

キャンプ活動



野外炊事



自然に  
親しむ活動



# Ⅲ 活動プログラムガイド

創作活動



スポーツ・  
レク活動



防災体験  
海のふるさと学習



活動プログラムの詳細は、こちらからご覧ください。→



# Ⅱ 活動プログラムガイド 目次

P.48～ クリエイティブチャレンジとは？

P.49～ 活動プログラム一覧

## キャンプ活動

- 1 テント設営・宿泊
- 2 ボンファイヤー
- 3 キャンプファイヤー
- 4 キャンドルセレモニー

## 自然に親しむ活動

- 5 貝殻・流木拾い
- 6 自然観察・海岸散策
- 7 星空観察
- 8 ネイチャーゲーム
- 9 釣り
- 10 いかだ遊び
- 11 シーカヤック体験
- 12 海活動にあたって
- 13 ハイキング・トレッキング
- 14 宮戸島ウォークラリー
- 15 サイクリング
- 16 ナイトハイク
- 17 サンドアート

## 野外炊事

- 17 野外炊飯全般について
- 18 飯ごう炊飯
- 19 カレー
- 20 バーベキュー・焼きそば
- 21 豚汁
- 22 流しそうめん
- 23 発酵なしふわふわピザ
- 24 簡単バウムクーヘン
- 25 ひねりパン

## 創作活動

- 25 焼き板づくり
- 26 貝と流木のクラフト

## 防災体験活動

- 27 防災ウォークラリー
- 28 簡易シェルター設営
- 29 救助運搬体験
- 30 防災クッキング
- 31 ロープワーク
- 32 非常時の日用品活用
- 33 マイ箸作り
- 34 空き缶ランタン

## スポーツ・レクリエーション活動

- 35 グラウンド・ゴルフ
- 36 シャッフルボード
- 37 スカットボール
- 38 竹モルック
- 39 ドッジ・ビー
- 40 バッゴー
- 41 フライングディスク
- 42 ペタンク
- 43 ユニカール
- 44 レクリエーション
- 45 MAP(みやぎアドベンチャープログラム)体験

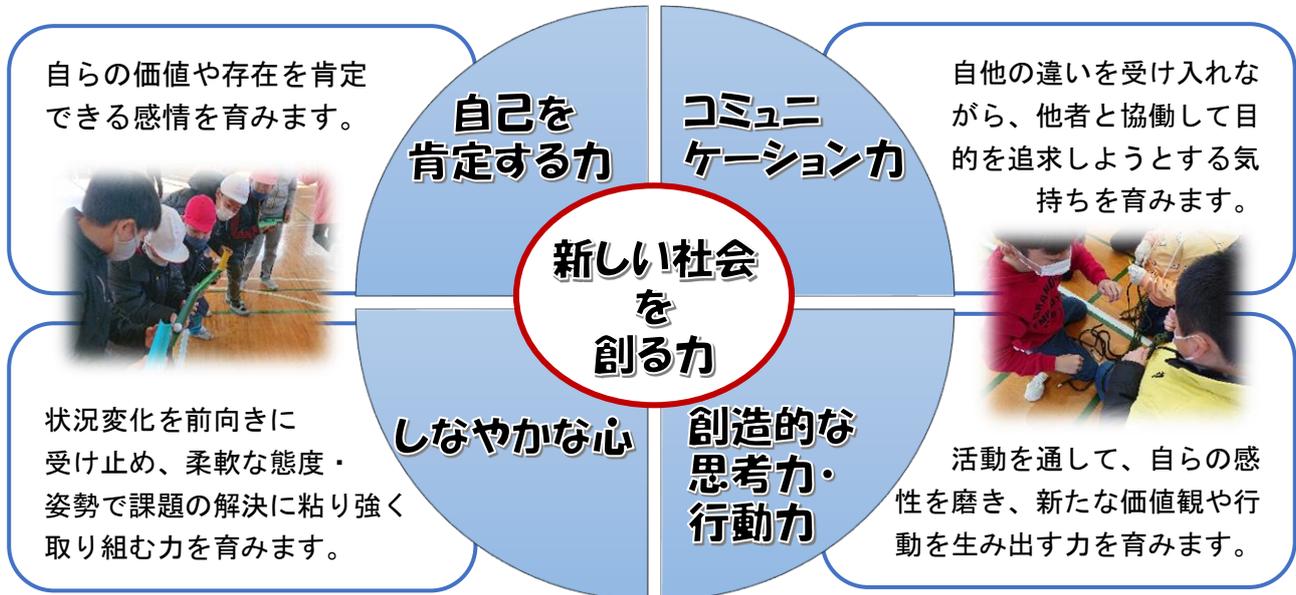
## 海のふるさと学習

- 46 塩づくり
- 47 海苔すき体験
- 48 牡蠣むき体験



## 自然の家が推進するクリエイティブチャレンジ(創造的試行活動)

松島自然の家では、体験活動を通じたクリエイティブチャレンジで育まれる下記の4つの力を「新しい社会を創る力」ととらえ、自他の未来を主体的に切り開いていこうとする青少年を育成していきます。



## クリエイティブチャレンジ【創造的試行活動】の具体

### 自己選択・自己決定活動



【例: ハイキング・トレッキング】◎自己を肯定する力・しなやかな心

利用者が主体となった活動を推進するため、トレッキング等は、所要時間及び難易度等のコース情報を提供した上で、利用者がコースを選択し、活動のプランニングを行います。自己決定場面を作ることで、活動への主体性及び責任感を引き出します。

【例: 貝と流木のクラフト】◎自己を肯定する力・創造的な思考力・行動力  
材料となる貝殻や流木を浜辺で拾い集める活動を通して、自己選択、自己決定場面を創出します。また、作品作りでは、集めた材料を選択し、レイアウトする活動を通して、自己の内面(思い描いたこと)を表現する力を高めます。

### 創作・自己表現活動



### 創造・協働活動



【例: いかだ遊び】◎創造的な思考力・行動力、しなやかな心

グループ目標を設定させ、思考(試行)活動からの気づきを生かしながら、目標到達に向けた活動を行います。また、活動をとおしてプログラミング的思考、協調性、冒険心(挑戦心)を養います。試行錯誤を通じた気づきや発見を大事にします。

# 松島自然の家活動プログラム一覧

(支援体制表示 ◎・・・所員支援 ○・・・要望に応じて支援可能 △・・・団体で実施)

分類	No.	プログラム名	支援体制	目安時間	料 金 ※施設使用料 は、別紙参照	人 数	内 容		
キャンプ活動	1	テント設営・宿泊	○	1時間	中学生以下 無 料	適 宜	グループで協力してテントの設営をする。 ※テント乾燥、撤収の時間も必要になります。(乾燥は場合に応じて。撤収は45分程度) ※保有数は、ドーム型30張、ティピー型9張(ドーム型5人、ティピー型8人定員)		
	2	ボンファイヤー	△	2時間	有 料 (薪代)	適 宜	野外炊飯棟で焚き火台を使って実施する。プログラムは各団体の創意工夫。 ※保有数は、たき火台17台、たき火台テーブル		
	3	キャンプファイヤー	△	2時間	有 料 (薪・灯油代)	適 宜	キャンプファイヤー場で実施する。プログラムは各団体の創意工夫。 ※雨天時、野外炊飯棟で実施可能		
	4	キャンドルセレモニー	△	2時間	無 料	適 宜	室内(体育館、研修室、コテージ)で実施する。プログラムは各団体の創意工夫。		
自然に親しむ活動	5	貝殻・流木拾い	△	適 宜	無 料	適 宜	宮戸島の海岸でいろいろな貝殻を収集する。		
	6	自然観察	△	適 宜	無 料	適 宜	草花や野鳥の観察及び砂浜散策を楽しむ。		
	7	星空観察	△	1～1時間30分	無 料	50人程度まで	野外や天体観測場で月面観測や星空観測をする。 ※日中に、望遠鏡準備・操作確認の時間が30分程度必要です。		
	8	ネイチャーゲーム	△	1時間30分	無 料	適 宜	五感を使って自然の面白さを発見する。活動例：フィールドビンゴ		
	9	釣り	○	適 宜	実 費 (仕掛け・ えさ代)	40人程度まで	浜の防波堤からの投げ釣りを楽しむ。 ※竿とリールのセットは、40セットまで貸出可能		
	10	いかだ遊び(6月～9月)	◎	3時間	無 料	80人程度まで	グループごとにかだを作り、海に出航して協力しながら目標フロートを目指す。 ※いかだは最大12基 ※海中指導者はいかだ3基につき1名以上つける。PPロープ(太さ5mm以上)の準備が必要。		
	11	シーカヤック体験 (5月下旬～10月上旬)	◎	3時間	有 料 (監視艇代)	20人まで	基本操作からミニツーリングまでを体験する。 ※シーカヤックは最大10艇(一艇2人乗り) ※奥松島体験ネットワークでシーカヤックを借りて、行うことも可能(有料)。		
	12	ハイキング・トレッキング	○	適 宜	無 料	適 宜	宮戸島周辺の様々なコースを歩く。経験や時間に応じてコース選択可能。 所員によるオルレコースのガイド可能。(無料)		
	13	宮戸島ウォークラリー	△	2～3時間	無 料	適 宜	ウォークラリーを通して、宮戸島の自然に親しむ。		
	14	サイクリング	△	適 宜	有 料 (自転車代)	40人まで	宮戸島周辺のロードやオフロードを含むコースをサイクリングする。		
	15	ナイトハイク	△	1時間	無 料	適 宜	ナイトハイクコースで行う。 ※自然の家周辺でコースを設定して行うことも可能。		
	16	サンドアート	○	2時間	無 料	適 宜	穴の開いたバケツを使って、海岸(砂浜)で造形活動を行う。		
野外炊事	17	飯ごう炊飯	○	2時間	有 料 (材料費・薪・ 炭代等)	野外炊飯棟 A:120人対応 B:160人対応	グループで協力して野外炊飯を行う。食材・燃料・洗剤等は、利用団体で準備する。食材業者を紹介することも可能。物品については「貸出可能物品」と「利用者準備物」を、野外炊飯のページで要確認。 ※網は、必要に応じて貸出可能 ※鉄板は、7枚まで貸出可能		
	18	カレー	△	3～4時間					
	19	バーベキュー・焼きそば	△	3時間					
	20	豚汁	△	3時間					
	21	流しそうめん	△	3時間				50人程度まで	流しそうめん専用キットを使って行う。食材は、利用団体で準備する。 ※専用キットのセッティングは、所員が一緒に行います。
	22	発酵なしふわふわピザ	○	3～4時間				100人程度まで	ダッチオーブンで焼き上げる。食材・炭は、利用団体で準備する。
	23	バウムクーヘン	○	3～4時間				50人程度まで	竹に生地をかけ炭火で何回も焼いて作る。食材・炭は、利用団体で準備する。
	24	ひねりパン	○	3～4時間				100人程度まで	パン生地を細い竹に巻いて炭火で焼く。食材・炭は、利用団体で準備する。
創作活動	25	焼き板づくり	◎ (焼き板完成まで、 その後は○)	3時間	有 料 (材料費等)	160人程度まで	木板を焼き、表面を削って布で磨き上げ、思い思いにペインティングする。		
	26	貝と流木のクラフト	○	2時間	有 料 (材料費等)	160人程度まで	宮戸の海岸で拾い集めた貝殻や流木を板に張り付け、思い思いの作品を作る。		

分類	No.	プログラム名	支援体制	目安時間	料金 ※施設使用料 は、別紙参照	人数	内容
防災体験活動	27	集団のスキルを高める 防災ウォークラリー	△	2～3時間	無料	適宜	宮戸島の景観を楽しみながら、防災に関する課題に取り組むウォークラリー。 ※要望に応じて、所員から、宮戸島の東日本大震災に関するお話(震災時の宮戸島周辺及び月浜、避難所の様子等の写真から)を提供可能。(時間:10分程度 場所:研修室等)
	28	簡易シェルター設営	○	1～2時間	無料	70人程度まで	ブルーシートやロープなどを使い、簡易シェルターを作る方法を学習する。 ※ロープワーク活動の発展学習として行うことができる。
	29	救助運搬体験	○	1時間	無料	60人程度まで	一人での運搬から複数での運搬方法、道具を使つての運搬方法を体験し学ぶ。
	30	個人 の スキル を 高める 防災クッキング	○	2時間	有料	100人程度まで	災害時の状況を設定し、状況に応じた省エネクッキングを体験する。 メニュー例:ポリ袋クッキング(炊飯、オムレツ等)、じゃがりこサラダ
	31	ロープワーク	○	1～2時間	無料	150人程度まで	節結びや本結び、巻き結び、もやい結び、自在結びなどのロープワークを学び、日常に活かす。
	32	非常時の日用品活用	○	1時間	無料	100人程度まで	災害時の状況に応じて、牛乳パックや新聞紙など、日用品を利用した工作活動から有事の臨機応変に対応する大切さを学ぶ。
	33	マイ箸作り	◎	1～2時間	無料	100人程度まで	小刀で竹を削り、道具の扱いを学びながらマイ箸を作る。
	34	空き缶ランタン	◎	2時間	有料 (材料費)	100人程度まで	空き缶のランタン作りを通して、灯りがもたらす役割・効果を学ぶ。空き缶は、利用団体に準備する。
スポーツ・レクリエーション活動	35	グラウンド・ゴルフ	△	1～2時間	無料	60人程度まで (要相談)	木製のクラブを使ったゴルフ型ゲーム。
	36	シャッフルボード	△	1～2時間		40人程度まで (要相談)	専用のキュー(棒)でディスクを押しだし得点を競うニュースポーツ。
	37	スカットボール	△	1～2時間		40人程度まで (要相談)	専用のクラブでボールを打ち、的の穴に入れて得点を競うニュースポーツ。
	38	竹モルック	△	1～2時間		40人程度まで (要相談)	「モルック」という棒を投げて、「スキトル」というピンを倒し、得点を競うニュースポーツ。 ※松島自然の家オリジナルで、宮戸島の竹を使用している。
	39	ドッジ・ビー	△	1～2時間		適宜	ウレタン製の柔らかいディスクを投げ合うドッチボール型のニュースポーツ。
	40	バグゴ	△	30分		40人程度まで (要相談)	専用のビーンバッグを、穴の空いたボードに投げ入れるニュースポーツ。
	41	フライングディスク	△	1～2時間		要相談	フライングディスクを使って、ディスクゴルフを行うなど、人数や学年に応じて楽しむことができる。
	42	ペタンク	△	1～2時間		40人程度まで (要相談)	専用の球を投げ、的玉に近づけるニュースポーツ。
	43	ユニカール	△	1～2時間		40人程度まで (要相談)	専用のストーンを滑らせるように投げる、カーリングのようなニュースポーツ。
	44	レクリエーション	○	1～2時間		100人程度まで (要相談)	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べます。
45	MAP体験(みやぎアドベンチャープログラム)	○	1時間30分～3時間	100人程度まで (要相談)	いろいろなアクティビティを通して、仲間づくりや集団の交流、コミュニケーションを図る。		
海の学習	46	塩づくり	◎	1時間30分	無料	適宜	濃縮した宮戸島の海水からミネラルたっぷりの塩を作る。
	47	海苔すき体験 (12月～2月上旬)	◎	2時間	要相談	60人程度まで	昔ながらの手作業で海苔すきを行う。生海苔1kgあたり30～40枚の海苔が作れる。※生海苔購入は、漁業組合を紹介可能(目安500円/kg)
	48	牡蠣むき体験 (12月～2月上旬)	◎	2時間	要相談	60人程度まで	牡蠣用ナイフで牡蠣をむく。 ※生牡蠣購入は、仕入れ業者を紹介可能

○各活動プログラムの詳細は、各活動プログラムのページや利用団体事前プログラム研修会でご確認ください。  
○人数については、記載している数を超える場合はご相談ください。実施形態や物品を準備していただく等で実施可能になる場合があります。  
○「要望に応じて、所員の説明及び支援可能なプログラム」についての要望は、申請時に活動計画書等に『所員の説明希望』と記載して、お知らせください。  
○各プログラムとも、活動時の安全を確保するため、引率者(指導・支援者)の方が実地踏査や事前研修を確実にし、事前準備や事前指導を行っていただくようお願いいたします。

#### 《近隣周辺で体験活動を実施している施設・団体》

施設・団体	電話番号	住所	内容
奥松島体験ネットワーク	0225-88-2939	(窓口) 民宿「かみの家」	かご漁・刺網漁体験、地引き網体験、船釣り体験、操船体験、洋上遊覧、カヤック体験など海にちなんだ体験プログラムを提供。
縄文村歴史資料館	0225-88-3927	東松島市宮戸字里81-18	宮戸の歴史学習、勾玉作り、縄文土器作りなど歴史・縄文体験。
東松島観光物産公社	0225-86-1511	東松島市小野新宮前5	嵯峨溪遊覧
東松島市震災復興伝承館	0225-86-2985	東松島市野蒜字北余景56-36	震災機構 旧JR野蒜駅