

各活動の説明

1. 野外炊飯	活-1～3
2. キャンプファイヤー	活-4
3. キャンドルフायヤー	活-5
4. 落ち葉スキー	活-6
5. フィールドアスレチック	活-7
6. カヌー・川遊び	活-8～9
7. 鮎つかみ	活-10
8. 火おこし体験	活-11
9. オリエンテーリング	活-12～18
10. ウッドバーニング	活-19～20
11. モルック	活-21

野外炊飯

所要時間：3 時間半～4 時間程度

○ 必要物品

1. 利用者が用意するもの

- | | |
|----|----------------------------------|
| 各自 | 軍手、新聞紙、マッチ（着火用）、うちわ、ふきん3枚、まな板、食器 |
| 団体 | ゴミ袋（青色透明のもの）、食材、薪、（炭）、水切りネット |

2. 注文できるもの

薪、野外炊飯用食材

（詳しくは注文書を参照）

3. 貸出物品

炊飯道具セット、鉄板、あみ、炊飯用ドラム缶炉、焼き台、はそり、くど、ひしゃく、バケツ、火ばさみ、スコップ

※炊飯道具基本セット：飯ごう2、包丁2、しゃもじ2、玉じゃくし、ボウル、ざる、なべ、なべふた、なた、炊飯棒セット（3本1組）、ナイロンたわし3
（まな板、ピーラーはセットには入っていません）

○ 炊飯炉について

次の4種類が利用できます。

- A. テントサイト（20 か所：8号～25号、セーラ、ハイジ）
- B. 雨天炊飯炉（10基：Aサイト4基、Bサイト6基）
- C. ドラム缶炉（最大10セット）
- D. 焼き台（8台）

A. テントサイト



B. 雨天炊飯炉



C. ドラム缶炉

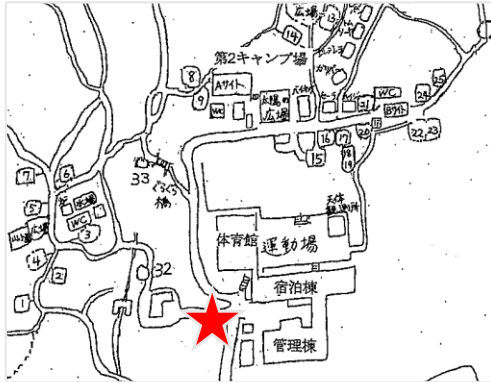


D. 焼き台



○ ごみについて

岡崎市少年自然の家では、持ち込んだものは原則すべて持ち帰りとなります。ただし、青柳食堂、男川漁協で注文したもののごみについては処分ができます。持参した青色透明のポリ袋に回収して、管理棟前のごみ倉庫へ収めてください。



○ 片付けについて

- ・ 貸出物品について、使用したものは汚れ・すすを落とし、水分までしっかりふき取った状態での返却となります。返却時に、職員のチェックを受けてください。
- ・ 炊飯炉の残炭はすべて回収して、残炭捨て場に捨ててください。道具はA, B各サイトに用意してあります。
- ・ 使用した場所は清掃を行ってください。特に、流しやテントサイトに生ごみが残っていると野生動物の被害の原因になるため、確実に取り除いてください。

○ 注意点

- ・ 安全に十分配慮して行ってください。
- ・ 火の近くで虫よけスプレーを使用しないよう、注意してください。
- ・ 炉に水をかけて消火することは禁止です。
- ・ 食中毒防止のため、手や道具の洗浄をしっかりと行うこと、食材をよく加熱することを心がけてください。

★すいはん道具チェックカード★

道具名	個数	はじめ	おわり	道具名	個数	はじめ	おわり
コンテナ	1			なべ	1		
飯ごう	2			なべぶた	1		
包丁	2			ざる	1		
ごはんしゃもじ	2			なた	1		
玉じゃくし	1			炊飯棒セット（3本1組）	1		
ボウル	1			ナイロンタワシ	3		

☆ていねいに洗って、水気が残って無いようにしっかりふきましょう！

道具番号

完成 → 先生チェック → 指導員チェック

キャンプファイヤー

(4月上旬から11月中旬まで)

【活動場所】「多目的広場」(最大200名程度)または

雨天ファイヤー場「太陽の広場」(最大70名程度)

キャンプの醍醐味『キャンプファイヤー』。火を囲みながら、ゲーム・スタuntsで盛り上がりましょう！

※ 準備・実施・片付けは、利用者で行っていただきます。

○ 必要物品

灯油(1L程度、別でトーチ棒分が必要)、洗剤ボトル(灯油ふりかけ用)、点火用タオル、着火用ライター、革手袋、ゴム手袋、トーチ棒^{*1}

(プログラムに応じて) トワリング棒、火文字^{*2}、針金、ペンチ、ロード缶、布切れ等

*1 自然の家からお渡しすることもできます。打ち合わせ時にご相談ください。

*2 サイズは、縦1.5m × 横6.0m(太陽の広場は横3.0m)までです。

【服装について】

エールマスター：上下白(燃えにくいもの)、白キャップ、白手袋

ファイヤーキーパー：黒っぽい服装、黒い帽子またはタオル、首に巻くタオル、皮手袋

※ 火傷防止のため、必ず長袖・長ズボンを着用すること。

○ 準備 (キャンプファイヤーの井桁組み、ベンチ等設営、トーチ棒準備など)

1時間30分程度かかります。説明が必要な場合は、打ち合わせ時に指導員までお知らせください。通常は、開始時刻を14:30~15:30に設定しています。

薪・プレス棒を購入する場合は、事前に「炊飯・キャンプファイヤー材料等の注文書」を提出してください(詳しくは、「提出書類の書き方(書-8)」をご覧ください)。

○ 片付け

(終了後：井桁崩し・ベンチ復旧・火文字等消火、翌日：残炭・プレス棒回収)

ファイヤーが終了次第、職員の立会いのもと行います。また、翌日の片付けについて説明を行います。

○ ファイヤー中のお願い

- ・ 児童・生徒が火に近づくことのないよう、注意してください。
- ・ 風が強い場合、中止とすることがあります。
- ・ ロード缶、火文字については、利用者で責任をもって設置・消火してください。

キャンドルファイヤー

(通年可能)

【活動場所】体育館

ろうそくを使った、厳かなセレモニーです。キャンプファイヤーの雨天案や冬期の活動にぴったりです。

※ 準備・実施・片付けは、利用者で行っていただきます

○ 必要物品

着火用ライター、ろうそく*1

(プログラムに応じて) トワリング棒、火文字*2、針金、ペンチ等

*1 購入する場合は、事前に「ろうそく注文書(書-10)」を提出してください。

*2 サイズは、縦 1.5 m × 横 3.0 m までです。

○ 注意事項

- ・ 準備等で説明が必要な場合は、打ち合わせ時に指導員までお知らせください。
- ・ 火のついたろうそくを宿泊棟へ持ち込むことはできません。
- ・ 床に落ちた蠟は、終了後に掃除してください。
- ・ 使用したものは元の場所に戻し、10 分程度換気扇を回してください。

落ち葉スキー

【活動場所】 落ち葉スキー場

自然の家の名物『落ち葉スキー』。松葉を敷き詰めたコースを大滑走します。スリル満点！ぜひお試しください。

- * 活動は一年中行うことができます
- * 雨天時は利用不可



○ 必要物品

軍手、長袖*1、長ズボン*1、虫よけスプレー、(必要な方は) ウェットティッシュ
*1 手足が露出した服装では、大変危険です。

【貸し出し物品】

スキー板、ヘルメット (16 個まで)、レーキ、松葉用フォーク

○ 整備について

事前の準備や活動中の滑走面の修復は、利用者で行ってください。

事前準備 (活動前、約 30 分) : コースのならし・松葉撒き、事前滑走テスト
使用中 (活動中、適宜) : コースのならし

※ 不明な点は、指導員までお尋ねください。

○ 「安全のために」

- ・ 活動中は、各コースのスタートとゴールに監視員を配置してください。滑走前は互いに安全確認を行い、事故防止に努めてください。
- ・ 活動前に、職員がオリエンテーションを行います (約 10 分)。活動する者は受けてください。
- ・ ルールを守り、正しく滑ってください。
- ・ 滑走するとコース内に凹凸ができます。転倒防止のため、適宜ならしてください。
- ・ 使用した道具類は確実に片付けてください。
- ・ 活動の際は、ヘルメットを着用してください。(ヘルメットの持ち込み可)

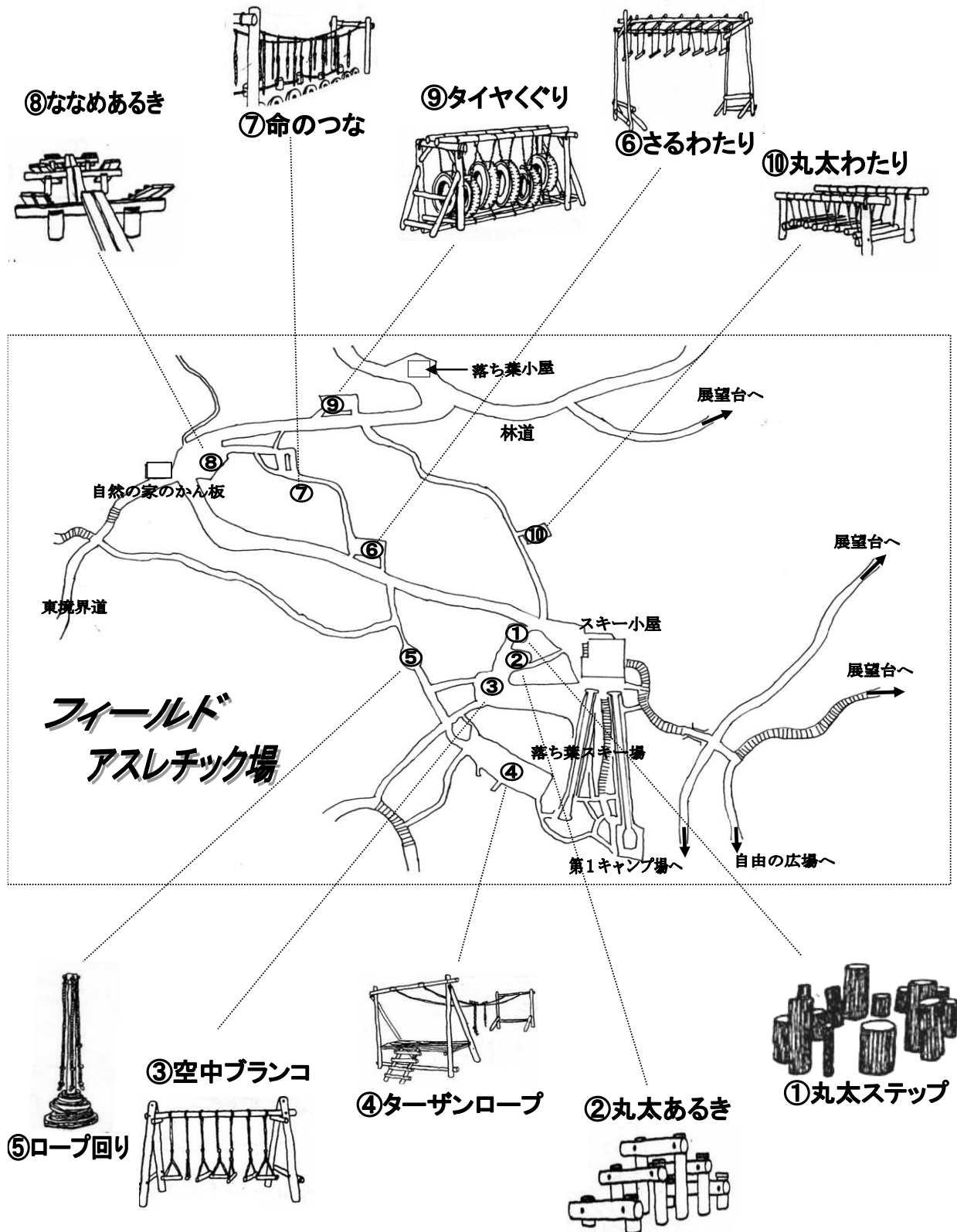
○ その他

- ・ 近くに水場はありません。飲料は十分に用意してください。
- ・ 簡易トイレはありますが、事前に済ませておくことをおすすめします。

フィールドアスレチック

【活動場所】 フィールドアスレチック場

子どもに大人気！山の自然と 10 種類の遊具を満喫しよう。



④ターザンロープ、⑤ロープ回りは監視をつけてください。

カヌー・川遊び

(6月上旬から9月下旬まで)

【活動場所】カヌー場

岡崎市少年自然の家では、なんと自然の川でカヌー体験ができちゃう！？ 暑い夏は冷たい川で楽しもう！

- * 天候や川の状態によっては実施できないことがあります。
- * 準備・片付けは、利用者で行っていただきます。



○ 必要物品

水着、水泳帽、ライフジャケット*、ヘルメット*、ウォーターシューズ、着替え、タオル、その他個人で必要なもの

- * 貸し出し可（詳しくは、「利用の手順 P.9」をご覧ください）

○ 活動の流れ

① 事前確認

★各活動とも、実施するかどうかの判断は、所長の助言を受けただうえで、校長または団体利用責任者が行います。ただし、天候その他の状況により、判断を待たずに、所長が活動中止を決定することもあります。

② 着替え

更衣場所は、カヌー倉庫・創作棟テラステント・創作棟南側テントが使用できます。

- ※ 創作棟内は、使用できません。活動前のみ、屋内の着替えができます。

③ 道具の準備・運搬

カヌーの運搬、ライフジャケット・ヘルメットの配布は、利用者で行ってください。

- ※ ライフジャケットは、必ず全員が着用すること。

④ カヌーオリエンテーション

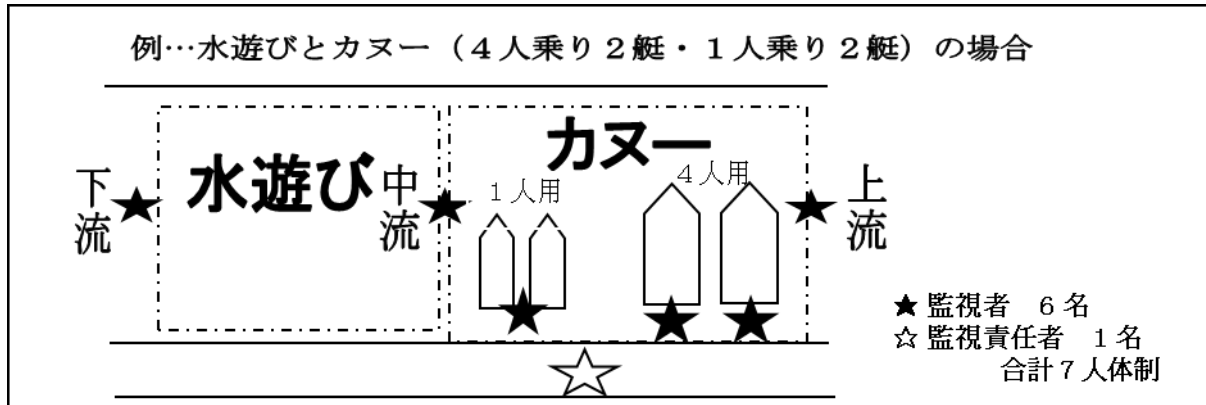
活動前に、職員がオリエンテーションを行います（約10分）。活動する者は受けてください。

⑤ カヌー・川遊び

入水前に、準備運動を行ってください。

★監視者の配置について★

活動中は、川の監視者 3 名（上中下の 3 か所）と、使用するカヌーの艇数に応じた監視者（1, 2 人乗り：2 艇につき 1 名、3, 4 人乗り：1 艇につき 1 名）を配置してください。



★活動中のお願い★

- ・ カヌー乗船中は、暴れたり、立ち上がったりしないこと。
- ・ パドルで他の船や友達を叩かないこと。
- ・ カヌー・水遊びは決められた場所で行うこと。特に、誤ってカヌーが水遊び場に侵入しないようにすること。
- ・ 乗り降りの際は、カヌー監視者が艇を押さえて転覆しないようにしてください。

⑥ 片付け

使用したカヌー・ライフジャケット・ヘルメットは、水道で洗浄してから所定の場所に返却してください。

○ その他

- ・ 非常時は、事務所（47-2357）まで連絡してください。
- ・ 不明な点がございましたら、職員までお尋ねください。
- ・ AED を活動場所近くに用意する（創作棟テラスに常時設置してあります）。

鮎つかみ

(5月上旬から9月下旬まで)

所要時間：約2時間

【活動場所】創作棟前水路

新鮮な鮎を捕まえて、豪快にぱくり！

- * 水路の状況によっては、実施できない場合があります
- * 準備・片付けは、利用者で行っていただきます

○ 必要物品

鮎、串、炭、ガスバーナー、うちわ、網、塩、軍手、ウォーターシューズ

【貸し出し物品】

焼き台（最大8台）、机、バケツ、火ばさみ

《鮎の注文について》

利用者から直接業者へ注文してください。

主な購入先は「男川漁業協同組合」「男川やな」などがあります。

「男川漁業協同組合」

〒444-3617 岡崎市淡路町新畑 40

TEL：(0564) 82-3636

「男川やな」

〒444-3617 岡崎市淡路町字日向 23

TEL：(0564) 82-2089

○ その他

- ・ 活動を希望される場合は、早めにご相談ください。
- ・ 捕まえた鮎は、「ほたるの広場」、「木もれび広場」等で焼くことができます。火災防止のため、利用者で活動後の後始末をお願いします。
- ・ 鮎のキャンセルは、「前日の午前中」までです。
- ・ 水路の清掃などが必要となるため、活動の計画は事前にご相談ください。

火おこし体験

所要時間：30 分以上

【活動場所】太陽の広場、各テントサイト等



○ 必要物品

火おこし板*1、丸棒*1（直径 20 mm、長さ 130 mm 前後）、アルミホイル、火口（炭布、真綿、鉛筆の削りかす等）、ろうそく、長袖、長ズボン、軍手

*1 事前に準備が必要です。詳しくは、指導員にご相談ください。

【貸し出し物品】

まいぎり式火おこし器、着火用湯切り、ろうそく立て

○ 注意事項

- ・ 実施にあたって事前に利用者が準備するものがあります。
- ・ 雨天の場合や風が強い場合は、火がおこしにくいことがあります。
- ・ 炊飯活動と一緒にを行う場合は、時間に余裕を持って計画をしてください。

オリエンテーリング（OL） ウォークラリー

施設内には、28 か所の缶のほか、関所となるポイントがいくつかあります。やり方を工夫してみよう。

○ 必要物品

地図、記入用紙、バインダー、筆記用具、飲料、ホイッスル

○ OL のコース例について

「はくせきれい」：No. 32～37（約 40 分）

「やまがら」：No. 38～41（約 20 分）

「ひばり」：No. 42～44（約 15 分）

「つぐみ」：No. 45～47（約 15 分）

「わし・たか」：No. 48～51（約 15 分）

「めじろ」：No. 52～54（約 30 分）

「もず・こさぎ」：No. 55～59（約 30 分）

*詳しくは、活-13 の地図を参照

ツリーラリーでは、アルファベットの看板がついた木と同じ木を周辺から見つけます。
全コース（約 90 分）

*詳しくは、活-16 の地図を参照

○ 注意点

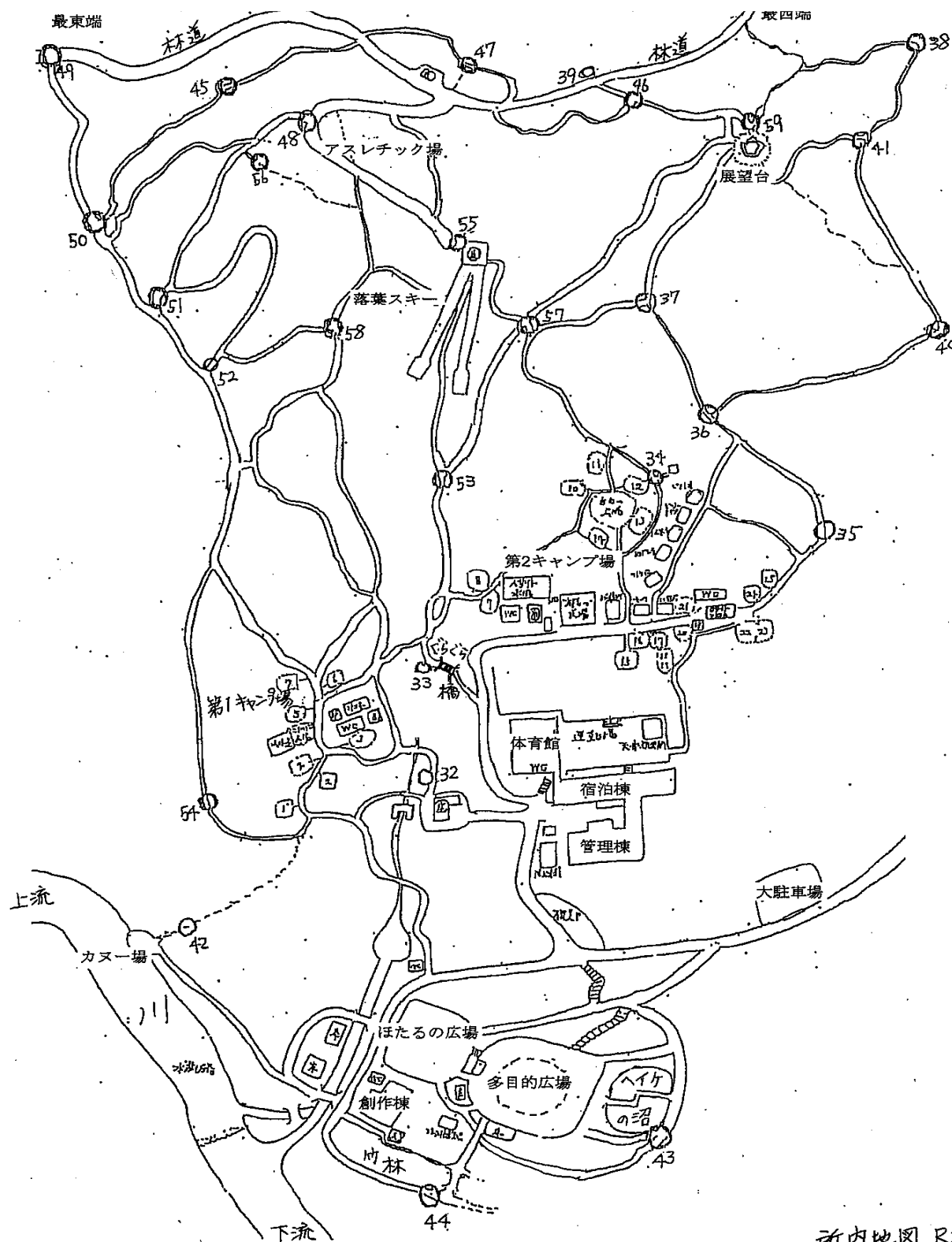
- ・ 活動を希望する場合、事前にコースの下見を行ってください。また、遊歩道の通行止めがないか指導員に確認してください。
- ・ 団体が独自に作成したポイントを設置することもできますが、活動後に回収してください。

オリエンテーリング MAP (番号 32~59 まであるよ)

自分が探す缶の番号 _____

地図を見ながら、各場所に設置されている缶（カン）を探して下さい。

缶に書いてある「ひらがな」をつなげると鳥のなまえになるよ。



所内地图 R2.

オリエンテーリング記入カード

地図を見ながら全28カ所に設置されている缶を探し、所内を散策しよう
缶に書いてある文字をつなげるとそれぞれ鳥の名前になるよ！

缶の番号	答え
32	
33	
34	
35	
36	
37	
38	
39	
40	
41	
42	
43	
44	
45	

缶の番号	答え
46	
47	
48	
49	
50	
51	
52	
53	
54	
55	
56	
57	
58	
59	

見つけた鳥の名前を記入しよう！

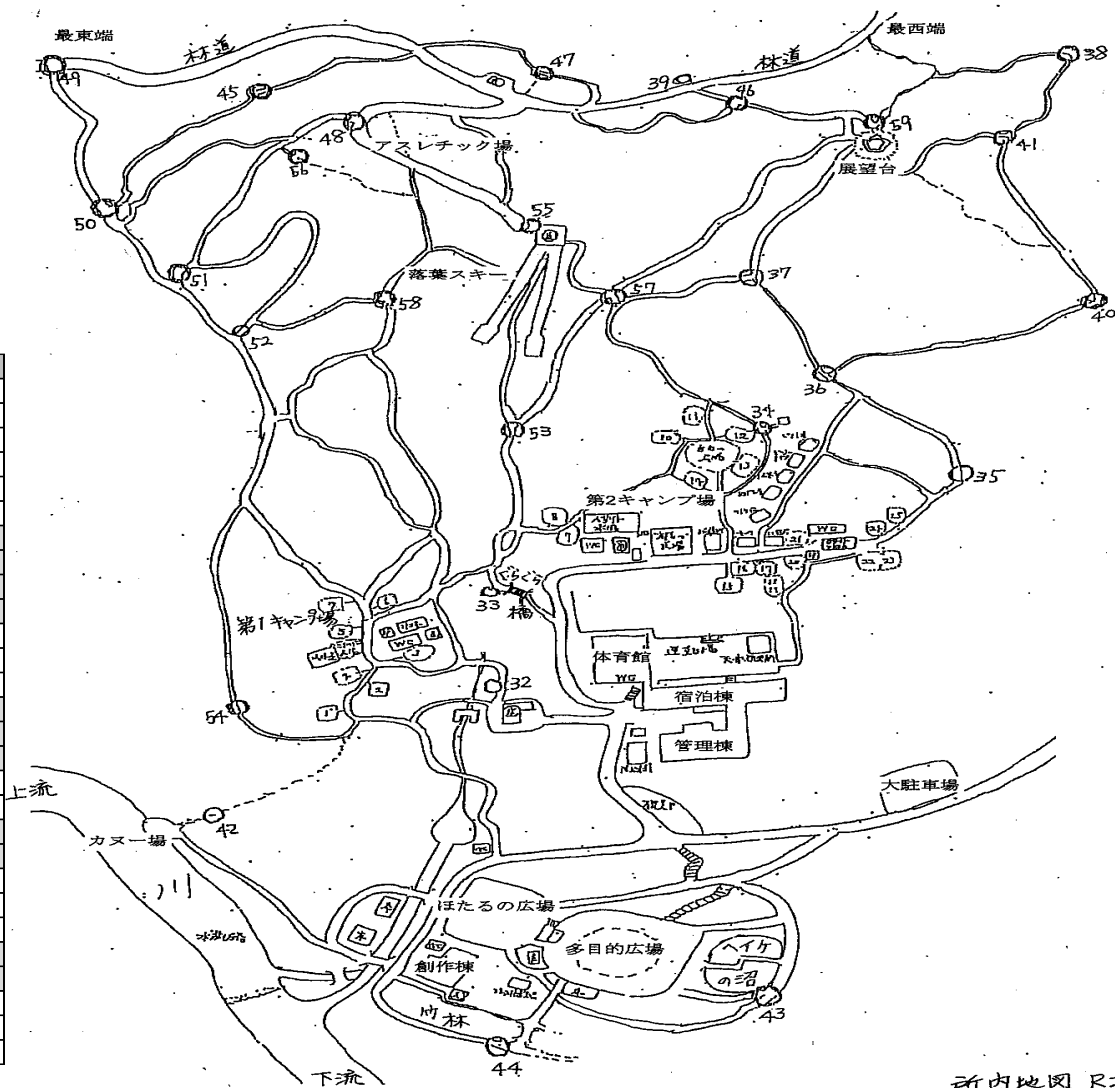
オリエンテーリング 令和版(指導用・答え)

地図を見ながら全28カ所に設置されている缶を探し、所内を散策しよう。

缶に書いてある文字をつなげるとそれぞれ鳥の名前になるよ。探してみよう！

【答え】

缶の番号	位置	正解文字
32	建物の東側	は
33	小道の曲がり	く
34	小道の分岐	せ
35	小道の曲がり	き
36	小道の分岐	れ
37	小道の分岐	い
38	小道の分岐	や
39	小道の曲がり	ま
40	小道の曲がり	が
41	小道の分岐	ら
42	小道の曲がり	ひ
43	小道の曲がり	ば
44	小道と小川の交点	り
45	道と小道の分岐	つ
46	小道の分岐	ぐ
47	鞍部(あんぶ)	み
48	道と小道の分岐	わ
49	道と小道の分岐	し
50	小道の分岐	た
51	小道の曲がり	か
52	小道の分岐	め
53	小道の分岐	じ
54	小道の曲がり	ろ
55	建物の東側	も
56	小道の曲がり	ず
57	小道の交点	こ
58	小道の分岐	さ
59	小道の分岐	ぎ



☆全部で9種類の鳥の名前が隠れています。
(ハクセキレイは岡崎市の鳥です)

【指導者の方へ】

天候等により足場が悪い場合があります。

各団体でコースの確認をしてください。

缶を使用せず団体独自のオリエンテーリング

(例：クイズオリエンテーリング) をすることも可能です。設置した目印等は回収してください。

全コース (32～59) は3時間程度です。

組み合わせで最適なコースを作成することができます。

【1時間程度】

A. はくせきれい・やまがら (32～41)

B. つぐみ・わし・たか・もず・こさぎ (45～51・55～59)

※このコースは落ち葉スキー場周辺でオリエンテーリングをする際におすすめ

【30分程度】

C. ひばり (42～44) ※このコースだけでまわると15分程度

D. めじろ (52～54)

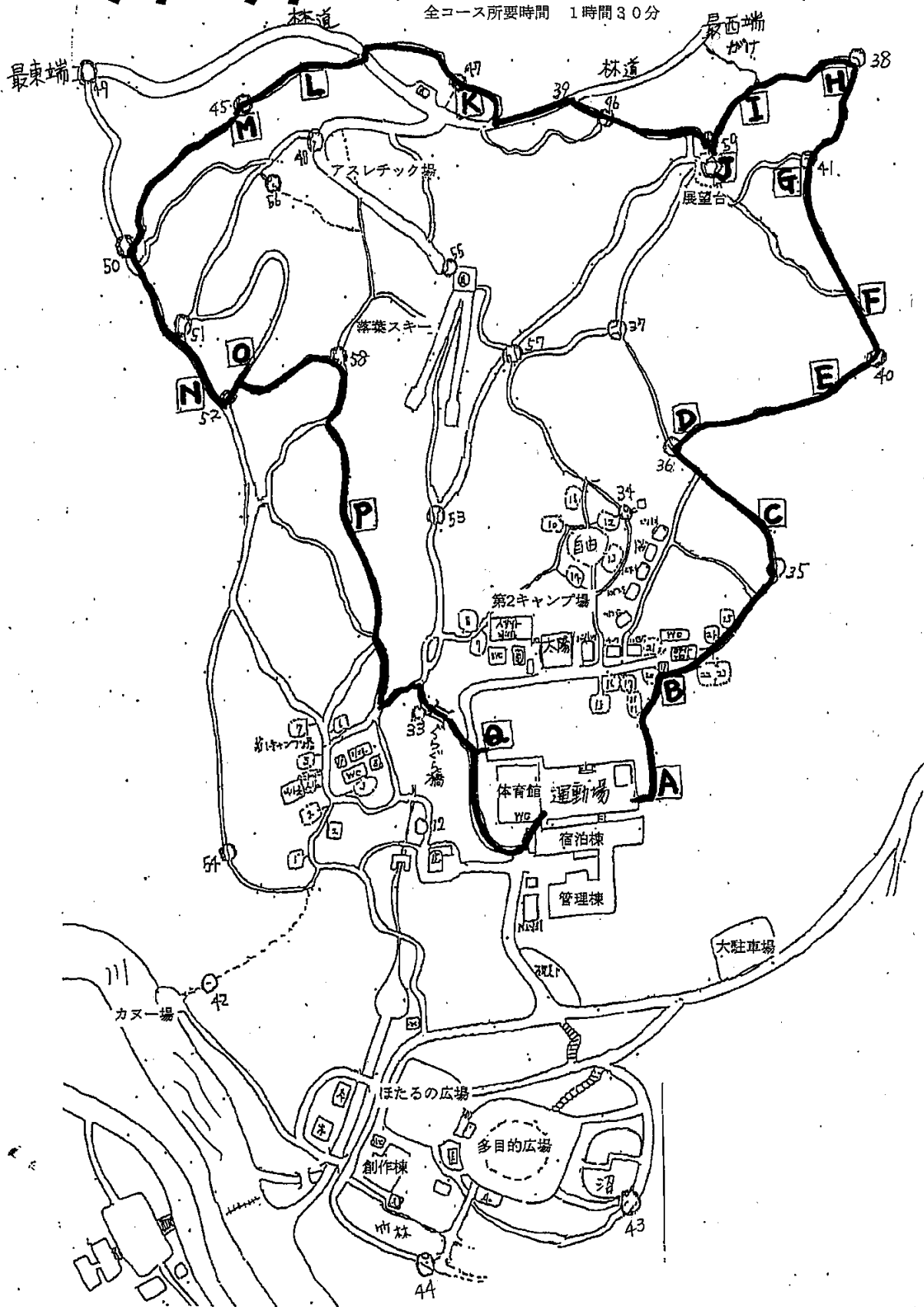
E. こさぎ (57～59)

(例) 32～41 と 42～44 で1時間半コース

ツリーラバー

アルファベットの木と、同じ木を見つけよう。

全コース所要時間 1時間30分



ツリーラリー記入カード

●ルール説明

①地図を見てアルファベットの^{かんばん}看板（茶色）のところへ向かいましょう。

②周りにヒントの看板（白色）があります。

その中からアルファベットと同じ樹木を探してください。

目で見たり、手で触れたりして、選びましょう♪



①アルファベットの看板（茶色）



②ヒントの看板（白色）



※ツリーラリーと書いていない

看板は違うから注意してね！

（例）

岡崎市少年自然の家
サクラ

記号	答え
A	
B	
C	
D	
E	
F	
G	
H	
I	
J	
K	
L	
M	
N	
O	
P	
Q	

ツリーラリー（答え）先生用

●ルール説明

①地図を見てアルファベットの^{かんばん}看板（茶色）のところへ向かいましょう。

②周りにヒントの看板（白色）があります。

その中からアルファベットと同じ樹木を探してください。

目で見たり、手で触れたりして、選びましょう♪

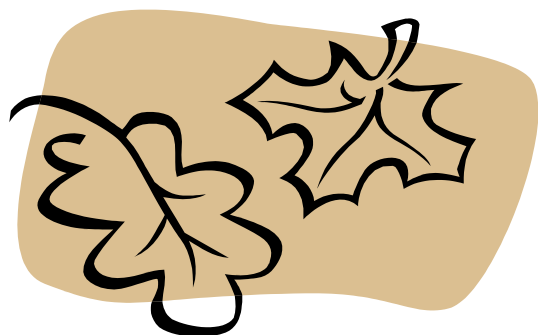
①アルファベットの看板（茶



②ヒントの看板（白色）



記号	答え
A	シラカシ
B	ネズミモチ
C	アベマキ
D	サカキ
E	ヒメシャラ
F	ヒノキ
G	アラカシ
H	ヤマモモ
I	クロバイ
J	コナラ
K	ネズ
L	クロマツ
M	クリ
N	ヤマハンノキ
O	シキミ
P	ヤマコウバシ
Q	ソヨゴ

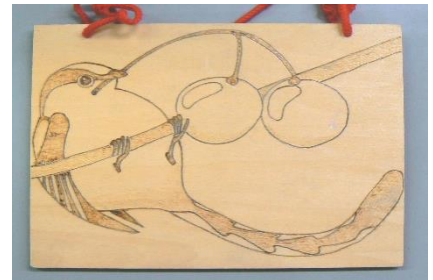


ウッドバーニング

所要時間：1 時間以上

【活動場所】創作棟

電熱ペンを使用し、板を焦がして絵を描きます。また、穴をあけてひもを通すことで、壁掛けにもできます。



＊ 事前に下書きを作成してくると、作成時間が短縮できます。

○ 必要物品

木材*1、筆記用具、(下書き、カーボン紙、セロハンテープ、ニス)

＊1 業者より購入することができます。詳しくは、「提出書類の書き方」をご覧ください。

【貸し出し物品】

電熱ペン (約 70 台)、延長コード、錐、図鑑

○ 手順

準備

- ① 使用する道具を机に持ってくる。
 - ・ 電熱ペンは 1 人につき 1 台、延長コードは机で 1 本
 - ・ 電熱ペンは、箱ごと持ってくると片付けが楽
- ② 埋め込みコンセントに延長コードを繋ぐ。
 - ・ 電熱ペンを直接コンセントに繋ぐと危険
- ③ 電熱ペンのスイッチを入れる。
 - ・ ペン先が熱くなるまで 1, 2 分ほどかかるため、触らずに机の上に置いておく
 - ・ 電熱ペン本体の赤ランプが点灯したら、使用できる

描画

- ④ スケッチするようにして輪郭を描く。
 - ・ ペンは、板に軽く当てて使用する（強く押し当てると、ペン先が曲がる）
 - ・ ゆっくりペンを動かすことで、濃くはっきりした線が描ける
- ⑤ 電熱ペンを色鉛筆のように持ち、各部分を塗る。
 - ・ ペン先を板に当てる時間を変えることで、濃淡をつけられる
 - ・ 絵具、色鉛筆、クレヨンなどで着色してもよい

片付け

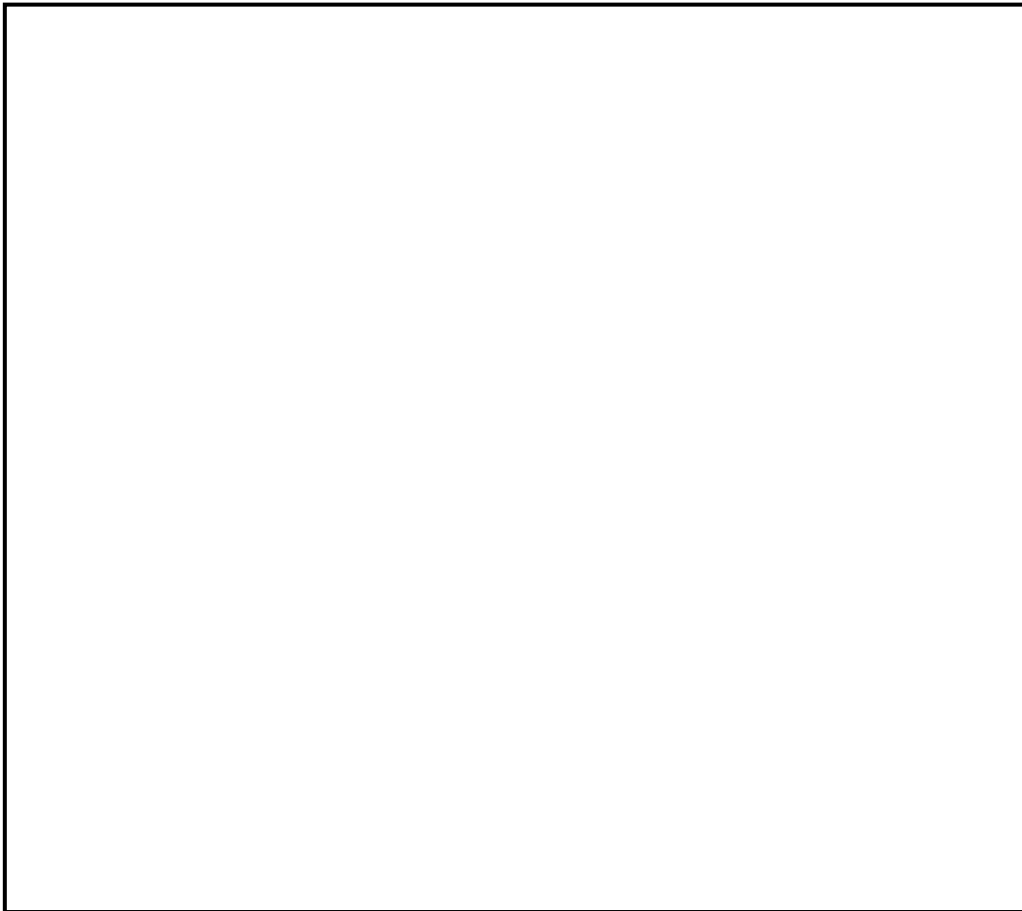
- ⑥ 電熱ペンのスイッチを切り、ペン先が冷めてからコードをまとめる。
 - ・ コードは、本体に横巻きで巻き付ける
- ⑦ 電熱ペン、延長コード、その他使用したものを所定の場所に返却する。
 - ・ 電熱ペンの番号間違いに注意する
- ⑧ 椅子を机にあげ、清掃する。
 - ・ コンセントを忘れず引っ込める
- ⑨ 扇風機やストーブなど使用した機器の電源を消し、戸締りを確認する。

○ その他

- ・ 電熱ペンのペン先は約 400℃になるため、注意して使用してください。
- ・ 電源の関係で場所・人数が限られています。活動を希望する団体は、指導員にご相談ください。

【サイズ見本】

業者より購入できる板は、シナベニヤ（120 mm × 135 mm）です。



モルック

【活動場所】運動場、太陽の広場、ほたるの広場、多目的広場等
所要時間：30 分から

フィンランド発祥のボウリングのようなゲーム。力を必要としないので、小さな子から大人まで同じチームで楽しむことができます。

○ 貸し出し物品

モルック（最大 6 セット）、点数盤、マグネット、マーカーペン

○ その他

- ・ 準備・片付けは利用者で行ってください。
- ・ 安全のため、下投げで投げるようにしてください。また、十分に広がって活動してください。