

(1) 野外活動 ※時間は目安です。人数・天候によって所要時間は変わります。

No.	プログラム名		時間	活動内容
1	登山	鳳凰山	6時間前後	大館の秀峰。「大」の字（大文字駒形）の火床見学もできます。 Aコース6時間～ ※昼食時間を含む （長根山大駐車場～貯水池～御成婚の森経由～自然の家） Bコース7時間～ ※昼食時間を含む （自然の家～秋葉山～沼のくぼ経由～自然の家）
2		秋葉山	90分～ 3時間	Aコース90分～（自然の家～秋葉山の往復）※昼食時間含まず Bコース2時間～（自然の家～秋葉山～貯水池～自然の家） Cコース3時間～（自然の家～秋葉山～沼のくぼ～自然の家）
3	ウォークラリー （長根山・秋葉山周辺 A～Dの4コース）		A・Cコース 2時間～ B・Dコース 3時間～	コマ地図を見ながら、10個のチェックポイントを探します。問題得点と時間得点の合計点を競います。3～5分間隔でスタートします。 B・Dは、ロングコースになります。
4	グリーンウォッチング （秋葉山方面～キャンプセンター～自然の家）		2時間 （ミニコース 1時間）	コース図と写真シートを見ながら、番号プレートが付いている樹木を見つけ、木の名前を答えます。樹木を知る学習にもなります。 ミニコースは、自然の家とキャンプセンター周辺となります。
5	ナンバーウォーク		1～1.5時間	コース図を見て、エリアごとに隠された得点カードを探します。見つけた合計点数を競うゲームです。
6	フォトハイク		1～1.5時間	コース図と写真シートを見て、写真を撮影した20箇所を見付けます。
7	川遊び・カヌー体験 （夏季：6月第3週 ～9月第2週）		2時間～	活動場所は長木川です。ライフジャケットを着用して活動します。水着、ウォーターシューズ等をご準備ください。活動場所までは徒歩で30分です。所バスの利用も可能です。
8	あきたアドベンチャー プログラム（AAP）		2時間～ ※3時間以上 が効果的	交流ゲームや屋内外の施設を使って課題に挑戦しながら、参加者の仲間づくりや信頼関係づくりをします。
9	森のレストラン （幼保～小学校低）		1～2時間	拾い集めた木の葉や木の実・枝等を食材に見立てて盛り付け、料理を作る活動です。完成した作品は写真に撮って残します。 材料を持ち帰る袋をご準備ください。
10	森の宝箱 （幼保～小学校低）		40分	事前に準備した空き箱に、森で収集した木の実や葉などの自然物を入れて、自分だけの宝箱をつくります。
11	森のビンゴ （幼保～小学校低）		1時間	身近な自然をテーマに五感を働かせ、自然の中にある様々なものを見付け、ビンゴを完成させていくゲームです。
12	どうぶつなかよし たんけんたい （幼保～小学校低）		1時間	生き物が描かれたプレートを見付け、そこに書かれたお題をクリアしていきます。友達と楽しみながら身近な自然と触れ合える活動です。
13	火起こし体験		45分～	舞切り式火起こし器を使い、自力で火を起こします。1セット2～3人で活動します。 野外炊事のかまどの火に使うこともできます。
14	トーチ棒作り		45分	トーチ棒を自然の家で作ることもできます。 「綿のタオル、棒、針金」をご準備ください。 ペンチは自然の家にあります。出前講座では、出前講座先でペンチをご準備ください。

No.	プログラム名	時間	活 動 内 容
15	野外炊事	3.5時間～	カレーライスの場合、「調理」「釜場」「飯ごう」の3グループに分かれて行います。 他にもきりたんぽやねじりパン、キャンプ飯の体験も可能です。 (詳細はP14・15)
16	テント設営・撤収 (3～5人用)	設営1時間 撤収①30分 (テント干し) 撤収②30分 (テント収納)	テントと銀マット等を貸し出します。第1テントサイトに20張、第2サイトに12張ほど立てられます。ソロテントも貸出可能です。 撤収は、時間をおいて2段階で行います。 館内(レクホール等)でもテント泊ができます。
17	キャンプファイヤー	1～1.5時間	炎を囲んで歌ったり踊ったり語り合ったりしましょう。営火場は2か所(上、下)あります。 「火の神」「火の巫女」の衣装等を貸し出します。 <u>トーチ棒は持参してください。</u> (人数分+儀式用6本必要です。)
18	天体観察	30分	夜空を見上げて星座や星を見付けたり、天体望遠鏡を使って月や星を観察したりします。