

# 令和4年度 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	月光川の水の流れ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。
海水浴(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ながら、浜辺での活動を楽しみます。サンドクラフトの活動もできます。(海水浴シーズンは、岩場での活動はできません)
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。 <b>※工事区間がありますので、事前下見は必ず行って下さい</b>
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。現地でお前カツカレーで夕食が摂れます。
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。

## 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(依頼B)	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(依頼B)	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・奈曾の滝 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。
ビバーク(野宿)体験	小4～ ※何歳でも	準備40分 撤収20分	シュラフとブルーシートを使ってねぐらをつくり、寝泊りする活動です。グラウンドで行います。
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人につき¥50)
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 (R4より5基利用可)	小4～ ※年少～	1～2時間	松林にあるアスレチックで、「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。5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～	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 (R4調整中)	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¥3,660)
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¥30)
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¥40)
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。
KAIHINDミノ	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約2000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
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「ジオキッチンの火山実験・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)	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。

## 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
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。
海のクラフト	年長～	1～1. 5時間	¥30	海岸で拾った貝殻や流木を使って魚や動物、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	¥170	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。
メモリアルフレーム	小1～	2時間	¥130	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。
焼き杉ストラップ	小4～	1～1. 5時間	¥230	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。

## 食体験

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 うどん	カレーライス 牛丼 芋煮
	食事代に燃料・洗剤代が加算されます。〈薪 60円・卓上ガス 20円〉		
レトルトメニュー	レトルトカレー・わかめスープ レトルトハンバーグ・パン・コーンスープ	食材費 320円に燃料代が加算されます。 〈薪 60円 or 卓上ガス 20円〉	
弁当	カッパル弁当(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) 310円 (受取:7:30~)		
おにぎり	2個(しそ・わかめ各1個)160円 ※パック無 140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 20円 ピザ(専用釜で焼きます)1枚:400円+薪代 120円 鉄板焼き 610円+薪代 100円 芋煮(調理済提供も可)260円+薪代 60円 or+ガス代 20円 出前カツカレー(活動場所に配達します)510円 カートンドッグ 250円+資材代 10円		
非常食メニュー	昼食	○ツナカレー・ツナシチュー+ごはん+サラダ ○ピラフ・オムレツ 食材費 370円 + 卓上ガス 20円、薪 60円	
オプションメニュー	朝昼夕	コーンスープ 70円 魚肉ソーセージ 80円	

※量の増減も可能ですので、研修担当までご相談下さい