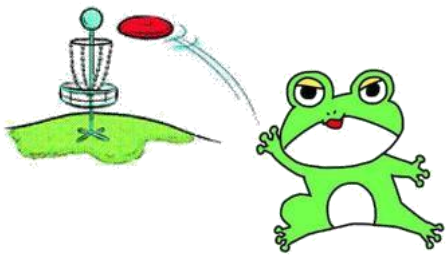
2025 年度

活動プログラム集



公益財団法人　広島市文化財団

青少年野外活動センター

こども村

はじめに

広島市青少年野外活動センター・広島市こども村での自主的な共同生活や自然の中での様々な活動は、青少年の人間形成にとって重要な意味を持っています。そこで、本施設では家庭や学校では得がたい体験活動の場を提供することにより、仲間づくりや自然を大切にし、自然と共に生きる力などを育んでいます。

豊かな自然に親しむ中で、様々なプログラムによる体験活動を実施し、その活動を通して SDGs の目指す目標について意識しながら、仲間と共に学ぶことのできる人材育成を大切にしたいと思います。

この「活動プログラム集」には、活動と関連のある SDGs の項目をロゴで示しています。本施設では、広島市が国際平和文化都市として SDGs に取り組んでいることを受けて、青少年野外活動センター・こども村の活動プログラムを通して少しでも持続可能な社会の実現のために取り組みを進めていきたいと思います。

SDGs 取り組みの一例

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
17 GOALS TO TRANSFORM OUR WORLD

A：「焼き杉」

「焼き杉」は「焼き板」とも言い、杉板の表面を焼き焦がして炭素層を人為的に作った後、表面を磨くことで木の耐久性が増すため、主に西日本を中心に広がり、民家の外壁として採用されてきた歴史があります。

このプログラムでは、日本の伝統的な「焼き杉」を生かして、自分だけのオリジナルの杉板（プレート）を作ります。活動の中で仲間と協力する大切さを学ぶとともに火の扱い方も学びます。豊かな森林を守り育て、その資源を有効に使うことも持続可能な社会の実現に役立つと考えています。

杉板焼き

杉板磨き

絵付け作業

B：「農業体験」

広島市こども村の農園では、サツマイモを始めとして様々な農作物を栽培しています。このプログラムでは、作物の植え付け、畑の管理作業、収穫体験などの農業体験を通して、実際に野菜がどのように育つのか、自分で収穫することで農業への理解と関心が深まるとともに、食に対する関心も深めることができます。食に関心を持ち、食べ物を残さず食べて無駄をなくす考えは SDGs にも通じていると考えています。

サツマイモの収穫

脱穀体験

田植え体験

活動プログラム集　目次

	プログラム名	ページ	目安となる主な SDGs目標 ※他のSDGs 目標との関連については、本冊子最終頁を参照					
			2	4	5	6	12	15
1	牛頭山登山	1～			●		●	●
2	ウオークラリー（WR）	3～			●		●	
3	オリエンテーリング（OL）	7～			●		●	
4	ディスクゴルフ（DG）	9～			●			
5	ミニトレッキング	11～			●		●	
6	グリーンウオーク（植物めぐり）	13～		●			●	●
7	グリーンウオーク（ことば集めアドベンチャー）	15～		●			●	●
8	バードウォッチング	17～		●			●	●
9	火おこし	19～			●		●	
10	まき割り	21～			●		●	
11	星空観察	23～		●			●	
12	農業体験	25～	●				●	
13	野外炊飯	27～	●		●	●		
14	カプラ	31～			●			
15	モルック	33～			●			
16	焼き杉	35～					●	
17	羊毛ボール作り（動物ふれあい）ときな粉作り	37～					●	
18	小枝クラフト	41～		●			●	
19	竹クラフト	43～		●			●	
20	たたき染め	47～					●	
21	ウッドペンダント	49～					●	
22	紙クラフト	51～		●				
23	草花の観賞	53～					●	

活動場所　所要時間　最大実施人数　対象年齢　実施時期　指導の有無

（電話予約の要・不要）

自然を満喫しよう！

牛頭山登山

【　説　明　】
　登山口からの標高差約２５０mの山頂（６８９m）を目指す登山です。森林を抜け、自然を肌で感じることができる活動です。
【　ね　ら　い　】
　自然に親しみ、登頂を目指し最後まで取り組む態度を養うとともに達成感を味わう。

牛頭山　　2.0～4.0 時間　　定員なし

小学校５年生～　　通年　　指導なし

貸出できるもの

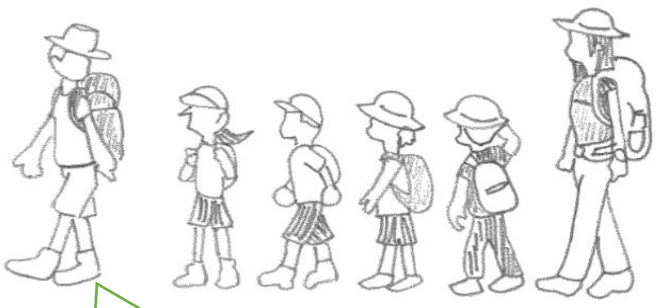
・野鳥ハンドブック（最大３０冊）
・鈴（最大 20 個）

団体で準備するもの

・軍手　・水筒　・タオル

指導のポイント

　登山時は隊列の最後尾に近いほど運動量は大きくなり、休憩時間は短くなります。後方ほど体力が必要となるため、体力のない人はできるだけ前方に、体力のある人は後方に配置します。



活動上の留意点

- 引率者は、登山ルート、休憩できる場所、所要時間等を事前踏査により確認し、安全上配慮すべきポイントを把握してください。
- 登山道の場所によっては幅員が狭くなったり、傾斜が急になったりする場所もあります。間隔を十分にとって登ってください。

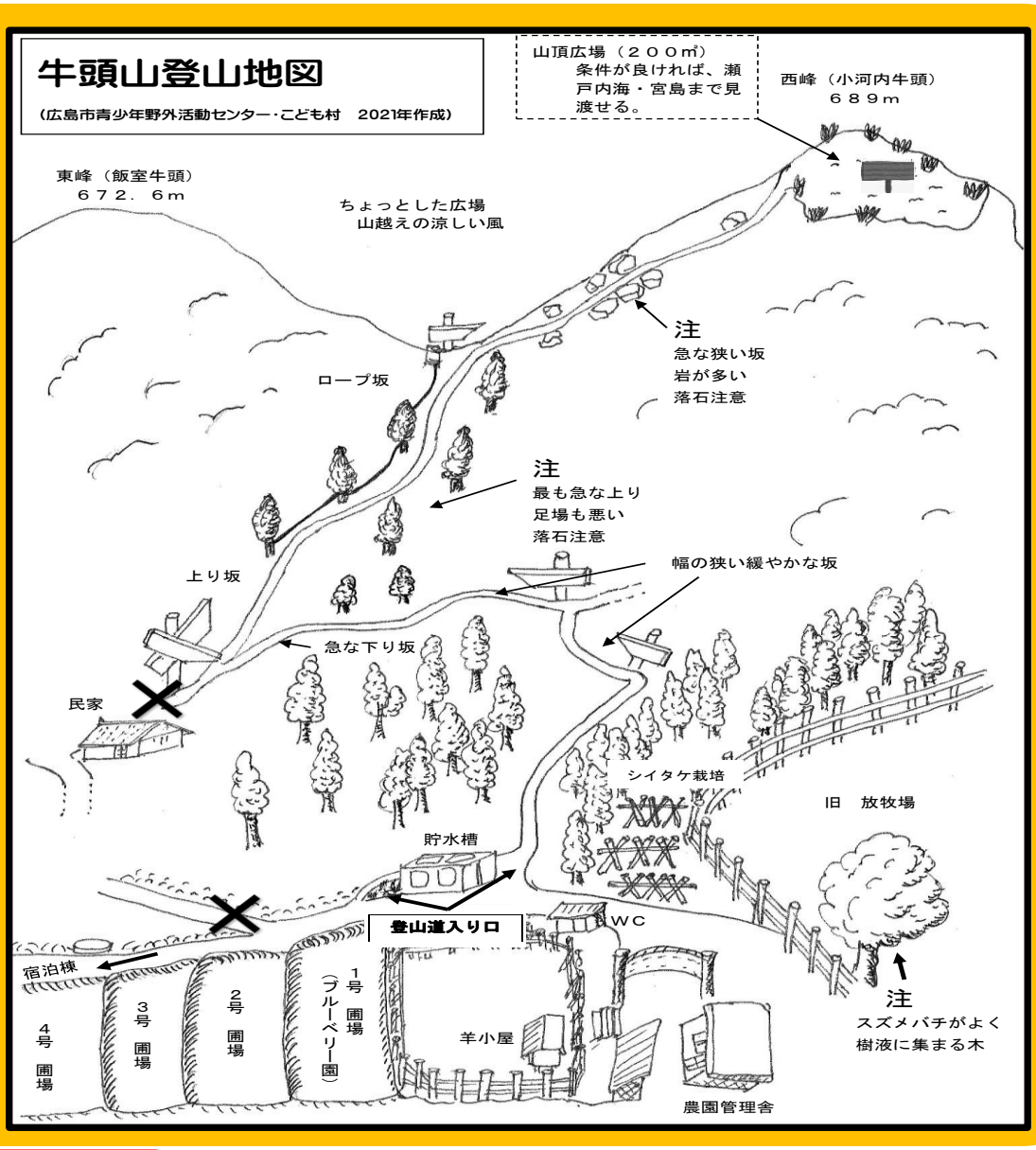
牛頭山登山マップ

宿泊棟の南西にそびえる牛頭山には、２つの峰があります。右側の峰が西峰（小河内牛頭）で、左側の峰が東峰（飯室牛頭）となります。牛頭山に登る際には、西峰を目指してください。

西峰山頂までは、登山口から約 1.5ｋｍ（宿泊棟から登山口までは約 500m）です。

登山口から西峰山頂まで標高差約２５０mの道のりです。

山頂では、登り切ったことへの達成感と、頑張り抜いた自分への自信、遥かなる展望とさわやかな風が登山者を迎えてくれるでしょう。ぜひ、挑戦してみてください。



その他

- ○ 登山道が狭く、傾斜が急なため、間隔を十分とってください。
- ○ 雨天時・雨天後は、足元が悪くなりますので注意が必要です。
- ○ 万一の事故に対処するために、列の途中にも指導者を配置してください。
- ○ 当施設は、周囲を山に囲まれているため、時期によっては落雷が多くなります。登山中、強い雨が降り始めたり雷鳴が聞こえたりしたら、下山を始めた方が良いです。
- ○ 倒木やロープの破損等、登山道等に異状があった場合には、当施設まで連絡してください。

自然を満喫しよう

ウオークラリー

【　説　明　】

　コース図に記載している記号をもとに進路を決定し、チェックポイントの課題を解決しながら、一定の時間でコースをまわる活動です。

【　ね　ら　い　】

　自然に親しみながら状況を判断し、仲間と協力して課題を解決し、協調性を育む。

遊歩道　　2.0～3.0 時間　　定員なし

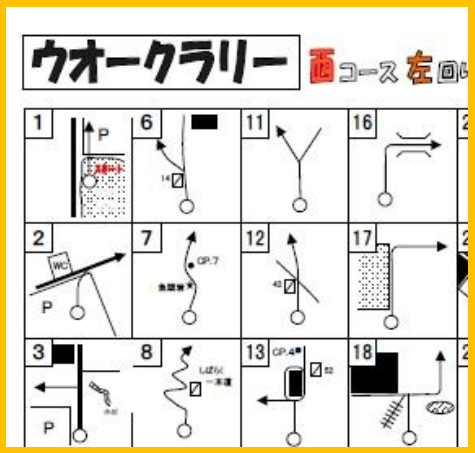
小学校５年生～　　通年　　指導なし

貸出できるもの

- マップ（指導者用）
- スタート・ゴールの横断幕
- ゼッケン（５色　各３０枚）

団体で準備するもの

- バインダー　・時計　・記録用紙
- 掲示用の問題（ポイント設置用）



指導のポイント

- 　コース図を順番に見ながらチェックポイントの課題を解決していきます。事前にコース図の見方や活動の流れを説明しておくことが大切です。

活動上の留意点

【設定コースの概要】

９０名以上のコース（南・西コース）

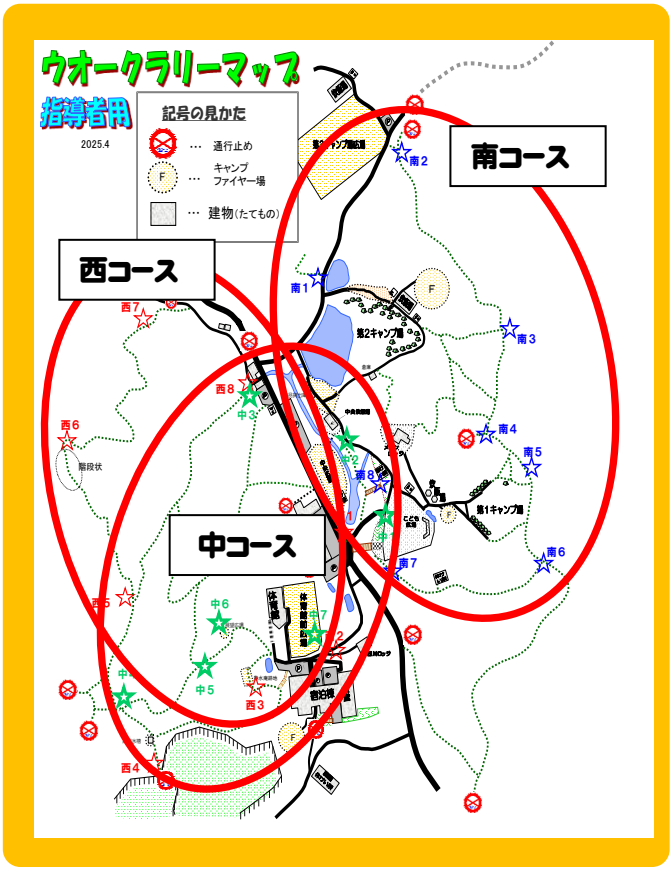
○　当施設では、南・西２コースのウオークラリーコース（それぞれ２ルート）を設定しています。コース（南・西）とルート（左回り・右回り）の組合せを変えることにより複数のグループが同時にスタートできます。

　また、各コースのスタートやゴールの場所は、基本的に中央広場になりますが、こども広場や体育館前広場、３Ｃ広場や宿泊棟、研修棟前に設定することも可能です。

８０名以下のコース（中コース）

○　体育館前・宿泊棟からスタートします。

○　ポイントの問題は、団体で各ポイントに設置してください。競技終了後は、撤去してください。



活動の流れ（例）

※ 開始までに、問題を看板に取り付ける。

(1)集　　合　・ 中央広場あるいは団体の設定場所
（１グループ：４～６人が適当）

(2) 事前指導　① 競技説明　② コース図の見方
③ 記録の仕方　④ 注意事項

(3) スタート　・ 各ルート、４～５分おき

(4) ゴ ー ル　・ 答え合わせ等

(5) 成績発表

○　終了の予告放送を希望する場合は、開始前までに「申し込み」が必要です。ＢＧＭは持ち込みが可能です。活動を円滑にするため、競技者へ事前に曲を伝えておいてください。

※BGM の選曲が他団体と重複する場合、活動の混乱を避けるため、希望曲以外でお願いすることもあります。

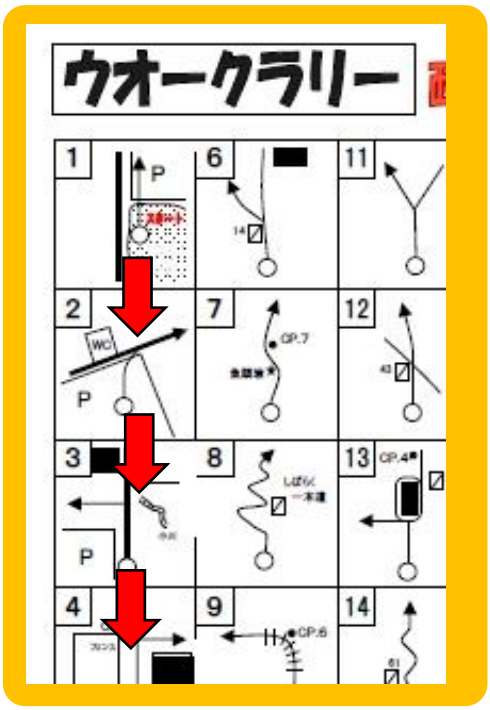
活動方法の説明

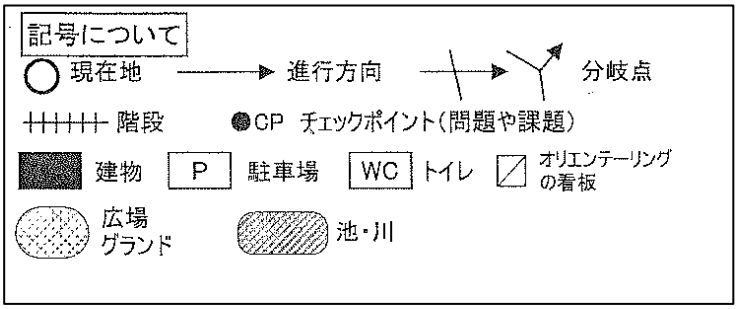
○　コース図を読み取り、決められたルートを歩き、途中に設置してあるチェックポイントの問題を解きながら、一定時間で帰ってくる活動です。

○　各団体で設定した課題を解決した得点と時間得点の合計を競います。

（1）　コース図の見方

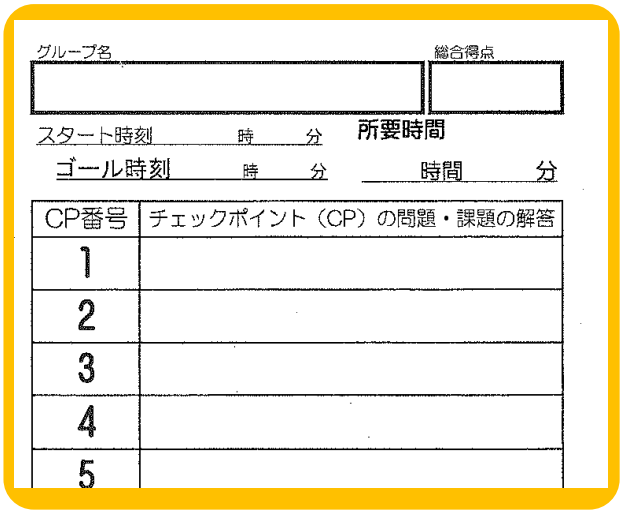
① 　分岐点ごとにコース図が現れ、矢印は進むべき方向を示している。
② コース地図は、１から順を追って見ていく。
③ コース図の方位は、一定ではない。
※上が北とは限らない。
④ コース図上の線の長さは、実際の距離とは一致しない。
⑤ 記号例は、解答用紙に記載。





（2）　記録の仕方

① グループ名、スタート時刻を記入する。
② コースを歩きながら、各チェックポイントの問題に対する解答を記入する。
②　 チェックポイントは、各コースに８つ（７つ）ある。右回りルートならＣＰ.１から、左回りならＣＰ.８から順に通過する(中央広場をスタートにした場合)。
④ ゴール時刻を記入する。
⑤ 所要時間を算出する。


グループ名　　総合得点

スタート時刻　　時　分　　所要時間

ゴール時刻　　時　分　　時間　分

CP番号	チェックポイント（CP）の問題・課題の解答
1	
2	
3	
4	
5	

（3）　注意事項

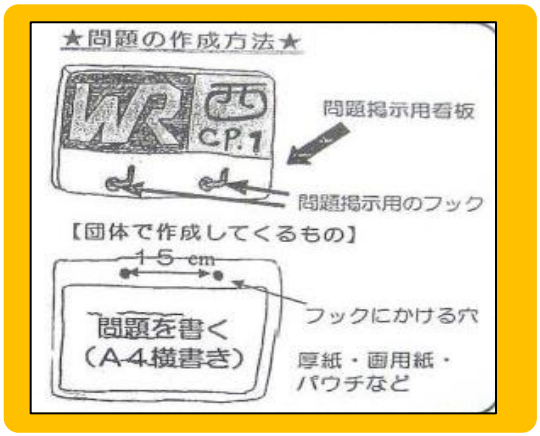
① 単独行動ではなく、必ずグループで行動すること。
② 体力に自信のない人、体調の悪い人にペースを合わせること。
③ 必ず遊歩道を歩くこと。遊歩道は、場所によって道幅が狭く傾斜が急なところもあるので注意すること。
④ 道に迷ったらわかるところまで戻ること。

（４）　その他

○　ルートやチェックポイントの場所を示したマップ（指導者用）がありますので、コース上に点検係を配置する際にご利用ください。

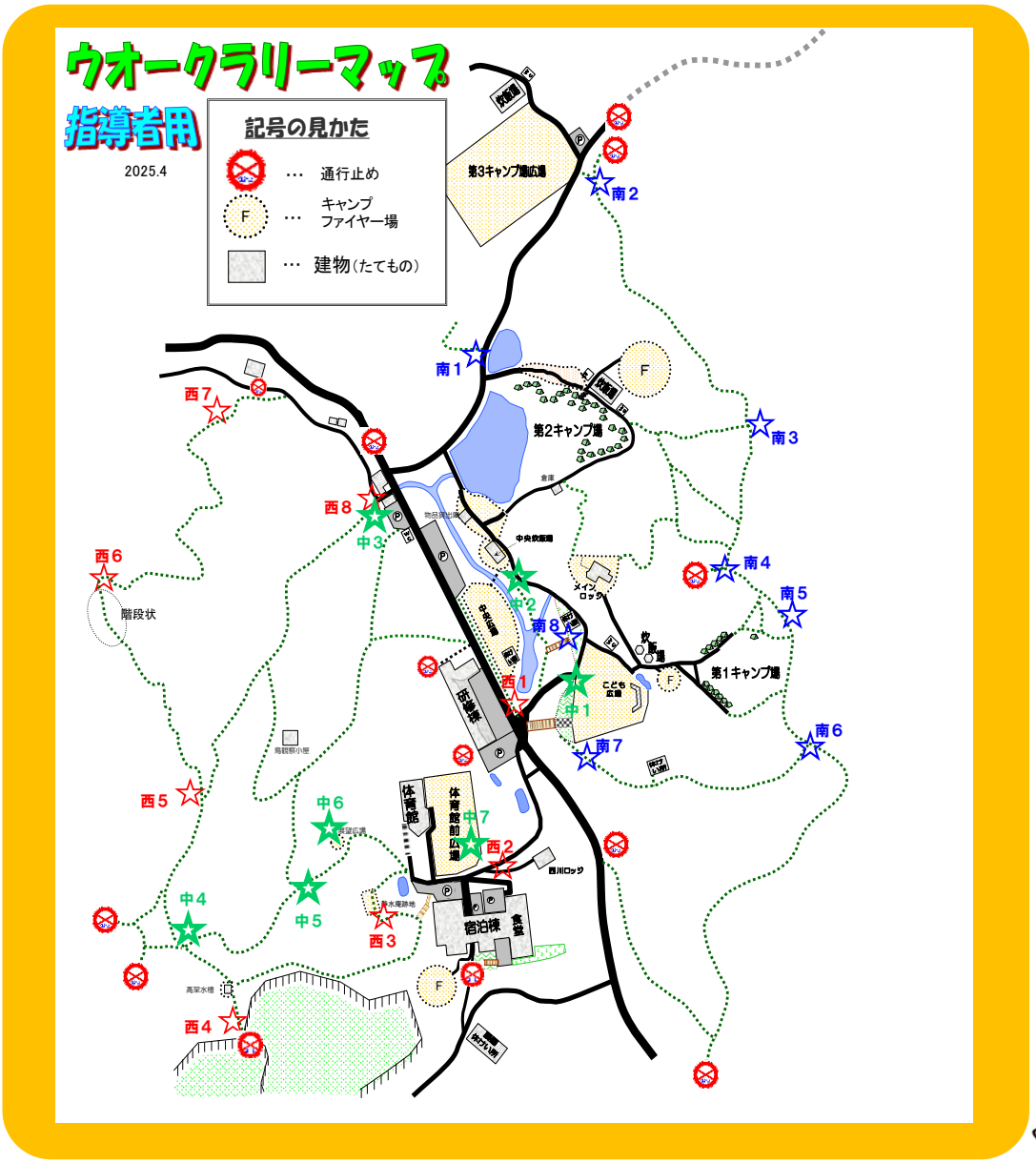
○　チェックポイントには、看板（下の図）を設置しています。看板が脱落したり、紛失したりしている場合は、当施設にご連絡ください。

○　問題はチェックポイントのフックに掛けます。問題に、少し長めのひもを取り付けておくと設置しやすいです。



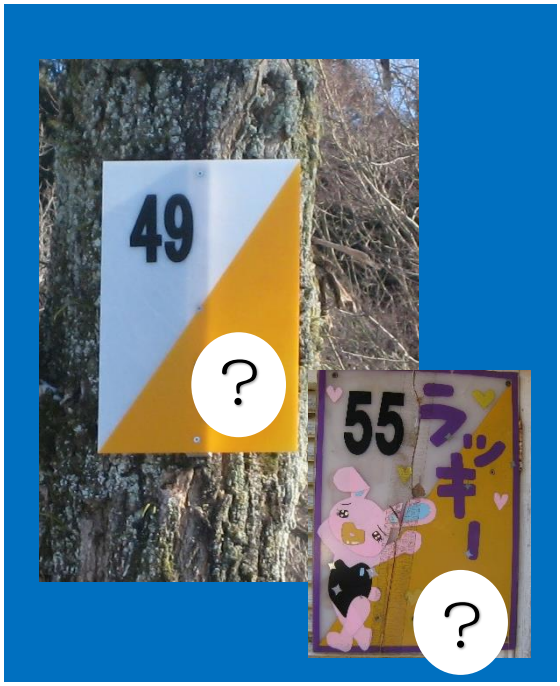
○　設置した掲示物（問題や課題）は、活動終了後、速やかに撤去してください。

○　引率者は、安全確保のため、公道の分岐点や横断歩道等に人を配置してください。



自然を満喫しよう！

オリエンテーリング



【　説　明　】
　地図をもとにグループで協力して自然の中に設置した標識を見つけ、得点を競う活動です。
【　ね　ら　い　】
　自然に親しみながら、仲間と協力して課題を解決する協調性を育む。

遊歩道　　2.0～3.0時間　　定員なし

小学校５年生～　　通年　　指導なし

貸出できるもの

- 説明版（ポストの見本など）
- スタート・ゴールの横断幕
- ゼッケン（５色　各３０枚）

団体で準備するもの

- バインダー
- 時計
- 筆記用具
- 記録用紙

■■■■■ポストマークの見本■■■■■

オリエンテーリング
通行止め

こちらのマークは
使用しません

活動上の留意点

- 遊歩道は、場所によっては道幅が狭く、傾斜が急な所もあるため、ご注意ください。
- 引率者は、安全確保のため、公道と隣接する遊歩道の入り口や横断歩道に人を配置してください。
- ポストは歩道から見えない所には設置していません。
- オリエンテーリングの解答を希望される団体は、下見打ち合わせの際に申し出てください。
- 必ず、グループで行動してください。

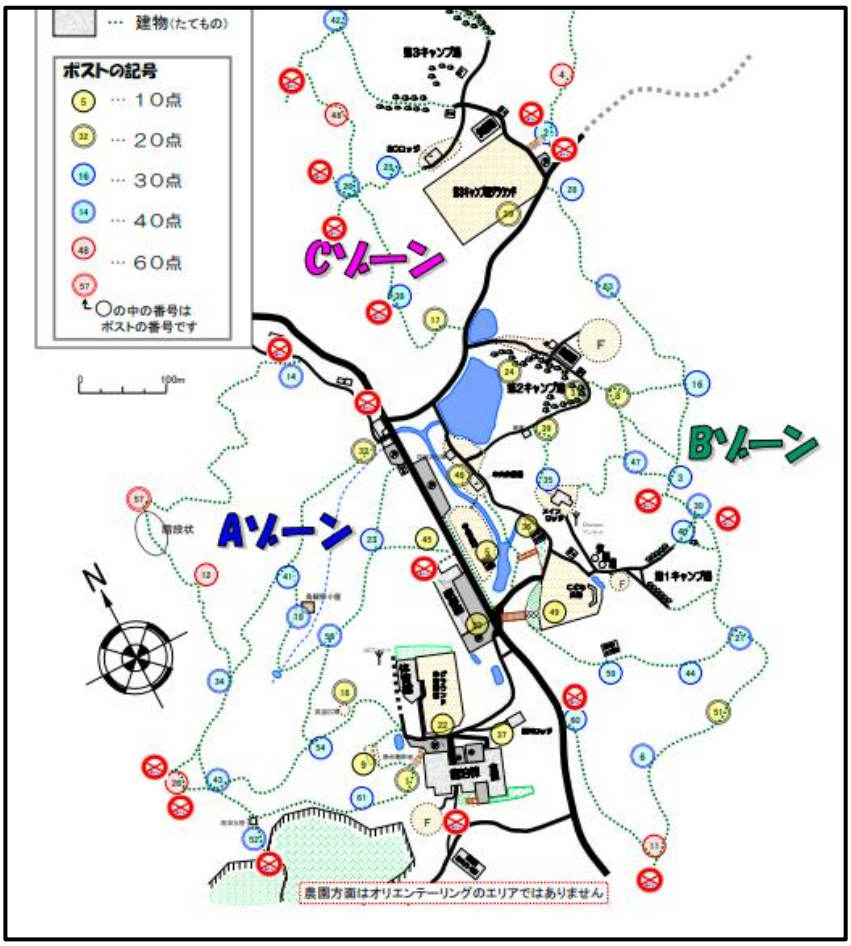
オリエンテーリングマップの見方

① 縮尺は５千分の１です。
　マップ上の 1cm は 50m になります。

② ○印がポストのある場所です。
　○印の中にある数字はポストの番号になっており、点数で色分けしています。

※ 団体でマップをカラー印刷後、ラミネート加工すれば、参加者が使いやすいです。

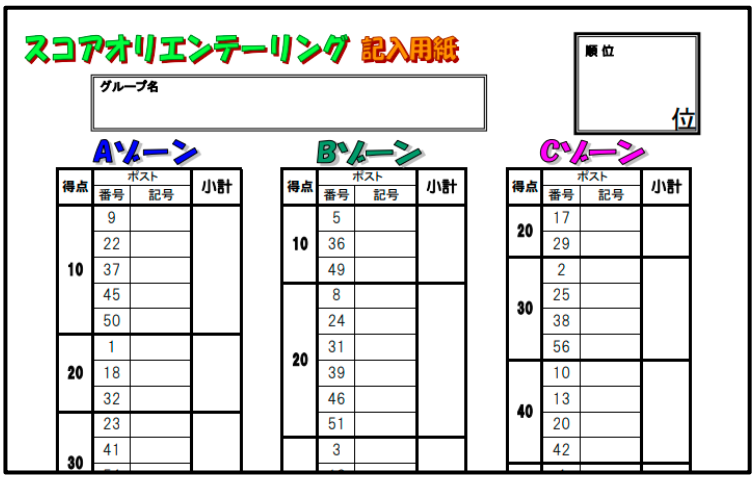
※ オリエンテーリングのエリアは､３つに分けることができます。
　競技時間があまり取れない場合は、エリアを限定して活動することをおすすめします。



記録の仕方

① グループ名を記入する。

② ポストを見つけたら、記入用紙の番号と数字が同じ所を探し、その横の記号欄へ、該当の記号や図形を記入する。


スコアオリエンテーリング 記入用紙

グループ名

順位 位

Aゾーン

得点	ポスト 番号	ポスト 記号	小計
10	9		
	22		
	37		
	45		
	50		
20	1		
	18		
	32		
30	23		
	41		

Bゾーン

得点	ポスト 番号	ポスト 記号	小計
10	5		
	36		
	49		
20	8		
	24		
	31		
	39		
	46		
	51		
	3		

Cゾーン

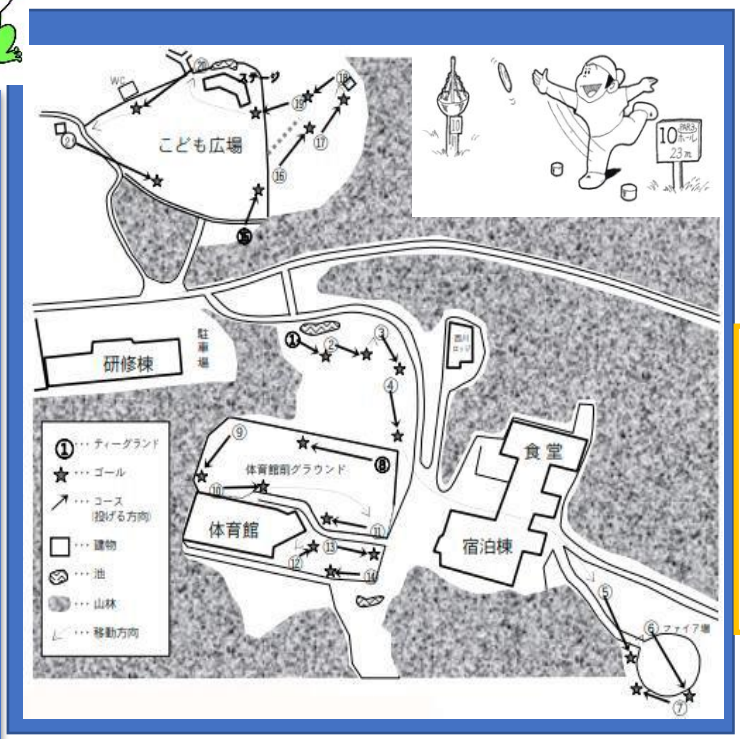
得点	ポスト 番号	ポスト 記号	小計
20	17		
	29		
30	2		
	25		
	38		
	56		
40	10		
	13		
	20		
	42		

ラッキーポスト

① マップ中には掲載していませんが、ラッキーポストを４か所、超ラッキーポストを１か所、敷地内に設置しています。

② ラッキーポストには、カタカナやアルファベットではない図形が記されています。記入用紙に、図形を記入してください。

自然を満喫しよう！



ディスクゴルフ

【　説　明　】
　ディスクを投げ、専用のゴールに、いかに少ない投数で入れられるかを競う活動です。
【　ね　ら　い　】
　年齢や体力に関係なく、交流を深めたり楽しんだりするとともに、自然に親しみながらルールや決まりを守り、規律正しい態度を養う。

設定コース　　2.0～3.0時間　　定員なし

幼児（年長）～　　通年　　指導なし（要電話予約）

貸出できるもの

・フライングディスク（200 枚程度）
・さお（池に落下時に使用）

団体で準備するもの

・記録用紙　・筆記用具　・バインダー
（記録用紙は当施設 HP よりダウンロード可能）

■■■■■　「設定コース」　■■■■■

こども広場コース

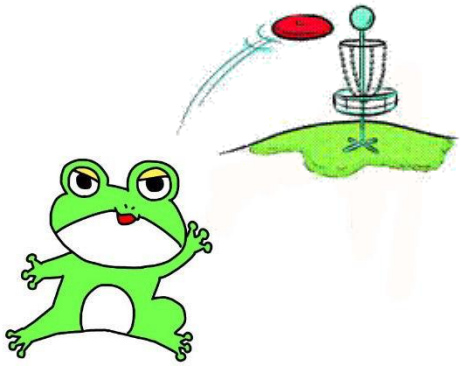
体育館前コース

宿泊棟コース

活動上の留意点

- 必ずグループで行動してください。
- 投げる前に周りを確認してください。
- 池に、棒や木の枝を投げ込まないでください。
- ディスクを紛失した場合は「紛失場所」「ディスクの番号」を当施設にご連絡ください。

「設定コース」の概要



○ 「７ホール×３コース」合計２１ホールがあります。
○ 各ホールのスタート地点には「看板」と「目印（黄色に着色した円柱の石）」、ゴール地点には「ゴールポスト（大きなカゴ）」を設置しています。
○ 大人数で行う場合は、一か所でスタートすると混雑するため、各ホールに分散するといいでしょう。

活動方法（例）

① スタート順は、ジャンケンで決定します。
② 第２投以降は、ゴールまで遠い人から投げ、全員がゴールに入ればそのホールを終了し、次のホールに進みます。
③ 第２ホール以後のスタート順は、前ホールの成績が上の人からとします。
④ ペナルティーについて
以下の場合には、投げた回数に１を加える。
Ａ：ディスクが、コースから外れたり（ＯＢ）、池に落ちたりした場合は、ディスクを投げた地点に戻って再度投げ直します。
Ｂ：ディスクが、コース内の木の茂みにひっかかった場合は、ディスクがゴールに近づかない地点に出します。
※ ペナルティールールの有無は、団体の任意で決定してください。

記録の仕方

【記入例】

① 実施月日、 チーム名を記入。
② グループのメンバー名、ディスク番号を記入。
③ 各ホールに投げた回数を記入。

○ 移動中は車に注意し、横断歩道のあるところでは、必ず横断歩道を渡るようにしてください。

4月　15日		チーム名 チーム・ディズニー				
ホール	PAR	名前 ミッキー ディスク番号 18	名前 ミニー ディスク番号 19	名前 スティッチ ディスク番号 20	名前 ダッフィー ディスク番号 21	名前 ドナルド ディスク番号 22
①	3	3	4	3	3	4
②	3	4	3	3	4	3
③	4	4	4	5	3	4
④	3	3	3	3	3	4
⑤	3	3	2	3	2	3

自然を満喫しよう！

ミニトレッキング

【　説　明　】

遊歩道を歩きながら、森の中で聞こえる音やにおいを体験し、景色を楽しみながら自然を満喫する、ちょっとした山歩きです。

【　ね　ら　い　】

自然を体感しながら歩くことにより、こどもの感性を高める。

遊歩道　　0.5～2.0時間　　定員なし

小学校３年生～　　通年　　指導なし

貸出できるもの

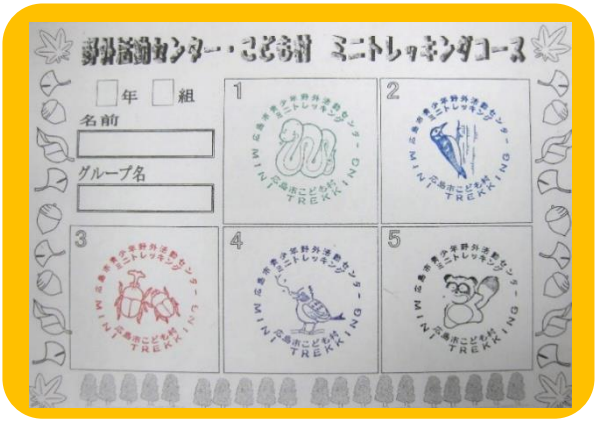
- 野鳥ハンドブック（最大３０冊）
- 双眼鏡（最大２０台）
- スタンプ、スタンプ台

団体で準備するもの

- マップ　・スタンプカード
- 軍手　・水筒　・タオル

指導のポイント

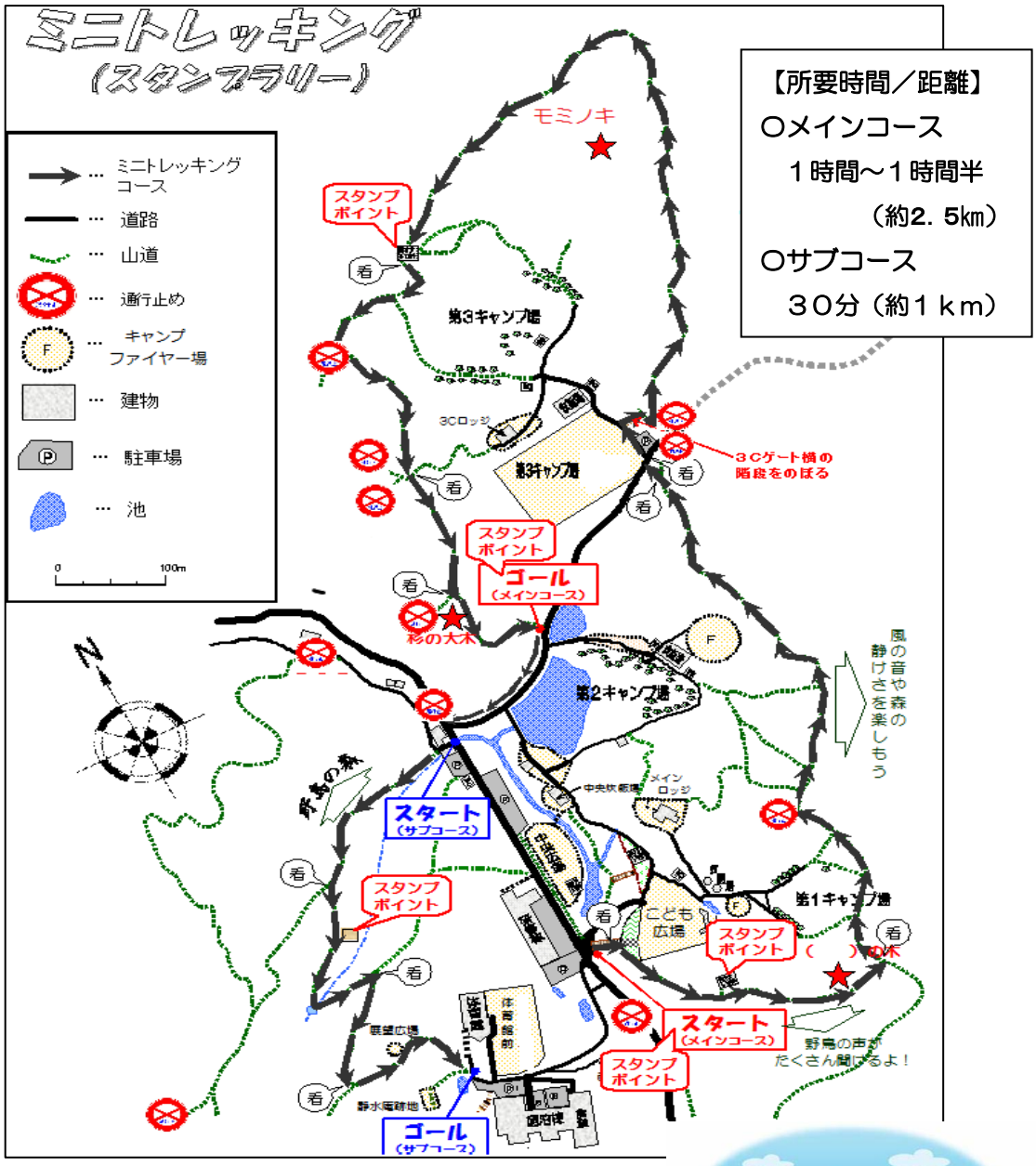
- ただ歩くだけではなく、時折、立ち止まり、自然の音や周りの景色を意識させます。
- スタンプラリーの要素を織り交ぜることでゲーム性が高まり、意欲的に取り組むことができます。



活動上の留意点

- 進入禁止（通行止め）の看板等の指示には必ず従い、コースを外れて藪（やぶ）の中に入らないでください。
- 引率者は、事前に下見を行い、体力に応じたコースを選択してください。

コース地図



その他

○ 「通行止めマーク」より先は進入しないでください。
○ ★は大木（スギ等）、「看」はコース上の分岐点での看板を示しています。
○ 事前に下見を行い、コースを選択してください。
○ 地図上のスタンプポイントは、一例です。各団体で、場所や数を決めて行うこともできます。

通行止めマーク

自然を満喫しよう！

グリーンウオーク（植物めぐり）

【　説　明　】
　当施設の遊歩道沿い（研修棟～こども広場～第３キャンプ場）に設置している「樹木の解説板」を探し、解説文を読んだり、課題を考えたりしながら散策する活動です。
【　ね　ら　い　】
　施設内を散策し、樹木の名前や特徴を知ることにより、樹木や自然への関心を高める。

遊歩道　　1.0～2.0時間　　定員なし

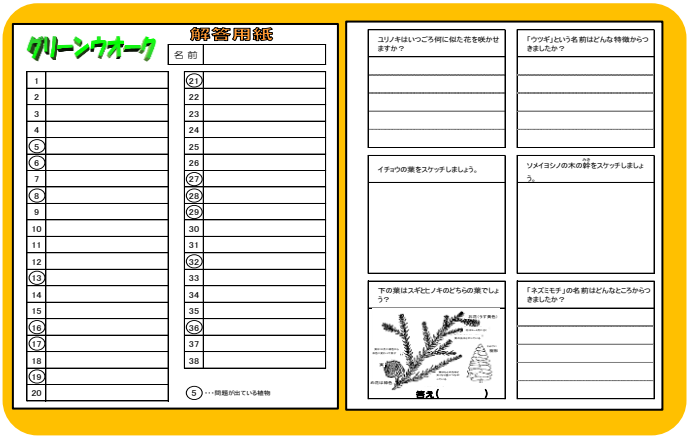
小学校５年生～　　通年　　指導なし

貸出できるもの

- 野外活動センターの樹木（冊子）
- 野外活動センターの植物（草木編）
- バインダー（最大５０枚）

団体で準備するもの

- 記録用紙（マップ付き）
- 筆記用具
- バインダー（下敷き）



指導のポイント

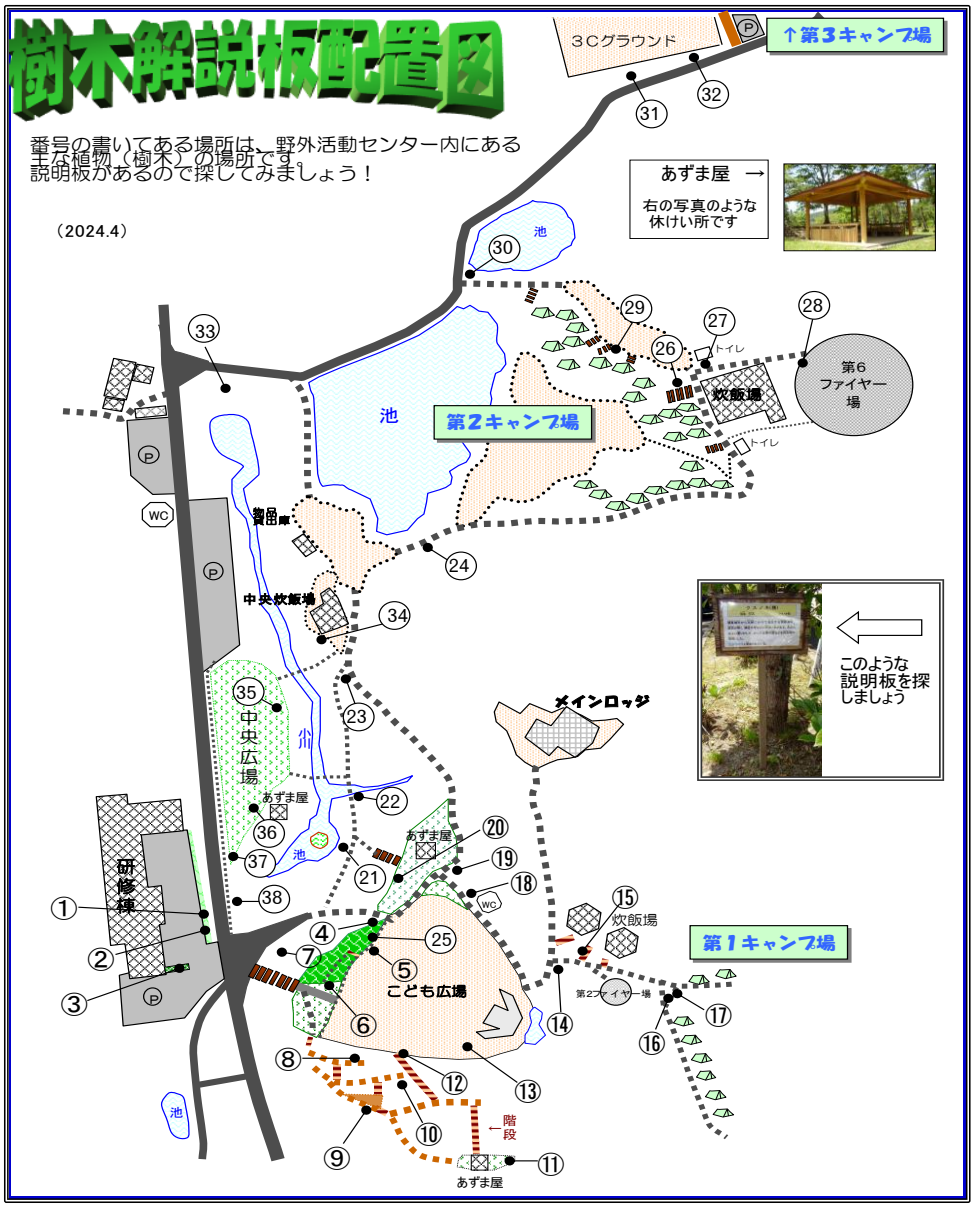
　事前に樹木の観察ポイント（葉の形や樹皮の特徴等）を示しておくことで、解説板を読むだけでなく、樹木をしっかり観察し、学習効果が高まります。

活動上の留意点

　わかりやすい所にポイントを設置していますが、遊歩道から外れ、藪（やぶ）の中に入らないでください。

樹木解説配置図（コースマップ）

○　記録用紙（マップ付き）の原稿は、事前（下見等の際）にお渡しします（当施設ホームページからもダウンロードできます）ので、各団体で印刷をお願いします。



その他

（1）コースマップの見方	①　現在地点を確認する。 ②　地図記号（遊歩道、池、建物等）を確認する。 ③　樹木解説板配置図の番号は、樹木（説明板設置）の位置を示している。
（2）記録の仕方	○　どの課題から解いてもよい。 （ただし、課題は解説板の位置の順に並んでいない。） ※　スケッチを除いては、解説板を読めば答えることができる。

自然を満喫しよう！

グリーンウオーク

（ことば集めアドベンチャー）

【　説　明　】
　当施設内の遊歩道沿いに設置している「樹木の解説板」に記載している樹木名を手がかりに、『ことば集め』をするゲーム感覚で自然に親しむ活動です。

【　ね　ら　い　】
　ことば集めアドベンチャーのミッションをクリアしながら意欲的に施設内の樹木の名前を調べることにより、自然への関心を高める。

遊歩道　　1.0～2.0時間　　定員なし

小学校５年生～　　通年　　指導なし

貸出できるもの

・バインダー（最大５０枚）

団体で準備するもの

・樹木解説板配置図　・筆記用具
・ことば集めアドベンチャー解答用紙
・バインダー

指導のポイント

　解説板を読むだけではなく、その樹木をしっかり観察するよう、事前に観察のポイント（葉の形、樹皮の特徴等）を示しておくと、活動がより充実します。

3文字　例題の解答

樹木№	15	19	11
樹木名（じゅもくめい）	ア	サ	ヒ
	カ	ザ	サ
	メ	ン	カ
	ガ	カ	キ
	シ		
	ワ		

隠れていた3文字の言葉は？

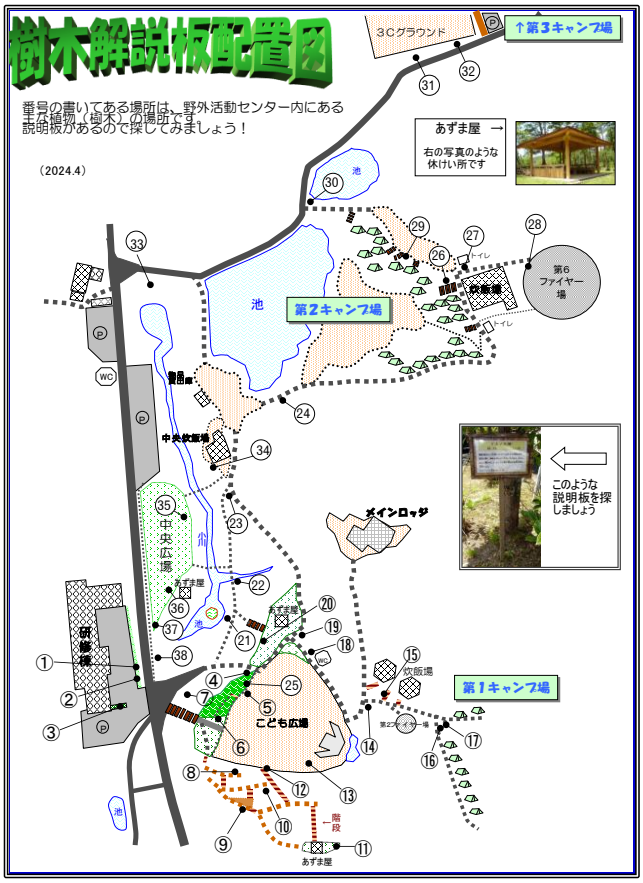
ア	サ	ヒ

活動上の留意点

　わかりやすい所にポイントを設置していますので、遊歩道から外れ、藪（やぶ）に入らないでください。

樹木解説板配置図（コースマップ）

○　樹木解説板配置図、問題用紙の原稿は、事前（下見等の際）にお渡しします（当施設ホームページからもダウンロードできます）ので、各団体で印刷をお願いします。



指導の流れ（例）

（1）研修棟周辺の樹木を使って、活動方法を説明する。 ①　現在地点を確認する。 ②　コースマップの見方を確認する（遊歩道、池、建物等）。 ③　ことば集めアドベンチャーの解答の仕方を確認する。 ※　樹木解説板配置図の番号は、樹木及び説明板の位置を示しています。説明板内の問題に記載した番号の場所の樹木の名前を調べて言葉を集めます。 ④　注意事項を確認する。 ※　必ず、遊歩道を歩く。 ※　かぶれる木等に触れないよう注意する。 （ヌルデ、ヤマハゼ、ヤマウルシ、ツタウルシ等）
（2）ことば集めの解答用紙を配りグループごとに樹木を探しに行く。 ※　ミッションには、初級編（3文字～4文字）、中級編（5文字～8文字）の2種類がある。 ※　活動時間や実態に合わせ、解答用紙を渡す。
（3）ことばが完成したら答え合わせを行う。 ※　早く終わったグループには、別の問題を渡して活動させても良い。

自然を満喫しよう！

バードウォッチング

【　説　明　】
　野鳥ハンドブックと双眼鏡を持って、野鳥の姿を見たり鳴き声を聞いたりする活動です。
【　ね　ら　い　】
　自然の中で感覚を研ぎ澄ませ、資料と実物を見比べて鳥を見分けたり、鳴き声を聞き分けたりして自然への関心を高める。

施設内	0.5～1.0時間	定員なし
小学校５年生～	通年	指導なし

貸出できるもの

- 野鳥ハンドブック（最大３０冊）
- 双眼鏡（最大２０台）

団体で準備するもの

- メモ帳
- 筆記用具

■■■■■センター内でよく見られる野鳥■■■■■

ホオジロ	ヒヨドリ	シジュウカラ	キジバト

活動上の留意点

　鳥を見つけることに夢中になり、車道へ飛び出したり足元への意識が低下したりしないよう、身の回りの安全確保に注意してください。

当施設では、年間合わせて約４０種類の野鳥が確認されています。双眼鏡の操作や鳥の識別には少し慣れが必要ですが、ちょっとしたコツを覚えると、当施設のような山中でなくても、私たちの生活圏においても、意外と野鳥がいることに気付くようになります。この活動を通して、かわいい鳥の世界をのぞいてみませんか。

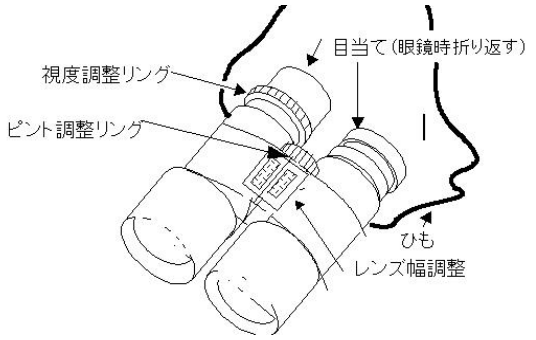
※　観察に適した時間帯は、「早朝（午前中）」と「夕方」です。

指導の流れ（例）

(1)事前指導	① 双眼鏡の使い方 ② 鳥を見つけるコツ ③ 鳥を見分けるコツ
(2)観　　察	・ 見つけた鳥をハンドブックでチェックする。

※　絶対に、双眼鏡で太陽を見ては、いけません！！

（１）　双眼鏡の使い方



①　必ず、ひもを首にかける。

②　レンズ幅を調整する。
レンズを覗（のぞ）いて、左右の視野が重なって、ひとつの円になるように調整する。

③　視度調整(左右視力の違いを調整)する。
（1）右目を閉じて、左目だけで覗(のぞ)く。
（2）ピント調整リングを回して、左目だけでピントを合わせる。
（3）左目を閉じて、右目だけで覗く。
（4）右の接眼レンズについている調節リングを回して右目のピントを合わせる。
ピントを合わせるときは、同じものを見て合わせること。

(双眼鏡の種類によっては、調整方法等に違いがあります。)

（２）　鳥を見つけるコツ

野鳥はとても敏感です。なるべく足音をたてず、声を出さないように静かに行動します。

そして、１か所に視点を集めずに、全体的に木々を見渡します。木々の不自然な動き等による鳥の気配や鳴き声を手掛かりとして探すこともポイントです。

（３）　鳥を見分けるコツ

鳥の姿を見つけたら、静かにそっと観察します。決して「いた、いた！」と大声を出してはいけません。また、次の点に気を付けます。

① 大きさの見当をつける。
例：スズメより大きいがハトより小さい。

② 全体の色の感じ。目立った色を見つける。
例：全体に黒っぽい。白っぽい。
羽の先が黄色。おなかが白い。

③ 形の特徴を見つける。
例：しっぽが長い。くちばしが太い。

当施設内でよく見られる野鳥
（留鳥）

スズメ、ハシボソガラス、イカル、
エナガ、シジュウカラ、ヤマガラ、
セグロセキレイ、キセキレイ、コゲラ、
カケス、ホオジロ、メジロ、ヒヨドリ、
ウグイス、キジバト、ホトトギス

自然を満喫しよう！

火おこし

【　説　明　】

まいぎり式火おこし器を使い、摩擦熱を利用して火をおこす活動です。

【　ね　ら　い　】

仲間と協力して火をおこす活動を通じて、火をおこす難しさを学ぶとともに、あきらめない気持ちと粘り強さを育む。

炊飯場・ファイヤー場	1.0時間	100人程度
小学校３年生～	通年	指導あり (要電話予約)

貸出できるもの

・まいぎり式火おこしセット
（最大２４セット）

団体で準備するもの

・軍手　・水筒　・タオル
・材料費　210円／1セット

指導のポイント

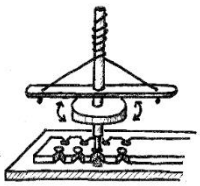
- 全てのグループで火がおきるわけではありません。気温や湿度等の天候や、風の有無により火がおきない場合があります。
- 火がおきない場合でも、気持ちよく体験ができるよう、前向きな声掛けをします。

活動上の留意点

- 火種つくりやランタンへ火を移す作業の際に、こどもたちが火傷をしないよう注意が必要です。また活動後も、灯火したランタンは熱いため、火傷にご注意ください。
- ナイロン製の衣類は、火の粉が舞って付着した際に穴があきやすいのでご注意ください。

活動の流れ（例）

こ　ど　も	指　導　者
⑴　事前説明（15 分）	・ 火おこしセットの使い方等について説明
⑵　火おこし活動（約 30 分）	・ 器具配付 ・ 火おこし活動補助
⑶　後片付け（１０分）	・ 器具回収 ※ ランタンのみ、団体が保管しても良い。 → 活動後、事務室に返却
⑷　再集合（５分）	・ ふりかえり



○ 指導は、当施設職員が行います（団体の引率者が指導することも可能です。）。

その他

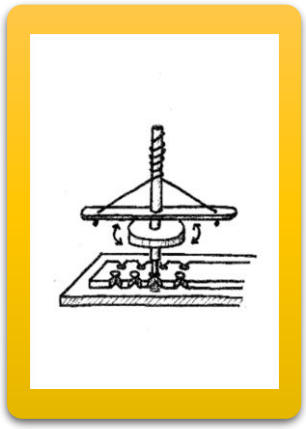
① 火を扱うため、活動場所は炊飯場やファイヤー場に限定します。

② 炊飯場には屋根があるので、小雨での活動も可能です。
（人数次第では難しい場合もあります。）

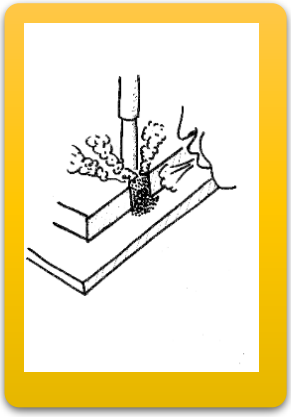
③ 団体の人数が多い場合は、「まき割り」と組み合わせ、並行して実施することも可能です。

(例)

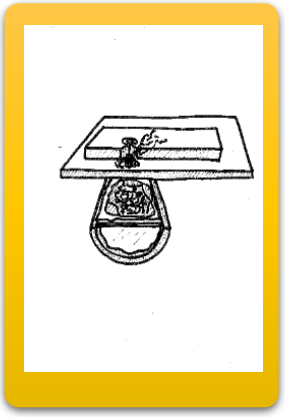
全１４０人の場合	９：００～１１：００	
１組・２組（計７０人）	まき割り	火おこし
３組・４組（計７０人）	火おこし	まき割り



まいぎり式火おこし器



① 火種をおこす



② 火種を火口に移す

③ 炎を出す

④ 最後にランタンに火を移す

自然を満喫しよう！

まき割り

【　説　明　】

　くさびと金づちを使用した丸太割りをする活動です。丸太を割るために木を観察することで、木の性質や特徴を学ぶことができます。

【　ね　ら　い　】

　可燃材料の一つである薪を作る過程を体験し、先人の歴史（技術・生活の知恵等）を学ぶとともに、作業時に諦めない心を育む。

炊飯場・ファイヤー場	1.0時間	100人程度	
小学校３年生～	通年	指導あり（要電話予約）	

貸出できるもの

・まき割りセット（最大２４セット）

団体で準備するもの

・軍手　・水筒　・タオル

指導のポイント

- 丸太を割る際、木にくさびを打ち込むために効果的な場所を考えさせます。くさびが抜けなくなった場合も、どうすれば抜けるのか考えさせます。
- 引率者は、子どもたちの知恵や工夫が出てくることを見守ってください。

活動上の留意点

- くさびを持ちながら金づちでくさびを打ち込む作業は、安全のため一人で行います。
- くさびを打ち込む際、金づちで自分の手をたたいたり、金づちを振り上げて他の人に当てたりしないよう注意してください。

活動の流れ（例）

こ　ど　も	指　導　者
(1)　事前説明（10分）	・ 道具やまき割りの説明、安全指導など。（施設職員又は引率者）
(2)　まき割り活動（約40分） （1班4～6人程度）	・ 道具、丸太配付 ・ まき割り活動補助
(3)　後片付け（10分）	・ 道具、まきの回収
(4)　再集合（5分）	・ ふりかえり　あいさつ

○ 指導は、当施設職員が行います（団体の引率者が指導することも可能です。）。

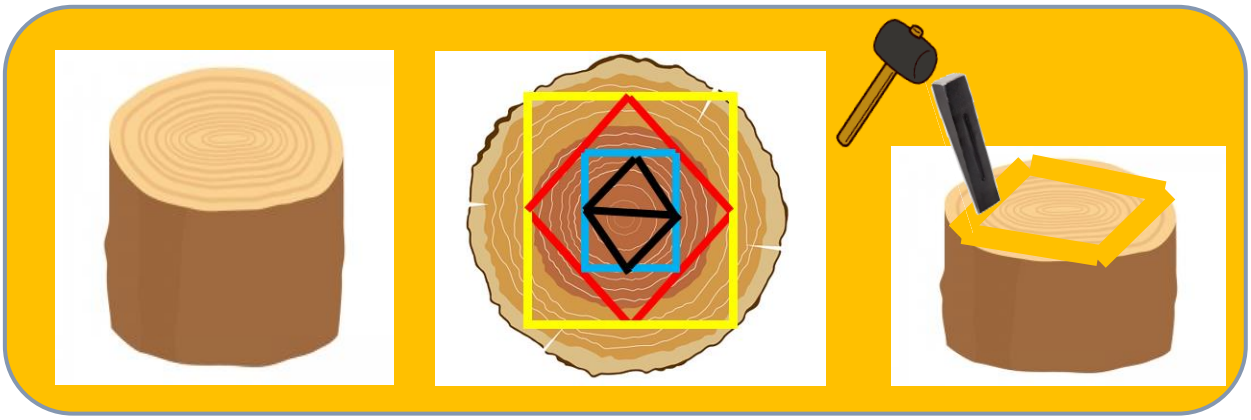
その他

① 団体の人数が多い場合は、「火おこし」と組み合わせ、並行して実施することも可能です。
② 活動場所は主に炊飯場となります。炊飯場には屋根があるので、小雨での活動も可能です。（人数次第では難しい場合もあります。）

○ 丸太は当施設内の雑木や不用木を使用していますが、有限のため、活動を希望される場合、早めに当施設へご相談ください。

○ 割ったまきを他の活動で使いたいところですが、生乾きのため、直ちに薪の材料としては燃えにくく使えません。

○ 引き続き野外炊飯等をされる場合は、当施設で購入したまきを使用してください。



まきは、当施設で準備します。

割りやすい方向にチョークで線を書きます。

印に合わせてくさびをあて、金づちでたたきます。

自然を満喫しよう！

星空観察

【　説　明　】
　当施設の環境は、日没後、人工的な明かりが少なく星空観察に最適です。星座早見盤を使って星を見つけたり、望遠鏡を使って月や惑星などの観察をしたりする活動です。
【　ね　ら　い　】
　星空観察を通して、天体の魅力を体感し、自然への興味・関心を高めるとともに、集中力や観察力を育む。

施設内	1.0時間	定員なし
幼児（年長）～	通年	指導なし

貸出できるもの

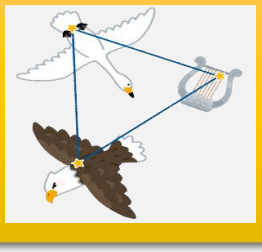
- 星座早見盤（最大２０）
- プロジェクター　・スクリーン

団体で準備するもの

- 星座早見盤　・防寒具（冬季期間）
- 懐中電灯

■■■■■おすすめの星座・天体■■■■■

①春：天の川　②夏：夏の大三角　③夏：さそり座　④秋：オリオ



活動上の留意点

- 星空観察は天候に左右されます。観察が十分にできない場合は、天体観測用のソフトウェアやアプリを活用し、曇りや雨天時に体育館で天体について学ぶプログラムへ変更しても構いません。
- 季節によって日没時間が変わります。指導計画を立てる際は、ご留意ください。

活動の流れ（例）

(1)事前準備	☆　天体望遠鏡の調整 ①　周囲の安全を確かめ、危険個所があれば事前に安全措置を講じる。 ※　夜は、暗くて周囲の様子が見えにくくなることを考え、足元等には十分に注意して行動する。 ②　観察する場所を決め、方角を確かめてから天体望遠鏡等を設置する。 ※　望遠鏡は、宿泊棟Ａ棟３階倉庫と屋上倉庫に保管してあります。 ※　観察場所としては、宿泊棟屋上、体育館前広場、こども広場、第３キャンプ場広場です。
(2)事前指導	☆　星空観察の説明 活動のねらいや場所等について説明する。 ☆　観察中の諸注意 ①　安全上に関する注意を行う。 ②　天体望遠鏡の使い方について説明する。 ③　観察中の懐中電灯の使用について、必要以上に使用しないように説明する。
(3)観　察	☆　全天の星の様子、星座等の観察 ①　星の明るさ、色の違う星を観察する。 ②　その季節の代表的な星座を観察する。 ☆　天体望遠鏡を使って観察する。 惑星（火星、木星、土星等）を観察する。 ※　事前に指導者が、望遠鏡内に観察させたい天体をとらえておく。 ※　月が出ていれば、望遠鏡で月表面の様子を観察しても良いが、とても明るいため、目を傷めないように注意する。
(4)ふりかえり	☆　感想の共有 ☆　指導者の講話等 観察した星の様子や見つけた星座について確かめる。 ※　知識的なことだけでなく、星の美しさや不思議さについても紹介する。

その他

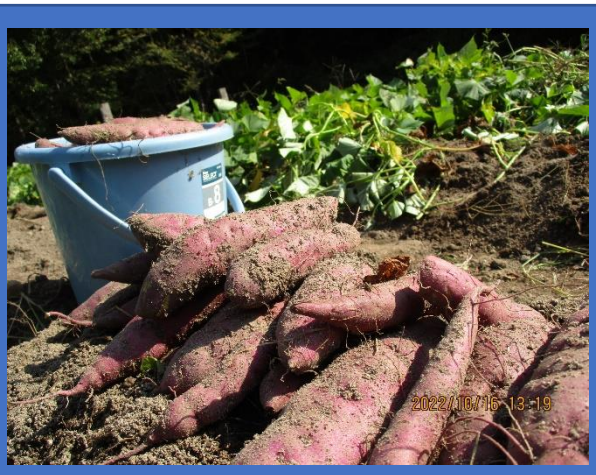
○　<u>天体観測用のソフトウェアの活用</u>

星空観測は天候に左右されるため、当日になってみないと実施できるかどうかわかりません。ソフトウェアがあれば、雨天時にも大型スクリーンを使って天体について学ぶことができます。

○　<u>天体観測用のアプリの活用</u>

体観測用のアプリが入ったスマートフォンやタブレット端末を使えば、誰でも簡単に天体を見つけることができます。

自然を満喫しよう！



農業体験

【　説　明　】
　作物の収穫を中心とした農業体験を行う活動です。
　概ね、５月中旬から 11 月上旬まで実施します。
【　ね　ら　い　】
　作物の植付・収穫・除草等の農業体験を通じて、農業の喜びを味わうとともに、大変さや課題に触れ、農業に対する理解を深める。

実習農場

1.0～1.5 時間

１５０人程度

幼児（年小）～
※高校生以下のこどもを含む団体のみ

５月中旬～１１月上旬

指導必須
（要電話予約）

貸出できるもの

・一輪車・アメリカンレーキ・くわ
・バケツ　・はさみ　・移植ごて

団体で準備するもの

・軍手　・長靴　・タオル
・持ち帰り用のビニール袋

■■■■■収穫できる作物の例■■■■■

①枝豆　②トマト　③トウモロコシ　④サツマイモ

活動上の留意点

- 必ず職員の指導のもと活動を行います。
- 団体の引率者は、体験開始時刻までに農園休憩所に参加者全員を集合させてください。
- 雨天時に活動する場合は、団体で雨具を用意し、こどもたちの健康に配慮して活動してください。
- 10 月から 11 月のサツマイモの収穫体験終了後は、団体の引率者が収穫した圃場の整備を行ってください。整備方法は、現地で職員が説明します。

農業体験について

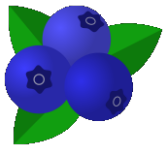
- サツマイモの苗の植え付け体験を申し込まれた団体は、サツマイモの収穫体験も合わせて予約することができます（セット申込）。
  ※　同一団体でも、植え付けと収穫の活動主体が異なる場合、収穫体験をする人数が大幅に増える場合、原則別団体扱いとさせていただきます。その場合、収穫については６か月前に別途申し込みが必要です。詳しくはお問い合わせください。
- イチゴの収穫体験は、必ずサツマイモの苗の植え付け体験もしくは除草作業を同日に行うことになります。
- 収穫体験活動には、除草等の軽農作業、収穫後の畑の清掃や整地も含まれます。
- 収穫した作物は、その場で食したり、野外炊飯で利用したり、あるいは持ち帰ったりすることができます。
  ※　<u>ただし、イチゴについては持ち帰りができません。</u>

活動の流れ（例）

サツマイモの苗の植え付けとイチゴの収穫

⑴ 集　　合	• 農園休憩所前に集合
⑵ 事前指導（１５分）	• 作業の概略 • 植え付けの方法、手順
⑶ 植え付け等	• イモの苗、用具の分配 • サツマイモ畑に移動し説明後、植え付け、除草
⑷ 収　　穫	• 手洗い後、イチゴ畑へ移動 • 収穫するイチゴの量、範囲等の説明 • 収穫体験
⑸ 片 付 け	• 用具の洗浄、返却
⑹ 試　　食	• イチゴを洗って食べる
⑺ 事後指導	• イチゴ、イモの育ち方等

★ **農園及び農園休憩所への車の乗り入れはできません。**
（駐車場については、当施設へお問い合わせください。）



体験活動の実施時期

⑴ 植付け	サツマイモ	５月下旬～　７月上旬
⑵ 管　理	除草作業等	７月上旬～　９月下旬
⑶ 収　穫	イチゴ	５月中旬～　６月中旬
	タマネギ	５月下旬～　６月下旬
	ジャガイモ	６月下旬
	ブルーベリー	７月下旬～　９月上旬
	ミニトマト	７月下旬～　９月中旬
	キュウリ	７月下旬～　９月中旬
	ピーマン	７月下旬～　９月中旬
	ナス	７月下旬～　９月中旬
	トウモロコシ	８月上旬～　９月下旬
	枝豆	９月上旬～１０月上旬
	サツマイモ	１０月上旬～１１月上旬

※ 当日の天候等により、実施できない場合があります。

※ 天候等により生育状況が変わるため、収穫作物や収穫時期が変わる場合もあります。

※ 田植え(5月下旬)、稲刈り(9月下旬)も可能です。詳しくは当施設へお問い合わせください。

親交を深めよう！

野外炊飯

【　説　明　】

自然に囲まれた炊飯場で、かまどを利用して野外炊飯を行う活動です。メニューは団体で決めることができます。

【　ね　ら　い　】

仲間と協力して一緒に料理を作る楽しさや野外で食べるおいしさを体感する。

炊飯場	1.0～3.0時間	150人程度
小学校1年生～	通年	指導なし（要電話予約）

貸出できるもの

・平皿　・なべ　・まな板　・包丁
・やかん　・バット　等

※事前に物品貸出票を提出してください。

団体で準備するもの

・食材　・新聞紙　・マッチ　・布巾　・金たわし
・食器洗い用のスポンジ　・ハンドソープ
・食器等洗い用の液体洗剤
・すす落とし用のクリームクレンザー
・焦げ付き防止用の粉クレンザーと塗るためのはけ等
・食器類（割りばし、スプーン、紙コップ等）
・広島市指定の事業用ゴミ袋　等

野外炊飯メニュー＆食材例

豚汁セット
ふりかけ・のり付
《内容の目安》
・米　・味噌　・だしの素　・豚肉　・ニンジン
・大根　・こんにゃく　・ごぼう　・里芋　・ねぎ
・サラダ油
・ふりかけ　・味付けのり

ビーフ野菜カレーセット
〔甘口〕サラダ・デザート付
《内容の目安》
・米　・カレールー　・サラダ油
・じゃがいも　・ニンジン　・玉ねぎ
・牛肉
・レタス、キュウリ、カニカマ
・ドレッシング　・ゼリー

クリームシチューセット
サラダ・デザート付
《内容の目安》
・米　・シチュールー　・サラダ油
・じゃがいも　・ニンジン
・玉ねぎ　・とり肉
・レタス、キュウリ、カニカマ
・ドレッシング　・ゼリー

ハッシュドビーフセット
サラダ・デザート付
《内容の目安》
・米　・ハヤシルー　・サラダ油
・玉ねぎ
・牛肉
・レタス、キュウリ、カニカマ
・ドレッシング　・ゼリー

ホットドック
くだもの付
《内容の目安》
・パン　・ロングウインナー
・キャベツ
・ケチャップ
・バナナ
（ジュース等飲み物は、別途注文となります）

牛皿セット
サラダ・デザート付
《内容の目安》
・米　・牛肉　・タレ　・ネギ
・玉ねぎ　・糸こんにゃく　・えのき
・レタス、キュウリ、カニカマ
・ドレッシング　・ゼリー

鶏肉の卵とじセット
サラダ・デザート付
《内容の目安》
・米　・鶏肉　・生卵　・タレ
・玉ねぎ　・ねぎ　・干ししいたけ
・レタス、キュウリ、カニカマ
・ドレッシング　・ゼリー

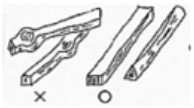
すき焼きセット
サラダ・デザート付
《内容の目安》
・米　・牛肉　・すき焼きのタレ
・白菜　・ねぎ　・玉ねぎ　・糸こんにゃく
・豆腐　・えのき　・うどん
・レタス、キュウリ、カニカマ
・ドレッシング　・ゼリー

※詳しくは、受託業者である東洋観光㈱グルメサービス（TEL:082-234-3456）へお問い合わせください。

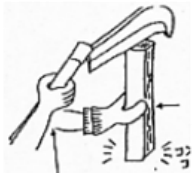
炊飯の準備

山なたの使い方

① 割りやすい木を選ぶ。
（節のある木は避ける）

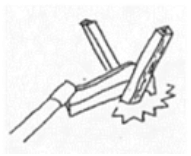


② なたを持つ手は素手
まきを持つ手は軍手を着ける。



③ まきをなたの刃に当てたまま地面に軽くたたきつけ、まきにくいこませる。

④ 両手でなたを持ち、地面にゆっくり、たたきつけて割る。



火のおこし方

① 焚きつけの準備
直径 1cm 程度を細めのまきと、直径３㎝程度の少し太めのまきを用意する。

② まきを組む
下から空気が入り込むようにまきを組む。

・細木から順に火がまわるように組んで火をつける。
【いげた型】

・細木から燃やし、順に太い木を乗せて火を移す。
【三角すい型】

※ 目安として１つのかまどにつき 1～1.5 束。

③ 点火
- マッチやライターで点火する際は、丸めた新聞紙や短冊状に切った牛乳パックを利用する。
- うちわであおぐとまきに火がつきやすい。

※ 材料の準備（米をとぐ、野菜を切る等）の状況を見計らって点火する。

炊飯用のなべの使い方

① なべの底と側面に少量の水で固く溶いたクレンザーを塗る。
② なべに米を入れて、米をとぐ（洗う）。
③ 炊飯用なべに入れた米の２倍の高さになるように水を入れて、炊飯する。
（計量カップがある場合は、計量カップを使用して調整するとよい。）

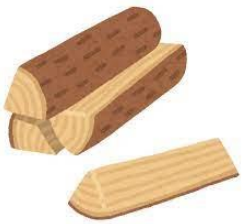
※ 約８合までご飯を炊くことが可能です。
※ 炊飯用のなべは、米を炊く以外の用途に使用しないでください。

食材と炊飯道具の仕分け

① 食材はあらかじめグループごとに分別しておく。

② 炊飯道具についても可能であれば、グループごとに分別し、食器かごに入れておくとスムースに野外炊飯を始めることができる。

③ 炊飯で使用する焚き付け用のまきは、かまどごとに置いておくとよい。また、引率者の方でまきを確保しておき、必要に応じて取りに来させるようにしておくと、まきの残量を調整しやすい。



活動の流れ（例）

準　備

① 貸出物品の受け取り
② グループごとに食材・炊飯用具を分配
③ ゴミ捨て場の設置

説　明

おおまかな作業手順の説明
① なたの使い方
② 火のつけ方
③ 食材調理の仕方
④ 安全面と衛生面
⑤ ごみの分別と処理方法

調　理

役割を決め、みんなで協力

片　付

① 貸出物品を洗い、水気を拭き取る
② 貸出物品の返却
③ 炊飯場の清掃状況の確認
④ かまどの燃え残りと灰の処理

後片付け

貸出物品

① 食器と炊飯用具は、きれいに洗った後、布巾で水分を完全に拭き取る。
② 引率者が物品の数量と汚れがないかを確認し、物品倉庫前に、物品の種類ごとにまとめて返却する。
※ 食器や炊飯用具の汚れが落ちていない場合は、団体でやり直していただきます。

ご　み

① ごみは「利用の手引き」に従い分別し、必ず金かごの中央付近（害獣対策）に入れ、ふたを閉める。
② 段ボールは、たたんで研修棟横の段ボール置き場に捨てる。

かまど

① まきはできる限り燃やして灰にする。
② 灰はスコップで集め、水を入れたペール缶（大きな金属バケツ）に入れ、消火を確認し、灰捨て場に捨てる。
③ まきを束ねてあった金輪は、再利用するので、灰捨て場横にあるフックにかける。
※ かまどには、レンガ等が割れるため絶対に水をかけないでください。

炊飯場

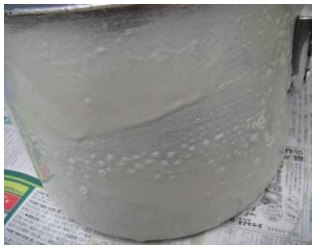
① 炊飯場（洗い場や残飯受け等）に残飯を残さないようにきれいにする。
② 炊飯場全体に、ほうきがけをする。

お 願 い　「炊飯時の鍋（なべ）につくすすをとれやすくする」対策として

野外炊飯の際、かまどに鍋（なべ）をそのままかけてしまうと、調理が終わるころにはすすで真っ黒になります。このすすが落ちにくく、片付けに大変な手間がかかります。
（返却されたなべや食器の汚れがひどい場合、再度洗い直していただきます。）
このような状況を防ぐために、当施設では以下の手順を踏んでいただくようお願いしています。
これにより食後の片付けが格段に容易になりますので、必ず行ってください。
ついてしまったすすはクレンザーで落としてください。

【調理前】

準　備　物
・クレンザー（粉）
・おけ等の容器　・はけ　・新聞紙



1　クレンザー（粉）を水で溶かします。はけを使ってしっかりと混ぜて、どろっとした液体を作ってください。

2　作った水溶きクレンザーを鍋（なべ）の外部に塗ります。下に新聞紙を敷いて、最初に側面に塗ります。
　また、塗る際は側面に限らず、かなり厚めに多く塗ったが良いです。

3　次に、鍋（なべ）を持ち上げて底面にも塗ります。持ち上げる係と塗る係の二人でやると塗りやすいです。

4　最後に、取っ手にも塗ります。胴体との継ぎ目の汚れは落ちにくいので、特にしっかりと塗ってください。
　取っ手に塗るとその後の持ち運びが難しくなるので、鍋（なべ）をかまどに設置してから塗った方が良いです。

※　大なべ（カレー等、おかずを調理するなべ）は上記の手順を行った後で調理を開始すれば良いですが、炊飯なべ（ご飯を炊くなべ）に関しては、鍋（なべ）の中でお米をといで、水をはってから上記の手順を行ってください。先に塗ってしまうと、米とぎの作業が非常に困難になります。

【調理後】

5　調理が終わった後の鍋（なべ）は、上記写真のように真っ黒になります。鍋（なべ）が温かいうちはすすを落としやすいので、軍手を使ってさわれる程度の温度になったら、新聞紙でこすって落とします（水洗いするだけでもすすは落ちます。）。

6　このようにこすっていくだけで、簡単に汚れを落とすことができます。
すすが落ちるので、下に新聞紙を敷いて作業をした方が良いです。

ピカピカ

7　新聞紙で磨くだけで概ねきれいになります。
　あとはたわしや洗剤、クレンザー等を用いて、**ピカピカ**にしてから返却してください。

親交を深めよう！

カプラ

【　説　明　】

　複数の板を積み上げていく楽しさだけでなく、一気に崩すときの爽快感を味わうことができる白木製の造形遊具を使った活動です。

【　ね　ら　い　】

　仲間と一緒に協力しながら、指先に神経を集中させて作品をつくっていくことにより、協調性と集中力を養う。

研修室　／　1.0～3.0時間　／　１００人程度

幼児（年小）～　／　通年　／　指導なし（要電話予約）

貸出できるもの

- カプラ 1000 ピースBOX（最大１０セット）
- チャレンジ 10 問題用紙（最大２０枚）

団体で準備するもの

- メジャー
- ストップウォッチなど

■■■■■遊び方（例）■■■■■

①カプラ 10 チャレンジ（個人・班）　②高さ積み　③ナイアガラの滝作り（班）

※ 雨天時や湿気の多い場合は、上靴または素足での活動をお願いします。

活動上の留意点

- 利用団体の引率者は、安全と事故防止に十分留意してください。
- 特に、カプラブロックを投げないようルールについて十分に確認し、活動を行ってください。
- カプラを積み上げていく途中で崩れても、人を責めないよう事前に指導してください。
- 次の団体が気持ちよく使えるよう、使用後は、カプラブロックを並べて箱に納めてください。
- 活動場所は、主に研修棟内の研修室１～４となります。カプラは研修室１に保管してありますので、利用団体でカプラの準備（移動）をしてください。（**体育館は、床がカプラには不向き**です。）
- カプラに泥や土が付着しないよう、気を付けて活動してください。

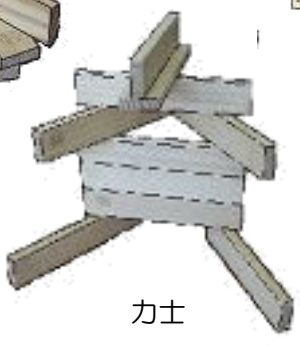
活動の流れ（例）

こ　ど　も	指　導　者
(1) 事前準備（10分）	• カプラブロックの遊び方等の説明や諸注意を行う。 ① 投げない　② 走らない　③ 崩れても人を責めない
(2) 個人で創作活動（30分）	• 積み方の練習を兼ねて、各自でつくってみる。
(3) グループで創作活動（60分）	• グループごとにテーマを決める。 • グループごとに作品をつくる。
(4) 後片付け（20分）	• 箱の中にきれいに整理し、次の数量に合わせて片付ける。 （４５ピース×２２段＋１０枚）

作品例

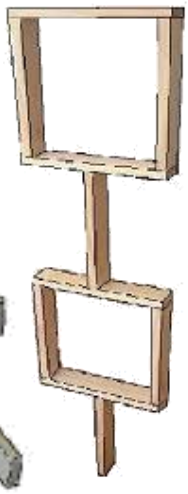
個人でつくるもの（10 枚）

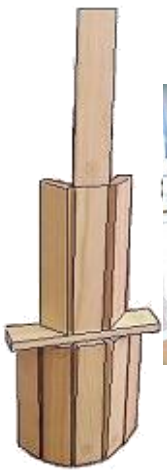
階段



カ士

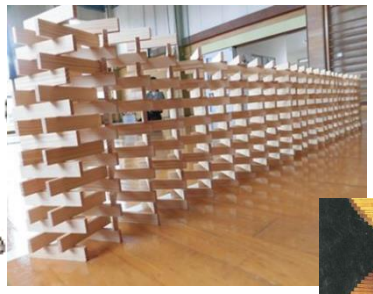
中華楼模様





タワービル

みんなでつくるもの



出典：名古屋市名東児童館より

モルック

（屋外用と室内用が各8セットあります）

【　説　明　】

モルックを投げて倒れたスキットルの内容によって得点を積み重ね、50 点ピッタリになったチームが勝ちという活動です。

【　ね　ら　い　】

仲間と一緒にグループの課題に取り組むとともに、コミュニケーションを取りながらお互いを認め合い、協力して仲良く過ごす。

広場（屋外用）
体育館・研修室（室内用）

1.0～3.0時間

１５０人程度

幼児（年長）～

通年

指導なし
（要電話予約）

貸出できるもの

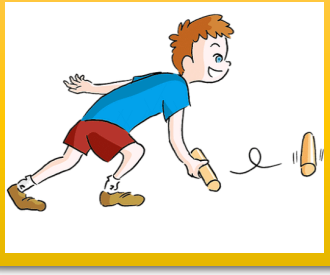
- モルック（屋外用・室内用 各８セット）
- 記録用バインダー
- 記録用ホワイトボード

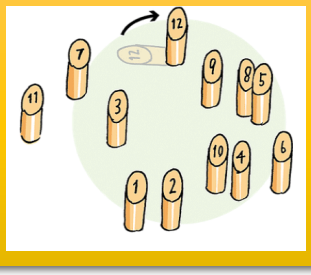
団体で準備するもの

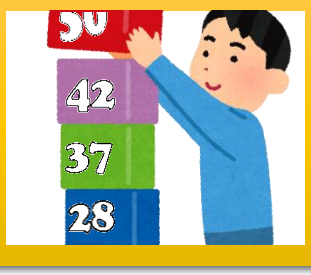
- モルック用の記録用紙（当日記録用）
- グループの対戦表やタイムスケジュール

■■■■■ルール■■■■■

①投げる　②倒す　③記録する　④５０点を目指す







活動上の留意点

※ 湿気の多い室内での活動時は、上靴使用をお願いします。

- 団体の引率者は、安全と事故防止に十分留意してください。
- 特に、モルックの投げ方やルールについては、事前にしっかり説明を行ってから活動を行ってください。（１チームの人数目安は、３～６人程度です。）
- １ゲームを 30 分程度で区切るなどして、全体の活動時間を調整することも可能です。

モルック

※　記録用紙の原稿が必要な場合は、下見等の際にお申し出ください。　印刷は各団体でお願いします。

　モルックとは、フィンランドの伝統的なゲームを元に、誰もが楽しめるものとして考えられたアウトドスポーツです。
　屋外用は、「モルック」と呼ばれる木製の棒を使い、「スキットル」と呼ばれる木製のピンを倒すゲームですが、天候に左右されない室内で競技できるように、素材を柔らかいものに変更した室内用もあります。

活動の流れ（例）

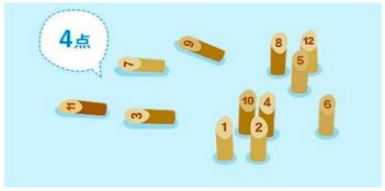
① セット内にあるロープ（４m×６m）を張ってコートを作る。【屋外用はコートなし】
② （室内用のみ４m側のラインに沿って）モルッカーリ（この範囲から投げるという印）を置き、３～４m先（実態に応じて近づけてもよい）にスキットルを並べる。
③ チーム内での投げる順番を決める（個人）。
　対戦チームの投げる順番を決める（チーム）。

● ゲーム開始
① 各チームの一番の人から順番にモルックを投げる。
② モルッカーリに触れたり踏み越えたりするとファウルになり、その投球は0点となる。

必ず下手投げでモルックを投げて、倒れたスキットルの内容によって得点を重ね、先に 50 点ピッタリになった方が勝ち！

ルール①

複数スキットルが倒れた場合は、
「倒れた本数＝点数」

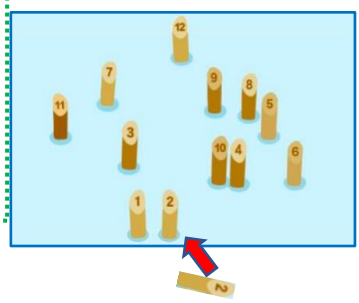


1 本だけ倒した場合は、
「倒したスキットルに書かれている数字＝点数」

ルール②

○　スキットルは、倒されて転がり止まった地点で再び立てます。
○　スキットルはゲームが進むにつれて広がり、倒すのが難しくなっていきます。
○　いずれかのチームがピッタリ 50 点になった時点でゲーム終了となります。

【室内用に限り】
　スキットルがコートから出た場合は、一番近いコート内へ戻して立てます。



順　番

（例えば）３チーム（A～C とします）の場合、
A1→B1→C1→A2→B2→C2→A3→B3→C3
→A1・・・というように、順番に投げていきます。

3つの約束

完全に倒れていない場合
　スキットルが完全に倒れていない（重なって地面についていない）場合は、カウントしません。

50 点を超えた場合
　合計得点が 50 点を超えた場合は、25 点へ減点され、チーム得点 25 点からゲームを継続します。

ミスが３回続いた場合
　チームが 3 回連続でスキットルを倒せず失投した場合、合計得点が 0 点となり、チーム得点 0 点からゲームを継続します。

【モルック得点表】**記入例**　　広島市青少年野外活動センター

団体名	野外活動センター														2021年10月30日 No.1							
チーム名・名前	A: チーム　日本							B: チーム　フィンランド							C: チーム　アメリカ							
	1	2	3	4	5	6	合計得点	1	2	3	4	5	6	合計得点	1	2	3	4	5	6	合計得点
	のび太	スネ夫	ジャイアン	しずか				ムーミン	スナフキン	ミー	ムーミンパパ				ミッキー	ミニー	ドナルド	グーフィー			
1	5						5	11						11	6						6
2		8					13		12					23		2					8
3			12				25			9				32			–				8
4				7			32				2			34				–			8
5	7						39	2						36	–						0
6		5					44		11					47		12					12
7			6				50														
8																					

ミス(0点)は「－」印
3回連続ミスで0点から再開
いずれかのチームが50点ピッタリでゲーム終了

創ってみよう！

羊毛ボール作り（動物ふれあい）ときな粉作り

【　説　明　】
　羊毛ボール作りとひつじのエサやりを行う動物ふれあいと、大豆からきな粉を作る活動をセットで行います。
【　ね　ら　い　】
　原材料を加工して「もの」を作る過程を通じて、「もの」作りに対する興味・関心を高める。

旧牛舎 農園休憩所	2.0時間	４０人程度
小学校３年生～ （学校団体のみ）	通年	指導あり （要電話予約）

貸出できるもの

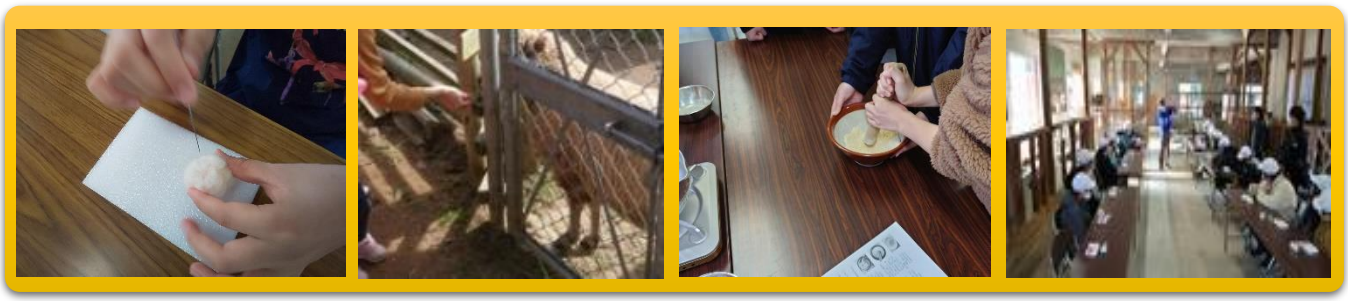
- 羊毛ボール作りセット
- きなこ作りセット

団体で準備するもの

- 救急セット（絆創膏・消毒液など）
- 保冷剤

■■■■■活動の展開例■■■■■

① 羊毛ボール作り　② 動物ふれあい　③ きな粉作り　④ ふりかえり



活動上の留意点

- 羊毛ボール作りでは針を使うため、手指のケガに注意をしてください。
- きな粉作りでは、なべの取っ手の金属部分でやけどをしないように注意をしてください。

羊毛ボール作り（動物ふれあい）について

作 り 方

○　羊毛を適量取り出して、手で羊毛の形を整えながら羊毛にフェルティングニードル（以下「ニードル」といいます）を刺していきます。

（１）　羊毛を手で作りたい大きさに丸めます。

※　最初に圧縮するように固く丸めておくと、ニードルで刺す回数が減ります。

※　ボールの形にしていくときは、一か所だけを集中して刺すのではなく、まんべんなく刺して固めていくことで表面がきれいに仕上がります。

（２）　ニードルを羊毛に対して、まっすぐ刺して・抜いてを繰り返します（以後、「チクチク」という表現を使います。）。

※　この時、羊毛を回転させながらまんべんなくいろんな角度からニードルでチクチクしてください。

（３）　全体的にくり返しニードルでチクチクし、丸くなるように羊毛を固く締めていきます。

「作業時のポイント」

※　同じ場所ばかりチクチクしていると、その部分だけがへこんでしまいます。

※　チクチクしすぎると固くなり過ぎます。

※　指を刺さないよう気を付けてください。

活動の流れ（例）

⑴ 集　　合	・ 集　合
⑵ 動物ふれあい	・ 動物へのえさやり　・ 動物見学
⑶ 事前指導（１０分）	・ ヒツジの毛刈りや羊毛についての話
⑷ 羊毛ボール作り	・ 羊毛ボール作り
⑸ まとめ	・ まとめ

きな粉作りについて

※　この活動は「羊毛ボール作り（動物ふれあい）」とセットで、学校団体のみ受け付けます。

活動の流れ（例）

(1) 事前準備	• 材料の分配
(2) 事前指導	• 説明（実演しながら）
	• 諸注意
(3) 煎(い)る	• 鍋（なべ）に大豆を入れて、弱～中火で７分くらい煎る。 ※　皮が割れて香ばしい香りがしてくる。
(4) さ ま す	• 皿に入れ、あら熱を取る。
(5) く だ く	• ミルサーにかけ、粗めに砕く。（３～４秒）
(6) す　　る	• すりこ木を使って、細かくすっていく。 ※　大きい粒は、たたかず押しつぶす感じでする。
(7) 完　　成	• きな粉になったところで砂糖と塩を加えて完成。

① 大 豆

② 煎（い）る

③ す る

④ きな粉

牧場見学について

活動上の留意点

○　「羊毛ボール作り（動物ふれあい）」は、学校団体のみで、電話での事前の予約が必要ですが、「牧場見学」はどなたでも受け付けます（当日受付可）。

○ 牧場付近への車の乗り入れはできません。

牧場で見学することができる動物たち

創ってみよう！

木は表面を焼き、磨くことで非常に長持ちします。木の持つ魅力を生かして自分だけのオリジナルプレートを作ってみませんか。

焼き杉

【　説　明　】
杉板を焼き、木目を生かした加工や装飾ができます。オリジナルプレートを作る活動です。

【　ね　ら　い　】
焼き杉の活動を通じて、自然素材の性質や加工について学ぶとともに、ものをつくりだす喜びを味わう。

炊飯場	1.5～2.0 時間	50 人程度	
小学校４年生～	通年	指導あり（要電話予約）	

貸出できるもの

- まき
- 火ばさみ
- 竹ぼうき
- 杉板
- 点火器
- なた
- 柄付きワイヤブラシ

団体で準備するもの

- 新聞紙
- 軍手
- マスク
- 材料費１００円/１人（※薪代は別）
- ゴミ袋（汚れた新聞紙を捨てるため）

■■■■■活動の展開例■■■■■

①火おこし　②杉板焼き　③研磨　④仕上げ

活動上の留意点

- 活動中の火傷やけがを防止し、安全に行えるよう、事前の説明や学習等を行ってください。
- 杉板を持って移動する際は、常に周囲の安全を確認して行ってください。
- 杉板の焼き加減はお好みです。焼失しない程度に焦げるまで焼いても大丈夫です。

○　焼き杉は、プレートを作るまでのプログラムです。色付けや装飾は、各自が持ち帰ってから行ってください。

活動の流れ（例）

※　かまどで杉板を焼く事例です。

事前の説明	・　事前に当施設で撮影したビデオを見ておくことで活動の様子が分かり、当日の活動が進めやすくなります。
1　火おこし	・　かまどにまきを組んで火をおこす。
2　杉板焼き	・　まきがしっかりと燃え出したら、杉板を火バサミではさんで火の中に入れる。 ・　焼き過ぎないように、時々、杉板をひっくり返して全体に焼き目が付くように調整する（側面も忘れずに焼く）。 ・　かまどの前に大人数いると危険なため、一度に 2～3 人ずつ行う。 ・　消火用に砂を入れたトロ舟を準備しておく。 ・　杉板が焼けたら、かまどから出し、トロ舟に入れ、砂をかけて火を消す。 ・　砂の所（トロ舟）に移動させる際は、周りに人がいないことを確かめ火傷をしないように注意する。
3　研磨	・　杉板の火が消えたら、新聞紙の上で柄付きワイヤブラシを使って、杉板の炭の部分をこすり落とす。 ・　炭の粉がたくさん出るので、吸い込まないようにマスクを着用して作業を行う。また、目に入らないように注意する。 ・　こすり落とした炭は、周りに飛び散らないように注意し、灰捨て場に捨てる。または、新聞紙に包んでゴミ袋に入れ捨てる。
4　仕上げ	・　新聞紙を丸め、炭を落とした杉板の表面を磨く。 ・　手で触ってみて、炭が付かないようになるまで磨けたら出来上がり。

装飾について

①　当施設で装飾まで行う場合は、その時間を確保する必要があります。その際に絵筆、水入れ、グルーガン（本体）については、野外活動センターのものを貸出可能ですが、装飾に係る画材等（アクリル絵の具、カラーテックス、ビーズ等）は、利用団体で用意してください。

②　絵を描く場合の画材にはアクリル絵の具やカラーテックが適しています。着色後、乾燥に時間がかかるので注意してください。

※　装飾方法や道具の選定について、気になることがあれば当施設へご相談ください。

創ってみよう！

小枝クラフト

【　説　明　】
当施設内の松や桜などの間伐材（自然木）等を素材とし、小枝で作品を作る活動です。

【　ね　ら　い　】
小枝クラフトを通じて、自然素材の性質を理解するとともに、創意工夫してクラフトに取り組む創造力や集中力を育む。

工作館	1.5～2.5時間（材料集めからの活動にすると、2.5～3.5時間）		80人程度
小学校1年生～	通年		指導あり（要電話予約）

貸出できるもの

- はさみ、のこぎり、小刀など

※ ヒートン、目玉、木工ボンド、竹ひご、ひも、ホットボンド等は、当施設で準備します。

団体で準備するもの

- 軍手
- マジック、その他装飾に必要なもの
- 材料費100円/1人

■■■■■　作品例　■■■■■　【活動時間によって内容が制限されます】

① 小枝を切る　② 小枝を削る　③ 装飾する

製作目安時間：1.5～2時間程度　　2～2.5時間程度

活動上の留意点

※ 複数の枝を組み合わせた作品の場合は、3時間程度かかります。

- 利用団体の引率者は刃物の扱いや火傷等、道具の使い方に十分留意してください。

道具の使い方 説明

※　道具を持たない手に、軍手をつけましょう！

のこぎりの使い方

①　のこぎりは、引く時に力をいれ、押す時に力を抜きます。
初めはストロークを小さく、材料にのこ刃が食い込み出したらストロークを大きくします。
②　力任せではなく、刃が材料を削っていくのを体感しながら、のこぎりの重さで自然に切っていきます。

小刀の使い方

①　利き手で小刀の柄の部分を持ちます。親指を伸ばし、削る小刀の刃の峰（背の部分）に当てます。
　もう一方の手で削る木材を押さえます。
②　親指で峰を押しながら木材を少しずつ削ります。
『小刀』の良さは、利き手で切りやすいように刃先の角度を変えたり、木材の削る角度を調整したりできるところです。
　また、刃に厚さがあるため刃先の力が強く、木材の曲線削りや、スライドさせて表面削りなどに使うことができます。

グルーガンの使い方

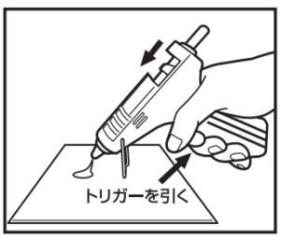
【使い方 1】
- グルーガン本体の後ろの穴から、スティックを奥まで差し込みます。

【使い方 2】
- グルーガンの電源プラグをコンセントに差し込みます。
- 約５分でスティックが加熱され、使用可能な温度に達します。
- 使うときは必ずノズルを下に向けた状態で持ちます。
（ノズルを上に向けると、溶けたスティックが本体を逆流し、故障する恐れがあります。）
- 溶けたスティックが溶け出しても良いように、ノズルの下に受け皿等を敷いておきます。

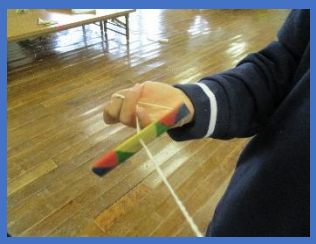
【使い方 3】
- トリガーを引いてスティックを押し出すことで、溶けた接着剤がノズルから出てきます。

【使い方 4】
- ノズルから溶け出た接着剤を材料につけて接着します。
- 接着剤は数秒で固くなり始めますので、すばやく接着します。

【片付け方】
- コンセントからプラグを抜き、本体を冷まします。
- 本体が充分に冷えてから、スティックは本体に差し込んだままで片付けます。



創ってみよう！



竹クラフト

【　説　明　】

小刀を使って竹を削り、竹はしや竹とんぼを作る活動です。

【　ね　ら　い　】

小刀を使った創作活動を通じて、創作する楽しさや充実感、手作りの作品を完成させる達成感を味わうとともに、友達の頑張る姿や作品を見ることで友達の良さを知る。

工作館・炊飯場	1.5～2.0時間	100人程度
小学校4年生～	通年	指導あり（要電話予約）

貸出できるもの

・小刀　・きり　・はさみ
・のこぎり　・木づち　等

団体で準備するもの

・軍手
・クラフト材料費
・工作館で活動する場合、上靴

■■■■■作品例■■■■■

① 竹はし　　②ブンブンごま　　③竹とんぼ

材料費　４０円　　材料費　４０円　　材料費　４０円

活動上の留意点

利用団体の引率者は、刃物を扱うため、安全と事故防止に十分留意してください。
特に、軍手の着用、小刀の持ち方、人と人との距離を確保できるよう留意してください。

題　材

① 竹はし　　② ブンブンごま　　③ 竹とんぼ

○　雨天対応のプログラム（雨プロ）は、「①竹はし」　「②ブンブンごま」に限ります。また、材料調達の関係上、活動時期によっては、ご希望に添えないこともあります。
○　工作館の利用は、**利用期間中１団体１作品**です。
○　団体が自主的に活動される場合については、職員にご相談ください。

活動場所・定員

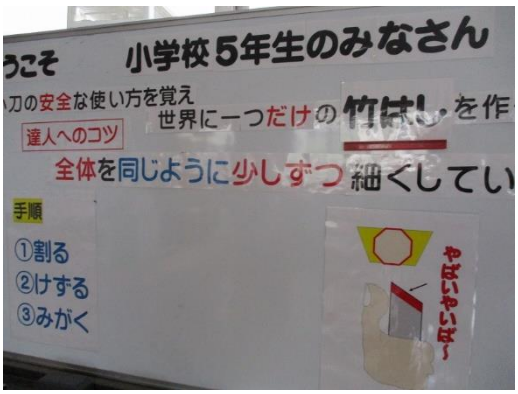
①　工作館（定員１００人）　**予約先着順**
②　野　外（定員なし）

貸出道具

①　工作館の場合　　小刀、木づち、なた、下敷き板、のこぎり、きり　等
②　野外の場合　　小刀、木づち、なた、下敷き板　等

活動の流れ（例）

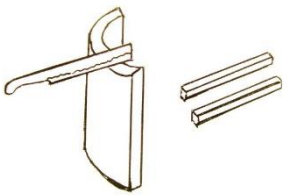
①　集合（工作館の場合）
②　あいさつ
③　事前説明
　（グループ分け、安全面等）
④　制作活動
⑤　道具の片付け
⑥　削りかす等の始末
⑦　はき掃除・モップがけ
⑧　あいさつ

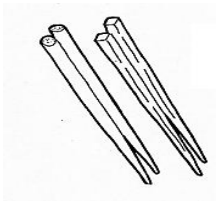


① 竹はし

活動時間　1～1．5時間

材料費　40円／1膳





①　なたで、竹を約8mm の太さに割る。

②　小刀で、はしの形にけずる。

②ブンブンごま

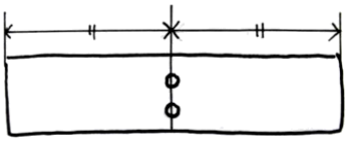
活動時間　1．5～2時間

材料費　　40円/1個

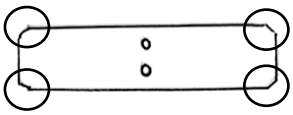
【作り方】

①　ものさしと鉛筆を使って、竹の全幅の中心に印をつけて、縦に２か所、きりで穴を開ける。

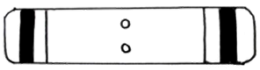
※　穴と穴の間隔は５㎜程度がよい。



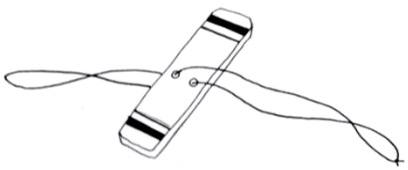
②　竹の表面・角などを小刀を使って削る。紙やすりで角を削り、なめらかにする。



③　回したときに美しい模様が描けるように色を付ける。



④　穴にタコ糸を通し、結んで輪にする。



③ 竹とんぼ

活動時間　2時間

材料費　40円／1個

【作り方】

①　羽根の横幅は、12cm、軸は 15cm の長さの竹を準備する。羽根の幅の中心に、きりで穴をあける。	②　羽根の両端を写真のように削る（断面が三角になるように削る。）。	③　羽根の表面を小刀で削る。	④　羽根の裏面も削って、徐々にうすく仕上げる。	⑤　軸を削り、羽根の裏面から木づちで穴に打ち込む。

創ってみよう！

たたき染め

【　説　明　】
　施設内に自生する植物を木づちでたたき、布に着色する伝統的な染色工法の活動です。
【　ね　ら　い　】
　植物の色や形を観察し、その特徴を生かし、自分なりの作品を作る創造力を育む。

工作館　研修室
炊飯場

1.0～1.5時間

60人程度

小学校1年生～

通年

指導あり
（要電話予約）

貸出できるもの

・下敷き板　・木づち

※　ガーゼハンカチ（正方形30cm）は、当施設で準備します。

団体で準備するもの

・新聞紙（1人1日分）
・着色に使いたい植物
・体験料60円/ガーゼ1枚

■■■■■作品例■■■■■

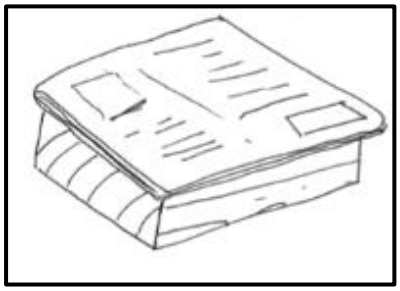
活動上の留意点

- 利用団体の引率者は、「うるし」や「はぜ」など接触により炎症やかぶれを引き起こす植物を使用しないよう注意し、安全と事故防止に十分留意してください。
- 植物の採集については、活動範囲を限定し、活動時間内に子どもたちが集合できるよう、事前に確認を行ってください。

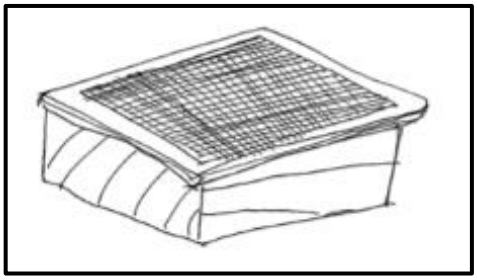
活動の流れ（例）

○　たたき染めに使う植物は、採取する場所や方法について、事前に当施設と協議してから採取してください。（協議時、当施設から採取可能範囲や種類等についてお伝えします。）。

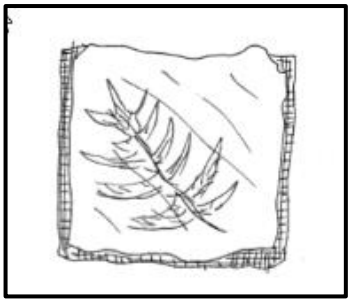
① 下敷き板の上に新聞紙を重ねて、台を作ります。



② 新聞紙の上にガーゼハンカチを置きます。



③ ガーゼハンカチの上に花や葉を配置します。



④ 植物の上にラップ（半紙・ティッシュでも可）をかぶせます。

⑤ ④の上から木づちで小刻みにまんべんなくたたきます（特に葉の部分は強めにたたく。）。

⑥ ガーゼに植物の色が付着したことが確認できたら、植物を取り除いて完成です。

※　たたき染めした布を直接洗浄すると、すぐに色落ちします。必要に応じて、「色の定着作業［媒染（ばいせん）］」を行ってください。媒染の仕方にはいくつかの方法がありますので、必要に応じて行ってください。

創ってみよう！

ウッドペンダント

【　説　明　】

当施設内に自生する「リョウブの木」を材料とし、絵や文字を描いて、オリジナルペンダントを作る活動です。

【　ね　ら　い　】

ペンダント作りを通じて、自己表現をしたり、友達の作品の良さを認め合ったりする態度を養う。

工作館　研修室
炊飯場

0.5～1.0時間

定員なし

幼児（年少）～

通年

指導なし
（要電話予約）

貸出できるもの

・特になし

団体で準備するもの

・マジック　・材料費 60 円/1 枚

※　ウッドペンダント（リョウブの木をプレート状にしたもの）と長さ８０㎝のひもは、当施設で準備します。

■■■■■ウッドペンダントの作品例と装飾等によりアレンジした例■■■■■

①ペンダント　②マグネット　③ブローチ

※　ウッドペンダントは、間伐材を使用しているため、大きさや形や色ともに同一のものはありません。

活動上の留意点

- ペンダント用のひもの長さは 80cm 程度で用意しています。長すぎる場合は、団体で短く切って使用してください。
- ペンダント用の木を利用して、その他の作品を作ることもできます。材料・道具は団体で準備してください。

作り方

① 輪切り材に絵や文字をかく。
② ひもを通す。

※ 飾りとして、小枝や木の実を接着剤で付けるのもよい。

作品例

イラストだけ描く

イラストと文字をかく

小枝や木の実を付ける

ペンダントに描く素材

○ 油性マジック　○ 水性マジック　○ アクリル絵の具
○ ポスカ　○ プロッキー　○ ペイントマーカー　○ ぺんてるホワイト　等

焼きごての活用

○ 当施設には、マスコットキャラクター（モリー）の「焼きごて」(45mm×55mm 程度)があります。

ペンダントの裏面に焼き印を押すことで、記念にすることもできます。

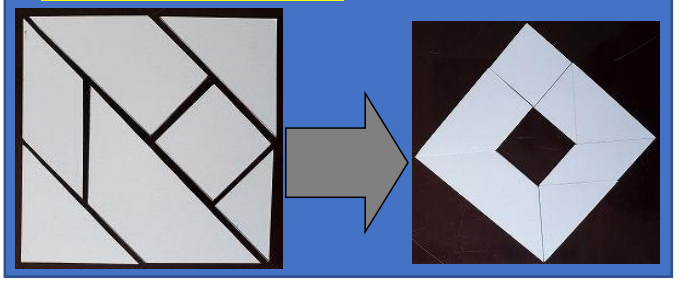
※ 一台しかありませんので、詳しいことは当施設へご相談ください。

創ってみよう！

紙クラフト

紙ひこうき

組み合わせパズル



【　説　明　】

厚紙を使って、「紙ひこうき」や「組み合わせパズル」を作り、出来上がった作品で楽しむ活動です（雨プログラムとしての計画を推奨）。

【　ね　ら　い　】

想像力や集中力を養うとともに、完成した時の達成感を味わう。

研修室　炊飯場
体育館　広場

0.5～1.0時間

100人程度

小学校2年生～

通年

指導なし
（要電話予約）

貸出できるもの

- はさみ
- 紙飛行機原稿、パズル原稿
（次頁参照）

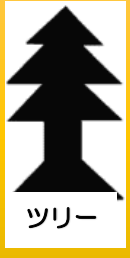
団体で準備するもの

- 接着剤　・ものさし　・筆記用具
- クラフト材料費各50円/台紙1枚
（台紙を団体で準備する場合は不要）

■■■■■組み合わせパズル問題例■■■■■

さかな

かなづち



ツリー

つる

いえ

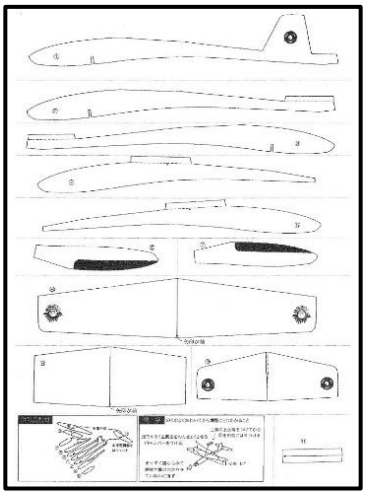
活動上の留意点

飛行機を飛ばす際は、周囲の安全を確認し、安全と事故防止に十分留意してください。

台紙は、各団体で準備されてもかまいません。

紙ひこうき

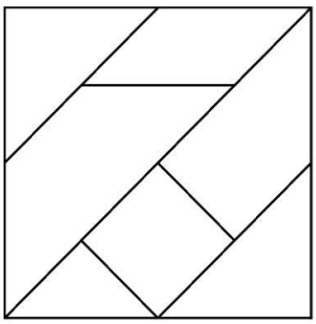
※　印刷原稿が必要な場合は、下見打ち合わせの時に
お申し出ください。



制作後の活動例（グループまたは個人で）

- 色を塗ったり模様を描いたりして、オリジナルの作品に仕上げる。
- 飛行距離を競って楽しむ。
- 滞空時間（飛行時間）を競って楽しむ。
- 床に模造紙やフープを置き、着地点を得点化して、合計得点で競って楽しむ。

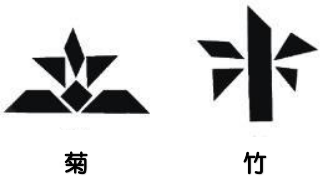
組み合わせパズル



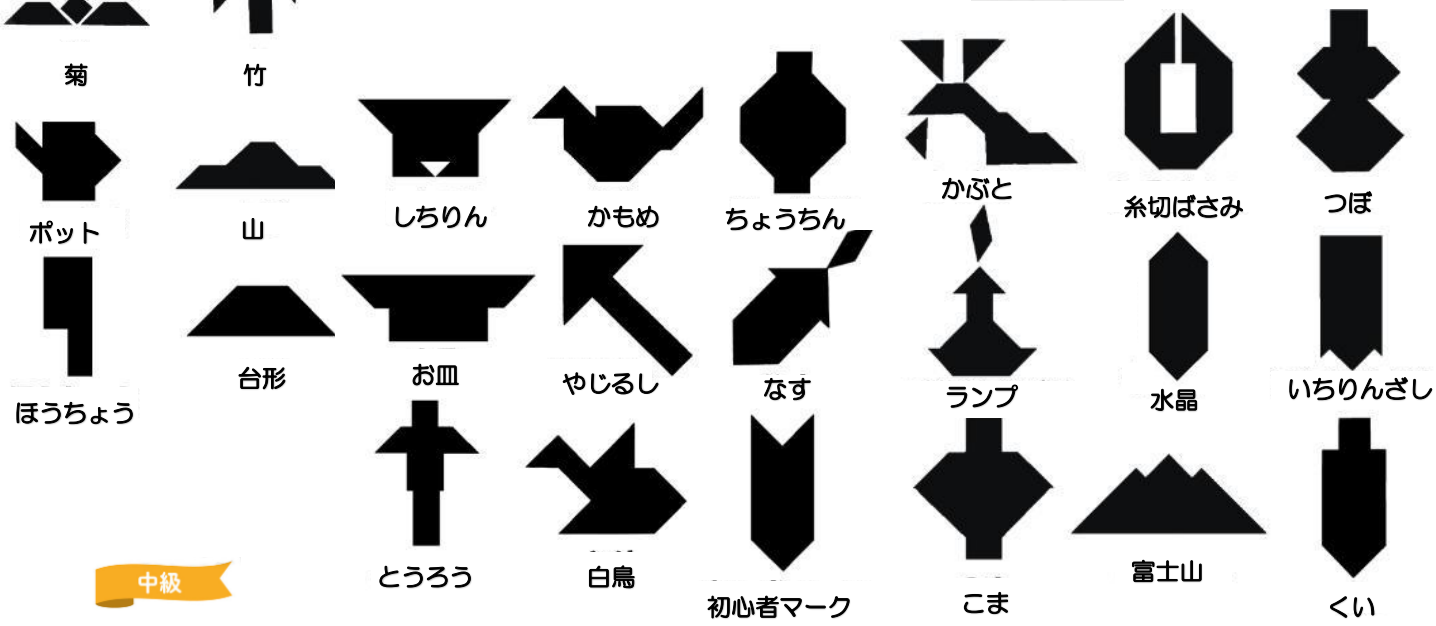
難易度別問題例

「清少納言の知恵の板」として
書物でも紹介されています。

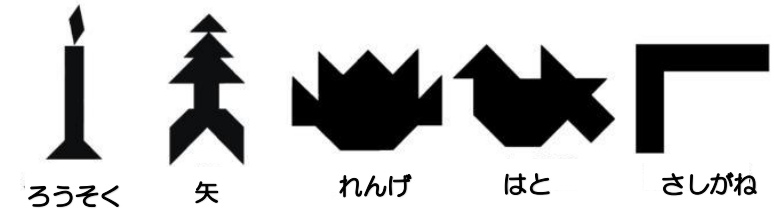
入門



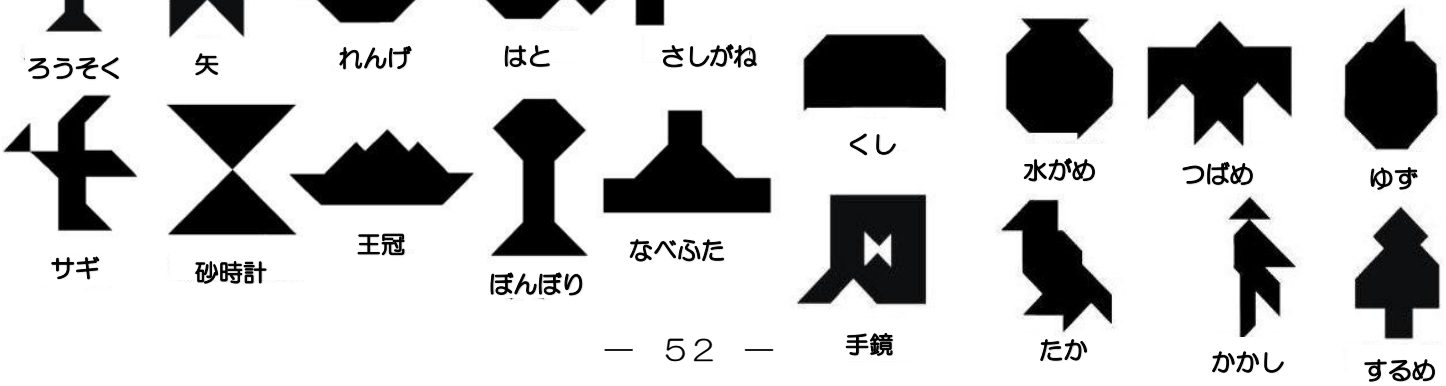
初級



中級



上級



自然を満喫しよう！

草花の観賞

【　説　明　】
　当施設内で季節ごとに咲く草花を見つけて観賞する活動です。
【　ね　ら　い　】
　草花を観賞することにより、自然の様々な姿に触れ、自然への興味・関心を高める。

農園・遊歩道	1.0～2.0時間	定員なし
小学校３年生～	春～秋が適期	指導なし

貸出できるもの

- 野外活動センターの樹木（冊子）
- 野外活動センターの植物（草本編）

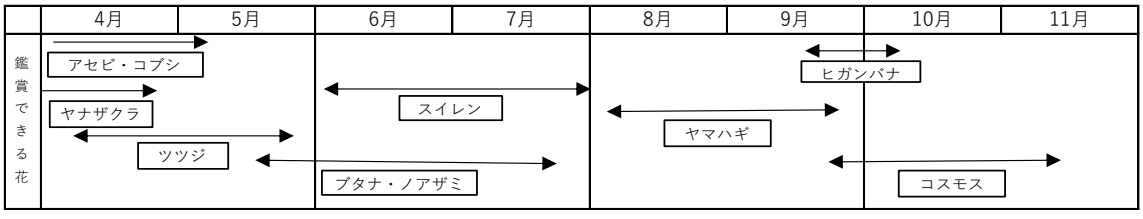
団体で準備するもの

- 特に無し
（必要に応じてカメラ等）

指導のポイント

- 時期により、観賞できる花は違います。また、開花時期が前後する場合もあります。

当施設で見かける草花（2023年の例）



活動上の留意点

- 農園や牛頭山登山口への車の乗り入れはできません。
- 施設内の遊歩道や広場等で観賞するようにし、藪（やぶ）の中に入らないでください。
- 施設内の草花を無断で採取しないでください。

観賞できる花

○　当施設で散策をしながら草花の鑑賞をしてみませんか。

施設内に咲く野草（一部）

【ブタナ】

春から夏にかけて、当施設へ向かう坂道の途中や農園の法面等でたくさん咲きます。

【ササユリ】

５月から７月頃にかけて咲きます。可憐で希少な花です。

【スイレン】

初夏から秋にかけて、施設内の池でたくさん咲きます。

【ハナショウブ】

６月から７月ごろにかけて、施設内の大池や中央池の岸辺に青、黄、紫の花が咲きます。

【コブシ】

研修棟の前に植えています。３月から５月に白い大きな花が咲きます。

【セリバオウレン】

３月から５月頃にかけて、牛頭山登山道の傍らに咲きます。１㎝程の小さな可愛い花です。

広島市青少年野外活動センター・こども村

「SDGｓの取組を進めています」

広島市青少年野外活動センター・こども村では、SDGｓの取り組みを進めています。SDGｓとは、Sustainable Development Goals（持続可能な開発目標）の略称で2030年度までに地球全体で達成すべき国際目標のことです。

当施設の活動プログラムや生活は、まさにSDGsそのものです。

野外活動センター・こども村でわたしたちができるSDGｓ！

みんなと協力して仲良く過ごそう！
男女の区別なく、互いに認め合って
だれとでも協力して、仲良く過ごす。

水を大切にしよう！
手を洗う時は、水を出しっぱなしにしない。
野外炊飯では、汚れをふき取ってから洗い流す。

節電を心がけよう！
部屋を出る時、炊飯場やトイレ等
その場を離れる時は、電気を消す。

ごみを減らそう！
食べ残しがないようにする。
分別のルールを守って指定された場所にごみを捨てる。

自然を大切にしよう！
身近な自然を守り、草花や昆虫などの
生き物をむやみに取らない。

発　行

令和７年(2025 年)４月

公益財団法人　広島市文化財団
広島市青少年野外活動センター・こども村

〒731-1171　広島市安佐北区安佐町小河内５１３５
ＴＥＬ　（０８２）８３５－１４４４
FAX　（０８２）８３５－１４４５
E-mail　yagai-ac@cf.city.hiroshima.jp
HP　http：//www.cf.city.hiroshima.jp/yagai-ac/

Facebook