



活動のプログラムは自由に選択することができるけど、
どれを選んだらいいのだろう・・・。



そこで・・・
以下におススメプランつくってみました！
是非ご参考にしてください。

おススメプラン①

初めての方でも安心！交流の家満喫プラン

1 日 目	12:30	13:00	13:30 選択プログラム①			17:00	17:30	18:30	20:00 選択プログラム②	22:00
	受付	入所 オリエンテーション	【晴】オリエンテーリングミニ（無料） 【雨】館内散策（館内オリエンテーリング：無料）			ゆうべの つどい	夕食	入浴 自由時間	【晴】ナイトハイク（無料） 【雨】体育館等でスポーツ（無料） ※活動なしでもOK	消灯就寝
2 日 目	6:30	7:15	7:30	8:40	9:00 選択プログラム③	～				
	起床	朝のつどい	朝食	退所点検 退所手続き	【晴・雨】 SDGs 検定ラリー（無料）	退所				



おススメプラン②

自然・文化知り隊！



1 日 目	12:30	13:00	13:30 選択プログラム①			17:00	17:30	18:30	20:00 選択プログラム②	22:00
	受付	入所 オリエンテーション	【晴】水基めぐり（無料） 【雨】館内散策（館内ビンゴ：無料）			ゆうべの つどい	夕食	入浴 自由時間	【晴・雨】 クラフト活動（有料） ※活動なしでもOK	消灯就寝
2 日 目	6:30	7:15	7:30	8:40	9:00 選択プログラム③	～				
	起床	朝のつどい	朝食	退所点検 退所手続き	【晴】ディスクゴルフ（無料） 【雨】体育館等でスポーツ（無料）	退所				

おススメプラン③

家族み～んなで阿蘇ばんね！！

1 日 目	12:30	13:00	13:30 選択プログラム①			17:00	17:30	18:30	20:00 自由時間	22:00
	受付	入所 オリエンテーション	【晴】ハンターゲーム（無料） 【雨】忍者の部屋（無料）			ゆうべの つどい	夕食	入浴 自由時間	★宿泊室でゆっくり家族時間	消灯就寝
2 日 目	6:30	7:15	7:30	8:40	9:00 選択プログラム③	～				
	起床	朝のつどい	朝食	退所点検 退所手続き	【晴・雨】 クラフト活動（有料）	退所				

選択プログラム紹介

（以下以外にも『観光』や、『交流の家体育館』での活動も可能です）

①オリエンテーリングミニコース【晴】

活動 交流の家の草原の中に設置してある『ポスト』を地図を見ながら探す活動です。

参加条件 特になし
料金 無料
詳細

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/12olmini.pdf



②ディスクゴルフ【晴】

活動 交流の家の草原の中に設置してある『ゴール』にフライングディスクを投入する活動です

参加条件 特になし
料金 無料 詳細

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/52delisukugoruh.u.pdf



③水基めぐり【晴・雨】

活動 阿蘇神社周辺は豊富な湧水がたくさんあり、「水基」と呼ばれています。地図を見ながら水基を探す活動です

参加条件 特になし

料金 無料 詳細

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/13mizuki24masu.pdf



④ナイトハイク【晴】

活動 夜の草原を歩きながら、立ち止まって星空を観察をしたりするのもオススメです！！

参加条件 特になし

料金 無料 詳細

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/13mizuki24masu.pdf



⑤阿蘇検定クイズ【晴・雨】

活動 交流の家館内の掲示やパンフレット等を見ながら、阿蘇に関する問題を解いていく活動です

参加条件 特になし

料金 無料

詳細

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/16asokentei.pdf



⑥館内オリエンテーリング【晴・雨】

活動 館内にあるポストを探してスコアカードの指令に沿って活動をすすめていきます！阿蘇青少年交流の家を知れる活動としてオススメです！

参加条件 特になし

料金 無料

詳細

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/12-2kannaiol.pdf



⑦ハンターゲーム【晴・雨】

活動 皆で協力して、コース内に設置している動物（カード）を見つけて得点を競うゲームです。幼児から大人まで一緒にできる活動の1つです！！

参加条件 特になし

料金 無料

詳細

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/15hanta.pdf



⑧SDG s 検定ラリー【晴・雨】

活動 マップを目印に、館内にあるSDG sの問題を探していく活動です。単に問題を解くのではなく皆でお互いの考えを共有できる時間にもなります

参加条件 特になし

料金 無料

詳細

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/110sdgs.pdf



⑨忍者の部屋【晴・雨】

活動

忍者の部屋というストーリー性をもたせ、幼児が室内で遊具で楽しみながら体を動かせるプログラムです！

参加条件 特になし

料金 無料

詳細

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/92ninniya-heva.pdf



⑩館内ビンゴ【晴・雨】

活動

交流の家館内地図を頼りにフォトビンゴをしていく活動です。施設を『知る』活動としてもオススメです！

参加条件 特になし

料金 無料

詳細

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/12-3binngo.pdf



⑪クラフト活動【晴・雨】

活動 子どもから大人まで幅広い年代で一緒に楽しく活動できます！

参加条件 特になし

料金 1人あたり材料費+特定研修活動経費

⑪-1 南郷檜コースター

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/37maisupu-n.pdf

⑪-2 小国杉ウッドトレイ

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/38nangouhi.pdf

⑪-3 マイスプーンづくり

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/37maisupu-n.pdf

⑪-4 プラホビー

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/31purahobi-.pdf

⑪-5 勾玉づくり

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/33magatama.pdf

⑪-6 マイ箸づくり

https://aso.niye.go.jp/download/katupuro_data/34maihasi.pdf

『観光』や『交流の家体育館』での活動もできるよ！！

