



群馬県立北毛青少年自然の家

# プログラム 資料編

〒377-0702

群馬県吾妻郡高山村大字中山 6853 番地 18

TEL 0279-63-2004

FAX 0279-63-2873

E-mail: kihokumo@pref.gunma.lg.jp

# プログラム資料編 目 次

I	キャンプファイヤー キャンドルファイヤー	内容・場所・準備・キャンプ・その他 展開例 キャンプファイヤー 展開例 キャンドルファイヤー	P. 1～3 P. 4 P. 6
II	カレーづくり		P. 8
III	ウォークラリー		P. 9
IV	ハイキングビンゴ		P. 11
V	ミニロゲイニング		P. 12
VI	ビジュアル オリエンテーリング		P. 13
VII	小野小山登山コース		P. 14

その他の資料等が必要な場合は、お気軽にお問い合わせください。



# I キャンプファイヤー／キャンドルファイヤー

## 1 実施例 3部構成 所要時間90分

第1部	「ともしびを迎える」	20分
第2部	「ともしびを囲んで」	50分
第3部	「ともしびを送る」	20分

## 2 準備物品 ※以下の物品はすべて本所より貸出可能です

- (1)CDプレーヤー、懐中電灯、楽器 / スコップ、バケツ  
 (2)まき組み、トーチ作り ※まき組みは当所職員が組みます / 燭台  
 (3)儀式用衣装（火の神・火の使い・天狗）、音楽CD、チャッカマン

## 3 費用

- ・キャンプファイヤー：1セット2,000円（まき・トーチ含む）※燃焼時間約90分
- ・キャンドルファイヤー：1セット400円（燭台・キャンドル使用料）

## 4 事前指導

- (1)活動の目的やねらいを参加者全員に周知する。

目的：活動とともにした仲間と炎を囲み、仲間同士の友情を深めるとともにふれあい、自己を見つめ直したり、協力する事の大切さを考えたりして、ふりかえりの機会とする。

- (2)係分担と内容例

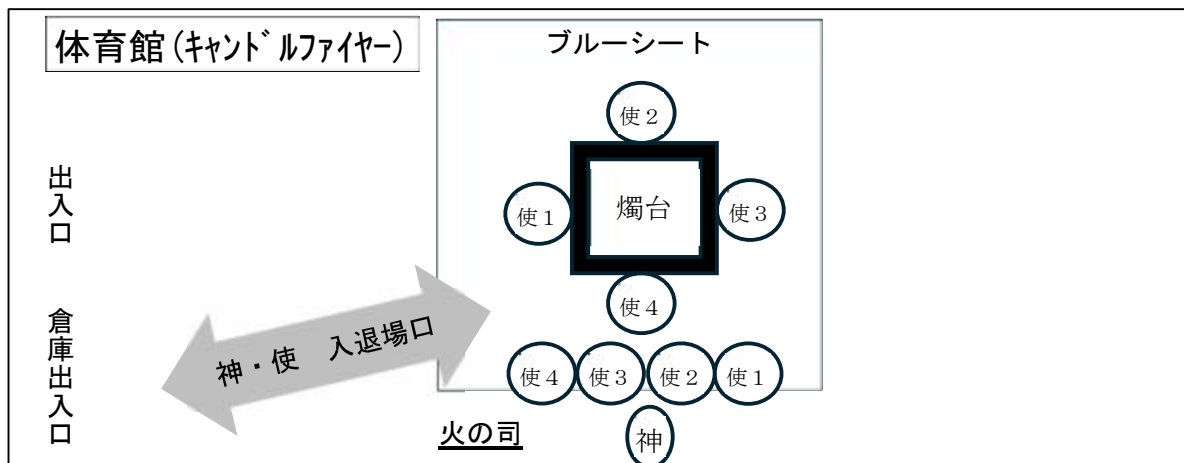
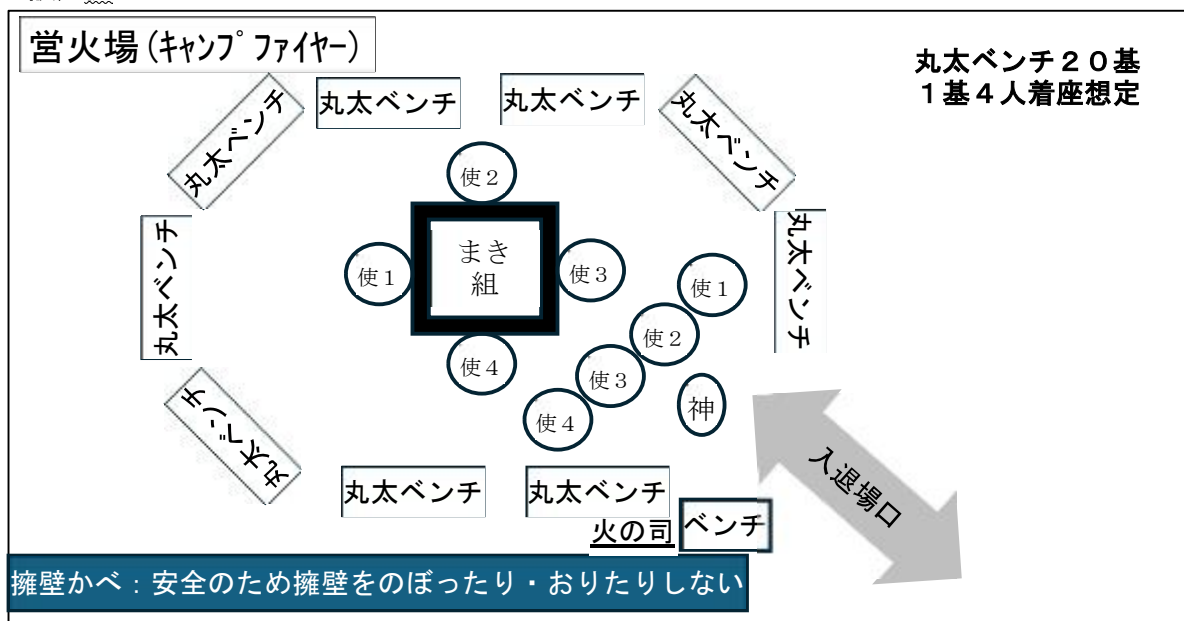
①	火の司（司会者）	1～2名	全体進行、歌やゲームの指導・進行。
②	火の神（営火長、ファイヤー）	1名	全体責任者。聖火運搬、分火。
③	火の使（聖火・誓いの言葉）	4名	誓いの言葉発声。点火。
④	火の守（ファイヤーキーパー）	1名	営火を管理する。
⑤	コール係	4～8名	「ヤッホー」の呼びかけ。
⑥	献詩係	1名	献詩（詩の朗読）をする場合。
⑦	準備・片付け係	5～10名	運営上の準備全般、後始末。

- (3)リハーサル

入所前に、キャンプファイヤーの流れや打ち合わせ、練習をしておくといよい。

※現場リハーサルは、安全指導後に会場で実施可能

## 5 場の設定例

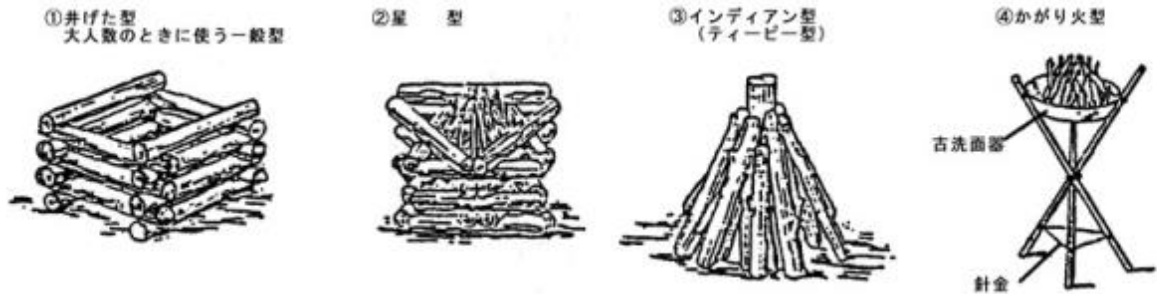


## 6 その他

### ＜キャンプファイヤー＞

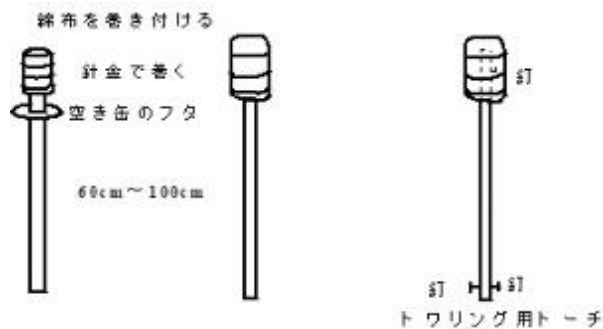
①まき組み「井げた型」 ※当所では原則下図「①井げた型」にて組み上げます。

- ・丸太を2本ずつ太いものから交互に1m～1.5m積み上げる。
- ・中に、燃え残りのまきやぼや等、燃えやすいものをつめる。
- ・早く燃え尽きるようにするには、縦に割ったまきを使う。燃え残りも少ない。



②トーチ (たいまつ)

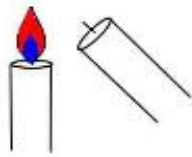
- ・長さ60～100cmの棒先に布（化繊は不適）を針金でしばり、灯油をしみこませる。



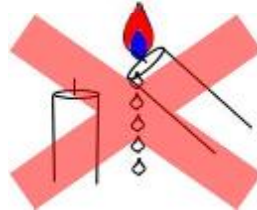
### ＜キャンドルファイヤー＞

- ①ローソクの火が、他に燃え移ったり、やけどをしたりしないように十分気をつけてください。特に、着火の際に手元のローソクの火に気を付けてください。
- ②ローソクの火をおくるときは、着火しているローソクを直立し上から火をもらいに行く（図A）こと。着火したローソクを倒すと、ろうがたれるため注意すること（図B）。

#### A 正しいもらい方



#### B 危険



- ③厳かで穏やかな雰囲気、静かにはじめる。特に第1部と第3部の開始時に留意する。
- ④途中の合唱は、歌詞がわからないときはハミングで。
- ⑤レクリエーションなどは、思い切り心を開放できるよう声掛けし、無理強いはいしない。
- ⑥全体の時間は90分程度。落ち着いた雰囲気で交流できるように流すことが大事。

## <キャンプソング>

### 「遠き山に日は落ちて」

♪ 遠き山に日は落ちて	星は空を散りばめぬ
今日の業をなしおえて	心かろくやすらえば
風は涼しこの夕べ	いざや楽しまどいせん

### 「燃えろよ燃えろ」

♪ 燃えろよ燃えろよ炎よ燃えろ	火の粉をまきあげ天までこがせ
照らせよ照らせよ真昼のごとく	炎ようずまきやみ夜を照らせ
燃えろよ照らせよ明るくあつく	光と熱とのもとなる炎

### 「ふるさと」

♪ 1. うさぎ追いしかの山	小ぶなつりしかの川	夢は今もめぐりて
		忘れがたきふるさと
♪ 2. いかにいます父母	つつがなしやともがき	雨に風につけても
		思いいずるふるさと
♪ 3. こころざしをはたして	いつの日にか帰らん	山はあおきふるさと
		水は清きふるさと

### 「今日の日はさようなら」

♪ いつまでも 絶えることなく友だちでいよう  
明日の日を夢みて希望の道を  
空をとぶ鳥のように 自由生きる  
今日の日はさようならまた会う日まで

### 「四季の歌」

♪ 1. 春を愛する人は	心清き人	すみれの	花のような	僕の友だち
2. 夏を愛する人は	心強き人	岩をくだく	波のような	僕の父親
3. 秋を愛する人は	心深き人	愛を語る	ハイネのような	僕の恋人
4. 冬を愛する人は	心広き人	根雪をとかす	大地のような	僕の母親





7 展開例 ※3部形式実施例。ご参考のうえ、各団体に工夫してください。

(1)第1部「ともしびを迎える」【キャンプファイヤー編】

＜厳かで穏やかな雰囲気、静寂を大切に、ともしびを迎える＞

○事前指導：入場前に、一連の流れを確認し、穏やかに、静かにとり行うようにする。

○入 場：静かに入場し、所定の丸太ベンチへ座り開会を待つ。

(台本例)

開 会	火 の 司	「小野子山のふもと、この県立北毛青少年自然の家にも夜のとばりがおりてきました。しばらく静かな自然の音に耳を傾けてみましょう。」 ・・・ 「これから第1部『ともしびを迎える』儀式を行います。」
	コ ー ル 係	「ヤッホー」「ヤッホー」「ヤッホー」「ヤッホー」
	火 の 司	「それでは、今日一日の出来事を思い出しながら“遠き山に日は落ちて”を一番は歌詞で、二番はハミングで歌い、ともしびを迎えましょう。」
	全 員	合唱「遠き山に日は落ちて」 ♪遠き山に日は落ちて 星は空を散りばめぬ 今日の業をなしおえて 心かろくやすらえば 風は涼しこのタベ いざや楽しまどいせん
入 場	火 の 神 使	(ハミングになったら)火の神のともしびを先頭に入場する。 火の使は火の神の後に続き入場する。 薪組みをゆっくりと一周し、正面に立つ。(参照：場の設定例)
	火 の 司	「火の神から、お言葉をいただきます。」
	火 の 神	「火は、遠い昔から、私達に、生きる喜びや勇気を与えてくれました。火は、私達の生命でもあります。火を大切にすることは、自分を守ることもなるのです。しかし、この偉大な火も、使う人の心により、人類を闘争と破壊へと導くことにもなります。火を大切に使う心を忘れてはいけません。今、ここに燃える火は、ここに集う私達に、大きな勇気と自信を与えてくれるものと信じます。」
分 火	火 の 司	「次に、分火し、誓いの言葉を述べていただきます。 火の使は、火の神の前に進んでください。」
	火 の 神	「あなたには〇〇の火をさずけます。」
	火 の 使 1	「私は、〇〇の火をさずかりました。(⇒誓いの言葉)」 ※発声後、①の場所に移動する。
	火 の 使 2…	※使い1と同様
点 火	火 の 司	「今、ともしびが火の使にわけられました。それでは、点火してください。」 ※火の使は、一斉にまきに点火する。
	火 の 司	「さあ、みなさん、今赤々と火がともしました。この火が燃え上がり、天までこがすように“燃えろよ、燃えろ”を三番まで元気よく歌いましょう。」 ♪燃えろよ燃えろよ炎よ燃えろ 火の粉をまきあげ天までこがせ 照らせよ照らせよ真昼のごとく 炎ようずまきやみ夜を照らせ 燃えろよ照らせよ明るくあつく 光と熱とのもとなる炎  ※歌が始まったら火の使は正面に戻り、神といっしょに退場する。 ※第2部へ向けて気持ちを切り替えて、躍動的な雰囲気をつくる。 ・誕生日の人の紹介や、嬉しい出来事を発表するのもよい。

※火の使 誓いの言葉例

友情の火	私は、友情の火をさずかりました。思いやりを忘れず、いつまでも友達を大切にすることを誓います。	努力の火	私は、努力の火をさずかりました。何事にも、常に努力を続けていくことを誓います。
協同の火	私は、協同の火をさずかりました。互いに励まし、協力することを誓います。	奉仕の火	私は、奉仕の火をさずかりました。心から、人につくすことを誓います。
感謝の火	私は、感謝の火をさずかりました。いつまでも感謝の気持ちを忘れないことを誓います。	自由の火	私は、自由の火をさずかりました。足元を見つめ、自分自身の道を行くことを誓います。
規律の火	私は、規律の火をさずかりました。自らの心をひきしめ、規律正しく生活することを誓います。	創造の火	私は、創造の火をさずかりました。創意工夫を忘れず、常に新たな気持ちで生活していくことを誓います。
健康の火	私は、健康の火をさずかりました。これからも、心身ともに健康であり続けることを誓います。	希望の火	私は、希望の火をさずかりました。今日の良き思い出を忘れず、一歩一歩前進することを誓います。

## (2)第2部「ともしびを囲んで」【キャンプファイヤー編】

※火の神、火の使は、着替えが済み次第そっと合流する。

＜和やかに活動的な雰囲気、互いに交流しながら全身で楽しむ＞

(台本例)

火の司	<p>「さあ、火を囲んで、楽しいひとときを過ごしましょう。」</p> <p>.....</p> <p>【みんなで楽しむ時間】</p> <p>レクリエーション</p> <p>みんなが楽しめる内容を設定する。</p> <p>・合唱 ・ゲーム ・フォークダンス ・出し物 など</p>
-----	---

## (3)第3部「ともしびを送る」【キャンプファイヤー編】

＜厳かで穏やかな雰囲気、静かに、小さくなった炎を囲みながら、まとめる＞

(台本例)

火の司	<p>「あれほど勢いよく燃えていた火も、いつの間にか小さくなりました。楽しかったこのファイヤーを胸におさめ、お父さん、お母さん、兄弟や家族、そして、友達のことを思い出しながら”ふるさと”を一番は歌詞で、二番はハミングでうたいましょう。」</p> <p>♪うさぎ追いかの山      小ぶなつりしかの川 夢は今もめぐりて      忘れがたきふるさと</p> <p>※内容例</p> <p>【詩の朗読】心が落ち着くような詩や格言。本の一部を引用してもよい。</p> <p>【合唱】これまでをふりかえられるようなしっとりとする合唱でもよい。</p>
火の司	<p>「このキャンプファイヤーも終わりを告げようとしています。〇〇さん（△△先生）から終わりの言葉をいただきます。」</p>
〇〇さん △△先生	<p>「楽しかったこのつどいも終わりに近付いたようです。今宵の私達のつどいを照らし続けてくれた意義ある火を、永遠の火といたしましょう。そして、みなさん、これからも、お互いに、協力しあい、励ましあい、がんばりましょう。」</p>
火の司	<p>「最後に“今日の日はさようなら”の歌を歌いましょう。」</p> <p>♪いつまでも 絶えることなく友だちでいよう 明日の日を夢みて希望の道を 空をとぶ鳥のように 自由生きる 今日の日はさようならまた会う日まで</p>
火の司	<p>「楽しいつどいの間、私達を見守ってくれた炎も、今は、静かに消えてゆこうとしています。私達は、この宿泊体験をとおして、素晴らしい経験を得ました。それらは、楽しく、また厳しく、生涯忘れることのできない思い出の一つとなることでしょう。この感激を胸に、明日から、また、新しい気持ちでがんばりましょう。今日のこのつどいを、小さくなった火とともに閉じたいと思います。」</p>

※諸連絡 ・この後の日程や行動の確認をする。 ・片付けをする。

### ＜その他＞

- (1)後始末 ①閉会后、火を集めて、ある程度燃え尽きてから、ふたをかぶせる。水をかけない。その後は、そのまま放置し、翌朝清掃時に灰を灰捨て場に捨てる。
- ②借用した用具の破損等を確認し、返却する。
- ③会場全体を点検する。

(2)事前注意…第1部と第3部は、私語をつつしみ、厳粛に行う。

8 展開例 ※3部形式実施例。ご参考のうえ、各団体で工夫してください。

(1)第1部「ともしびを迎える」【キャンドルファイヤー編】

＜厳かで穏やかな雰囲気、静寂を大切に、ともしびを迎える＞

○事前指導：入場前に、一連の流れを確認し、穏やかに、静かにとり行うようにする。

○入 場：静かに入場し、所定の位置へ座り、体育館照明を落とし静かに開会を待つ。

(台本例)

開 会	火 の 司	「小野子山のふもと、この県立北毛青少年自然の家にも夜のとぼりがおりてきました。しばらく静かな自然の音に耳を傾けてみましょう。」 ・・・ 「これから第1部『ともしびを迎える』儀式を行います。」
	(コール係)	(「ヤッホー」「ヤッホー」「ヤッホー」「ヤッホー」) ※省略可
	火 の 司	「それでは、今日一日の出来事を思い出しながら“遠き山に日は落ちて”を一番は歌詞で、二番はハミングで歌い、聖なるともしびを迎えましょう。」
	全 員	合唱「遠き山に日は落ちて」 ♪遠き山に日は落ちて 星は空を散りばめぬ 今日の業をなしおえて 心かろくやすらえば 風は涼しこのタベ いざや楽しまどいせん
入 場	火 の 神 使	(ハミングになったら) 火の神のともしびを先頭に入場する。 火の使は火の神の後に続き入場する。 燭台をゆっくりと一周し、正面に立つ。(参照：場の設定例)
	火 の 司	「火の神から、お言葉をいただきます。」
	火 の 神	「火は、遠い昔から、私達に、生きる喜びや勇気を与えてくれました。火は、私達の生命でもあります。火を大切にすることは、自分を守ることにものなるのです。しかし、この偉大な火も、使う人の心により、人類を闘争と破壊へと導くことにもなります。火を大切に使う心を 忘れてはいけません。今、ここに燃える火は、ここに集う私達に、大きな勇気と自信を与えてくれるものと信じます。」
分 火	火 の 司	「次に、分火し、誓いの言葉を述べていただきます。 火の使は、火の神の前に進んでください。」
	火 の 神	「あなたには〇〇の火をさずけます。」
	火 の 使 1	「私は、〇〇の火をさずかりました。(⇒誓いの言葉)」 ※発声後、①の場所に移動する。
	火 の 使 2 …	※使い1と同様
点 火	火 の 司	「今、ともしびが火の使にわけられました。それでは、点火してください。」 ※火の使は、奥(上)から手前に点火していく。最後に中央へ点火する。
	火 の 司	「一本の小さな火も、今は、みんなの輪で、大きな美しい火となりました。これからもみんなで協力しあい、まっすぐな道を歩き続けましょう。この気持ちを込めて、“〇〇〇〇〇(例：若者たち)”を歌いましょう。」  ※歌が始まったら火の使は正面に戻り、神といっしょに退場する。
合 唱・ 退 場	火 の 司	「これから、中央の燭台を囲んで、楽しい一時を過ごしましょう。」 ※照明を点灯させ、第2部へ向けて気持ちを切り替えて、躍動的な雰囲気をつくる。 ・誕生日の人の紹介や、嬉しい出来事を発表するのもよい。

※火の使 誓いの言葉例

友情の火	私は、友情の火をさずかりました。思いやりを忘れず、いつまでも友達を大切にすることを誓います。	努力の火	私は、努力の火をさずかりました。何事にも、常に努力を続けていくことを誓います。
協同の火	私は、協同の火をさずかりました。互いに励まし、協力することを誓います。	奉仕の火	私は、奉仕の火をさずかりました。心から、人につくすことを誓います。
感謝の火	私は、感謝の火をさずかりました。いつまでも感謝の気持ちを忘れないことを誓います。	自由の火	私は、自由の火をさずかりました。足元を見つめ、自分自身の道を行くことを誓います。
規律の火	私は、規律の火をさずかりました。自らの心をひきしめ、規律正しく生活することを誓います。	創造の火	私は、創造の火をさずかりました。創意工夫を忘れず、常に新たな気持ちで生活していくことを誓います。
健康の火	私は、健康の火をさずかりました。これからも、心身ともに健康であり続けることを誓います。	希望の火	私は、希望の火をさずかりました。今日の良き思い出を忘れず、一步一步前進することを誓います。



## (2)第2部「ともしびを囲んで交歓会」【キャンドルファイヤー編】

※ろうそくの火は、引率者がそっと、いったん消しておく。

※火の神、火の使は、着替えが済み次第そっと合流する。

＜和やかに活動的な雰囲気、互いに交流しながら全身で楽しむ＞

(台本例)

火の司	「さあ、みんなで、元気に楽しいひとときを過ごしましょう。」 ..... 【みんなで楽しむ時間】 レクリエーション みんなが楽しめる内容を設定する。 ・合唱 ・ゲーム ・フォークダンス ・出し物 など
-----	--

## (3)第3部「ともしびを送る」【キャンドルファイヤー編】

＜厳かで穏やかな雰囲気、静かに火を囲みながら、まとめる＞

(台本例)

火の司	※引率者は、再びろうそくを点火する。 ※照明を落とす。 「これから『ともしびを送るつどい』を始めます。」 「だんだんと終わりが近づいてきました。ここで詩を朗読してもらいます。」
献詩者	※詩の朗読
火の司	「それでは、みなさん、静かに目を閉じてください。 このキャンドルファイヤーの最後に、ひとつ自分自身に誓いをたてましょ う。」 ※約5秒 「それでは静かに目を開けてください。」
火の司	「このキャンプファイヤーも終わりを告げようとしています。 〇〇さん(△△先生)から終わりの言葉をいただきます。」
〇〇さん △△先生	例①「楽しかったこのつどいも終わりに近付いたようです。 今宵の私達のつどいを照らし続けてくれた意義ある火を、永遠の火といたしま しょう。 そして、みなさん、これからも、お互いに、協力しあい、励ましあい、がんば りましょう。」 例②「もう一度、じっくりと炎を見つめてください。明るく暖かい火です。 優しくみなさんを照らし出してくれた火です。しかし、もしみなさんが粗末 に扱えば、大きな炎となって怒り狂います。反対に、丁寧に扱えば、今のよう に明るく優しくみなさんを包んでくれるのです。みなさん、じっと炎を見つ めましょう。そして、これまでの自分を振り返ってみましょう。明日から自 分で頑張りたいことを思い浮かべてください。心の中で「頑張るぞ」と誓っ てください。みなさんの行く手には、辛いことや苦しいことが待ちかまえて いるかもしれません。しかし、くじけずに強く明るく生きていきましょう。 今宵のこの火が、みなさんの前途を明るく照らしてくれることを祈ります。」
火の司	「それでは、“四季の歌”を歌いながら、中央の火を消しましょう。 1番を歌い終わったら、火の使い1が火を消してください。2番の後、火の 使い2、3番の後、火の使い3、4番の後、火の使い4のというように、 火を消してください。」
全 員 (合唱)	♪ 1. 春を愛する人は 心清き人 すみれの 花のような 僕の友だち 2. 夏を愛する人は 心強き人 岩をくだく 波のような 僕の父親 3. 秋を愛する人は 心深き人 愛を語る ハイネのような 僕の恋人 4. 冬を愛する人は 心広き人 根雪をとかず 大地のような 僕の母親
※火の司	※合唱を入れない場合 「もう一度、中央の灯りを見つめてください。様々な思いが浮かんでくるこ とでしょう。それでは、火の使いは火を消してください。」 ..... 「みなさん、腕を組んでください。」 「最後に“今日の日はさようなら”の歌を一緒に歌いましょう。」
火の司	※照明点灯 「私達は、このつどいをつうじて、とても素晴らしい経験を得ました。それら は、生涯、忘れることのできない思い出となることでしょう。この感激を胸 に、明日から、また新しい気持ちでがんばりましょう。これで、今日の“キャ ンドルファイヤー”を終わります。」

※諸連絡 ・この後の日程や行動の確認をする。 ・片付けをする。

＜その他＞

(1)後始末 ブルーシートをたたみ、燭台の下へ収納する。燭台は体育館倉庫へ移動する。

床に落ちたろうは剥がし、最後に全体をモップ掛けする。

(2)事前注意…第1部と第3部は、私語をつつしみ、厳粛に行う。

## Ⅱ カレーづくり

服装：必ず長ズボン！  
エプロン、三角巾、マスク  
軍手はゴムのついていないもの

詳しくはカレーづくり動画をご参照ください →

※下記内容も動画で確認できます。

当日配付する「カレー指示書」も当所ホームページに掲載しています。適宜ご活用ください。



北毛青少年自然の家  
Youtube tsulunos

### ＜活動の流れ＞

1. 研修室で職員から説明を聞く
2. 必要な荷物を持って、炊飯棟へ移動する
3. 各係に分かれてカレーづくりをする
4. みんなで食べる
5. 片付け

### ＜片付け方＞

- ◎飯ごう・カレーなべ【ススのついたもの】⇒粉クレンザー・みどリスポンジ
- ◎食器、スプーン【ススのついていないもの】⇒液体洗剤・あみスポンジ
- ◎かまど ⇒炭を片付ける、まきの残りをもどす
- ◎流し・調理台等 ⇒ほうき、ちり取り、雑巾等できれいにする
- ◎トイレ ⇒使用したトイレ内ゴミ掃き等をする ※汚れていたら職員へ報告する

- 食器・調理器具 ➡ 返却時に洗浄チェックを受けます
- 流し・調理台等 ➡ 全体が移動する前に清掃チェックを受けます
- ゴミ袋 ➡ 最後に管理棟前へ運びます

### 係別 片付け作業

係・人数	主な作業
【火の係】	1 余った「まき」や「針金」は「まき小屋」へ返す。 2 管理棟の脇にある一輪車を使って、かまどの灰や炭を灰捨て場（B棟トイレ脇）に捨てる 3 かまどや床をほうきではく。 4 使用した道具を片付ける。
【お米の係】	1 はんごうを洗う。 2 ふきんで水気をしっかりふき取る。 3 はんごうを管理棟に返す。（北毛職員によるチェックあり）
【カレー係】	1 なべや使用した道具を洗う。 2 ふきんで水気をしっかりふき取る 3 なべや使用した道具を管理棟に返す。（北毛職員によるチェックあり）
※手の空いた人	1 カレー皿やスプーン、まな板やボールなど使用した道具を洗う。 2 カレー皿などは、ふきんで水気をしっかりふき取る。 3 カレー皿など使用した道具を管理棟に返す。（北毛職員によるチェックあり） 4 流しやテーブルをきれいにする。 5 流しのゴミをゴミ袋に入れて、管理棟に持って行く。

### Ⅲ ウォークラリー

#### ◆主な活動内容◆

- ①各グループは、コマ図とワークシートを持って、時間差(通常4分)で出発します。
- ②道の分岐点では、コマ図で正しい道を確認しながら進みます。
- ③コース中には5つのチェックポイント(CP)があります。そこで与えられた課題を解決しながら進みます。
- ④できるだけ設定タイムちょうどの時刻にゴールします。
- ⑤ゴール後に「観察テスト」をします。

#### ◆得点及び順位の決定◆

合計200点満点で、最も高い得点をとったグループの優勝となります。内訳は以下の通りです。

<p>●タイム得点 (100点)</p> <p>設定タイムちょうどの時刻にゴールできたら100点です。はやすぎても遅くてもその時間差に応じて減点されます。</p>	<p>●CP得点 (60点)</p> <p>5つのCPの課題をすべてクリアして50点+ゴールパフォーマンス10点、合計で60点です。ゴールパフォーマンスは学校の先生に採点していただきます。</p>	<p>●観察テスト (40点)</p> <p>コース中に「観察コーナー」があります。そこで見た景色や看板から問題が出ます。</p>
---	--	---

#### ◆服装と持ち物◆

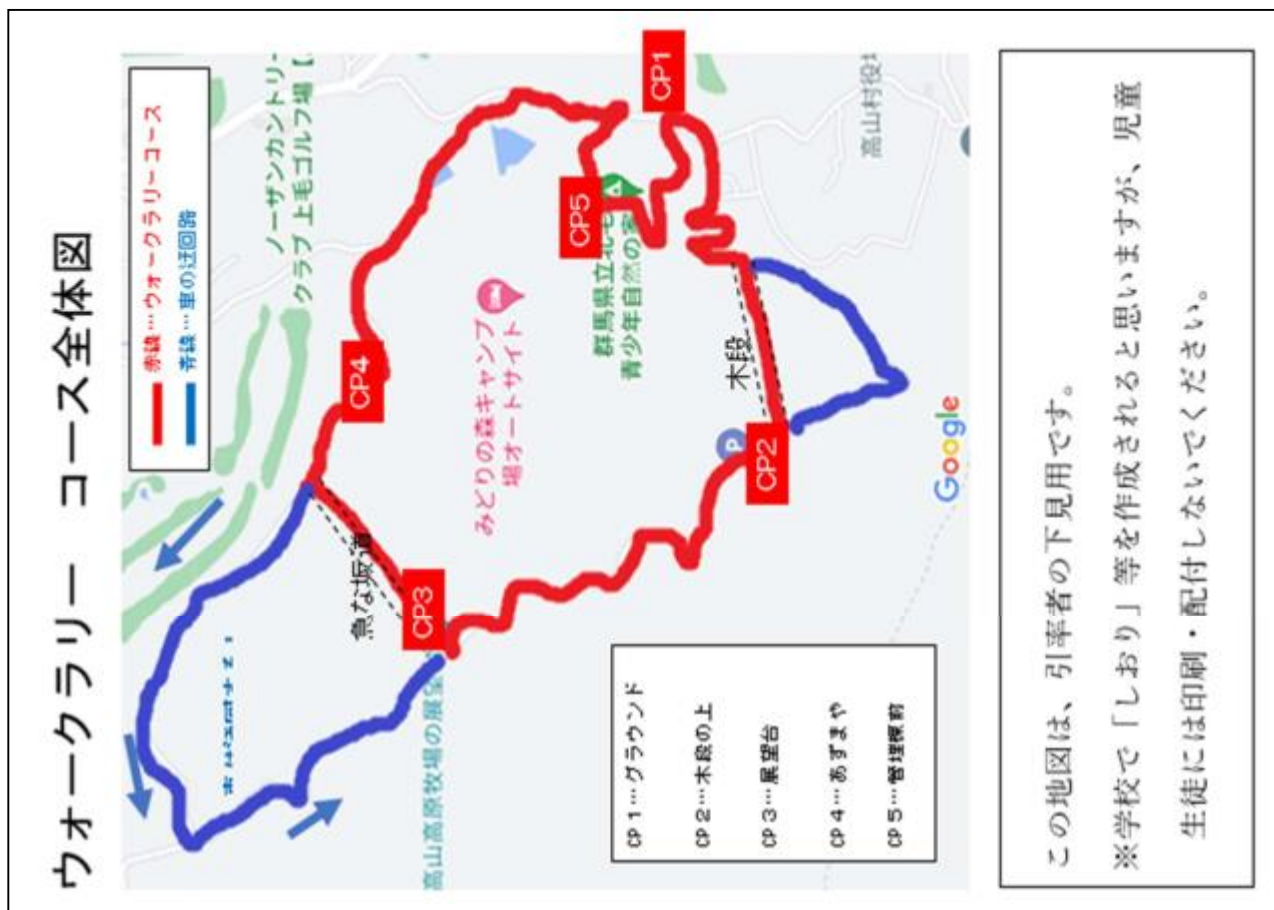
- ・長ズボン
  - ・えんぴつ(班で1本)    ・雨具    ・防寒着    ・水筒
- ※黒っぽい服装は避けてください。

みんなで自然を楽しみながら、素敵な思い出を作ってね。



【コース全体図：下見用です。※児童生徒には印刷配布しないでください】

【コマ図やワークシートは当日お渡しします。事前に児童生徒への配布は不要です。】



## 【ワークシート】

ウォークラリー(3.5km)【反時計回りコース】

# Walk Rally

コース内に出てくる16回の分かれ道。どちらに進むかみんなで相談しながら、ゴールをめざそう。

<p>1</p>	<p>2</p>	<p>3</p>	<p>4</p>
<p>5</p>	<p>6</p>	<p>7</p>	<p>8</p>
<p>9</p>	<p>10</p>	<p>11</p>	<p>12</p>
<p>13</p>	<p>14</p>	<p>15</p>	<p>16</p>

絶対に1人だけで行動しない！

群馬県立北毛青少年自然の家

〒377-0702 群馬県西田原町山折山6853-18  
TEL.0279-63-2004 FAX.0279-63-2873

タイム得点 CP得点 観望得点

指定タイム  
ぴったりで

CPとゴールの  
アワーランス

ゴール後の  
観望テスト

100点

60点

40点

合計 200点

## 【ワークシート】

スタート 時刻	ゴール 時刻	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 30px; height: 30px; margin-right: 5px;"></div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 30px; height: 30px; margin-right: 5px;"></div> <div style="font-size: 24px; margin: 0 5px;">→</div> </div>	時間	分	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                 〇は先生、またはみんなで作きましょう             </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">                 〇は空欄にしておきましょう             </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div style="background-color: #007bff; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">CP1</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                         〇個                     </div> </div> <div style="width: 50%;"> <div style="background-color: #007bff; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">「木片はこび」コーナー（2～10点）</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                         〇運べた木片の数を数えましょう。                     </div> </div> </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div style="background-color: #007bff; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">CP2</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                         ①                     </div> </div> <div style="width: 50%;"> <div style="background-color: #007bff; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">「謎解き」コーナー（5点×2）</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                         ②                     </div> </div> </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div style="background-color: #007bff; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">CP3</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                         〇                     </div> </div> <div style="width: 50%;"> <div style="background-color: #007bff; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">「観察」コーナー</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                         〇                     </div> </div> </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div style="background-color: #007bff; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">CP4</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                         〇                     </div> </div> <div style="width: 50%;"> <div style="background-color: #007bff; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">「動物でしりとり」コーナー（全部で10点）</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                         〇                     </div> </div> </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div style="background-color: #007bff; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">CP5</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                         〇個                     </div> </div> <div style="width: 50%;"> <div style="background-color: #007bff; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">「わなげ」コーナー（1個につき1点）</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                         〇                     </div> </div> </div>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <div style="background-color: #007bff; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">スペシャルCP</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                         〇                     </div> </div> <div style="width: 50%;"> <div style="background-color: #007bff; color: white; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">「ゴールパフォーマンス」（1～10点）</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                         〇                     </div> </div> </div>					

〇は先生、またはみんなで作きましょう

〇は空欄にしておきましょう

CP1

〇個

「木片はこび」コーナー（2～10点）

〇運べた木片の数を数えましょう。

CP2

①

「謎解き」コーナー（5点×2）

②

CP3

〇

「観察」コーナー

〇

CP4

〇

「動物でしりとり」コーナー（全部で10点）

〇

CP5

〇個

「わなげ」コーナー（1個につき1点）

〇

スペシャルCP

〇

「ゴールパフォーマンス」（1～10点）

〇



## Ⅳ ハイキングビンゴ

○問題は季節によって変更できます。

【例】

イロハモミジを  
見つけてみよう。



☆イロハモミジを

見つけた ☐

○団体独自のオリジナル問題やミッションを入れることも可能です。

【例】

・〇〇先生のサインをもらおう。

○2コース選択できます。下図参照

① 3. 9 kmコース

② 6. 0 kmコース

【カード例】

### ハイキングビンゴカード

北毛青少年自然の家まわりは、自然がいっぱい。  
野山を歩きながら次のビンゴに挑戦しよう！

班 名 前

【注意】

○自然を大切に！

- ・生えている草花や木はとらないでね。
- ・実を、落ちていたものを拾ってね。

○安全に歩こう！

- ・車に気を付けてね。
- ・ヘビやハチなども注意してね。

○みんなで協力して！

- ・大勢の目で見るとたくさんのことを発見できます。みんなで教えあひながら、たくさんの発見をしよう。

- ・無理に林の中へ入らないでね。
- ・すべりやすいところに気を付けてね。

展望台から見える山の上にある銀色の丸い建物は？  見つけた <input type="checkbox"/> <small>何を見つけた？</small>	赤色のものを見つけよう  見つけた <input type="checkbox"/> <small>何を見つけた？</small>	北毛青少年自然の家のキャッチフレーズは？  「恵まれた自然の中で _____・活動・歩林道」
木の実を一つ拾おう  拾えた <input type="checkbox"/> <small>それは、何の果？</small>	展望台の上で、「ヤッホー」と今年一番の大きな声でさげぼう！  叫べた <input type="checkbox"/>	生き物（虫や動物）を3つ見つけよう  _____ _____
耳を澄まして、鳥の鳴き声を聞こう  聞こえた <input type="checkbox"/> <small>どんな鳴き声だった？（カタカタ等）</small>	黄色のものを見つけよう  見つけた <input type="checkbox"/> <small>何を見つけた？</small>	小野子山の標高は何メートル？  _____メートル



## V ミニロゲイニング

### ◆ミニロゲイニングとは◆

グループで地図を読み取りコース内を回り、地図に示されたポイントや写真の場所を探しだす「野外レクリエーション」で、協調性、計画性、判断力を身に付けることをねらいとしています。

所要時間：120分程度 対象：中学生以上

人数：1グループ4～8人程度・グループ数制限なし

### ◆ルール◆

- ・90分で地図上に示した、【15ポイント】と【3箇所(写真の場所)】を多く探し出す。
- ・探し出す順番はない。どこからでもよい。
- ・全員、必ずポイント「50」には行く。クイズがあり、正解すると20点のボーナスが得られる。
- ・他のポイント全部には行かなくてもよい。
- ・各ポイントに、アルファベット表記があるので、解答用紙に転記する。
- ・ポイントの記号、写真の文字、クイズの合計得点で競う。

(ポイント15か所×10点) + (写真3箇所×10点) + (クイズ20点) = 200点

- ・ゴール到着時刻に遅れると、1分につき5ポイント減点する。

### ◆服装と持ち物◆

- ・長ズボン、えんぴつ(班で1本)、時計、帽子、水筒、雨具、防寒着等
- ※黒っぽい服装は避けてください。

### ◆活動の流れ◆

時間	内 容	備考
15分	説 明	同時進行で引率者への説明を行う。 引率者は各ポイントへ移動する。
90分程度	活 動	
15分	振り返り	答え合わせ、点数発表、振り返り。

【地図・解答用紙 ※児童生徒には印刷配布しないでください】



ミニロゲイニング解答用紙				
(1)各ポイントに書かれているアルファベットを記入しよう				
31	32	33	34	35
36	37	38	39	40
41	42	43	44	45
46	47	48	49	50
(2)ABCにあてはまる文字を記入しよう				
A	B	C		
(3)ポイント50で出されたクイズの答えを記入しよう				
班		合計	点	

## Ⅵ ビジュアルオリエンテーリング

ビジュアルオリエンテーリング（北毛青少年自然の家） 問題用紙

### ルール

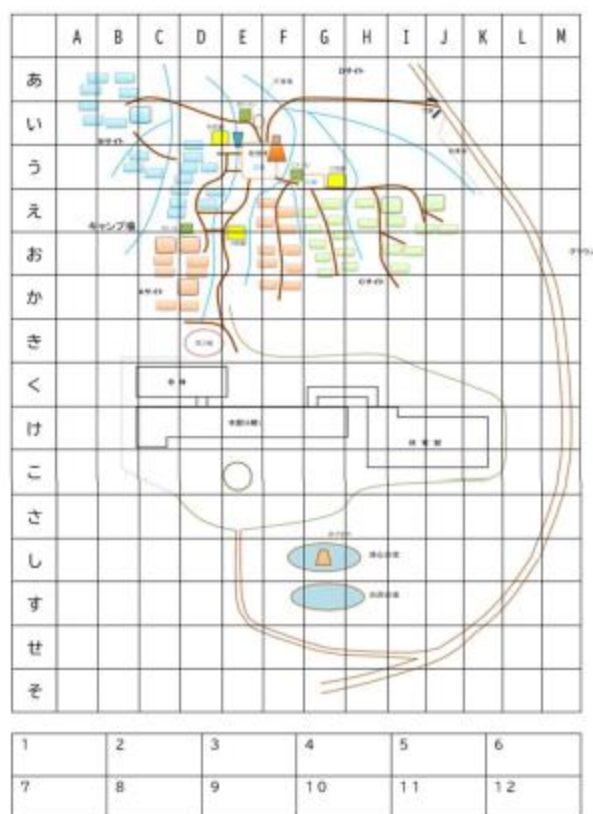
- (1) 1～12までの写真の場所を探します。どこから探し始めても良いです。
- (2) 見つけたら解答用紙に答えを記入します。
- (3) 制限時間は〇〇分です。

### 注意事項

- (1) グループで一緒に行動する。
- (2) 地図の外には行かない。
- (3) 池や小川もあるので落ちないように気を付ける。



ビジュアルオリエンテーリング（北毛青少年自然の家） 解答用紙



記入例 8トイレならば 花・いよと記入

\_\_\_\_ 番 \_\_\_\_ 点

○問題用紙の写真は季節によって変更します。※児童生徒には印刷配布しないでください

### ビジュアルオリエンテーリング流れ

(1) 説明 15分 【場所】屋外、体育館など

(2) 活動 90分程度

- ・写真の場所を見つけて解答用紙へ記入する
- ・キャンプ場を中心に、景色、音、においなどの自然を感じながら活動する
- ・時間厳守で出発場所へ戻る

(3) まとめ・振り返り 15分

- ・結果発表
- ・振り返り

### ◎引率者へのお願い

- ・キャンプ場Aサイト、Bサイトから、みどりの村キャンプ場へ入らないように声掛けをする。



## VII 小野子山登山コース

