

## 松島自然の家出前講座プログラム一覧

No.	プログラム名	対象	所要時間	人数	料金(1人当たり)	内容	
防災教育関連プログラム	1	防災クッキング (省エネクッキング)	高学年以上	2時間	～100人程度	150円～ (実費)	非常時に電気・水道が使えない時の調理方法を学びます。ポリ袋での炊飯やおかしを使った簡単&時短調理は普段の生活でも活用できると好評です。 ◇ 野外でも室内でもできます。天候に左右されずに実施できます。(カセットコンロ有り、ガスカートリッジは準備願います) ◇ 家庭科のカリキュラムに応じたレシピも提供できます。単独調理やグループ調理等、様々な学習形式に対応できます。 ◇ 事前にレシピを送りますので、食材の準備やガスの手配などを当日までにさせていただきます。
	2	空き缶ランタン	小学生以上	2時間	～100人程度	有料	コーヒの空き缶を使ってオリジナルのエコランタンを作ります。火の役割、効果をランタンの口ウソクに灯した幻想的な灯りから感じることができます。 ◇ 全員が作業できる机等があれば、教室や体育館など場所を選ばず実施できます。(※低学年は保護者の補助が必要) ◇ 空き缶(370mL～375mL)は依頼団体で準備ください。(※ラベルがはがせない缶でも実施可能) ◇ 事前にデザインを考えておくと、時間を有効に使えます。 ◇ 完成したランタンの点灯時には、暗幕等がある部屋がおススメです。
	3	マイ箸	高学年以上	1～2時間	～100人程度	無料	短冊型の竹を小刀で削り、オリジナルの竹箸を作ります。小刀を使うので、小学校高学年以上が対象です。道具を活用して使いやすさを工夫しながら作ることができます。 ◇ 全員が作業できるスペースがあれば、野外でも室内でも実施できます。 ◇ 仕上げ用の紙やすりがあると仕上がりがきれいです。依頼団体で準備ください。 ◇ 完成した箸の使用には煮沸消毒が必要です。ガスコンロと鍋をご準備ください。
	4	ロープワーク	高学年以上	1時間	～150人程度	無料	基本の結び方「本結び」をはじめ、「巻き結び」や「自在結び」など、基礎的な結び方を学びます。 ◇ 野外でも室内でもできます。天候に左右されずに実施できます。 ◇ ロープワークの応用として、避難所設営体験や簡易テント作りと組み合わせることも可能です。
	5	簡易シェルター作り (ロープワークの応用)	高学年以上	1～2時間	～70人程度	無料	ロープやブルーシートをはじめ、身近にある物を使って簡易的な雨よけ(日よけ)作りをします。 ◇ 「全員が身を寄せることができる雨よけ(日よけ)作り」が目標です。 ◇ 正解はひとつではありません。柔軟な発想と互いに認め合い協力し合うことが必要です。 ◇ 班編成は1班5～6人、12班程度まで。
	6	救助運搬体験	高学年以上	1時間	～60人程度	無料	緊急時に人を移送する方法を学びます。一人で運ぶ方法から簡易担架作りまでを体験します。 ◇ 体育館やホールなどの広いスペースが必要です。マット等があると、より安全に体験できます。 ◇ 危険を伴うこともありますので、真剣に取り組む態度が必要です。
	7	テント設営・撤収体験	高学年以上	1～2時間	～80人程度	無料	大型または中型のドームテントの設営&撤収体験を通して、仲間と協力し合う大切さを学びます。 ◇ テントが張れるスペースがあれば、野外でも室内でも実施できます。 ◇ 野外の場合は、雨天時の可否について検討が必要です。
	8	日用品の活用	中学年以上	1時間	～100人程度	無料	新聞紙スリッパやブルーシート寝袋、ゴミ袋カッパ、牛乳パックまな板など、身近にある物を使って緊急時に役立つ物を作ります。 ◇ 新聞紙やブルーシートを広げられるスペースがあれば、教室や体育館など場所を選ばず実施できます。 ◇ 事前にどんな活動をするか打合せします。使用する新聞紙や牛乳パック等は依頼団体でご準備ください。
	9	防災グッズの紹介	高学年以上	30分	～40人程度	無料	段ボールベッドや段ボールトイレの組み立て実演、テントやランタン、シュラフ、バーナーなどアウトドアグッズの活用等について紹介します。 ◇ 段ボールベッドを組み立てる際は、体育館やホールなどの広いスペースが必要です。 ◇ テント設営・撤収体験や日用品の活用と組み合わせることで、活動が深まります。

アウトドア クッキング	10	発酵なし ふわふわピザ	小学生以上	3~4時間	~100人 程度	470円 程度 (実費)	炭火を使ってダッチオーブンでピザを焼きます。焼きたてをシェアしながら美味しくいただきます。アウトドアクッキング人気No.1のメニューです。
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 近くに水場がある野外で、雨天時を想定して雨を避けるための屋根やひさしがある場所が条件です。</li> <li>◇ 1班当たり8~10人で協力して作ります。</li> <li>◇ 事前にレシピを送りますので、食材や炭などを当日までに準備していただきます。</li> </ul>						
	11	ひねりパン	小学生以上	3~4時間	~100人 程度	200円 程度 (実費)	竹の棒に生地を巻きつけ炭火でじっくり焼きます。焼きたての美味しさは格別です。チーズやウインナーを混ぜ込むのもおすすめです。
<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 近くに水場がある野外で、雨天時を想定して雨を避けるための屋根やひさしがある場所が条件です。</li> <li>◇ 1班当たり8~10人で協力して作ります。</li> <li>◇ 事前にレシピを送りますので、食材や炭などを当日までに準備していただきます。</li> </ul>							
創作 活動	12	バウムクーヘン	小学生以上	3~4時間	~50人 程度	200円 程度 (実費)	太いもしくは細い竹の棒に生地を垂らし、ゆっくり回しながら炭火で焼きます。ジャムやクリームなどのトッピングもおススメです。
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 近くに水場がある野外で、雨天時を想定して雨を避けるための屋根やひさしがある場所が条件です。</li> <li>◇ 太い竹は1班当たり8人程度で、細い竹は3人程度で1本分を協力して作ります。</li> <li>◇ 事前にレシピを送りますので、食材や炭などを当日までに準備していただきます。</li> </ul>						
	13	焼き板	小学生以上	2~3時間	~100人 程度	有料	焚火台で木版を焼きます。焼いた木版の表面をワイヤーブラシで削り、布で磨き上げます。最後に思い思いにペインティングします。磨き上がりまで約2時間かかります。
<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 焚火台の利用可能な野外で行います。雨天時は実施できません。</li> <li>◇ 1つ焚火台で6人程度活動可能です。</li> <li>◇ ペインティングを行う場所が別途必要になります。</li> </ul>							
心と 体を ほぐす 活動	14	貝と流木のクラフト	小学生以上	2時間	~100人 程度	有料	宮戸島の海岸で拾い集めた貝がらや流木を板に貼り付け、思い思いの作品を作ります。
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 全員が作業できる机等があれば、教室や体育館など場所を選ばず実施できます。</li> <li>◇ グルーガン使用のため、電源が必要になります。</li> <li>◇ 木の実や貝がらを提供できます。(事前に準備したものをを使用することもできます。)</li> </ul>						
	15	MAP体験 Miyagi Adventure Program	高学年以上	1時間30分 ~3時間	~100人 程度	無料	アクティビティと呼ばれる体験活動を通して、仲間との信頼関係を高めたり絆を深めたりします。
<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 体育館などの動き回れるスペースがあれば、野外でも室内でも実施できます。</li> <li>◇ まずは活動のねらいをお伝えください。その上で内容を組み立てていきます。 (例：初めて出会う者同士が仲良くなれるように／男女で協力できるように／学年の垣根を越えて協力できるように)</li> </ul>							
心と 体を ほぐす 活動	16	ニュースポーツ	小学生以上	1~2時間	~100人 程度	無料	初めての方でも気軽に楽しむことができるスポーツです。ルールも簡単で特別な技術も必要ありません。
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 体育館などの動き回れるスペースが必要です。晴天時には屋外で実施できる種目もあります。</li> <li>◇ 各種目によって参加人数が異なります。詳細については、スタッフまでお気軽にお問合せください。 【主な屋内種目：スカットボール／バグー／ペタンクなど】 【主な屋外種目：グラウンド・ゴルフ／竹モルックなど】</li> </ul>						
	17	レクリエーション	小学生以上	1~2時間	~100人 程度	無料	コミュニケーション作りの楽しいゲームやニュースポーツなどを織り交ぜながら楽しく遊びます。
<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 体育館などの動き回れるスペースがあれば、野外でも室内でも実施できます。</li> <li>◇ まずは活動のねらいをお伝えください。その上で内容を組み立てていきます。 (例：親子で楽しめるように／保護者同士が交流できるように／地域のお年寄りと触れ合えるように)</li> </ul>							
G 自然に 親しむ 活動	18	ネイチャーゲーム	小学生以上	1~2時間	~50人 程度	無料	豊かな自然の中で行う体験活動です。自然の不思議や仕組みを学び、自然と自分が一体であることに気づくことができます。
	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 野山や林の中、池や川辺など、自然があればどこでも実施できます。</li> <li>◇ 雨天時の実施の可否について検討が必要です。</li> </ul>						

◎ 出前講座は講師謝礼や交通費等はいただきません。活動で使用する食材・燃料・材料は依頼団体でご準備ください。

◎ 各プログラムで必要な準備物等については、「出前講座依頼書」提出後にこちらから連絡いたします。

◎ 上記のプログラムを組み合わせることも可能です。人数や所要時間についてもお気軽にご相談ください。