

松林や砂浜を利用した自然体験活動

フォトオリエンテーリング

センター周辺や遊歩道にある史跡等を撮影した写真を見て、その写真が地図上のどこから撮ったものなのかを推理しながら歩き、グループで得点を競います。

・普段と違った視点でものを見る目が養われます。
仲間と一緒に推理したり、判断したりする楽しさを感じることができます。



時期	いつでも可能	所要時間	2時間～	活動場所	西海岸公園遊歩道
対象	小学生～	人数	1グループ3人～5人程度　50グループ程度まで		
準備するもの	センターで貸し出すもの		団体・個人で準備するもの		
	○オリエンテーリング用具一式 ・フォトカード・解答用紙 ・大時計　・看板の見本 ・賞状　・ゼッケン		○　グループごとに時計 ○　筆記用具		
活動の実際	事前準備	○センター職員と打合せ ・活動のねらい（育てたい力）について ・団体引率者の役割について ・安全上の注意や、活動場所、用具の貸し出しや後片付けの方法など。			
	活動の実際	1　競技の説明 (1) フォトオリエンテーリングの楽しさやねらい (2) 競技の方法 (3) やくそく、注意事項 2　グループの相談タイム 役割分担や探す順番などの相談 －　競技開始 3　一斉スタート 4　ゴール 採点・集計		フォトオリエンテーリング フォトカード 	
	事後	○表彰式 ○用具の返却			
	備考				



海でサンドアート

誰もが小さい頃にやった砂遊びは、大きくなっても十分に楽しむことができます。自然に優しい本格的なサンドアートに挑戦してみませんか。

・友達とつくる楽しさを味わいながら創造力を高めていきます。



時期	6月～10月	所要時間	3時間程度	活動場所	事前準備：体育館等 制作：日和山浜海水浴場
対象	小学生～	人数	何人でも可能	※グループは4人前後が望ましい	
準備するもの	センターで貸し出すもの			団体・個人で準備するもの	
	○そこを抜いたポリバケツ ○水くみ用のバケツ ○スコップ ○はけ ○拡声器（サイレン付き） ○緊急時対応ラジオ ○緊急避難用周辺地図			○ペインティングナイフや粘土べら ○ストロー ○熱中症対策用の飲料水 ○ぬれても良いサンダル等	
活動の手順	事前準備	○センター職員と打合せ ・制作手順と児童生徒に合わせた制作方法の選択など（作り方ビデオ視聴）。 ・安全上の注意や、活動場所（現場確認）、用具の貸し出しや後片付けの方法など。 ・学校からの持ち物の確認など。			
	活動の実際	Ⅰ 事前準備 1 作り方ビデオを視聴する。 (例) https://gyao.yahoo.co.jp/episode/サンドアート（砂像）で「ピラミッド」作ってみよう/5d79749c-c6bf-4f2a-bf49-2abd00e3f235 2 道具や作る場所、時間、大きさ等の確認をする。 3 どんな砂像を作るか話し合う（一人ずつ考える→グループで検討する）。 Ⅱ 海での制作活動 1 日和山浜海水浴場へ歩いて移動する。 2 安全上の注意を聞く。人数確認をする。 3 制作をする。 〔例〕・土台作り（「水くみ係」と「かき混ぜ・踏みつけ係」は交代で） ・形作り 4 鑑賞と記念撮影をする。 5 片付けをする。 6 道具の確認をし、センターに戻る。			
	事後	1 道具を水でよく洗い、所定の場所に戻す。 2 活動の振り返りを行う。			
備考	○ 人数が多い場合、学校からバケツを持参すると活動しやすい。 ○ 海で水をくむ際の安全に配慮する。				

漂流物アート(ビーチ・コーミング)

ビーチコーミングは、浜辺に漂流した流木や貝殻などを拾い集める遊びです。集めた物で、どんなものができあがるでしょうか。

・どうしてその漂流物が流れ着いたのか想像を広げながら、友達とつくる楽しさを味わうことができます。



時期	6月～10月	所要時間	2時間程度	活動場所	日和山浜海水浴場
対象	小学生～	人数	何人でも可能 ※グループは4人前後が望ましい		
準備するもの	センターで貸し出すもの		団体・個人で準備するもの		
	○ロープ ○拡声器（サイレン付き） ○緊急時対応ラジオ ○緊急避難用周辺地図		○熱中症対策用の飲料水 ○ぬれても良いサンダル等		
活動の手順	事前準備	○センター職員と打合せ ・やり方ビデオを視聴し、活動内容を確認する。 （例）https://gyao.yahoo.co.jp/episode/浜辺で宝を見つけてみよう（ビーチコーミング）/5d797434-a944-43dd-a00f-93c84f93fa5e ・安全上の注意や、活動場所（現場確認）、用具の貸し出しや後片付けの方法など。			
	活動の実際	1 日和山浜海水浴場へ歩いて移動する。 2 安全上の注意を聞く。人数確認をする。 3 活動をする。 ① 場所、時間の確認（満潮時を避ける） ② 落ちているものを探す。好きな物を拾う。 ③ グループごとに、拾ったものを円にしたロープ内に並べる。 ④ 鑑賞タイム。なぜ流れ着いたのか想像してみる。写真撮影。 ⑤ 拾ったものでアートを作る。題名をつけて写真撮影。 ⑥ 拾ったものを分けて持ち帰る。 4 片付けをする。 5 道具の確認をし、センターに戻る。			
	事後	1 ロープを水でよく洗い、所定の場所に戻す。 2 活動の振り返りを行う。			
備考	○ 学校に戻り、作った作品を再現して展示してもよい。				

いかだでGO！

気分はトムソーヤ！ペットボトルでイカダを作り、日本海へこぎ出します。

- ・ペットボトルを粘着テープでつなげるだけなので、低学年でも挑戦できます。
- ・創造力と冒険心をかき立てます。



時期	7月～9月	所要時間	制作3時間以上 海の活動2時間以上	活動場所	制作：体育館等 活動：日和山浜海水浴場	
対象	小学校2年生～	人数	何人でも可能	※グループは4人前後が望ましい		
準備するもの	センターで貸し出すもの			団体・個人で準備するもの		
	○ライフジャケット ○救助用浮き輪 ○救助用ロープ ○拡声器（サイレン付き） ○緊急時対応ラジオ ○緊急避難用周辺地図			○ふた付きペットボトル（2リットルの四角いタイプ のものが望ましい）の空き容器 1グループ20本以上 ○荷造り用粘着テープ（布タイプ） 1人1巻が望ましい。 ○大きなゴミ袋（活動後にすべてのペット ボトルを入れるため） ○熱中症対策用の飲料水 ◆水着、ぬれても良いサンダル等		
活動の手順	事前準備	○センター職員と打合せ ・安全上の注意や、活動場所、用具の貸し出しや後片付けの方法など。 ※ 海の活動は危険を伴うため、イカダ1艇につき1人以上の大人と一緒に海に入って活動する。また、沖へ流れないように海の中でロープを持って監視する大人3人以上、陸から監視する大人3人以上が必要。 ※ 活動する子どもも大人も必ずライフジャケットを着用する。				
	活動の実際	I 制作 1 用具を準備する。 2 どんないかだを作るか話し合う（事前に行っておいてもよい） 3 制作 ※持ち上げても壊れないか。グループ全員が乗れるか。 II 海の活動 1 水着に着替えてライフジャケットを着用する。 2 日和山浜海水浴場へ歩いて移動する。 ※いかだは自分たちで運ぶ。 3 安全上の注意を聞く。 4 準備体操をし、人数確認をする。 5 海にいかだを浮かべて、乗り込む。 ※ 壊れたら、陸に上がって直す。 ※ 水気を拭き取らないと、粘着テープが付かない。 6 海から上げて、人数確認を行う。 7 活動終了後は、すべてのゴミを拾ってゴミ袋に入れる。 8 センターに戻って、シャワーを浴びる。				
	事後	1 ライフジャケットを洗う。 2 ペットボトルのいかだは解体して、ゴミ袋へ入れる。 3 活動の振り返りを行う。				
備考	○ ライフジャケットの数が足りない場合は、海に入る活動を交代制にする。 ※ ただし同じグループの子どもは一緒に活動させる。 ○ ライフジャケットを着用していないときは、絶対に海に近づかせない。 ○ ペットボトルのいかだは壊れやすい。壊れたときに海岸で直すことができるよう、海の活動のときに粘着テープを持っていくとよい。					

野外炊事

仲間とコミュニケーションを取りながら役割分担し、薪を燃やして料理を作る。

- ・自分たちで火を燃やして食事を作ることで、自立心や食に対する感謝の心を育てます。
- ・仲間と協力することで友情を深め、連帯感や協調性を養います。



時期	3月～12月	所要時間	4～5時間	活動場所	野外炊事場
対象	小学生5年生～ 保護者と一緒であれば低学年～	人数	160人程度まで		
準備するもの	センターで貸し出すもの		団体・個人で準備するもの		
	○野外炊事用具一式 ○薪（有料） ○食材（有料）		○洗剤 ○たわし、スポンジ ○軍手 ○マッチ、ライター ○新聞紙 ○ふきん、キッチンペーパー ○ゴミ袋 ○雑巾 ○敷物、ブルーシート		
活動の実際	事前準備	○野外炊飯の班編成、食事メニューを決めておく。 ○参加者の人数、班数、健康状態等を確認する。 ○野外炊飯場へ移動し、集合する。 ○野外炊飯の進め方、用具の使い方、ゴミの始末等について説明を聞く。 ○引率指導者は野外炊飯の注意事項、班数、食材の受け取り等について確認する。			
	活動の実際	【炊飯及び食事】 ○班ごとに炊飯用具、食器、食材、薪などを受け取る。 ○各班ごとに、かまどに火をたく、ご飯を作る等の役割分担をして活動に取り組む。 ○ご飯が炊きあがり、カレーなどが出来上がったら、食事をする。 ○引率指導者はかまどの着火、また利用者のやけど、けが等を防止するため指導に当たる。 【後片付け】 ○各班ごとに、炊飯用具・食器の汚れ落とし、残食の処理、周囲の清掃等の役割分担をして活動に取り組む。 ○班ごとに炊飯用具、食器を所定の場所に返却する。 ○施設職員は、活動の状況を把握し、適宜利用団体の活動を支援する。			
	事後	○用具の返却、周辺の清掃等の確認をする。 ○活動のまとめ、ふりかえりをする。			
	備考	○かまは16あります。屋根付きです。			

段ボールで遊ぼう(トンネル, 迷路など)

子どもたちが大好きな段ボール。段ボールを使って、いろいろな遊びができます。巨大なトンネル, 迷路, 家, 基地作りなどなど。広い体育館で, 大小様々な段ボールを使って, ダイナミックな活動を楽しみましょう。

・たくさんの段ボールから発想しながら、友達と
つくって遊ぶ楽しさを味わうことができます。



トンネル



迷路

時期	5月～11月	所要時間	2時間程度	活動場所	体育館
対象	小学生～	人数	何人でも可能	※グループは4人前後が望ましい	
準備するもの	センターで貸し出すもの			団体・個人で準備するもの	
	○各種段ボール			○ガムテープかクラフトテープ（多数） ○段ボールを切って使う場合は、段ボールを持参してください（段ボールカッター等） *ガムテープ、クラフトテープ等は、体育館の床に使用しないこと。	
活動の手順	事前準備	○センター職員と打合せ ・材料（段ボール），人数の確認と，活動内容の検討。 ・安全上の注意や，活動場所，用具の貸し出しや後片付けの方法など。 ・学校からの持ち物の確認など。			
	活動の実際	1 段ボールを体育館へ移動する。 2 安全上の注意を聞く。 3 活動をする。 〔活動例〕 ① トンネル作り…グループで作って，つなぐ。 ② 迷路作り…グループで壁をたくさん作って，みんなで並べる。 ③ 家，基地作り…グループごとに作って，つなぐ。 4 片付け，清掃をする。 			
	事後	○活動の振り返りを行う。			
備考	○センターの段ボールは，切って使うことができません。				

迷路作りでの壁の作り方例

その他の活動

キャンドルファイア

1つの火を囲み、歌や踊りを通して交流を深め、仲間意識を育てる。

- ・自分の活動や生活をふり返り、今後の生活に生かす実践的な態度を養うことができます。
- ・キャンドルファイアの準備、出し物の練習や発表を通して、みんなのよさを認め合い、協力して活動する大切さを学びます。



時期	年間を通じて可能	所要時間	1 ～ 2 時間	活動場所	体育館
対象	小学5年生～	人数	10名以上		
準備するもの	センターで貸し出すもの			団体・個人で準備するもの	
	○燭台 ○燭台の下に敷くシート ○衣装 ○ローソク立て（人数分） ○放送器具、CD ○ランタンなど			○マッチ、ライター ○ローソク	
活動の実際	事前準備	○準備係は体育館に集合し、準備の仕方の説明を聞く。 ○協力して準備を行う。 ○営火長、営火係、誓いの言葉係は30分前に営火場に集合し、リハーサルを行う。			
	活動の実際	【第1部】迎え火のつどい ○営火係等入場 ○分火（営火長から営火係へ分火する） ○燭台に点火（営火長、営火係は営火台に進み出て点火する） ○誓いの言葉 ○歌 ○営火係等退場（営火長を先頭に退場する） 【第2部】交歓のつどい ○全員によるゲーム・歌・ダンス等 【第3部】送り火のつどい ○営火係等入場 ○分火（営火長から営火係へ分火する） ○全員に分火（営火係は一人に分火し、元に戻る） ○営火長の言葉 ○歌 ○退場			
	事後	○用具の返却、周辺の清掃等の確認をする。 ○活動のまとめ、ふりかえりをする。			
備考					

新潟の郷土食を学ぶ

新潟固有の「食」の背景には、新潟の風土を生かした先人の知恵の歴史があります。これらを学習した後、実際に調理体験します。

- ・新潟の食について考えるとともに、作っておいしい体験です。



時期	なし	所要時間	3時間程度	活動場所	調理室
対象	小学校5年生～	人数	50人まで	※グループは4人前後が望ましい	
準備するもの	センターで貸し出すもの			団体・個人で準備するもの	
	○調理用具一式			◆エプロン、マスク、三角巾、ふきん	
活動の手順	事前準備	○センター職員と打合せと打合せ ・学習のねらいについて ・扱う食材や料理内容の決定 ・アレルギーについて、材料費の確認 ・安全上の注意や活動場所、用具の貸し出しや後片付けの方法など			
	活動の実際	I 郷土食についての学習 A 女池菜、黒埼茶豆等の歴史とその背景、先人の知恵について学ぶ B のっぺや笹団子、ちまきなどの歴史や特徴、先人の知恵について学ぶ II 郷土食の調理 A 女池菜、黒埼茶豆など新潟固有の食材を使った調理 B のっぺや笹団子、ちまきなどの調理 1 調理 2 実食 3 片付け 4 振り返り			
	事後				
備考					