（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	ナイトハイク		１～２時間	夜の山道を歩きます。懐中電灯持参。 Ａコース２時間（自然の家～秋葉山の往復） Ｂコース１時間（自然の家周辺）
4	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。
5	グリーンウォッチング （秋葉山方面～キャンピングセンター）		２時間 （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。 （１時間くらいで回るミニコースもあります。）
6	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。見付けた合計点数を競うゲームです。
7	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。
8	川遊び・カヌー体験 （夏季：６月第２週 ～９月第１週）		２時間～	ウォーターシューズやかかとのあるサンダル、水着を準備してください。活動場所まで徒歩30分（所バス利用も可能）。ライフジャケット着用で活動します。カヌー体験もできます。
9	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。
10	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。
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	【新】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。
13	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。
14	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。（２～３人で１グループ）野外炊事のかまどの火に使うこともできます。
15	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。 「針金、布、棒」をご準備いただきます。 ペンチは自然の家にあります。

No.	プログラム名	時間	活　動　内　容
16	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）
17	テント設営・撤収	設営１時間 撤収①30分 撤収②30分	テントと銀マットを貸し出します。第１テントサイトに２０張（５～６人用）、第２サイトに１２張（４～５人用）ほど立てられます。 １人用のテント（ソロテント）も使用可能です。 撤収は、①広げて乾燥させ、②たたんで収納するため、時間をおいて２段階で行います。
18	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か所あります。 貸し出し用の、火の神・火の巫女の衣装もあります。トーチ棒は持参してください。 （人数分＋儀式用６本必要です。）
19	天体観察	３０分	天体望遠鏡を使って月や星を観察します。