







## 令和6年度 活動プログラム一覧（所員の支援有無）

項目	活動名	活動場所	活動内容	活動時間	支援
A 野外活動	冒険の森散策	冒険の森3	自然の家の周りに広がる「冒険の森」をそれぞれの体力に合わせてコースを設定し、自然の奥深さや眺めを堪能しながら歩く活動	1.5時間	なし
	ネイチャーラリー	冒険の森3	地図を頼りに班単位で行動し、途中課題を解決しながらゴールする活動	1.5～2時間	なし
	フィールドアスレチック	冒険の森3	冒険の森の中に設置された7のアスレチックを体力に応じてクリアする活動	1.5時間	なし
	スコアオリエンテーリング	冒険の森3	地図を頼りに一定時間内に1つでも多くのポイントを探し、ポストの記号をチェックカードに写し取ってゴールするゲーム	2～3時間	なし
	ビンゴオリエンテーリング	冒険の森3	冒険の森にあるポイントを探し、ポストの記号をチェックカードに写しながら決められた時間内にいくつビンゴを作れるかを競うゲーム	2～3時間	なし
	海浜オリエンテーリング	本館周辺 野営場	ヒントを頼りに、班単位で行動し、敷地内に設置されているポストカードを見つけ出し、カードに書いてある問題を解いていくゲーム	2～3時間	なし
	フォトオリエンテーリング	本館周辺	班単位で行動し、写真と同じ場所を見つけるゲーム	1.5～2時間	なし
	フィールドビンゴオリエンテーリング	本館周辺	班単位でビンゴカードに記載されている自然の中にあるものを協力して見つけ出しビンゴを完成させるゲーム	1.5時間	なし
	動物オリエンテーリング	本館周辺	低学年向けのオリエンテーリングで、隠されたカードを探し、答えの動物の絵に○をつけるゲーム	1.5時間	なし
	野外炊飯	北・南炊飯場	みんなで役割を分担し、食事を作る(4月から10月までの活動)	3～3.5時間 (片付け含む)	あり
	アスレチック	トリムランド	遊具を利用して、楽しく体を動かす活動	1.5時間	なし
	ニュースポーツ（屋外編）	多目的広場	誰でも気軽にすぐに楽しむことの出来るスポーツ（ベタンク、グラウンドゴルフ、ディスクゴルフ、ターゲットバードゴルフ、モルック）	1.5時間	なし
	マウンテンバイク	多目的広場	多目的広場のマウンテンバイクコースに挑戦する活動	1～2時間	なし
	伝承遊び（屋外編）	つどいの広場 いこいの広場	昔から子どもたちに親しまれ伝えられてきた遊び（竹馬、ぼっくり）	1時間	なし
	ロープコース ※利用休止中	冒険の森1	立木に設定されたロープで作った種目（迷路他3種類）に1人あるいは2～5人で取り組む活動	1時間	なし
	ポイントオリエンテーリング ※利用休止中	冒険の森	地図とコースヒントを頼りに、15又は10個のポイントを回り、タイムを競うゲーム	2～3時間	なし
グリーンオリエンテーリング ※利用休止中	冒険の森	地図を頼りに決められたポイントとなる樹木を探し、資料の葉の形や樹皮を参考に樹木の名前を当てるゲームで、じっくりと樹木を観察する活動	1.5時間	なし	
B 海浜活動	磯遊び 	舟戸海岸	磯場を散策しながら、様々な水生生物を探し、観察する活動	2～3時間	あり
	貝がら拾い 	舟戸海岸	いわきの海を見つめながら、貝がら拾いや海岸散策をして大自然を体感する活動	0.5～1時間	なし
	魚釣り	舟戸海岸	釣り竿の正しい操作方法を覚え、磯場を中心に海釣り体験をする活動	2～3時間	あり
	いかだ乗り	第四船泊	いかだで、全員が協力して海に漕ぎ出す活動。	2～3時間	あり
	ボディボード	第四船泊	ボードの上に上半身をのせ、体重移動によってボードを操作し波乗りをする活動	2時間	あり
	砂の芸術	四倉海岸	海岸の砂を利用して、班単位で協力しながら自由な発想で砂の造形物を作る活動	2～3時間	なし

項目	活動名	活動場所	活動内容	活動時間	支援
B 海浜活動	海岸ウォークラリー	四倉周辺	地図を頼りに班単位でコースを歩き、途中で課題を解決しながらゴールするゲーム	3時間	なし
	海岸サイクリング 	久之浜周辺	久之浜海岸に設けられたサイクリングコースをマウンテンバイクに乗って楽しむ活動	3時間	なし
C 室内活動	室内ビンゴオリエンテーリング	本館内	本館内に設置されたカードを探し、記号を解答用紙に写し取り、時間内にいくつビンゴを作れるかを競うゲーム	フル 2時間 ミニ 1時間	なし
	フォトオリエンテーリング (室内編)	本館内	班単位で写真と同じ場所を探すゲーム	1~1.5時間	なし
	動物フォトオリエンテーリング	本館内	低学年向けのオリエンテーリングで、本館内に設置された動物のフィギアを時間内にいくつ見つけられるかを競うゲーム	1時間	なし
	スポーツ	体育館 オリエーションホール	バスケットボール、バレーボール、バドミントン、ドッジボール、卓球等	1~1.5時間	なし
	ニュースポーツ (室内編)	体育館 オリエーションホール	ベタンク、ストラックアウト、輪投げ、縄跳び、フロアカーリング、ドッジビー、フリーブロー(吹き矢)、スパーキー	1~1.5時間	なし
	海浜何でもチャンピオン	体育館 オリエーションホール	いわき海浜自然の家独自のゲームで10種目の簡単なゲームを班単位で競うゲーム(箸で椿の種を皿から皿へ移すつばきさんちのお引越、空き缶積み、サイコロ転がし等)	1~2時間	なし
	海浜フレンドパーク	体育館 オリエーションホール	1人では解決できないいくつかの課題を参加者がグループ内で協力し、クリアする集団解決型ゲーム	1~2時間	なし
	テーブルゲーム	研修室、オリエーションホール、宿泊部屋	囲碁、将棋、オセロ、ジェンガや様々なじゃんけんゲームなど、室内で行う活動	1~2時間	なし
	伝承遊び (室内編)	体育館等の室内	昔から子どもたちに親しまれ伝えられてきた遊び(おはじき、けん玉、だるま落とし等)	1~2時間	なし
D ナイト活動	キャンプファイア	営火場	自然の中で焚き火を囲みながら、日常生活や学校生活では学ぶ機会の少ない火の神秘さを知り、敬虔な心を高めると共に、班や係を通して協力することの大切さを学び、友情を深め仲間との楽しい思い出作りをする活動	1~1.5時間	なし
	ボンファイア	営火場	班ごとに焚き火を囲んで、1日の反省をしたり自由な語り合いをする活動	1~1.5時間	なし
	キャンドルファイア	体育館、オリエーションホール、野外学習室	暗い室内でろうそくの炎が揺れる中、ゲームや歌、ミニゲームで楽しい思い出作りをする活動	1~1.5時間	なし
	ナイトハイキング	本館周辺	提灯を持って夜の敷地内を散策する活動	0.5~1.5時間	なし
	ナイトハント	本館周辺	懐中電灯を使い暗闇に隠れたカード(反射シート)を探し、カードに記された文字を集める。集めた文字を並びかえてキーワードを導き出すゲーム(星座コース、動物コースあり)	1~1.5時間	なし
スターウォッチング	つどいの広場 いこいの広場	エリア内、つどいの広場、野営場などで星の観察をする活動	1時間	なし	
E 創作活動	海浜下敷き	野外学習室等	台紙に好きな絵を描き、オリジナルの下敷きを作る活動(材料費50円)	1時間	なし
	しおり	野外学習室等	台紙に千代紙と切り絵を貼って、しおりを作る活動(材料費50円)	1~1.5時間	なし
	飛ぶ輪っか	野外学習室等	プラ板をまるめ、作った輪に重りを付け、飛ばして遊ぶ活動(材料費60円)	1~1.5時間	なし
	キーホルダー 	野外学習室等	プラ板に絵を描き、トースターで焼いた後ホルダーをつけ、キーホルダーを作る活動(材料費150円)	1~1.5時間	あり
	万華鏡 	野外学習室等	万華鏡を作製し、表面に絵を描いたり、装飾する活動(材料費270円)	1~1.5時間	なし
	ペンダント	野外学習室等	やわらかい石を紙ヤスリで削り、ペンダントを作る(材料費350円)	1.5時間	なし
	木彫るだー	野外学習室	木の枝などを削ったり、接着したりしてキーホルダーを作る活動(材料費200円)	1~2時間	なし

項目	活動名	活動場所	活動内容	活動時間	支援
E 創作活動	木製コースター	野外学習室	ベニヤ板を電動糸ノコギリで好きな形に切り取り、絵を描いてコースターを作る活動（材料費200円）	1～2時間	なし
	ストーンアート	野外学習室等	ベニヤ板の上に石を貼り付けて色を塗り、飾り物を作る活動（材料費200円）	1～2時間	なし
	貝飾り	野外学習室等	貝に千代紙や模様紙を貼り、飾り物を創作する活動（材料費60円）	1～2時間	なし
	貝の壁飾り 	野外学習室等	ベニヤ板に貝殻をデザインして貼り、壁飾りを作る活動（材料費200円）	1～2時間	なし
	貝の絵ろうそく	野外学習室等	貝の表面に色を塗り、中に溶かしたろうを入れてろうそくを作る活動（材料費150円）	1～2時間	あり
	草木染め（あかね染め）	野外学習室	植物（あかね）を煮出した液で、バンダナを染める活動（材料費350円）	1.5～2時間	あり
	草木染め（藍染め）	野外学習室	藍の染液で、バンダナを染める活動（材料費350円）	1.5～2時間	あり
	すりガラスアート	野外学習室	ガラス製品に砂を吹き付け模様をつける活動（材料費600円）※小学5年生以上	2時間	あり
	七宝焼き	野外学習室	銅板の表面に七宝えのぐをぬり、焼き固め、様々な模様のペンダントを製作する活動（材料費600円）※小学5年生以上	2～3時間	あり
F いわきの歴史・文化施設体験活動	いわき史跡めぐり	市内各所	国史跡の白水阿弥陀堂の庭園、甲塚古墳、中田横穴、根岸官衙(かんが)遺跡群などを見学し、文化財に親しむプログラム	2～3時間	なし
	いわき市考古資料館		縄文時代から江戸時代までのいわきの歴史を学び、火おこし体験ができる	1.5時間	なし
	いわき市アンモナイトセンター		いわき産の化石にふれ、楽しみながら化石や地層を学び、発掘体験ができる	1.5時間	なし
	いわき市立草野心平記念文学館 いわき市草野心平生家		草野心平・吉野せい・猪狩満直などのゆかりの地を歩き、文学についての理解を深める	2時間	なし
	いわき市暮らしの伝承郷		カヤぶきの古民家で昔遊び体験等を楽しみ、先人たちの知恵や技術・風習を学ぶ	1～2時間	なし
	いわき市石炭化石館（ほるる）		常磐炭田の採掘の歴史と、市内で発掘された化石や、地球の歴史を物語る諸外国の化石資料を見学できる	1時間	なし
	いわき市フラワーセンター		広い庭園や温室で四季折々の草花を観察し楽しむことができる	1.5時間	なし
	いわき市勿来関文学歴史館		奥州三古関のひとつに数えられ、源義家が詠んだ詩の歌枕として有名な「勿来の関」に関わる和歌の世界を展示紹介している	1時間	なし
	石森山		海底火山の隆起した様子や様々な植物を見ることの出来る石森山のトレッキングを楽しむ活動 ※実施にあたり自然の家の支援がないため、団体側での事前踏査が必要	2時間	なし
G 震災・防災体験活動	地域防災交流センター久之浜・大久ふれあい館		震災による甚大な被害を受けた久之浜・大久地区の震災の経験・記憶・教訓を次の世代につなげ、防災の意識を向上してもらうことを目的とした施設であり、震災発生時の写真や避難所のレプリカを展示している	0.5時間	なし
	いわき震災伝承みらい館		震災の記憶や教訓を伝承するため、震災関連資料の保存、展示をしている施設 語り部の講話もきくことができる	1時間	なし
	(株) いわき観光物産センター (いわき・ら・ら・ミュウ)		ら・ら・ミュウの震災被害の状況や復旧・復興に向けた取り組みについての説明を聞くことができる	0.5時間	なし
	アクアマリンふくしま		海の生き物や環境・水族館の仕事について学習や釣り体験などができる	1.5時間	なし
	福島県水産海洋研究センター		福島県水産海洋研究センターが取り組んでいる調査や研究を通じ、福島県の水産業や豊かな海、放射線モニタリングなどを紹介する「公開講座」を実施している	0.5時間	なし

項目	活動名	活動場所	活動内容	活動時間	支援
H 連携	研修・講座等の会場	本館室内	各種講座、講演会、部活動の研修などの会場として可能。研修室は定員126名	要相談	なし
	生涯学習の会場	本館室内	サークル、子供会、スポーツ少年団などの様々な行事に利用可能。研修室は定員126名	要相談	なし
	連携事業	自然の家	自然の家と連携し事業を実施するプログラム。連携対象は公共施設及び、所が承認した団体等	要相談	なし

- 所員による支援の有無は、「支援なし」であっても時期によって対応が可能な場合もあります。
- 雨天時案に、「E 創作活動」の草木染め、すりガラスアート、七宝焼きは選択できません。
- 「Fいわきの歴史・文化施設体験活動」「G震災・防災体験活動」の各施設のご予約・減免申請等は、各団体でお願いします。
-  マークのプログラムは、内容を追加するとより楽しい自然体験ができるプログラムです。
  - ・海岸サイクリング：サイクリングコースの久之浜海岸では貝拾いをすることもできます。
  - ・キーホルダー：自分で拾った葉っぱを写し取り、作成する葉っぱのキーホルダーを作ることができます。
  - ・貝の壁飾り、万華鏡：自分で海岸で拾った貝殻や葉っぱ、花びらを使って、作成することができます。