

# もくじ

1	施設配置図	1
2	野外活動	
○	オリエンテーリング	2 ~ 26
・	ポストオリエンテーリング	
・	バードウォッチングオリエンテーリング	
・	グリーンオリエンテーリング	
・	なぞときオリエンテーリング	
○	グリーンアドベンチャー	27 ~ 34
○	みたき自然たんけんビンゴ	35 ~ 37
○	ウォークラリー	38 ~ 42
○	登山・ハイキング	43 ~ 44
○	アスレチック	45
○	ビューポイントめぐり	46
○	野外炊飯	47 ~ 58
・	野外炊飯メニュー	
・	三滝うどんの作り方	
・	ピザ窯の利用について	
・	貸し出し用炊飯セット・利用者側で用意していただくもの	
○	キャンプファイア	59 ~ 61
・	薪の組み方	
3	屋内活動	
○	宿泊研修活動	62
○	屋内トリム	63 ~ 65
○	宝探しビンゴ（館内オリエンテーリング）	66 ~ 70
○	室内バードウォッチングオリエンテーリング	71 ~ 73
○	積み木あそび	74
○	ドミノ牌を使ったあそび	75
○	キャンドルのつどい	76 ~ 77
4	クラフト	78
○	焼き杉板の壁飾り	79
○	ウッドペンダント	80
○	ウッドキーホルダー	81
○	竹とんぼ	82
○	竹はし	84
○	小枝のキーホルダー	85
○	小枝のストラップ	86
○	飾り炭	87
○	木のスプーン・フォーク	88
○	星座クラフト	89
5	参考資料	
○	天体望遠鏡の使い方	90
○	三滝で見られる野鳥	91 ~ 93
○	キャンプファイア・キャンドルサービスで役立つソング・ゲーム	94 ~ 96
○	教材備品	97