

2019 海浜自然の家 活動ダイジェスト



海・川の活動

活動名	対象のめやす ※大人同伴	コース種類 活動時間	主な内容
海カヌー	小4～ ※小1～	3時間	日本海の波や風などを体感しながらカヌー操作を学び、操船します。吹浦漁港で実施。
川カヌー	小4～ ※小1～	3時間	月光川の水流や風などを体感しながらカヌー操作を学び、操船体験します。
川カヌーツーリング	小4～ ※小1～	3時間	海カヌーまたは川カヌーを体験してからの発展プログラム。川の水の冷たさを感じながら、清流牛渡川から見える鳥海山の風景を楽しみます。
カニ釣り・磯遊び	年中～	1～2時間	釜磯海水浴場で鳥海山からの湧き水に触れ、磯場でカニ釣りをして楽しみます。(カニ釣り竿は無料貸出)。
海釣り	小4～ ※年少～	2～3時間	吹浦漁港・防波堤で体験します。 アジなどが釣れます。(竿・仕掛け代は1本¥50)
潮風ロングウォーク	小4～ ※小1～	3～4時間 ※要相談	日本海からの潮風を浴び、飛鳥を眺め仲間と励まし合い、協力して踏破することで、達成感を味わえる活動です。 ※工事区間がありますので、事前下見は必ず行って下さい
サンセットウォーク	小1～	2.5時間～	西浜海岸に徒歩で移動し、日本海に沈む夕日を眺めます。現地で出前カツカレーや携帯ガス炊飯で夕食が摂れます。
海辺の活動	小1～	2～3時間	海辺の植物や生物・湧水・漂着物等を観察する活動です。
サンドクラフト	小1～ ※何歳でも	2～3時間	西浜海岸等で、砂を使って動物やキャラクターなどを造形して楽しみます。

山・森の活動

活動名	対象のめやす ※大人同伴	コース種類 活動時間	主な内容
鳥海山登山	小1～	4～6時間 (往復コース)	鳥海山の鉾立口から御浜小屋(鳥海湖)までのルート。四季折々の自然の姿とその雄大さに触れ、達成感を味わえる活動です。活動者の年齢や体力に合わせてご利用ください。
鳥海山麓トレッキング	小4～ ※年中～	右記コース による	鳥海山麓の周辺を自然観察しながらゆっくり歩きます。 ①自然の家→牛渡川・丸池散策 1時間 ②自然の家→鳥海山鶴間池 3.5時間 ③自然の家→鳥海山二の滝 3.5時間 ④藤井公民館→鳥海山高瀬峡 6時間 ⑤自然の家→秋田元滝・奈曽の滝 2.5時間
遊佐町湧水めぐり	小4～ ※何歳でも	1.5～2時間	遊佐町の有名な湧水ポイントをバスに乗って巡ります。 (神泉の水→釜磯→牛渡川と丸池→滝ノ浦)
テント泊	小4～ ※何歳でも	設営90分 撤収60分	松林に仲間と力を合わせてテントを張り、寝泊まりする活動です。シュラフもセッティングします。
自然観察	年少～ ※何歳でも	1～2時間	自然の家周辺の植物・動物・鳥等を観察します。 双眼鏡が3面ありますので、ご利用下さい。
天体観測	小4～ ※年少～	1～2時間	一面に広がる星空を眺めます。事前アドバイスや講師依頼ができます。雨天時はスライド学習をします。

活動名	対象のめやす ※大人同伴	コース種類 活動時間	主な内容
焼き芋	年少～	1～1.5時間	海浜周辺の秋あそびとのオプション活動としてご利用ください。(芋は各自で用意。薪代は芋1本につき¥40)
ドラム缶風呂	小1～	2～3時間	満天の星を眺めながら、ドラム缶のお風呂に入ります。(薪代は1缶につき¥500)
ネイチャーゲーム	小1～	自由設定 (内容による)	自然の中で五感をフルに生かし自然と触れ合う活動です。10種類ほどのゲームがあります。講師依頼ができます。
フィールドアスレチック	小4～ ※年少～	1～2時間	松林を活用し、木に登る、ぶら下がる、バランスを取るといった活動を通して、健康増進を図ります。13種類あります。
オリエンテーリング(鳥コース)	小1～	1時間	地図に示されたいくつかの地点を探し当てる活動です。複数班で一斉スタートが可能。(ナイトハイキング下見を兼ねる)
オリエンテーリング(魚コース)	小3～	2～3時間	地図に示されたいくつかの地点を探し当てる活動です。ナイトハイキングの下見を兼ねての活動になります。
ちびっこオリエンテーリング	年少～	1時間	指令ゲーム(ミッション)を体験しながらポイントを探して歩く活動です。幼児・小学生低学年が対象。
ウォークラリー	小3～	2時間	班毎に時間差でスタートし、コース図に従い問題を解決し、問題得点と時間得点の合計を競います。
ディスクゴルフ	小1～	2時間	フライングディスクを投げ、カゴに入れた投数を競います。
グラウンドゴルフ	小3～	2時間	所定のボールをクラブで打ち、ホールポストに入れた打数を競います。
スラックライン(綱渡り)	小1～	1時間	幅広のテープを2本の木などに張り、バランスを取りながら歩いたり、飛び跳ねたりする活動です。体育館でも可。
ナイトハイキング	小4～ ※小1～	1～2時間	夜の松林を歩き、瞬く星、自然の静寂さの中から聞こえる木々のささやき、虫の声などを感じる活動です。(下見としてOL鳥コースがお勧めです)

交流活動(親睦を深める)

活動名	対象のめやす ※大人同伴	コース種類 活動時間	主な内容
館内オリエンテーリング	小1～	1～1.5時間	カードに掲載されている施設内20ヶ所のポイントを探し、その付近にあるマークを見つけ、全部揃ったらゴール。
仲間作りゲーム	小3～	1～1.5時間	ある課題を設定したゲームを班・グループで解決し、仲間意識を深める活動です。
キャンプファイヤー	小3～ ※年少～	1～1.5時間	大型の薪を井げたに組み、大きな火を囲み親睦を深める活動です。日中に準備の時間を確保してください。進め方は、各団体で計画してください。(薪代は1団体につき¥2,830)
キャンドルファイヤー	小3～ ※年少～	1.5～2時間	灯されたろうそくが集まった燭台を囲み、神秘的な気分を味わい、心を落ち着かせ親睦を深める活動です。職員に事前アドバイスを受けることも可能です。(ろうそく代は1人につき¥20)
ボンファイヤー	小3～ ※年少～	1～1.5時間	薪を使って行う「焚き火」です。1日のふり返りの場に適していて、グラウンドや野外炊飯場で行います。(薪代は1人につき¥30)
ユニホック	小4～	1～2時間	ホッケーに似たスポーツで、プラスチック製のスティックでボール奪い合い、相手ゴールに入れた得点を競います。
ドミノ2019	年少～	0.5～2時間	仲間と協力して、大人の手のひらサイズのドミノ牌2019枚を並べ、全部倒れることを目標にする活動です。

活動名	対象のめやす ※大人同伴	コース種類 活動時間	主な内容
カヌー模擬体験	小4～ ※小1～	1時間 (人数による)	悪天候でカヌーができないとき等に、カヌーに乗るまでの動きを模擬体験することができます。
海の学習の塩作り	小4～ ※年長～	2～3時間	塩作りを通して海の環境を考える内容です。実際に汲んできて、海水から塩を作ります。海水を煮沸している間は、クイズを行い、海に関する知識を深めます。(塩作りの燃料代は1人につき¥20)
ジオパーク学習	小4～ ※小1～	1.5～3時間	鳥海山・飛島ジオパークエリアにある自然の家の研修活動に加え、出前講座「ジオキッチン火山実験・楽しい講座」とジオパークガイドツアーを通して、エリアの豊かな自然や地球の営みについて学びます。 (出前講座:無料 ガイドツアー:有料)
環境学習・ビーチコーミング(海岸漂着物研究)・松林の下草刈りや枝拾い	小4～	1.5～3時間	身の周りにおける自然環境について学習します。ビーチコーミングは海岸への漂着物からゴミ問題について考える活動です。松林の下草刈りは、講師依頼ができます。
イヌワシみらい館見学	小4～	1.5～3時間	イヌワシをはじめとする希少な猛禽類の調査研究資料や展示物を観覧し、猛禽類の生態やそれを取り巻き自然環境の重要性を学習します。
ボランティア活動	小4～ ※年中～	内容による	所内外、海水浴場近辺、隣接する老人福祉施設松濤荘などでの活動を通して、自然や物に対する愛情を育み、心の成長を促します。

クラフト

活動名	対象のめやす ※大人同伴	コース種類 活動時間	料金	主な内容
プラ板キーホルダー	年少～	1～1.5時間	¥70	絵を描いたプラスチック板をオープンスターに入れて作ります。
マイバッジ	年中～	0.5～1時間	¥50	輪切りした木の枝に貝殻を装飾し、自由に絵を描きクリップを付けます。
流木クラフト	年長～	1～1.5時間	¥10	流木を組み立てて、写真立てなどの小物を作ります。
キャンドルクラフト	年長～	1.5～2時間	¥190	3色のろうそく板からオリジナルキャンドルを作ります。
貝がらクラフト	年中～	2時間	¥20	海岸で拾った貝殻や流木を使って魚や動物などを作ります。
シーサイドストラップ	小1～	2時間	¥30	海岸で拾った貝殻や流木で思い出のストラップを作ります。
メモリアルフレーム	小1～	2時間	¥120	フォトフレームに海岸で拾った貝殻を貼り付けて作ります。
絵付け(皿)	小1～ ※年少～	1～1.5時間	¥370	素焼きの皿・湯のみに絵付けします。 お渡しは後日(秋頃)になります。
絵付け(湯のみ)	小1～ ※年少～	1～1.5時間	¥440	
焼き杉ストラップ	小4～	1～1.5時間	¥210	魚や動物、鳥などをかたどった杉板の表面を焼いて磨きます。
てん刻	小4～	2時間	¥170	石印に印刀で文字や象形を彫ります。

食事

食堂	朝(370 円)		昼(420 円)	夕(590 円)	
野外炊飯	ごはん&みそ汁 雑炊 パン&シチュー お手軽パン朝食		ウインナーカレー 焼肉丼 やきそば うどん	カレーライス 牛丼 豚汁 ホイコーロー 野生食 フリーメニューA フリーメニューB(740 円)	
	食事代に燃料・洗剤代が加算されます。〈薪 40 円・携帯ガス 30 円・卓上ガス 10 円〉				
食堂(定食)	A 定食(生姜焼き・フライ・サラダ・デザート) B 定食(牛丼・豚汁・サラダ・デザート)		790 円		
レトルトメニュー (携帯ガス炊飯)	レトルトカレー・わかめスープ レトルト中華丼・みそ汁 レトルトかわりごはん・ミニカップめん レトルトハンバーグ・パン・コーンスープ		食材費 310 円に燃料代が加算されます。 〈携帯ガス 30 円 or 卓上ガス 10 円〉		
弁当	カップル弁当(日替わり弁当)410 円 (受取:11:30~) 登山弁当(おにぎり2個、から揚げ、ウインナー、漬物、お茶付) 310 円 (受取:7:30~)				
おにぎり	2個(しそ・わかめ各1個)130 円 ※パック無 100 円 (受取:9:00~)				
特別メニュー	手打ちうどん(天ぷら・肉)270 円+ガス代 10 円 (厨房・野外炊飯場ゆで) ピザ(専用釜で焼きます)1 枚:410 円+薪代 100 円 BIG 海鮮ピザ(大皿に6枚分)1 枚:2000 円+薪代 410 円 バウムクーヘン(薪で焼きます)1 班:860 円+薪代 560 円 ダッチオーブン(南国ホークシチュー・ローストチキン)460 円+薪代 100 円 バーベキュー(鉄板で薪調理します)610 円+薪代 40 円 いも煮(調理済提供も可)260 円+薪代 40 円 or+ガス代 10 円 出前カツカレー(活動場所に配達します)510 円				

※量の増減も可能ですので、研修担当までご相談下さい。