が得点になる。

(次のような場合、点数を認めるか確認しておく)

※わくに当たって、まどがはずれたとき

(2つ以上はずれることもあります。)

※しょうげきで、違うまどまではずれたとき

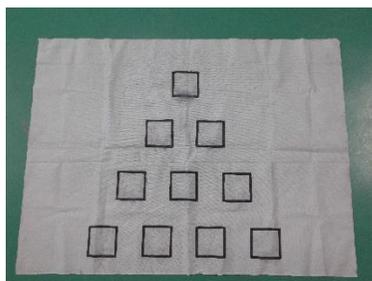
※ワンバウンドなどをしてあたったとき

ASO びんピック (ボウリング) の準備、片付けについて

- ①体育館倉庫の棚から、カゴに入ったピン (ペットボトル) とシート、スタートわく、ボールの入ったたらいを取り出す。



- ②体育館のゆかに、ピンを置くシートを敷き、ピンをシートの四角のなかに置く。



- ③シートから間隔を空けて、スタートわくを置き、スタートわくの中に、ボールを入れる。

スタートからの距離の目安

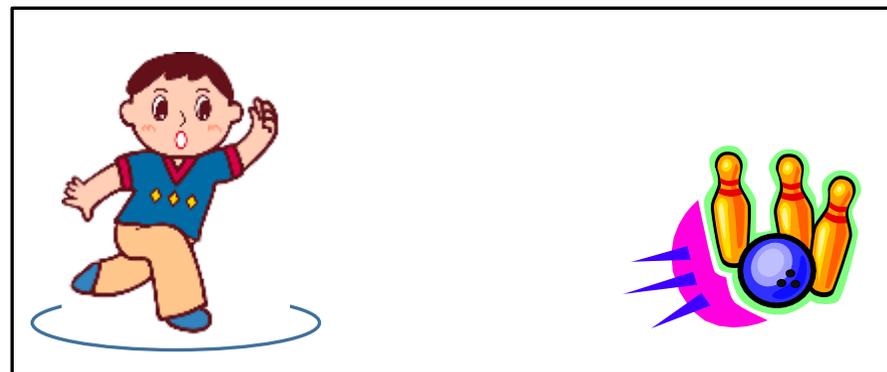
3年生以下 5m

4年生以上 10m



片付けは、準備の逆。
もとの場所に、もとのとおりにもどしてください。

ASO びんピック (ボウリング) のルール



- ①スタート位置 (まるいわくが置いてある。) から、「ピン (ペットボトル)」をめがけて、ボールを投げる。

- ② 一人2回投げて、たおれたピンの数が得点になる。

※1回目で、全部のピンをたおした場合、もう一度、全部のピンをならべて、2回目を投げる。(最大、20点になる)

※1回目で、全部のピンをたおせなかった場合、たおれたピンを横に片付けて、残ったピンをねらって、2回目を投げる。

(次のような場合、点数を認めるか事前に確認しておく)

※完全に倒れていない

(倒れたピンに寄りかかっているなど)

ASO びんピック (空きカン積み) の準備、片付けについて

- ①体育館倉庫の棚から、空き缶とスタートわく、ポイントわく、ストップウォッチが入ったかごを取り出す。



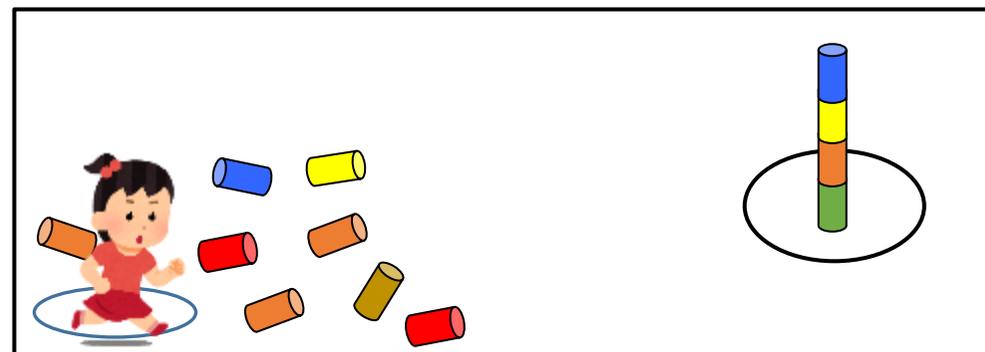
- ②スタートわくとポイントわくを置く。
スタートからの距離の目安
3年生以下 5m
4年生以上 10m



- ③スタートわくの近くに空き缶を散らかしておく。

片付けは、準備の逆。
もとの場所に、もとのとおりにもどしてください。

ASO びんピック (空きカン積み) のルール



- ①スタートわくから、近くの空き缶を拾って、空き缶をもって、ポイント（まるいわくが置いてある）をめがけて、走る。
- ②ポイントのわくの中に、空き缶を積んでいく。
- ③スタートわくまで戻り、繰り返す。
- ④時間は、3年生以下 1分。
4年生以上 1分30秒。
時間内は、たおれても何度もチャレンジできる。
最後に、積んでいた空き缶の数×2が得点になる。

一度にいくつまでカンをもって良いかなど事前に確認しておいた方がよい場合は、確認しておく。
※特に問題ない場合は、何も言わず、何個持とうが、個人の作戦としてもよい。

ASO びんピック (空きカン積み) の準備、片付けについて

- ①体育館倉庫の棚から、空き缶とスタートわく、ポイントわく、ストップウォッチが入ったかごを取り出す。



- ②スタートわくとを置く。



- ③スタートわくの近くに空き缶を散らかしておく。

片付けは、準備の逆。
もとの場所に、もとのとおりにもどしてください。

ASO びんピック (空きカン積み) のルール



- ①スタートの合図で、近くの空き缶を拾って、わくの中に、空き缶を積んでいく。
- ②時間は、3年生以下 1分。
4年生以上 1分30秒。
時間内は、たおれても何度もチャレンジできる。
最後に、積んでいた空き缶の数×2が得点になる。

ASO びんピック (ペタンク落とし) の準備、片付けについて

- ①体育館倉庫の棚から、「ペタンク落とし」用のブルーシートとペタンクを取り出す。



- ②ブルーシートを広げる

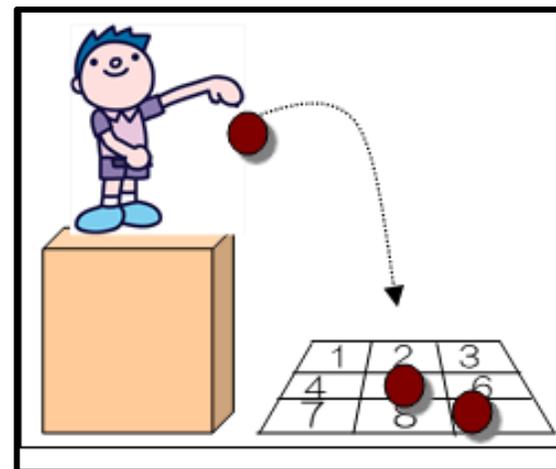
- ③武道場から長椅子を1つ運び、シートの端に置き、台にする。

- ④長椅子の中心にペタンクの入ったケースを開いて置く。



片付けは、準備の逆。
もとの場所に、もとのとおりにもどしてください。

ASO びんピック (ペタンク落とし) のルール



- ①台の上から数字の書いてあるシートにペタンクを落とします。**※強く投げない。**
- ②ペタンクが止まったところの数字が得点です。
- ③一人5回投げます。
全部投げ終わったときの合計を記録します。

数字の境目（線の上）で止まった時、
点数をどうするか確認しておく

- ・ペタンクに近い方を得点とする。
- ・距離に関係なく、数字の大きい方を得点にする。
など

ASO びんピック (バグゴ) の準備、片付けについて

- ①体育館倉庫の棚から、バグゴ板を1組と缶1個 (バグ入り) スタートわくを取り出す。



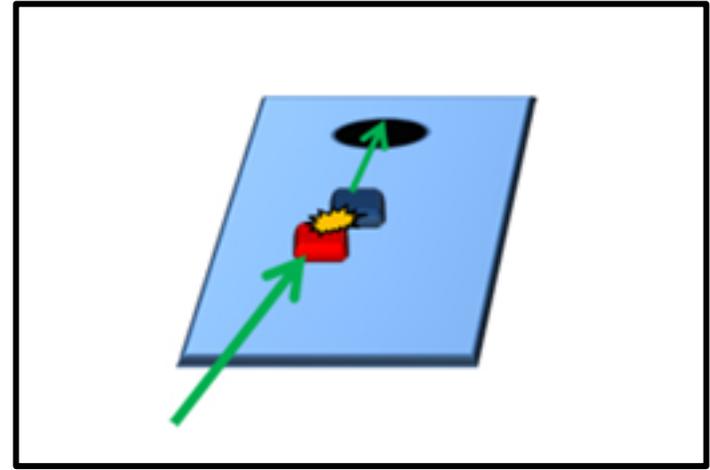
- ②バグゴ板を開いて、足をセットして置く。
※1組みで2セット分あります。
※バグゴ板を壁につけるか、つけないかで難易度が変わってきます。
壁に付けない方が難しいです。



- ③スタートわくを置き、バグを4つずつ置く。
スタートからの距離の目安
3年生以下 3m
4年生以上 5m

片付けは、準備の逆。
もとの場所に、もとのとおりにもどしてください。

ASO びんピック (バグゴ) のルール



- ①スタート地点から、バグを1つずつバグゴ板に向けて投げます。
- ②4回投げた終わった後で点数を合計します。
板にのっていたら、1つ1点、
穴に入っていたら、1つ3点です。

板から落ちたもの、届かなかったものは0点。
※ボードの上にあるバグにぶつけて、あなに入れてもOK!

(次のような場合、点数を認めるか事前に確認しておく)
※ワンバウンドで板に乗った場合。
※壁にぶつかって、板上に落ちた場合。

ASO びんピック (豆はこべ) の準備、片付けについて

- ①体育館倉庫の棚から、段ボールに入った「豆はこべ」セットを取り出す。



- ②体育館倉庫から、テーブル1台と椅子2脚を出す。



- ③テーブルと椅子をセットし、テーブルの上に、「まめはこべ」用のシートを敷く。

- ④シートの表示に従ってお碗とお箸を置く。



- ④片方のお碗には大豆を入れる。
※お碗の位置は、利き腕によって入れ替えて構いません。

片付けは、準備の逆。
もとの場所に、
もとのとおりに
もどしてください。



ASO びんピック (豆はこべ) のルール



大豆が入っているお碗から、何も入っていないお碗へ。おはしを使って、大豆を移動させます。

30秒で移動した大豆の数が得点になります。
※ゲーム時間は、発達段階等に応じて、伸ばしても構いません。

1～10個	・ ・	5点
11～15個	・ ・	10点
16～20個	・ ・	15点
21個以上	・ ・ ・	20点

※豆をおはしでつかまず、すくって移動させる場合をどうするか、事前に決めておいた方が良ければ決めて

おいってください。

ASO びんピック (わなげ) の 準備、片付けについて

- ①体育館倉庫の棚から、
輪投げ台と輪と、
スタートわくを
取り出す。



- ②輪投げ台のスタンドを立てて置く。

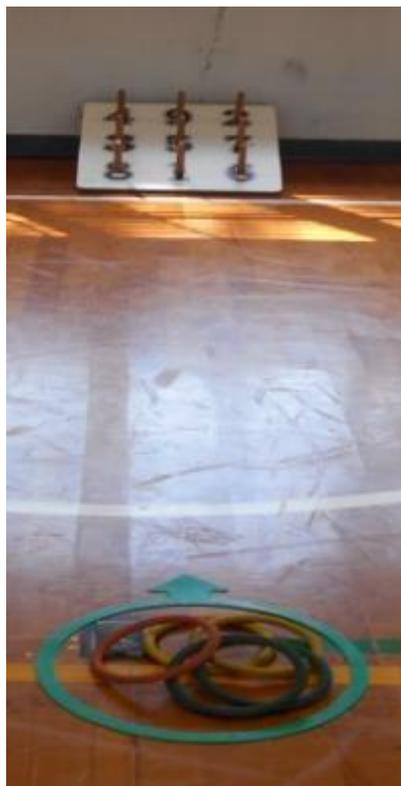
※輪投げ台を壁につけるか、
つけないかで難易度が
変わってきます。
壁に付けない方が難しいです。

- ③間隔を空けてスタートわくを置き、
わくの中に、輪を5個入れる。

スタートからの距離の目安

3年生以下 1.5m

4年生以上 3m



片付けは、準備の逆。
もとの場所に、もとのとおりにもどしてください。
ASO びんピック (わなげ) のルール



- ①スタート地点から、「まと」についている棒に
向かって輪を投げ入れます。
- ②入った棒の下に書いてある数字が得点です。
5回投げた合計得点が成績です。

(次のような場合、点数を認めるか事前に確認しておく)
※壁にぶつかって、入った場合。

ASO びんピック (キックターゲット) の準備、片付けについて

4人以上必要です。

- ①体育館倉庫の棚から、キックターゲット用ブルーシートとスタートわく、かごに入ったボールを取り出す。



- ②ブルーシートを2階に運ぶ。
くわしいブルーシートの設置の仕方は、かごの中に入っている。
※赤いビニールテープを巻いていない側のロープのフックをブルーシートの穴にかける。



- ※ブルーシートの穴には、
●○○●○○●●という風に、
端から1個飛ばしてフックをかける。

- ③赤いビニールテープを巻いた側 →→→→→
のロープのフックを、
体育館アリーナの柵にかける。
※柵にも赤いビニールテープを巻いています。



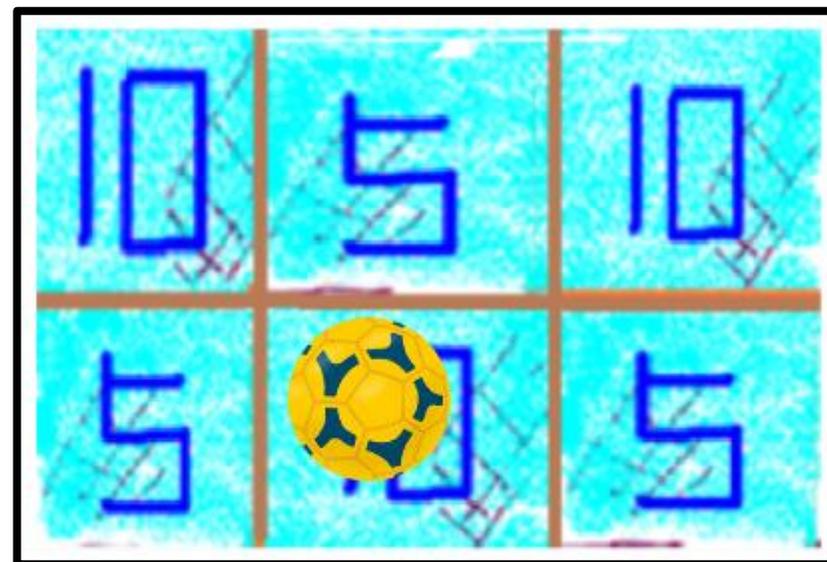
- ※シートをフロアにおろす。
④スタートわくを置き、わくの中にボールをおく。

スタートからの距離の目安

3年生以下 5m

4年生以上 10m

片付けは、準備の逆。
もとの場所に、もとのとおりにもどしてください。
ASO びんピック (キックターゲット) のルール



- ①スタート位置から、かべの的めがけてボールをけります。
②ボールが当たったところの数字が得点です。
数字の境目に当たった場合は、数字の大きい方を得点にする。
③5回けた合計得点が最終得点成績です。

(次のような場合、点数を認めるか事前に確認しておく)
※ワンバウンド (転がった) で当たった。

キックターゲット取り付け作業の方法

1. 赤いビニールテープを巻いていない側のロープのフックをブルーシートの穴にかける
※ブルーシートの穴には、●○●○●○●という風に、端から1個飛ばしてフックをかける
2. 赤いビニールテープを巻いた側のロープのフックを、体育館アリーナの柵にかける(写真①②)
※柵にも赤いビニールテープを巻いています(写真③)
※シートをフロアにおろしながら作業してください。



写真①



写真②



写真③

3. できあがり(写真④)

4. 片付けの際は、ロープは外して束ねてください(写真⑤)



写真④



写真⑤

設置例（8種目）

ストラックアウト



ペタンク落とし



バッゴー・わなげ



ボーリング



キックターゲット



空き缶つみ

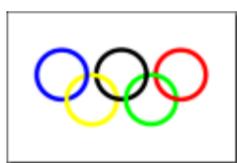


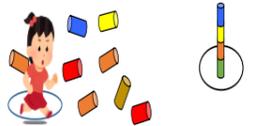
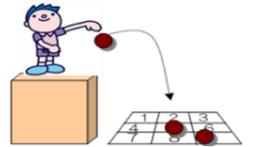
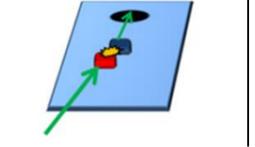
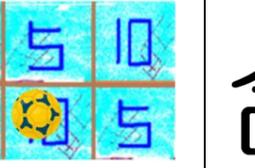
まめはこべ





ASOびんピックきろくカード



種目	ストラックアウト	ボウリング	空き缶つみ	ペタンク落とし	バッグ	豆はこべ	わなげ	キックターゲット	合計 得点
	 ①数字を書いている「ま」とをめぐらしてボールを投げます。 ②はずれた「ま」の数字の合計が得点になります。	 ①ペットボトルのピンをめぐらしてボールを転がします。 ②2回投げて倒れたピンの合計が得点です。	 ①スタートから空き缶を持って走る。 ②空き缶を積む。 ③①・②を繰り返す 3年生以下1分。 4年生以上1分30秒。 ④最後に、積んでいた空き缶の数×2が得点です。	 ①台の上からペタンクを落とします。 ②一人5球投げて、それぞれ、ペタンクが止まったところの数字の合計が得点です。	 ①バッグをボードに向けて投げます。 ②ボードにのったら1点、穴に入ったら3点です。 ③4回投げた合計が得点です。	 ①大豆が入っているお皿から何も入っていないお皿へおはしを使って、大豆を移動させます。 ②30秒で移動した大豆の数で得点が決まります。 1～10個・・・5点 11～15個・・・10点 16～20個・・・15点 21個以上・・・20点	 ①スタート地点から、「ま」とについている棒に向かって輪を投げ入れます。 ②5回投げて、入った棒の下に書いてある数字の合計が得点です。	 ①かべの的めがけてボールをけります。 ②ボールが当たったところの数字が得点です。 ③5回けて、合計が最終得点です。	
()班のメンバーの名前									
①	点	点	点	点	点	点	点	点	点
②	点	点	点	点	点	点	点	点	点
③	点	点	点	点	点	点	点	点	点
④	点	点	点	点	点	点	点	点	点
⑤	点	点	点	点	点	点	点	点	点
⑥	点	点	点	点	点	点	点	点	点
⑦	点	点	点	点	点	点	点	点	点
⑧	点	点	点	点	点	点	点	点	点
⑨	点	点	点	点	点	点	点	点	点
⑩	点	点	点	点	点	点	点	点	点

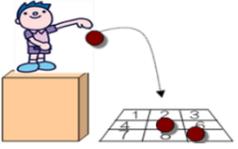
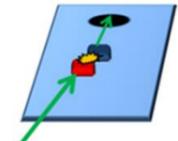
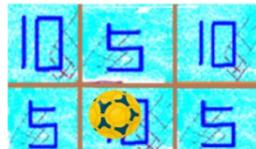
レッツ トライ!



ASOびんピックきろくカード



コロナバージョンはこちらです。

種目	ストラックアウト	ボウリング	空き缶つみ	ペタンク落とし	バッグ	豆はこべ	わなげ	キックターゲット	合計 得点
	 ①数字を書いている「ま」とをめがけてボールを投げます。 ②はずれた「ま」の数字の合計が得点です。	 ①ペットボトルのピンをめがけてボールを転がします。 ②2回投げて倒れたピンの合計が得点です。	 ①スタートの合図で、わくの中に、空き缶を積んでいきます。 ②3年生以下 1分。4年生以上1分30秒。 ③最後に、積んでいた缶の数×2が得点です。	 ①台の上からペタンクを落とします。 ②一人5球投げて、それぞれ、ペタンクが止まったところの数字の合意が得点です。	 ①バッグをボードに向けて投げます。 ②ボードにのったら1点、穴に入ったら3点です。 ③4回投げた合計が得点です。	 ①大豆が入っているお碗から何も入っていないお碗へおはしを使って、大豆を移動させます。 ②30秒で移動した大豆の数で得点が決まります。 1～10個・・・5点 11～15個・・・10点 16～20個・・・15点 21個以上・・・20点	 ①スタート地点から、「ま」とについている棒に向かって輪を投げ入れます。 ②5回投げて、入った棒の下に書いてある数字の合計が得点です。	 ①かべの的めがけてボールをけります。 ②ボールが当たったところの数字が得点です。 ③5回けて、合計が最終得点です。	
()班のメンバーの名前									
①	点	点	点	点	点	点	点	点	点
②	点	点	点	点	点	点	点	点	点
③	点	点	点	点	点	点	点	点	点
④	点	点	点	点	点	点	点	点	点
⑤	点	点	点	点	点	点	点	点	点
⑥	点	点	点	点	点	点	点	点	点
⑦	点	点	点	点	点	点	点	点	点
⑧	点	点	点	点	点	点	点	点	点
⑨	点	点	点	点	点	点	点	点	点
⑩	点	点	点	点	点	点	点	点	点

レッツ トライ!

(24) ディスクゴルフ

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎仲間づくり・協調性 ○阿蘇の自然に親しむ ○集団行動・規律 ○課題克服・達成感 ○自主性・創意工夫

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑥ つながりを尊重する態度

人・もの・こと・社会・自然などと自分とのつながり・かかわりに関心を持ち、それらを尊重し大切にしようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	フライングディスクをゴール(ディスクキャッチャー)に何投(何回)で投げ入れることができるかを競う新しいスポーツです。 草原内のコースは起伏もあり、ゴールが見えにくいコースもあります。個人の記録を競う競技ですが、グループで声を掛け合ってゴールを目指し、準備や片付け等をみんなで行うことで、よりねらいに迫ることができます。			
諸条件	実施形態	自主活動	提出書類	不要
	必要経費	なし	事前の下見	不要
	活動場所	ディスクゴルフコース(敷地内草原)	対象・人数	小学校低学年以上 50人程度まで
	時期	通年	天候	雷雨・荒天・風が強い場合 中止
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物		団体で準備する物	
	ディスク、スコアカード、無線 等		筆記用具・笛 等	
役割分担	1) 事前説明(活動開始30分前までに) 交流の家職員から団体引率者(担当者)へ ① 貸出ディスク数の確認 ② ルール等の確認 ③ 危険箇所等の確認 ④ 無線の使い方の説明 2) 貸出物品準備、貸出を行う 4) 物品の受け取り…ディスク数を確認する		1) 交流の家職員から事前説明を受ける(担当者) 2) ディスク等の物品を受け取る 3) 活動を指導する ①安全指導 ① ルール、投げ方、注意事項の説明 ② スタートするコース、コース移動の確認 ③ ウォーミングアップ ②ルールに従って活動を進める。 ③人員・健康状態の確認 ④活動のふりかえり 4) 物品の返却…ディスクの数を確認する	

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：①「楽しんで、仲間と協力して活動することができたか。」

②「活動場所である『草原』について、興味関心を持つことができたか。」

発問例：①「この活動中の、グループのメンバーについて、頑張っていたこと、うれしかったこと、など自分が気づいた『ナイスプレー』を伝えあいましょう。」

②「今日、みんなが活動した草原(牧野)は、何のためにあるか、また私たちの生活と深くかかわっていることを知っていますか?」

4 SDGsで目指す姿

		15.4 2030年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。 ディスクゴルフの活動の場である、阿蘇の草原、牧野について興味を持つとともに、これらの自然が長い年月をかけた人々の努力を知り、豊かな自然を守るために自分にできることを考え行動しようとする姿。
--	---	--

5 その他確認事項

- ・コースは起伏があり、距離もあるので、ウォーミングアップを入念に行ってください。
- ・ディスクが紛失しないように、一人ひとりがしっかり管理してください。谷など、危険な場所にディスクが入った場合は、無理に探さずに、事務室に知らせる。(場所は詳しく教えてください)
- ・引率者数に余裕があれば、7コースのゴールと草むらの間に、1人配置するとディスクの紛失が最小限に防げます。

【ディスクゴルフのルール】

- ①グループ内で投げる順番を決め、シートに名前を書きます。
- ②ひとり1枚、ディスク（写真①）持ちます。
- ③グループごとに決められた出発コースのスタート地点（写真②）まで移動します。
- ④代表者の合図で、各コースのスタート地点から、ゴール（写真③）に向かって1人1投ずつ、交代で投げます。
- ⑤各コース、ゴールするまでにディスクを投げた回数（投数）をスコアカードに記録します。
- ⑥グループ全員がゴールできたら、次のコースへ移動します。
- ⑦全グループが全9コースを終わったら終了です。
（時間で区切る場合もあります）



ディスク(写真①)



スタート(写真②)



ゴール(写真③)

- ⑧全部の投数を合計し、その数の少なさで順位を決めます。
※各コースに目標投数を設定しています。

目標投数内にゴールできれば、
🌟名人級🌟の実力！

できるだけ、その数に近い回数
でディスクをゴールに入れるよ
うにがんばりましょう！



《安全にプレイするために》

※ 投げる人とゴールの間に立たないようにしてください。

投げる時は、手を挙げて「投げるよー!」と言って周りに知らせてください。

※ コースはデコボコがあり、距離もあるので、ウォーミングアップを入念に行ってください。

※ 草原内を移動するときは、決して走らず、歩いて移動するようにしてください。

※投げ方のポイントは以下のとおりです。

①体の向き

利き手側の肩をゴールに合わせる形で
横向きになります。

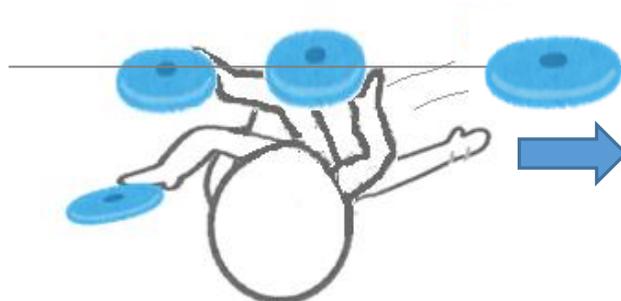
(左利きの場合)



横向きのまま、ゴールに向かって
ディスクを投げます。

②腕の振り方(上から見た感じ)

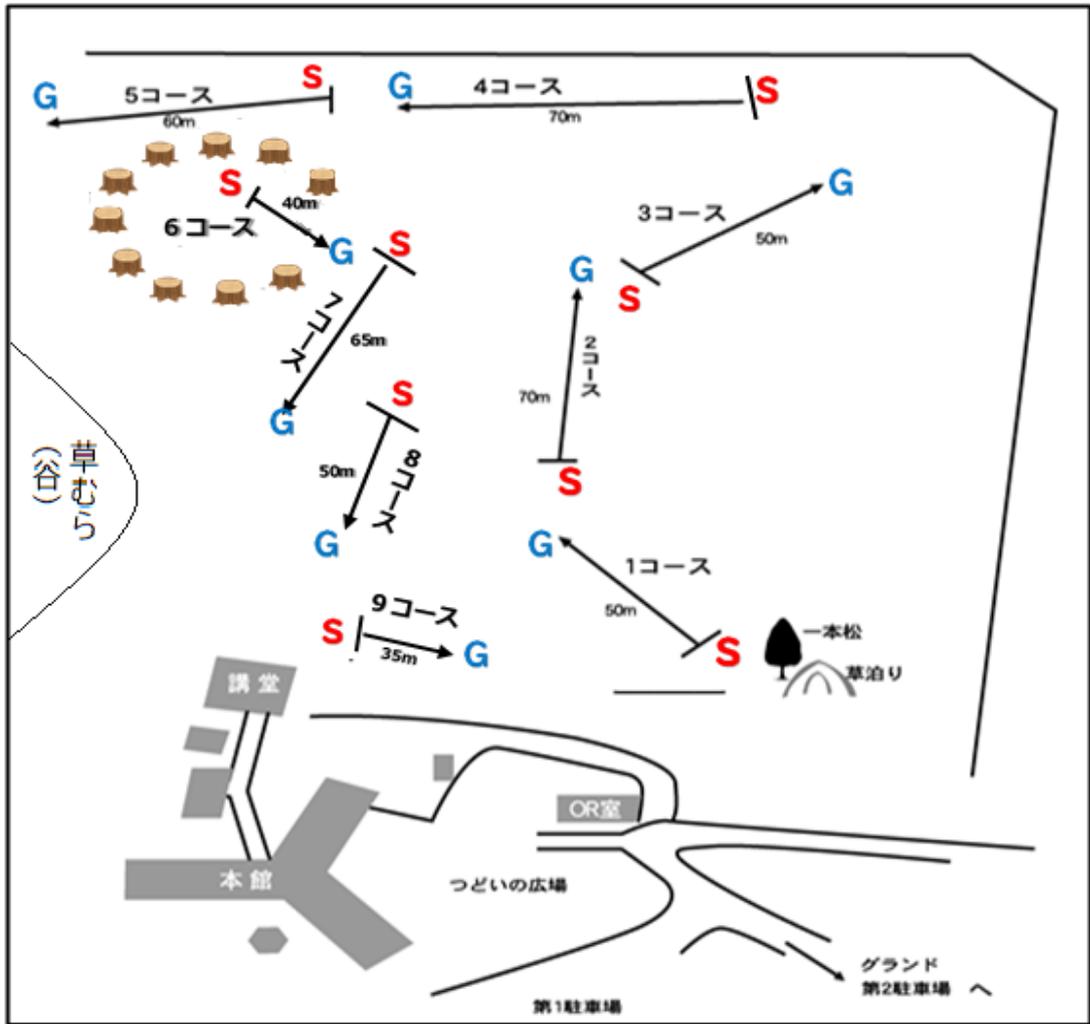
できるだけまっすぐ(少し斜め上)に
腕を振ります。



高く上げすぎると、風の影響を
受けやすいので、注意しましょう。

ディスクゴルフマップ(簡易版) S :スタート G:ゴール

※ ディスクが無くならないように、しっかり管理してください。
 ※ (特に、7コースは草むらに行きやすいので要注意です!)
 ※ かけ、草むらなどの危険な場所にディスクが入った場合は、無理に探さずに、事務室に知らせてください。
 ※ ディスクをなくした場合は、おおよその場所を確認し、必ず事務室に届けてください。



簡易版スコアカード (投げた回数を記入してください)

コース	目標投数	距離 (m)	名前 (投げる順番に名前を書いてください)						
			①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
1	4	50							
2	5	70							
3	4	50							
4	5	70							
5	5	60							
6	3	40							
7	5	65							
8	4	50							
9	3	35							
合計									
順位									

(24)各種スポーツ

ラグビー



芝生のグラウンドでおもいきり活動ができます。ゴールポストも貸し出し可能です。(ナイター使用可)

フットサル・テニス



テニスコートが3面あります。フットサルコートとしても活用できます。(ナイター使用可)

草すべり



阿蘇の山々を背景に、大自然を満喫しながら草すべりができます。小学生以下の方はその使用が可能です。

クロスカントリー



敷地内にあるクロスカントリーコースは、ランニングの練習をはじめ、ウォーキングやナイトハイクも楽しめます。

目的や対象に合わせてコート設定を行いながら活動ができます。ゴールポストは1組あります。(ナイター使用可)



サッカー

ゴルフ練習場には、打席が6カ所あります。クラブやボールの貸し出しも可能です。



ゴルフ

長期休業中などを利用してレスリングの合宿も可能です。マット等は持ち込みになります。



レスリング

グラウンド横にあるトレーニングルームには、腹筋や背筋をはじめさまざまな部位を鍛える用具が設置してあります。



トレーニングルーム

体育館や武道場で柔道ができます。公式試合に対応できる畳を敷くことができ、広さでは熊本県内最大級です。



柔道

武道場では、テコンドー、空手、合気道、剣道などの武道ができます。合宿でのご利用も可能です。



各種武道

フロアホッケー

1 フロアホッケーとは…

スティックを用いて、専用のパックを相手ゴールへ入れて得点をあげる室内スポーツです。

2 道具・用具 (ルールガイドブック有り)



1チーム6名程度(うちゴールキーパー1名) ・始める前に準備運動を行う。

【ルール】

※正式なルールとは少々変えてあります。団体に応じて、楽しく活動できるように工夫してもよいです。

- ・試合は(1ピリオド9分間×3ピリオド)で行います。
- ・プレーは、フェイスオフ(右写真の状態)によって始めます。

<主なファール>

- ・ハイスティックング(スティックを肩の高さより上に上げてはならない。)
- ・フックキング(スティックで相手をひっかけてはならない。)
- ・ラフティング(肘などの体の一部を使って相手にぶつかってはならない。)
- ・スラッシング(パックをコントロールする相手プレーヤーのスティックを上からたたいてはならない。)

グラウンドゴルフ

1 グラウンドゴルフとは…

ボールをクラブで打ち、ホールポストにホールイン(入って静止した状態)するまでの打数を競うスポーツです。

2 道具・用具



【ルール】

- ・1グループ5～6人
- ・人数が多い場合は、グループで出発ホールを変えて一斉にスタートします。
- ・ボールとクラブは同じ色のものを使います。
- ・最初のホールの第1打(ティショット)の順番はじゃんけんで、2ホール目以降は前ホールのスコアの良い者から順番に打席に入ります。
- ・ボールを決められた場所から決められた打順で、ホールポストに向かって打ちます。(ティショット以外はホールポストから遠いボールから順番にプレーします。)
- ・打球がホールポスト内に静止した状態を「トマリ」といい、そのホールはその状態で「あがり」となります。
- ・順位は、「あがり」の打数を合計し、その打数により決定します。(打数の少ない方が良いスコアとなります。ホールインワンの場合は、合計打数から3打引きます。)
- ・ゲーム中の判定は、同伴の競技者が公平に行います。

6

チーム

ビルディング

ゲーム

(25) チームビルディングゲーム

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

- ◎阿蘇の自然に親しむ ◎集団行動、規律 ◎課題克服、達成感 ◎仲間づくり、協調性
- ◎阿蘇の文化に親しむ ◎自主性、創意・工夫

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑤ 他者と協力する態度

他者の立場に立ち、他者の考えや行動に共感するとともに、他者と協力・共同してものごとを進めようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	チームビルディングプログラムは、各ゲームにおけるグループワークを通して、結果よりも過程を重視することで、次のような態度・能力を育てています。 ① 協調性や他者への信頼感をはぐくむ。 ② 自分への自信や信頼など、自己肯定感をはぐくむ。 ③ 自分の意見を言う、他者の意見を聞くなど、コミュニケーション力を高める。 ※「各活動の例」をご覧ください。				
諸条件	実施形態	指導必須 ※交流の家職員及び研修指導員が指導		提出書類	不要
	必要経費	指導員1人につき5,000円 (1チームにつき指導員1名)		所要時間	3~3.5時間
	活動場所	キャンプ場		対象・人数	小学校低学年以上 6人以上50人程度まで (各班12名以内の編成)
	事前下見	推奨	実施時期	通年	天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物 ・活動に必要な道具 ※事前に指導者と引率者で打合せを行い、活動を決定します。活動内容に合わせて指導者が必要な道具を準備します。			団地で準備する物 【参加者】 ・運動に適した服装 ・運動靴 ・帽子 ・軍手 ・水筒 等 【指導者】 ・参加者に準じた服装等を準備 ・救急用品 ・携帯電話 ・笛 等 ※活動中は、引率者も一緒に活動に入ったり、集団を見守ったりしていただきます。	
役割分担	交流の家職員が行うこと 0) 引率者との打合せ 1) 活動セッティング、安全指導を行う 2) 活動 3) 人員・健康状態の確認 4) 後片付け			団体引率者が行うこと 0) 指導者との打合せ ※引率者の役割については事前の打ち合わせで決定する。	

3 活動のふりかえりのポイント

「視点」：地球規模での様々な課題(SDGs)を想起し、これらの課題を解決するための様々なパートナーシップについて自分なりの考えを持たせる。

「発問例」：誰のどのような役割がチームでの課題解決につながったのだろう。

4 SDGsで目指す姿

 <p>4 質の高い教育をみんなに</p>	 <p>10 人や国の不平等をなくそう</p>	10.2 2030年までに、年齢、性別、障害、人種、民族、出自、宗教、あるいは経済的地位その他の状況に関わりなく、すべての人々の能力強化及び社会的、経済的及び政治的な包含を促進する。 一人一人の良さを発揮し、チーム課題の解決に取り組もうとする姿。
---	--	--

活動の原則

- ・Play Hard (一生懸命に)
- ・Play Safe (安全に)
- ・Play Fair (公平に)
- ・Have Fun (楽しく)

活動全般における約束

- 1 自分や他者を軽視せず、お互いを尊重する。
- 2 目標を設定し、目標達成のためにグループのサポートを活用する。

活動の例

- 1 抵抗なく行えるアイスブレイク
 - ・ネームトス
 - ・ルックアップルックダウン
 - ・ネーム回し
 - ・バースデーライン など
- 2 少し抵抗があり恥ずかしさを共有できるようなアイスブレイク
 - ・ニョッキ
 - ・キャッチ
 - ・ジップザップ
 - ・キングフログ
 - ・サイレントキラー など
- 3 意見を出し合うコミュニケーション活動
 - ・ビーイング
 - ・活動後の振り返り など
- 4 チーム全員で課題解決を目指す活動
 - ・キーパンチ
 - ・パイプライン
 - ・根子岳縦走
 - ・高岳ジャンプ
 - ・あか牛の横ばい
 - ・わたしの一本橋
 - ・猿の大脱走
 - ・中岳くぐり
 - ・天狗の舞台 など

その他 (各団体の皆様へ)

1 引率者の方へお願い

- ① 団体の引率者は、必ず事前打合せにおこしください。
- ② 利用団体の中に、指導者講習会を受講している方がいる場合は、指導員として一緒に活動していただくことも可能です。
- ③ 活動中は、引率者も一緒に活動に入ったり、集団を見守ったりしていただきます。

2 指導員の依頼について

- ① **利用日2ヶ月前までに**、活動確認用紙をご提出ください。
- ② 交流の家で利用団体からの指導依頼を受け、必要な指導員の人数確保に努め、その結果について利用団体に連絡します。
- ③ **指導員が確保できた場合のみ**、チームビルディングプログラムを活動プログラムに取り入れることができます。確保できなかった場合は、プログラムの午前・午後に分けた実施や別のプログラムの検討をお願いします。
※人数が多い団体や、同日に利用する団体が多いときは、活動場所の関係で、チームビルディングプログラムを活動プログラムに取り入れることができない場合もあります。
- ④ 雨天時の場合は、参加者の人数や場所等の状況に応じて、内容や実施の可否等について相談させていただきます。

3 緊急連絡体制

- ① 事故が起きた場合、引率者がいる場合は、指導員もしくは引率者から事務室へ連絡を入れます。
- ② 指導員1人の場合は、参加者の1人から事務室へ連絡を入れます。
- ③ 事務室への連絡 (第1キャンプ管理棟内の内線電話から 234) (外線電話 0967-22-0811)
- ④ 連絡を受けた事務室の職員が現場へ急行し、応急処置ならびに救急車要請の有無を確認します。
※指導員も救急救命法や応急処置法などの処置を、速やかに対応いたします。
- ⑤ 事故者が病院にかかった場合は、事故の状況や対応について疾病者対応表に記入していただくようになります。

【各活動の例】

① 根子岳縦走

1 活動概要

メンバーが丸太の上に立ち、丸太から降りずに位置を交代していきます。様々な方法で使用することができます。一列で行う活動なら何でもできます。グループを2つに分けて、各チームが丸太の両端からスタートし、交差していく方法もあります。

互いに支えあったり、助け合ったりしていくことで、スキンシップや協力が図られます。また、並び順についてお互い確認しあうなどコミュニケーションも生まれます。



2 対象及び実施時期 小学校低学年以上（最大12人まで） 通年

3 セットアップ

- 活動エリアに枝や石などの危険物がないか確認する。
- 丸太の表面が滑らかで、とげや裂け目がないか確認する。

4 ルール

- ① 全員が丸太の上に立つ。
- ② 課題にそって、並び替える。（課題例：誕生日順、名前順、携帯番号順など）
- ③ 落ちたら最初の並び方に戻って、やり直し。
- ④ 最後に並び順の確認をして終了。

応用 ※ ↓: 基本ルールより優しくなる。 ↑: 基本ルールより難しくなる。

- ↑ 声をださないで行う。
- ↑ 目かくしをする。（アイマスク・タオルを準備する。）

5 注意

- 丸太から落ちるのが確実にになったら、周りの人を巻き込まないで自ら降りるように説明をする。
- 枕木（横木）には乗らない。
- ジャンプをしてはいけない。
- 移動の時に、足で手を踏まないように注意する。
- 指導員は必要に応じて補助をする。

② 高岳ジャンプ

1 活動概要

ロープを使って全員が落ちることなく台から台まで移動するゲームです。渡った台では、メンバー全員が落ちないようにバランスをとらなければいけません。

互いに支えあったり、ジャンプの補助をしたりしていくことで、スキンシップや協力が図られます。また、お互いに課題解決について相談しあうなどコミュニケーションも生まれます。



2 対象及び実施時期 小学校低学年以上（最大12人まで） 通年

3 セットアップ

- 脚立を使って丸環にスイングロープのナス環を取り付け、ロックする。
- 木の根元にスタート地点となる大台を置き、7m先に小台を設置する。(対象に合わせて、距離は調整する。)
- 台が安定しているか確認する。
- 活動エリアに枝や石などの危険な物がないか確認する。

4 ルール

- ① スタートの大台に全員乗り、ロープを使って小台に渡る。
- ② ロープが垂れている状態から開始。台から降りることなく、ロープをたぐりよせる。ただし、身に付けているものは使える。
- ③ 落ちたり、地面に体の一部が着いたりしたら、最初から全員やり直し。

応用 ※ ↓: 基本ルールより優しくなる。 ↑: 基本ルールより難しくなる。

- ▼ 距離を調整（短く）する。
- ▼ ロープを確保するところを免除する。
- ▼ スタートの大台に全員乗らなくていい。
- ▼ 落ちた人だけやり直しにする。
- ▲ 物を持って（水が入ったバケツなど）を運ぶことを追加する。

5 注意

- 必要に応じて自分たちの力を試したり、スイングに慣れるために事前に練習する機会を設ける。
- ロープを放してしまって頭や背中を強打してしまうことがある。ロープは最後まで放さない。
- フットループに足をかけると外す時に助けが必要になるので、最初のチャレンジャーは、フットループに足をかけてはいけない。
- 指導員は小台（着地台）の付近に立ち、スイングを終える時点の補助にあたる。

6 片付け

スイングロープを取り外し、大台、小台、脚立とともに1管下倉庫に収納する。

③ あか牛の横ばい

1 活動概要

木と木の間張ったワイヤーの上をグループ全員が渡りきるゲームです。途中で落ちたら全員でやり直し、もしくはその人だけやり直しするなど工夫のできるゲームです。

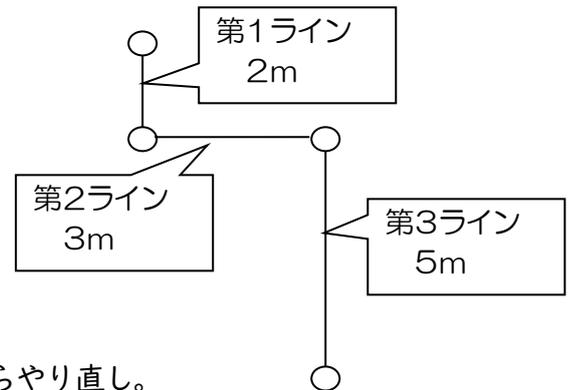
互いに支えあうことで、バランス感やスキンシップが図られます。また、お互いに課題解決について相談しあうなどコミュニケーションも生まれます。



2 対象及び実施時期 小学校低学年以上（最大12人まで） 通年

3 セットアップ

- 工具を使って、適度にワイヤーを締める。
- ボルトがボルトカバーからでていないか確認する。
- 活動エリアに、枝や石などの危険な物がないか確認する。



4 ルール

全員でワイヤーの上を渡りきる。落ちたら落ちた人だけ最初からやり直し。

応用 ※ : 基本ルールより優しくなる。 : 基本ルールより難しくなる。

 ライン毎、ラインを区切ったの実施。

落ちた時のやり直し設定を、①  全員やり直しにする。

②  落ちたラインからやり直しにする。

5 注意

- ワイヤーの上を走ったり、ワイヤーを取付けている木に飛びついたり、突進したりすることは、ケガの原因になるのでしてはいけません。
- 落下しそうになったらワイヤーから自ら降りることをメンバーに伝える。自ら降りないと他の人を道連れに落ちてしまうことがある。
- 落ちた時、チャレンジャーの安全を確保するため、ワイヤーをはさんで両側に補助者が立ち、チャレンジャーの動きに合わせて補助者も移動する。

6 片付け

ワイヤーをゆるめ、工具を1管下倉庫に収納する。

ワイヤーの上にカバーを装着し、無断使用禁止の札をつける。

④ わたしの一本橋

1 活動概要

島から島へ、二枚の板を使って落ちないように移動していく活動です。板が地面についてはいけません。

互いに支えあうことで、チームワークやスキップが図られます。また、お互いに課題解決についてアイデアを出し合うことで、コミュニケーションも生まれます。



2 対象及び実施時期 小学校高学年以上（最大12人まで） 通年

3 セットアップ

- 島3台を270cm離してL字になるように設置する。
- 島と板にヒビや割れ、ささくれがないか、釘がでていないか、腐っていないかを点検する。
- 島が安定しているか確認する。
- 活動エリアに石や枝などの危険な物がないか確認する。

4 ルール

- ① 最初の島から3つ目の島まで、全員が2枚の板を使って移動する。 ※ジャンプは禁止。
- ② 落ちたら全員最初からやり直し。板が地面についてもやり直し。
- ③ 全員が最後の島に乗って、板をたてて10秒かぞえたら完了。

応用 ※ ↓ : 基本ルールより優しくなる。 ↑ : 基本ルールより難しくなる。

↓ 島を2台とし半分ずつ乗り、入れ替わる。

↓ 島の距離を能力に応じて、近づける。

5 注意

- 2枚の板を置く際に指を挟んだり、板が跳ね上がったことなどでケガをすることもある。また、バランスを崩して島から落ちることもある。
- 板に乗り降りする場合、板に対してまっすぐに乗り降りすること。横方向に乗り降りしようとする、板が横方向にスライドして危ない。
- 指導員はチャレンジャーの動きを予測して補助にあたる。
- メンバーが島の片方に寄っている場合、島が傾くこともある。島の上にいるメンバーの状態も見ながら、注意を促す。

6 片付け

物品に破損がないかチェックする。

台と板はファイヤー場端に重ね、ブルーシートをかける。

⑤ 猿の大脱走

1 活動概要

木立の間にクモの巣状に張られたネットに触れることなく全員が通過していくゲームです。一度通過した穴は使えなくなるため、工夫することが求められます。

互いに支えあったり抱えあげたり、着地の補助をしていくことで、スキンシップや協力が図られます。また、お互いに課題解決について相談しあうなどコミュニケーションも生まれます。



2 対象及び実施時期 小学校高学年以上（最大12人まで） 通年

3 セットアップ

- 同じ色のロープがついている丸環（木側）にカラビナ（ネット側）をセットする。
- 下のペグをチップの中に、差し込む。
- 活動エリアに枝や石などの危険な物がないか確認する。

4 ルール

- ① 手前側から奥側へネットに触れることなく、全員が通り抜ける。
※ダイブしたり、放り投げたりすることは禁止。
- ② 一度通過した穴は使えない。
- ③ 誰かがネットに触れたら、全員最初からやり直し。

応用 ※ ↓: 基本ルールより優しくなる。 ↑: 基本ルールより難しくなる。

↓ 同じ穴を2度使える。

↓ ネットに触れた人だけやり直しにする。

5 注意

- メンバーを持ち上げる時は、最大限の注意を払う。地面から離れている間中、常に多くの手によって支えられていなければならない。
- たとえネットに触れてしまっても、持ち上げられている人が自分で立つところまで、サポートを続けなければならない。

6 片付け

ブルーシートの上に、ネットを置き、ブルーシートごと包んでいく。

↓ 管下倉庫に収納する。

⑥ 長ゲタトレッキング

1 活動内容

ロープのついた長ゲタにみんなで乗り、スタート地点からゴールまで歩いていきます。進む方向を変えたり、障害物を乗り越えたりもします。

歩調を合わせるために、声を掛け合ったり、リズムを整えたりしていくことで、協力やコミュニケーションが図られます。



2 対象及び実施時期 小学校低学年以上（最大12人まで） 通年

3 セットアップ

- ロープと長ゲタがしっかりと固定されているか確認する。

4 ルール

- ① 全員で長ゲタを履き、スタートからゴールまで移動する。

応用 ※ : 基本ルールより優しくなる。 : 基本ルールより難しくなる。

- ▲ 斜面や障害物を乗り越える。
- ▲ チームに分かれて競争する。
- ▲ 声をださないで行う。
- ▲ 障害物のない所で、目隠して行う。

5 注意

- 倒れそうになったときは、足をゲタから外すように説明をする。
- 息が合わずに前につんのめって倒れてしまうことがある。

6 片付け

長ゲタ1足ずつロープをまとめ、1管下に収納する。

⑦ 中岳くぐり

1 活動概要

グループ全員がタイヤの穴を安全に通り返けるゲームです。

互いに支えあったり、補助したりしていくことで、スキップや協力が図られます。また、お互いに課題解決について相談しあうなどコミュニケーションも生まれます。



2 対象及び実施時期 小学校高学年以上（最大12人まで） 通年

3 セットアップ

- 金具にゆるみがないか確認する。
- タイヤの状態（内側も）を確認する。小枝、落ち葉を取り除く。
- 活動エリアに枝や石などの危険物がないか確認する。

4 ルール

- ① 手前側から奥側へ全員がタイヤの穴をくぐって移動する。タイヤにふれてもよい。
- ② 全員が移動する時間を計る。
- ③ さらに早くなるように相談する。
- ④ 再度、時間を計る。複数回実施する。

応用 ※ : 基本ルールより優しくなる。 : 基本ルールより難しくなる。

- ▲ タイヤに触れずに移動する。その際、メンバーは、どちら側にいてもいい。
(タイムチャレンジでは行わない。)

5 注意

- ダイブしてタイヤを抜けない。
- タイヤ連結部の金具を持たないこと。
- 指導員はチャレンジャーが通り返けようとする時、背中やお腹がタイヤに強くあたらないように注意する。

6 片付け

無断使用禁止の札をつける。

⑧ 天狗の舞台

1 活動概要

自分たちの体重を使ってバランスをとり、舞台の端が地面につかないようにするゲームです。

互いにバランスをとりあったり、試行錯誤したりすることで協力が図られます。また、お互いに課題解決について相談しあうなどコミュニケーションも生まれます。



2 対象及び実施時期 小学校低学年以上（最大12人まで） 通年

3 セットアップ

- 舞台の下にある4ヶ所の留め木を外す。
- 金具にゆるみがないか確認する。
- 舞台が下の角材にきちんと設置されているかを確認する。
- 活動エリアに枝や石などの危険物がないか確認する。

4 ルール&応用 ※ ↓: 基本ルールより優しくなる。 ↑: 基本ルールより難しくなる。

- ① 真ん中から乗り、舞台が地面につかないように両端に分かれていく。
 - ▲ 舞台が下がっている側から全員乗り、支点を中心に二手（左右）に分かれて、バランスをとる。
 - ▲ 両端からそれぞれ1人ずつ「せーの」でのる。
- ② 全員が端から板3枚目までに乗る。(対象に応じて変更可能)
- ③ 左右で入れ替わる。
 - ▲ 一度に入れ替わる人数を複数にする。
 - ▲ 舞台上で円をつくり、一周まわる。
- ④ 舞台が地面に着いたり、舞台から落ちたりしたら、最初から全員やり直し。
 - ▲ 両端から1人ずつ降りる。

5 注意

- 舞台が地面につく場所と下の角材部分に手や足をはさまないように気をつける。
- メンバーは舞台の下がっている側から乗り降りする。
- 舞台へとび乗ったり、舞台からとび降りたりすることは禁止する。
- 落下することが確実な場合、自ら舞台から降りること。

6 片付け

舞台の下に、留め木を4ヶ所設置する。

7

ジオパーク学習
プログラム

(26) 阿蘇ジオパーク学習プログラム

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ ◎阿蘇の文化に親しむ ◎課題克服・達成感

(2) ESD の課題解決に必要な7つの能力・態度

③ 多面的、総合的に考える力

人・もの・こと・社会・自然などのつながり・かかわり・ひろがり（システム）を理解し、それらを多面的・総合的に考える力

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	ユネスコ世界ジオパークである阿蘇ジオパークに点在するジオサイトを、ジオガイドと巡ったり、実験をしたりすることを通して、火山の歴史や雄大さ、人々の暮らしとの関係を学ぶことができます。 理科や社会、道徳などの深化学習としても活用できます。				
諸条件	実施形態	全行程指導（ジオガイドによる）		提出書類	ジオパーク学習・阿蘇防災学習申込書活動
	必要経費	別紙のとおり		所要時間	別紙のとおり
	活動場所	阿蘇ジオパーク各ジオサイト		対象・人数	別紙のとおり
	時期	通年	下見 不要	天候	内容による（要相談）
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体で準備する物	
	<ul style="list-style-type: none"> ・無線機 ・ピブス 等 			【個人】 <ul style="list-style-type: none"> ・帽子 ・手袋（軍手） ・水筒・雨合羽（傘不可） ・野外活動に適した服装（長袖・長ズボン） ・リュックサック ・運動靴 ・タオル（ハンカチ） ・ティッシュ ・ビニール袋 （必要に応じて） ・弁当 ・防寒防風着 ・救急用品 【団体】 ・救急用品 ・携帯電話 ・笛 等	
役割分担	青少年交流の家で行うこと			団体引率者が行うこと	
	1) 実施前 ②ガイド手配の依頼、ガイド確保の連絡（各団体へ） ④活動決定後の確認（各団体へ） 2) 当日 ①物品の貸し出し ④貸出物品の受け取り、参加人数の確認			1) 実施前 ①ジオパーク学習の申し込み（交流の家へ） ③ガイド確保の連絡を受けたら、活動の詳細は、団体とガイド協会で行う。 2) 当日 ①貸出物品の受けとり ②安全、マナー指導 ③活動中の人員、健康状態の把握 ④終了後の物品の返却、参加人数の報告	

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：①「阿蘇ジオパークに関する体験や学びをとおして、感じたこと、考えたこと、気づいたことを共有しあう。」

②「阿蘇の自然や歴史とそれを維持している人々の営みが、自分たちの生活とどのように関わっているか考える。」

発問例：①「今日活動した〇〇について、感じたこと、考えたこと、気づいたことを班の中で発表してみよう。」

②「今日活動した〇〇は、私たちの毎日の生活とどのようなかかわりがあるでしょうか。」

4 SDGsで目指す姿

 <p>4 質の高い教育をみんなに</p>	 <p>11 住み続けられるまちづくりを</p>	<p>11.4 世界の文化遺産及び自然遺産の保護・保全の努力を強化する。 阿蘇ジオパークをとおして、阿蘇の自然、文化、人々の営みについて知るとともに、長い年月をかけて維持してきた人々の努力に気づく。 阿蘇での学びから、自分が生活する地域にある自然や文化などについて思いを馳せ、地域社会の一員として、自分にできることを考え行動できる姿。</p>
---	---	---

プログラム実施の流れ

申し込み
(2か月前まで)

- ① 活動検討段階で、「ジオパーク学習・阿蘇防災学習プログラム申し込み用紙」を提出
申込書は交流の家ホームページからダウンロードしてください。
- ② 交流の家より、ガイドの手配を各ガイド団体へ依頼。
- ③ 各団体より、ガイド確保の連絡があった段階で、実施可能。
※ガイドの確保ができない場合は、実施をお断りすることもあります。

実施決定～
当日まで

- ① 利用団体の担当者が、ガイド協会に連絡を取り、当日の見学地、日程等の確認を行う。

実施当日

事前説明 15分

- ①安全面
 - ・活動中はガイドの指示に従う。
 - ・ルートを外れるなど勝手な行動をしない。
- ②健康面
 - ・体調が完全に悪くなる前に、早めに周囲の大人へ伝える。
- ③マナー
 - ・国立公園のため、植物を採集したり石を持ち帰ったり、ごみを捨てたりしない。
 - ・一般の観光客に迷惑をかけない。 など

活動

※時間は、交流の家からの移動時間が含まれています。

プログラム①	仙酔峡ハイキングコース (約3時間～)
仙酔峡…中央火口丘群北斜面に広がる岩場地域。5月～6月には、ミヤマキリシマの群落が生。	
プログラム②	杵島岳・草千里ヶ浜・火山博物館コース (約5時間～)
杵島岳…3000～4000年前頃に活動した比較的新しい火山。新鮮な火山地形を残しているのが特徴。	
プログラム③	草千里ヶ浜・火山博物館コース (約2時間～)
草千里ヶ浜…烏帽子岳の北麓に広がる火口跡にある78万5000㎡の大草原と二重の火口が特徴の代表的な観光地。 阿蘇火山博物館…阿蘇火山の歴史について知れる資料を多く保有した博物館。	
プログラム④	阿蘇神社・水基巡り散策コース (約4時間～)
阿蘇神社…全国に500社以上の奉祭社を持つ。楼門は珍しい二層式で日本三大楼門の一つに数えられます。 宮地地区湧水群…中央火口丘群に降った雨水が地下深くに浸透し、その間にかかる圧力で勢いよく自噴する珍しい地域。	
プログラム⑤	カルデラ実験・噴火実験コース (約2時間～)

活動後

人数・健康状態の確認、借用物品の返却



ジオサイトマップ

番号	ジオサイト名	関連ジオサイト
③	草千里ジオサイト	草千里ヶ浜、阿蘇火山博物館、草千里ヶ浜展望所、烏帽子岳
⑥	仙酔峡ジオサイト	仙酔峡、高岳
⑦	杵島岳ジオサイト	杵島岳、往生岳
⑪	火山の神ジオサイト	阿蘇神社、国造神社、中通古墳群、上御倉・下御倉古墳、霜神社
⑫	阿蘇谷湧泉群ジオサイト	宮地・役犬原地区湧水群



ジオガイドの活用

この活動を行う際、ジオガイドを活用されることをおすすめします。ジオガイドが引率者に代わって、ジオサイトの解説をしてくれます。

ジオガイドを手配する都合上、このプログラムを希望される場合は、活動2ヵ月前までに申し込み用紙を提出してください。なお、ジオガイドを活用すると、下記のとおり、別途料金が必要になりますので、ご了承ください。

必要経費

項目	料金
①仙酔峡ハイキングコース	利用者15名につき、ジオガイド1名8,600円
②杵島岳・草千里ヶ浜・火山博物館コース	利用者15名につき、ジオガイド1名12,300円 ※火山博物館入場料込、別途駐車料金が必要
③草千里ヶ浜・火山博物館コース	利用者15名につき、ジオガイド1名8,600円 ※火山博物館入場料込、別途駐車料金が必要
④阿蘇神社・水基巡り散策コース	利用者15名につき、ジオガイド1名4,300円
⑤カルデラ実験・噴火実験コース	利用者30名につき、ジオガイド1名7,400円 ※材料費別途

≪阿蘇火山博物館観覧料≫

大人 880円

子供 440円 ※団体割引有り。詳細はこちら➡



移動時間・駐車場料金について

プログラム ①	バスか乗用車を使って、仙酔峡駐車場まで移動することもできます。 バス片道15分、徒歩片道1時間 駐車料金：無料
プログラム ②③⑤	バスか乗用車を使って、阿蘇火山博物館駐車場まで移動します。 バス片道40分 駐車料金（普通車：500円 マイクロ：1,000円 大型：2,000円）
プログラム ④	バスか乗用車を使って、阿蘇神社駐車場まで移動することもできます。 バス片道15分、徒歩片道1時間 無料駐車場：バス4台まで駐車可、普通車70台（隣接して市営有料駐車場有）

※移動手段として、交流の家の所バスを利用することもできます。（大型またはマイクロどちらか1台）利用を希望される場合は、事前の申し込みが必要です。

8

阿蘇防災學習

(27) 阿蘇防災学習プログラム

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ ○阿蘇の文化に親しむ ◎課題克服・達成感

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

② 未来を予測して計画を立てる力

過去や現在に基づき、あるべき未来像（ビジョン）を予想・予測・期待し、それを他者と共有しながら、ものごとを計画する力

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	阿蘇は、風水害、火山関連災害、地震といった自然災害に幾度も襲われ、日常生活や命を脅かされてきました。しかし、その度にたくましく復興、復旧してきた経験を持つ地域です。 このプログラムでは、主に地域住民で構成されているガイドと一緒に見学しながら、阿蘇の地質や過去の災害からの教訓などについて学ぶプログラムです。フィールドワークや語り部講話などから、阿蘇で暮らす人々の思い・願い等を知るとともに、防災・減災について学ぶことができます。 理科、社会、道徳等と関連させた学習を行うことができます。					
	実施形態	指導必須（各ガイドによる）		提出書類	ジオパーク学習・阿蘇防災学習申込書活動	
諸条件	必要経費	別紙のとおり		所要時間	別紙のとおり	
	活動場所	①・②別紙のとおり ③所内、所外（要相談）		対象・人数	別紙のとおり	
	時期	通年	下見	不要	天候	内容による（要相談）
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物		
	①・② ・無線機 ・ビブス 等 ③ マイク、プロジェクター、スクリーン				①・② 【個人】・帽子 ・手袋（軍手）・リュックサック ・水筒・雨合羽（傘不可）・運動靴 ・野外活動に適した服装（長袖・長ズボン） ・タオル（ハンカチ）・ティッシュ ・ビニール袋 （必要に応じて） ・弁当 ・防寒防風着 ・救急用品 【団体】・救急用品 ・携帯電話 ・笛 等 ・移動手段としてのバスの手配 ③ パソコン（必要に応じて）	
役割分担	青少年交流の家で行うこと			団体引率者が行うこと		
	1) 実施前 ②ガイド手配の依頼 ③ガイド確保の連絡（各団体へ） ④活動決定後の確認（各団体へ） 2) 当日 ①物品の貸し出し ④物品の受けとり、参加人数の確認				1) 実施前 ①防災学習の申し込み（交流の家へ） ③ガイド確保の連絡を受けたら、 活動の詳細は、団体とガイド協会で行う。 2) 当日 ①貸出物品の受けとり ②安全、マナー指導 ③活動中の人員、健康状態の把握 ④終了後の物品の返却、参加人数の報告	

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：①「震災遺構、防災対策に関する体験や学びをとおして、感じたこと、考えたこと、気づいたことを共有する。」

②「阿蘇の災害やそれを経験した人々の思いが、自分たちの生活とどのように関わっているかを考える。」

発問例：①「今日見学した〇〇について、感じたこと、考えたこと、気づいたことを班の中で発表してみよう。」

②「今日活動した〇〇は、私たちの毎日の生活とどのようななかかわりがあるでしょうか。」

4 SDGsで目指す姿

		13.1 すべての国々において、気候関連災害や自然災害に対する強靱性（レジリエンス）及び適応の能力を強化する。 13.3 気候変動の緩和、適応、影響軽減及び早期警戒に関する教育、啓発、人的能力及び制度機能を改善する。 阿蘇での学びから、自分が生活する地域起こりうる災害について予測し、家族や地域社会の一員として、自分にできることを考え行動しようとする姿。
--	---	---

プログラム実施の流れ

申し込み
(2か月前まで)

- ① 活動検討段階で、「ジオパーク学習・阿蘇防災学習プログラム申し込み用紙」を提出
申込書は交流の家ホームページからダウンロードしてください。
- ② 交流の家より、ガイドの手配を各ガイド団体へ依頼。
- ③ 各団体より、ガイド確保の連絡があった段階で、実施可能。
※ガイドの確保ができない場合は、実施をお断りすることもあります。

実施決定～
当日まで

- ① 利用団体の担当者が、ガイド協会に連絡を取り、当日の見学地、日程等の確認を行う。

実施当日

事前説明

- ①安全面
 - ・活動中はガイドの指示に従う。
 - ・ルートを外れるなど勝手な行動をしない。
- ②健康面
 - ・体調が完全に悪くなる前に、早めに周囲の大人へ伝える。
- ③マナー
 - ・ごみを捨てない。
 - ・一般の観光客に迷惑をかけない。 など

活動

※①・②の時間は、交流の家からの移動時間が含まれています。(移動時間：片道約40分)

プログラム①	阿蘇の「水」に学ぶ 約2～3.5時間(選択した見学地により異なる)
○立野ダムガイドの案内で、立野ダム建設現場等を見学し、熊本の水害と治水について学ぶ。 (見学地) ①あそ立野ダム広報室 ②展望台よりダム現場見学 ③立野ダム建設現場(たてのテラス)	

プログラム②	熊本地震関連フィールドワーク(4.5～6時間)
○阿蘇ジオガイドの案内で、熊本地震関連被災地を見学し、熊本地震について学ぶ。 (見学地例) ①立野峡谷ジオサイト(阿蘇大橋滑落地・新阿蘇大橋など) ②布田川断層 ③旧長陽西部小学校 ④旧東海大学阿蘇キャンパス ⑤阿蘇火山博物館 など 【参考】 別途申し込みが必要 ※熊本地震を語り継ぐ人々の復興に向かう活動や思いを知り、熊本地震について学ぶ。 (旧長陽西部小学校) ・被災体験を語り、復興に向けて再び地域に活力を生み出そうという住民の優しさと力強さに学ぶ。 ※南阿蘇村で行っている「復興弁当と語り部講話(1.5時間)」を組み合わせるとより効果的に熊本地震について学ぶことができます。	

プログラム③	震災語り部講話(1～1.5時間)
○阿蘇ジオガイドから、熊本地震を語り継ぐ活動や思いを知り、熊本地震について学ぶ。 ・阿蘇での生活、阿蘇ジオガイドの経験、熊本地震の被災体験をもとに、阿蘇の歴史や成り立ち、神話とともに受け継がれてきた人々の暮らし、防災・減災などについて学ぶことができます。	

活動後

人数・健康状態の確認、借用物品の返却

ガイドの活用

この活動を行う際は、ジオガイドの帯同が必須となります。ガイドが引率者に代わって、各見学地の解説をします。

ガイドを手配する都合上、このプログラムを希望される場合は、活動2ヵ月前までに申し込み用紙を提出してください。なお、下記のとおり、料金が必要になりますので、ご了承ください。

ご利用料金

プログラム①	○参加者40人につき、ガイド1人配置	ガイド1人 7,000円
プログラム②	○参加者15人につき、ガイド1人配置	ガイド1人 12,300円
プログラム③	○ガイド1人	7,400円

※プログラム②で火山博物館を見学する場合は、以下のとおり、別途入館料、駐車料金が必要です。

《阿蘇火山博物館観覧料》

大人 860円 子供(小学生) 430円 ※団体割引有り。詳細はこちら



【阿蘇火山博物館 駐車料金】 普通車：500円 マイクロ：1,000円 大型：2,000円

その他

フィールドワーク等の現地への移動は、バスによる移動です。バスは各団体でご準備していただく必要があります。交流の家のバスを利用する場合は、別途バス利用申込みが必要です。



《各プログラムごとの見学地》

プログラム①(水に学ぶ) ... ①～③

プログラム②(震災遺構) ... ④～⑦ + 阿蘇火山博物館

(28) アロマキャンドル (防災クラフト)

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎自主性・創意工夫 ○課題克服・達成感

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

② 未来を予測して計画を立てる力

過去や現在に基づき、あるべき未来像（ビジョン）を予想・予測・期待し、それを他者と共有しながら、ものごとを計画する力

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	『キャンドルの集い』で短くなったろうそくを、湯せんで溶かし、着色し香りを付け「自分だけのアロマキャンドル」に生まれかわらせます。				
	完成後のキャンドルは、防災袋に入れておくと、災害で停電した時などに役に立ちます。災害時の灯りとしてだけでなく、見た目や香りが加わって、災害時の不安な心が少し癒されるかもしれません。				
諸条件	実施形態	自主活動		提出書類	食事・教材注文票
	必要経費	特定研修活動実施経費（1人50円） +材料費（1セット5人分260円）		所要時間	1時間半程度 (ろうが固まる時間は含まれていません)
	活動場所	研修室		対象・人数	最大
	時期	通年	事前下見	不要	天候
準備するもの	青少年交流の家で貸出し可能な物 (10人で1セット) 加熱器具 なべ、取っ手付きボウル、 木べら こん棒（ハンマー）、貝杓子 (団体に1セット) アロマオイル 押し花			団体に準備する物 【参加者】 ・筆記用具 等 【指導者】 ・アロマキャンドルセット（5人分1セット） ・キッチンペーパー ・カセットガス	
	役割分担	青少年交流の家で職員が行うこと			団体の引率者が行うこと
1 道具の準備をし、引率者（担当者）への説明を行う（活動開始30分前までに） ① 貸出物品について ② 活動の進め方について ③ 安全管理について ④ 活動後の片づけについて 4 貸出物品を受け取る			1 交流の家職員から説明を受け、貸出物品を受け取る（活動開始30分前までに） 2 売店で材料を購入する 3 準備から片付けまでの指導を行う 4 貸出物品を返却する		

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：①「楽しんで、仲間と協力して活動することができたか。」

②「ここでの学びを、未来の災害発生時にどのように役立てることができるか。」

発問例：①「この活動中の、グループのメンバーについて、頑張っていたこと、うれしかったこと、お互いの作品のいいところなど自分が気づいた『ナイスポイント!』を伝えあいましょう。」

②「『災害に備える』ためには何が必要か、自分に何ができるか、今日の活動をとおして感じたことをグループ内で伝えあいましょう。」

4 SDGsで目指す姿

		<p>13.3 気候変動の緩和、適応、影響軽減及び早期警戒に関する教育、啓発、人的能力及び制度機能を改善する。</p> <p>自分が生活する地域起こりうる災害について予測し、家族や地域社会の一員として、自分にできることを考え行動しようとする姿。</p>
--	---	---

アロマキャンドル

材料・道具・用具



- 加熱器 ・ なべ ・ 木べら ・ こん棒
- 取っ手付きボウル ・ ろう ・ クレヨン
- キッチンペーパー ・ 紙コップ ・ 竹ひご
- 割りばし ・ こより ・ マジック
- アルミホイル ・ アロマオイル
- 押し花 ・ ビニール袋 ・ はさみ

① 前準備をする。

(指導者)

- ・ 鍋に半分くらいの水を入れ湯を沸かす。

(参加者)

- ・ 紙コップに名前を書く。
- ・ 竹ひご、こよりを半分の長さに切る。
- ・ ろうが大きい場合は、小さくする。
- ・ クレヨンの紙をはずし、キッチンペーパーにくるんで、こん棒を使って砕く。



【ポイント】

- ・ ろうもクレヨンもほどほどの大きさで大丈夫です。熱で割と早く溶けます。

①

芯をつくる。

(指導者) ろうそくを湯せんで溶かす。

(参加者) 芯をつくる。

①竹ひごのまん中でこよりを 2 つ折りにし、
真結びをつくる。

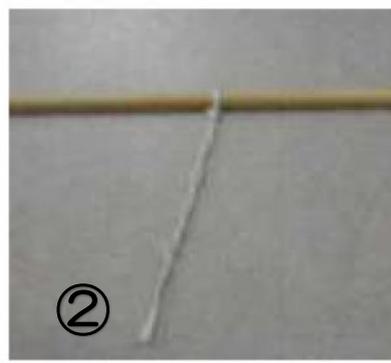
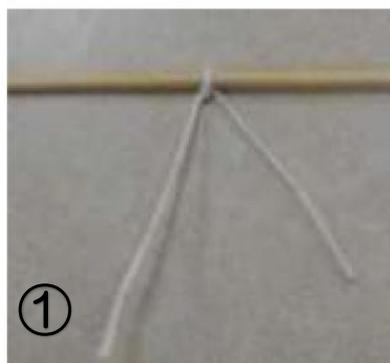
②両方のこよりをより合わせ、一本にする。

(芯が太いほど、ろうソクの火が長く灯ります)

③紙コップと同じ高さの長さで、こよりを切る。

④ろうが半分くらい溶けたら竹ひごごとタコ糸を
ろうに浸して、コーティングする。

⑤コーティングした芯は、アルミホイルの上で
まっすぐに伸ばして冷ます。



② キャンドルをデコろう！

A) 紙コップに砕いたクレヨンと
溶かしたろうを入れ、混ぜる。



B) 紙コップの底や側面に
押しなばを貼り付け、
ろうを入れる。



C) 好きな香りのアロマオイルを 2・3 滴
加えて混ぜる。

【ポイント】 ・アロマオイル＝油です。

※アロマオイルを扱うときは、
必ず火から離れること！

- ③ 芯を入れ、固める。
- 紙コップの中央になる位置で竹ひごを固定させる。
 - 常温で冷やして固める。



【ポイント】

- 固まるまで時間がかかるので、できるだけ窓際や日陰など気温の低いところに置きましょう。(冬場は2~3時間で固まります)
- 退所の時までには固まってなかったら、自分の名前の紙コップを、持って帰ります。

- ④ ろうが完全に固まっていたら、紙コップから取り出し、竹ひごから芯を切り離す。



紙コップはやぶって構いません

⑤ 完成！



⑥ かたづけ・そうじ



(28) 防災食プログラム

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎仲間づくり・協調性 ◎自主性・創意工夫 ○阿蘇の自然に親しむ ○課題克服・達成感

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

② 未来を予測して計画を立てる力

過去や現在に基づき、あるべき未来像（ビジョン）を予想・予測・期待し、それを他者と共有しながら、ものごとを計画する力

2 活動の詳細 (①火を使う場合 ②火を使わない場合)

概要 (セールスポイント)	防災学習の一環として、火おこし・非常食等の体験を通して、災害等の緊急時に対応できる知識・技能を養うとともに、防災意識の高揚を図る。 通常の野外調理と違い、水の使用制限、火の不使用などにより、調理・片づけ時間の短縮等の設定を行うことで、より効果的に体験学習を行うことが可能。			
諸条件	実施形態	① 指導必須 (火起こしまで) ② 自主活動	提出書類	食事・教材注文票
	必要経費	①ハイゼックス袋+米1合(120円) レトルトカレー (200円) スプーン・皿セット (50円) ②アルファ米 白飯 (300円) わかめ・五目飯・キンライス(各400円) ヒートレスカレー (250円)	事前の下見	不要 所要時間 別紙のとおり
			活動場所	野外調理棟・研修室 (ガスの場合)
			時期	(野外調理棟使用) 5月~11月 (研修室) 通年
			対象・人数	最大144名まで
天候	全天候 (研修室の場合)			
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物		団体に準備する物	
	①・② 無線・調理用具・消毒用アルコール ① 新聞紙・牛乳パック・簡易かまど ガスコンロ (カセットコンロ)・マッチ	○班ごとに ・ふきん (台拭き用約2枚、道具ふきあげ用2枚) ・スポンジ2つ ①のみ 薪1箱 (要事前注文) 又は カセットガス1本 (コンロ使用の場合) ○全体で 紙皿、スプーン等 (人数分) 事前注文可、 調理用洗剤、キッチンペーパー (売店で購入可) 《服装、携行品》 軍手・燃えにくい服装 (長袖・長ズボン) 水筒・救急用品		
役割分担	青少年交流の家が行うこと		団体の引率者行うこと	
	1) 団体の引率者 (担当者) へ事前説明を行う。 ※活動開始30分前までに ①安全上の注意点 ②活動終了までの流れについて 2) ②薪にて火おこしの場合、指導を行う 火が起こったところで、事務所へ戻る ④食器点検をおこなう		1) 事前説明をうける。 2) 活動を指導する (詳細は別紙) ①食材・物品の受け取り (レストランまたは売店にて) ②調理指導 ③会食 ④後片付け、食器点検 ⑤ゴミや灰の処理 ⑥野外調理棟、研修室の清掃 ⑦活動の振り返り	

3 活動のふりかえりのポイント

視 点：①「楽しんで、仲間と協力して活動することができたか。」

②「ここでの学びを、未来の災害発生時にどのように役立てることができるか。」

発問例：①「この活動中の、グループのメンバーについて、頑張っていたこと、うれしかったこと、など自分が気づいた『〇〇さんナイス!』を伝えあいましょう。」

②「『災害に備える』ためには何が必要か、自分に何ができるか、今日の活動をとおして感じたことをグループ内で伝えあいましょう。」

4 SDGsで目指す姿

		13.3 気候変動の緩和、適応、影響軽減及び早期警戒に関する教育、啓発、人的能力及び制度機能を改善する。 自分が生活する地域起こりうる災害について予測し、家族や地域社会の一員として、自分にできることを考え行動できるようになる。
--	---	--

プログラムの流れ

《火を使う場合》 ※カセットコンロを使う場合は、すべて団体引率者での指導となります。

① 事前準備	<ol style="list-style-type: none"> 調理台、食卓の清掃を行う。 手を洗い、アルコールで消毒をする。 各班に、薪・新聞紙・鍋・マッチ・食材セット（人数分）を渡す。
② 調理・食事 90分 ※カセットコンロ利用の場合（60分）	<p>（交流の家職員の指導） 薪割り・火おこしの説明をする。</p> <p>（団体引率者の指導）</p> <ol style="list-style-type: none"> ハイゼックス炊飯の説明をする。（食材・食器・調理係） <ul style="list-style-type: none"> ハイゼックス炊飯用の袋を受け取る。（一人一枚） 米をとき、米と水を袋に入れ、袋の口を閉じる。 レトルトカレーを一人一つ受け取る。 鍋に水を入れて火にかけ、沸騰したところで米の入ったハイゼックス袋を入れる。（30分程度） レトルトカレーと一緒に鍋に入れ、所定の時間温める。 ハイゼックス炊飯が終わったら、（紙）皿に移し、食べる。 ※皿に袋やラップを巻くことで、繰り返しの利用ができるとともに、洗い物を減らすことで、水の節約ができることを教える。
③ 片付け・ ④ ふりかえり 30～60分 ※年齢、人数等による	<ol style="list-style-type: none"> 食器や調理道具を洗い、しっかりと水分を拭き取らせる。 流し台の清掃、灰の処理を指示する。 （灰は、燃やしつつから一輪車に入れ、水をかけて灰捨て場へ捨てる） 拭き終わった調理器具は調理台の上に置き、引率者で点検を行った後、 交流の家職員を呼び、点検を受ける。 使った洗剤等（食器洗剤・ハンドソープ・アルコール）は元の場所へ戻す。 片付けが終わったら、活動のふりかえりを行う。



《団体内の役割分担》（事前に決めておくと、活動がスムーズに進みます。）

①まき係	まき割り、火おこし、火の番、かまどの片付け
②食材・食器・調理係	食材・食器等準備、調理、流し台・炊事場全体の清掃

※引率者もそれぞれ役割分担をしてください。

《ヒートレスの場合》 ※ すべて引率者による指導となります。

⑤ 事前準備	<ol style="list-style-type: none"> 調理台、食卓の清掃を行う。 手を洗い、アルコールで消毒をする。 各班に、食材セット（人数分）を渡す。
⑥ 調理・食事 90分	<ol style="list-style-type: none"> 調理の説明をする。（食材・食器・調理係） <ul style="list-style-type: none"> パウチを開け、水を入れ、スプーンでかき混ぜる。 所定の時間（60分～70分）待つ ※待ち時間には、講話等の別の活動が必要です。 防災講話（別途講師料金が必要）と組み合わせると学習効果が高くなります。 時間が来たら（紙）皿に移し、食べる。 ※皿に袋やラップを巻くことで、繰り返しの利用ができるとともに、洗い物を減らすことで、水の節約ができることを教える。
⑦ 片付け・ ふりかえり 30～60分	<ol style="list-style-type: none"> 食器や調理道具を洗い、しっかりと水分を拭き取らせる。使った場合。 流し台の清掃。 拭き終わった調理器具は調理台の上に置き、引率者で点検を行った後、 交流の家職員を呼び、点検を受ける。 使った洗剤等（食器洗剤・ハンドソープ・アルコール）は元の場所へ戻す。 片付けが終わったら、活動のふりかえりを行う。

9

幼児の運動
プログラム

(31)子ども忍者修行②「忍者の部屋」

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎集団行動規律 課題克服達成感 仲間づくり協調性 自主性創意工夫

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑦進んで参加する態度 集団や社会における自分の発言や行動に責任をもち、自分の役割を理解するとともに、ものごとに主体的に参加しようとする態度

2 活動の詳細

概要 (セールスポイント)	<p>「忍者の部屋」は、幼児が室内で楽しみながら運動に取り組むプログラムです。</p> <p>それぞれの種目にストーリー性を持たせることで、幼児が「やってみよう」という意欲の向上を大切に、「できた」「できなかった」よりも、プログラムに進んで取り組もうとする姿を大事にしています。</p>							
	実施形態	指導必須 ※活動前の安全指導			提出書類	食事・教材注文票（ドラム缶風呂、薪用）		
諸条件	必要経費	燃料代（1箱400円） ※ドラム缶風呂使用の場合			所要時間	3時間程度		
	活動場所	談話室・体育館			対象・人数	幼稚園児（年中・年長） 30人程度		
	事前下見	なし	実施時期	通年（ドラム缶風呂は11月まで）		天候	全天候	
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物				団体で準備する物			
	<p>「忍者の部屋」の道具 無線メジャー ストップウォッチ マイク 簡易雷検知器 救急用品</p>				<p>【参加者】 運動に適した服装 軍手 水筒 タオル 水着（ドラム缶風呂実施のみ）</p> <p>【団体】 救急用品 携帯電話 薪（ドラム缶風呂使用の場合）</p>			
役割分担	交流の家職員が行うこと				団体引率者が行うこと			
	<p>1) 「忍者の部屋」のセッティング 2) 物品の貸出 3) 説明、安全指導 ①忍者の部屋について ②アイスブレイク ③各種目について</p> <p>5) 物品の受取</p>				<p>2) 物品の借用 3) 参加者とともに安全指導を受ける</p> <p>4) 活動時の安全管理、人員確認、健康・安全把握 ・それぞれの種目は原則ローテーションで行う。 （進め方については要相談） ・活動と活動の間に適宜休憩を入れる。 ・活動後は種目ごとに、簡単なふりかえりを行い、次の種目へつなげる。</p> <p>5) 物品の返却</p>			

3 活動のふりかえりのポイント

視点：「楽しく活動することができたか」「安全に活動することができたか」

発問例：「いつもはできない忍者修行をして楽しむことができましたか」「怪我をせず、安全に活動できましたか」

4 SDGsで目指す姿

 <p>4 質の高い教育をみんなに</p>	<p>4.2 2030年までに、すべての子どもが男女の区別なく、質の高い乳幼児の発達支援、ケア及び就学前教育にアクセスすることにより、初等教育を受ける準備が整うようにする。</p> <p>・豊かな自然環境について考えることで、それらを守り維持していこうとする態度を育てることが期待できる。</p>
--	--

忍者修行一覽

 つなとびの術 (ターザンロープ)



Children are practicing the Tarzan rope activity in a gymnasium. One child is swinging on the rope while an instructor watches. A blue mat is on the floor.

 片足とびの術



Children are practicing one-foot hopping over a series of colorful hula hoops arranged in a line on the gymnasium floor.

 輪くぐりの術・床忍びの術



Children are practicing wheel crawling and floor crawling exercises. They are moving through a maze of colorful hoops and poles on the gymnasium floor.

 的とおしの術 (手裏剣)



Children are practicing target and throwing exercises. They are standing in a line and throwing objects towards a target board. Below the photos are illustrations of a blue ninja and several colorful throwing stars.

 忍びあるきの術



Children are practicing an obstacle course activity. They are navigating through a maze of colorful poles and cones on the gymnasium floor. A blue mat is on the floor.

 湯あみの術



Children are practicing a hot water activity. One child is sitting in a large metal tub of hot water, while another child is standing next to it. A large metal pot is shown on a stove with a fire underneath.

「忍者の部屋」のストーリー

阿蘇青少年交流の家の奥にある森では、わんぱく忍者の修業が行われている。そこでは、雨などの天気が悪い時でも、寒い時でも、修行を休むことはない！さあ、みんなもわんぱく忍者になってみよう！

つなとびの術。川やへい、敵を飛び越える修行だ。忍者ならみんなできる、基本の術だ。怖がらずに挑戦してみよう！

輪くぐりの術。宙にうかんだ輪っかをくぐる修行だ。輪っかには毒が仕込まれている。うっかり触ってしまったら大変だ！慎重に焦らず頑張ろう！

床忍び術。敵の陣地に忍び込むための修行だ。床をはいながら、進んでみよう。もし、わくにさわってしまったら、敵に存在がばれてしまうかも?!気を付けろ!!

忍び歩きの術。せまい道、でこぼこ道、普通の人歩きにくいところをバランスをとって、スイスイ歩くための修行じゃ。これができてはじめて一人前の忍者となる。

片足跳びの術。忍者にとって、何よりも大事なバランス力と素早い動きをもにつける！片足ですばやくゴールまで駆け抜けろ!!!

的とおしの術。忍者の武器といえば「手裏剣」。折り紙の手裏剣を、遠くにある的の穴に上手に通せるようになろう！

湯あみの術。忍者にとって、体のケアは何より大切。修行で頑張った体をあったかいお湯でほぐして、次の修行に備えるのじゃ。

さあ、雨が降っても寒くても「忍者の部屋」で元気に
忍者修行を頑張ろう！



(イ)つなとびの術

「幼児に身に付けたい36の基本的な動き」は「忍者の森」と同じ

1 活動のストーリー

つなを使って川を飛び越えるのじゃ。川に落ちたらワニからお尻をガブツとかじられてしまうぞ。さあ、みんな、勇気を出して飛び越えてみよう！

2 セットアップ

- 体育館内に設置してあるロープが安定しているか確認し、下す。
- 体育館倉庫のマットを2枚敷く。間を空けて、飛び越える川（スタート2m程度）を設定する。



3 注意

- 必要に応じて自分たちの力を試したり、スイングに慣れるために事前に練習する機会を設ける。
- ロープを放してしまって頭や背中を強打してしまうことがある。ロープは最後まで放さない。
- フットループに片足をかけさせる。手は、身長に応じてロープのコブ（結び目）の部分を補助に握らせる。
- 指導者（引率者）は壁側に立ち、着脱、スイングの補助にあたる。
- 完全にスイングが止まるまで、ロープから手を離さない。

4 片付け

- ロープはそのまま2階に上げる。
- マットを体育館倉庫へ片付ける。



(53)輪くぐり・床忍びの術

1 活動のストーリー

輪っかやさくを、上手にくぐりったり越えたりしながらゴールを目指すのじゃ。
輪っかやさくにははできるだけ、触らないように気を付けろ！



2 セットアップ

- 高さや輪の大小の配置を工夫しながら、ポールや輪っか、コーンを並べる。

3 片付け

- 分解し、それぞれのパーツごとにまとめる。



(ロ)しのび歩きの術

「幼児に身に付けたい36の基本的な動き」は「忍者の森」と同じ

1 活動のストーリー

せまい道、でこぼこ道、歩きにくいところをバランスを取りながら歩く練習じゃ。塀の上、屋根の上、綱の上、普通の人歩かないところをかつこよく、スイスイと歩くことが一人前の忍者のあかしじゃ。



2 セットアップ

- ジョイントマットをくみたてて敷く。
- 室内用スラッグラインをセットする。
- ボードと足台を自由に組み合わせ、「忍び歩きの島」をつくる。



3 注意

- スラッグラインは、ラチェットを使って、メインラインが「ピンツ」と張るように調節する。
- 子どもの体重でボードが足台から外れることがあるので、足場とボードの連ける部分はしっかりと組み合わせ、負荷をかけて確認しておく。
- スラッグラインの指導者(引率者)は、横に付き添いすぐに手が添えられるようにしておく。
- 1度に1本のスラッグラインやボード、足台に乗ることができるのは1人まで。

4 片付け

- 物品に破損がないかチェックする。
- ベルトを本体からははずす。ベルトの反動でケガをすることも予想されるため、片づける際にはベルトに子どもが近づかないようにする。
- ボードと足台を同じパーツごとにまとめる。
- ジョイントマットを分解し、重ねる。



(ハ)片足跳びの術

「幼児に身に付けたい36の基本的な動き」は「忍者の森」と同じ

1 活動のストーリー

ゴールまでの足元の輪っかを、ケンケン跳びで忍者にとって、何よりも大事なバランス力と素早い動きをもにつける!

2 幼児に身に付けたい36の基本的な動き



3 セットアップ

- 輪っかをならべる



4 片付け

- それぞれの大きさごとにまとめる。



(二)的とおしの術

1 活動のストーリー

忍者があやつる武器の代表「手裏剣」。手裏剣を上手にあやつれるようになれば、一人前の忍者だ！

少し離れた的にあいている穴の中に、手裏剣を通そう。大きい穴から小さい穴へ…。



2 幼児に身に付けたい36の基本的な動き



3 セットアップ

- フレームを設置し、的をセットする。
- 投げる場所を決める。
- 手裏剣（折り紙）を準備する。



4 片付け

- フレームからの的をはずし、フレームを片付ける。
- 手裏剣を片付ける。



※手裏剣は折り紙で作っています。自分で「マイ手裏剣」をつくるのもおすすめです。

(ホ)湯あみの術「ガンバッターの湯」(ドラム缶風呂)

1 活動のストーリー

しっかり修行した後は、「ガンバッターの湯」に入って汗を流し、修行で頑張った体をあったかいお湯でほくして元気回復！ 次の修行に備えるのじゃ。



2 セットアップ

- 準備物
ドラム缶(200リットル) 脚立 ホースやバケツ(水を入れる為) 鉄板
釜戸用耐火ブロック3~5個 まき2束程度 入浴用すのこ
- 「ドラム缶」を洗う→「水」をドラム缶の約半分入れる
→ 薪を燃やし、「お湯」を沸かす。

※ときどき湯加減をみることを忘れない。「温かい」と感じてきたら、焚き火を弱める。一旦熱く沸かしすぎると温度調整(お湯を捨てたり、再度水を入れたり)が難しくなる。

3 注意

- ドラム缶の底は高温になっているので、必ず「すのこ」の上に乗って入浴する。ドラム缶の側面は熱くないので、しっかり手で支えながら入浴する。
- 焚火の周りでは絶対に走ったり、暴れたりしない。
- 入浴時には、お湯がこぼれないように気を付ける。
- 幼児がドラム缶風呂に入る時、出る時には大人が補助
に入ることによって安全面に留意する。

4 片付け

- 灰は、灰捨て場に輪車で運ぶ。
- 使った風呂の水は必ず排水をし、

ドラム缶の内側



(30) こども忍者修行①「忍者の森」

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果

◎阿蘇の自然に親しむ 集団行動規律 課題克服達成感 仲間づくり協調性 自主性創意工夫

(2) ESDの課題解決に必要な7つの能力・態度

⑦進んで参加する態度 集団や社会における自分の発言や行動に責任をもち、自分の役割を理解するとともに、ものごとくに主体的に参加しようとする態度

2 活動の詳細

<p>概要 (セールスポイント)</p>	<p>「忍者の森」は、幼児が自然の中で楽しみながら運動に取り組むプログラムです。 それぞれの種目にストーリー性を持たせることで、幼児がやってみようという意欲の向上を大切に、「できた」「できなかった」よりも、プログラムに進んで取り組もうとする姿を大事にしています。</p>				
<p>諸条件</p>	<p>実施形態 指導必須 ※活動前の安全指導</p>	<p>提出書類</p>	<p>食事・教材注文票（ドラム缶風呂、薪用）</p>		
	<p>必要経費 燃料代（1箱400円） ※ドラム缶風呂使用の場合</p>	<p>所要時間</p>	<p>3時間程度</p>		
	<p>活動場所 キャンプ場周辺</p>	<p>対象・人数</p>	<p>幼稚園児（年中・年長） 30人程度</p>		
	<p>事前下見</p>	<p>なし</p>	<p>実施時期</p>	<p>3月～11月</p>	<p>天候 荒天、雷雨中止</p>
<p>準備するもの</p>	<p>青少年交流の家で貸し出し可能な物</p>		<p>団体で準備する物</p>		
	<p>「忍者の森」の道具 無線 メジャー ストップウォッチ マイク 簡易雷検知器 救急用品</p>		<p>【参加者】 運動に適した服装（長袖・長ズボン） 運動に適した靴 帽子 軍手 水筒 タオル 水着（ドラム缶風呂実施のみ） 【団体】 救急用品 携帯電話 笛 薪（ドラム缶風呂実施時のみ）</p>		
<p>役割分担</p>	<p>交流の家職員が行うこと</p>		<p>団体引率者が行うこと</p>		
	<p>1) 「忍者の森」のセッティング 2) 物品の貸出 3) 説明、安全指導 ①忍者の森について ②アイスブレイク ③各種目について 5) 物品の受取</p>		<p>2) 物品の借用 3) 参加者とともに安全指導を受ける 4) 活動時の安全管理、人員確認、健康・安全把握 ・それぞれの種目は原則ローテーションで行う。 （進め方については要相談） ・活動と活動の間に適宜休憩を入れる。 ・活動後は種目ごとに、簡単なふりかえりを行い、次の種目へつなげる。 5) 物品の返却</p>		

3 活動のふりかえりのポイント

視点：「楽しく活動することができたか」「安全に活動することができたか」

発問例：「いつもはできない忍者修行をして楽しむことができましたか」「怪我をせず、安全に活動できましたか」

4 SDGsで目指す姿

 <p>4 質の高い教育をみんなに</p>	 <p>15 陸の豊かさも守ろう</p>	<p>15.4 2030年までに持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するため、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。 ・豊かな自然環境について考えることで、それらを守り維持していこうとする態度を育てることが期待できる。</p>
---	---	---

安全な活動を行うために



1 引率者の方へお願い

- ①団体の引率者は、**利用の1か月前**を目安に、必ず**事前打合せ**を行ってください。
- ②交流の家職員が指導に当たります。安全管理の必要性から活動前には利用団体の引率の方と具体的な打ち合わせを行います。時間の確保をお願いします。
- ③1種目について最低大人2人が必要です。複数の目で子ども達の安全を確保します。
1種目の参加者は最大10名程度とします。状況によって進め方の変更もあります。(ローテーションか全体か)
- ④活動中は、引率者も一緒に活動に入り、集団の指導・支援を行っていただきます。

2 緊急連絡体制

- 事故が起きた場合、引率者がいる場合は、職員もしくは引率者から事務室へ連絡を入れます。
無線は必ず携帯してください。
- 事務室への連絡（無線もしくは第1・2キャンプ管理棟内の内線電話から234）
（電話0967-22-0811）
- 連絡を受けた事務室の職員が現場へ急行し、応急処置ならびに救急車要請の有無を確認します。



「忍者の森」のストーリー

阿蘇青少年交流の家の奥にある森では、わんぱく忍者の修業が行われているぞ。そこでは、わんぱく忍者が一生懸命修業をしているぞ。さあ、みんなもわんぱく忍者になってみよう！

つなとびの術。川を飛び越える修行だ。でも、その川にはワニが住んでいて、川に落ちたら、お尻をかじられるかも……。勇気を出して、飛び越えよう！

とおみはりの術。桜の木にのぼってみよう。根子岳からギザギザ鬼が下りて来ないか、高いところからしっかり見張ってね。

かべのぼりの術。しっかりロープを握って、がけを登ろう。力いっぱい踏ん張らないとツルリと滑ってしまうぞ。

しのび歩き・つなわたりの術。バランスをとって、「丸太の一本橋」「ユラユラベルト」を渡ってみよう。そろりそろり、しのび歩きだぞ！

輪くぐり・床忍びの術。敵の陣地に忍び込むための修行だ。宙にうかんだ輪っかをくぐったり、張り巡らされた網目をくぐったり…。敵にばれないように慎重に！

湯あみの術。忍者にとって、体のケアは何より大切。修行で頑張った体をあったかいお湯でほぐして、次の修行に備えるのじゃ。

さあ、みんな、「忍者の森」に遊びに来ないか。みんなのがんばる姿を見せてくれ！



忍者の森イメージマップ



つな飛びの術
(ターザンロープ)



つなわたいの術
(スラックライン)



床しのびの術
(あみくぐり)



しのびあるきの術
(丸太わたい)



湯あみの術
ドラム缶風呂

遠見はりの術
(木のぼり)



輪くぐりの術
(タイヤくぐり)



かべのぼりの術
(ロープ登り・はしごのぼり)



(イ)つなとびの術

1 活動のストーリー

つなを使って川を飛び越えるのじゃ。川に落ちたらワニからお尻をガブツとかじられてしまうぞ。さあ、みんな、勇気を出して飛び越えてみよう！

互いに励ましあうことで、スキンシップや協力が図られます。
また、どうすれば上手にできるのかをお互いに相談しあう場面を設定することでコミュニケーションも生まれます。



2 幼児に身に付けたい36の基本的な動き



ぶらさがる



はねる



つかむ



ひく

3 セットアップ

- 脚立を使って丸環にスイングロープのナス環を取り付け、ロックする。
- 木の根元にスタート地点となる大台を置く。
(対象に合わせて、距離は調整する。)
- 台が安定しているか確認する。
- 活動エリアに枝や石などの危険な物がないか確認する。
- ロープ2本で飛び越える川(スタート2m程度)を設定する。(対象に合わせて、距離は調整する。)

4 注意

- 必要に応じて自分たちの力を試したり、スイングに慣れるために事前に練習する機会を設ける。
- ロープを放してしまって頭や背中を強打してしまうことがある。ロープは最後まで放さない。
- フットループに足をかけると外す時に助けが必要になるので、最初のチャレンジャーは、フットループに足をかけてはいけない。
- 指導員はスイングが最大になる時点の補助にあたる。

5 片付け

スイングロープを取り外し、大台、脚立とともに1管下倉庫に収納する。



1 活動のストーリー

「忍者の森」には時々、ギザギザ頭の根子岳からギザギザ鬼が下りてくる。
あやしいものがないか、高いところからしっかり見張るのだ。

<木登りの効果>

- ① 複雑に張り巡らされた枝を読み取り判断しながら、全身の複雑な運動をトータルで使うことで、子どもの体力とバランス感覚の向上につながる。
- ② 危ない・大丈夫と瞬間的に判断し、まだ登れる・もうできない、と自分の決定で進路を取ってゆくことで子どもたちは複雑で総合的な動作を展開するだけでなく、思考力・判断力を育てる。



2 幼児に身に付けたい36の基本的な動き



3 セットアップ

- 木が腐食していないか、枝が折れやすくなっていないかを事前にチェックしておく。
- 活動エリアに枝や石などの危険な物がないか確認する。

4 注意

- 子供自身で何が危険かを判断できるようになるために、安全に配慮しながら、あえて少し危険なことにも挑戦させる。
- 子ども自身が「どこに手足をかければ上りやすいか」を考えていくような言葉かけを行う。
- 木の上からの眺めを楽しませることで、達成感を感じさせる。
- 子どもが木の皮等で手のひらに痛みを訴える場合、軍手を使用させる。



(八)かべのぼりの術

1 活動のストーリー

しっかりとロープを握って、崖を登ろう。勇気を出して、頂上を目指すのだ！
ツルリと滑るなよ。



<「斜面登り」に考えられる効果>

- ① 斜面を登ったり降りたりすることで体幹の筋肉が鍛えられる。
- ② ロープを握り、しっかりと踏ん張って斜面を登ることで手足をコントロールする力を育てる。
- ③ 斜面を登ったり、下りたりすることができた時に達成感を得ることができる。



2 幼児に身に付けたい36の基本的な動き



3 セットアップ

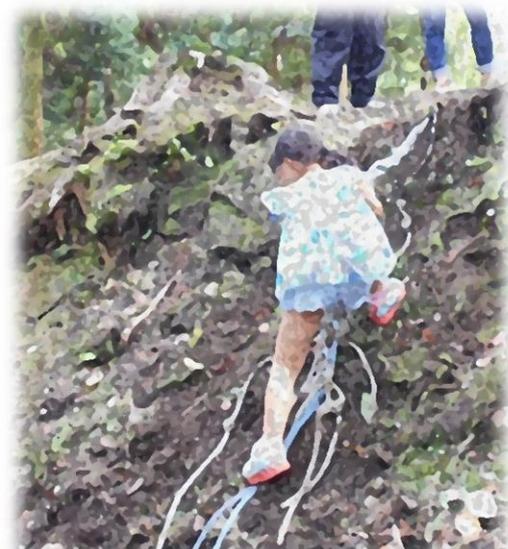
- ロープを結ぶ木が腐食していないか、ロープが切れやすくなっていないかを事前にチェックしておく。
- はしごをかける側面が滑りやすくないか、はしごがぐらつかないか負荷をかけて確認する。
- 活動エリアに枝や石などの危険な物がないか確認する。
- ロープ、はしごをセットする。

3 注意

- 子供自身で何が危険かを判断できるようになるために、安全に配慮しながら、あえて少し危険なことにも挑戦させる。
- 子ども自身が「どうやって登れば登りやすいか」を考えていくような言葉かけを行う。
- 斜面の上からの眺めを楽しませることで、達成感を感じさせる。
- 子どもがロープで手のひらに痛みを訴える場合、軍手を使用させる。

4 片付け

ロープ、はしごを取り外し、1管下倉庫に収納する。



(二)しのび歩き・つなわたりの術

1 活動のストーリー

上手にバランスをとって「ユラユラベルト (スラッグライン)」や「丸太の一本橋」を渡ってみよう。無事に渡ることができるかな。そろりそろり、しのび歩きだぞ！



<スラッグライン・丸太の一本橋の効果>

木と木の2点間に細いベルトを張り、そのラインの上でバランスをとって楽しむ遊びです。バランス感覚や集中力を高めることに効果が見られます。

2 幼児に身に付けたい36の基本的な動き



3 セットアップ

○転落した際に、地面に椅子や大きな石など、怪我に繋がる物が放置されていると大変危険であるので、丸太の一本橋やスラッグラインを設置する場所の近くの地面に物が落ちていないかを確認する。

(スラッグライン)

○木にスラッグラインを取り付ける。

○木にスラッグラインを取り付ける場合は、樹木の保護のために「ツリーカバー」を必ず使用する。ツリーカバーを木に巻き付け、その上にメインラインを巻き付ける。反対側も同じように設置する。

○ラチェットを使って、メインラインが「ピンツ」と張るように調節する。

○ラチェットは金属製で接触すると危険なので、ラチェットカバーで金属を隠す。

(丸太の一本橋)

○丸太が濡れていないか、滑りやすくなっていないか確認する。

5 片付け

○物品に破損がないかチェックする。

○ベルトの反動でケガをすることも予想されるため、片づける際にはベルトに子どもが近づかないようにする。

○スラッグラインはきちんと巻いて箱にしまう。

○足台、脚立は木の根元に片付け、風雨除けのビニールシートをかぶせる。



(ホ) 輪くぐりの術・床忍びの術

1 活動のストーリー

輪っかをくぐったり、張り巡らされた網目をくぐったり…。
敵の陣地に忍び込むための基本のわざじゃ。
輪っかや網にはできるだけ、触らないように気を付けろ！



<輪くぐりの術>

宙に浮かんだタイヤの穴を安全に通り返ける遊びです。

<床忍びの術>

クモの巣状に張られた網目の中や下を潜り抜ける遊びです。

どちらも、できるだけタイヤや網に触れないように手足、体を使います。

互いに支え合ったり抱え上げたり、どうしたら上手にくぐる子ことができるか、着地のポイントなどをアドバイスし合うなど、コミュニケーションも生まれます。

2 幼児に身に付けたい36の基本的な動き



3 セットアップ

(輪くぐりの術)

○タイヤの汚れを確認し、ひどい場合は雑巾でふく。

○足台を、2台キャンプファイヤー場からはこぶ。

(床忍びの術)

○網をセットする。(1 管下倉庫より)

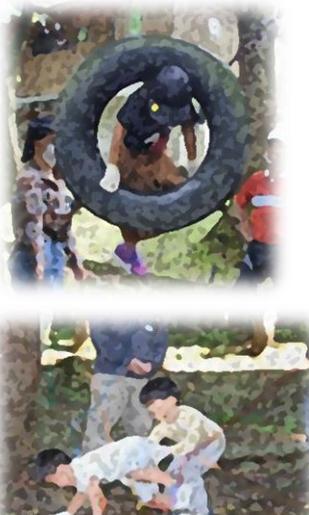
4 注意

○地面に尖った木の枝や大きな石など、怪我に繋がる物が放置されていると大変危険であるので、足台や網を設置する場所の近くの地面に物が落ちていないかを確認する。

○輪くぐりの土台の距離を離すと難易度が上がるので、参加者の実態に応じて設定する。

5 片付け

○足台をキャンプファイヤー場へ、網を1 管下倉庫へ片付ける。



(へ)ガンバターの湯 (ドラム缶風呂)

1 活動のストーリー

しっかり遊んだ後には、まぼろしの「ガンバターの湯」に入って、汗を流そう。
「ガンバターの湯」に入って元気を回復しよう！

<ドラム缶風呂の効果>

野外でお風呂に入ること、子ども達の驚きや感想などたくさん生まれ、
コミュニケーションも活発になります。ゆっくり楽しませてください。



2 セットアップ

○準備物

ドラム缶(200リットル) 脚立 ホースやバケツ(水を入れる為) 釜戸用耐火ブロック3~5個 まき2束程度 入浴用のこ

鉄板

○「ドラム缶」を洗う → 「水」をドラム缶の約半分入れる → 薪を燃やし、「お湯」を沸かす。

※ときどき湯加減をみることを忘れない。「温かい」と感じてきたら、焚き火を弱める。一旦熱く沸かしすぎると温度調整(お湯を捨てたり、再度水を入れたり)が難しくなる。

○ドラム缶の底は高温になっているので、必ず「すのこ」の上に乗って入浴する。ドラム缶の側面は熱くないので、しっかり手で支えながら入浴する。



3 注意

○焚火の周りでは絶対に走ったり、暴れたりしない。

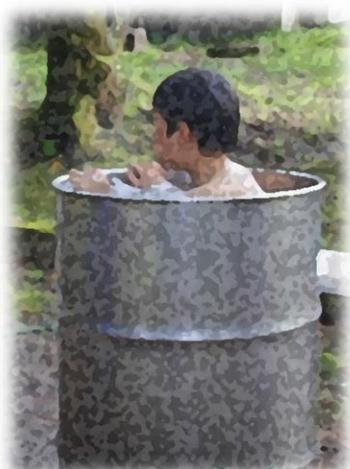
○入浴時には、お湯がこぼれないように気を付ける。

○幼児がドラム缶風呂に入る時、出る時には大人が補助に入ることによって安全面に留意する。

4 片付け

○灰は、灰捨て場に輪車で運ぶ。

○使った風呂の水は必ず排水をし、ドラム缶の内側を必ず洗浄しておく。



付録

活動プログラム名	教科等	小学校	教科等	中学校	所要時間	可能時期
		学習指導要領における内容等		学習指導要領における内容等		
登山	理科	・雨水の行方と地面の様子(4年) ・流れる水の働きと土地の変化(5年) ・土地のつくりと変化(6年)	理科	・身近な地形や地層、岩石の観察(1年) ・地層の重なりと過去の様子(1年) ・火山と地震(1年) ・自然の恵みと火山災害・地震災害(1年) ・自然の恵みと気象災害(2年) ・生物と環境(3年) ・自然環境の保全と科学技術の利用(3年)	3～7時間	通年
OL	理科	・季節と生物(4年) ・雨水の行方と地面の様子(4年) ・流れる水の働きと土地の変化(5年) ・生物と環境(5年) ・土地のつくりと変化(6年)	理科	・身近な地形や地層、岩石の観察(1年) ・地層の重なりと過去の様子(1年) ・火山と地震(1年) ・自然の恵みと火山災害・地震災害(1年) ・自然の恵みと気象災害(2年) ・生物と環境(3年) ・自然環境の保全と科学技術の利用(3年)	1.5～2.5時間	通年
水基めぐり	社会	・身近な地域や市区町村の様子(3年) ・都道府県の様子(4年) ・県内の伝統や文化、先人の働き(4年) ・県内の特色ある地域の様子(4年) ・我が国の国土の自然環境と国民生活の関わり(6年)	社会	・地理的分野 A(1)②日本の地域構成 C(1)地域調査の手法 C(2)日本の地域的特色と地域区分 C(3)日本の諸地域 C(4)地域の在り方	1.5～2時間	通年
阿蘇神社・水基めぐり フィールドビンゴ	社会	・身近な地域や市区町村の様子(3年) ・都道府県の様子(4年) ・県内の伝統や文化、先人の働き(4年) ・県内の特色ある地域の様子(4年) ・我が国の国土の自然環境と国民生活の関わり(6年)	社会	・地理的分野 A(1)②日本の地域構成 C(1)地域調査の手法 C(2)日本の地域的特色と地域区分 C(3)日本の諸地域 C(4)地域の在り方	1.5～2時間	通年
沢登り・沢遊び	理科	・雨水の行方と地面の様子(4年) ・流れる水の働きと土地の変化(5年) ・生物と環境	理科	・自然の恵みと気象災害(2年) ・生物と環境(3年) ・自然環境の保全と科学技術の利用(3年)	3時間	5月～9月
星座観察	理科	・月と星(4年) ・月と太陽(6年)	理科	・天体の動きと地球の自転・公転(3年) ・太陽系と恒星(3年)	1～1.5時間	通年
キャンドルの集い	学活	(1)学級や学校における生活づくりへの参画 (2)日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全 (3)一人一人のキャリア形成と自己実現	学活	(1)学級や学校における生活づくりへの参画 (2)日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全 (3)一人一人のキャリア形成と自己実現	2時間	通年
キャンプファイヤー	理科	・燃焼の仕組み(6年)	学活	(1)学級や学校における生活づくりへの参画 (2)日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全 (3)一人一人のキャリア形成と自己実現	2時間	通年
	学活	(1)学級や学校における生活づくりへの参画 (2)日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全 (3)一人一人のキャリア形成と自己実現				
野外調理	理科	・燃焼の仕組み(6年)	理科	/	4時間	4月～11月
	家庭	(1)食事の役割 (2)調理の基礎				
チャレンジゲーム	体育	A 体づくり運動 (5・6年) ア 体ほぐしの運動 イ 体の動きを高める運動	学活	(1)学級や学校における生活づくりへの参画 (2)日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全	2～3時間	通年
	学活	(1)学級や学校における生活づくりへの参画 (2)日常生活や学習への適応と自己の成長及び健康安全				
ジオパーク学習 プログラム	理科	・雨水の行方と地面の様子(4年) ・流れる水の働きと土地の変化(5年) ・土地のつくりと変化(6年)	理科	・身近な地形や地層、岩石の観察(1年) ・地層の重なりと過去の様子(1年) ・火山と地震(1年) ・自然の恵みと火山災害・地震災害(1年) ・自然の恵みと気象災害(2年) ・生物と環境(3年) ・自然環境の保全と科学技術の利用(3年)	3～6時間	通年
阿蘇防災学習 プログラム	道徳	・希望と勇気、努力と強い意志 ・親切、思いやり ・感謝 ・勤労、公共の精神 ・伝統と文化の尊重、国や郷土を愛する態度 ・生命の尊さ ・自然愛護 ・よりよく生きる喜び	道徳	・希望と勇気、克己と強い意志 ・思いやり、感謝 ・社会参画、公共の精神 ・勤労 ・郷土の伝統と文化の尊重、郷土を愛する態度 ・生命の尊さ ・自然愛護 ・よりよく生きる喜び		

※教科等に位置づけたり、関連付けたりすることで、より効果的な学習の展開を期待できる「体験活動プログラム」の例を提示しています。各学校の集団宿泊活動の目標及び教科等のねらいに応じて、教科等の時間として取り扱うことで、各校の先生方と交流の家職員等が連携することで、授業時数としてカウントすることも可能になると考えています。ぜひ、ご検討ください。

[例 導入(学校)-活動(交流の家)-まとめ(学校)など]