

⑬ハイキング・トレッキング

○創造的思考力・行動力	クリチャレ効果
◎しなやかな力	
○コミュニケーション力	
◎自己肯定感	



唐船番所跡



稲ヶ崎公園



新浜岬(馬の背)



大高森



嵯峨見台(釣鐘)

ねらい	宮戸島の四季折々の動植物や宮戸八景や宮城オルレ奥松島コースを歩いて自然に触れ合う。
内容	安全に留意し、宮戸八景、奥松島オルレコースを歩く。 ※コースは方面・時間等に合わせて多数あるのでご相談ください。
主な手順	① 諸注意を聞く。(採取等の禁止) ② 宮戸の自然を堪能しながら歩く。(水分補給はまめに取りましょう)

対応人数

適宜

支援体制

団体側で実施

※コースのガイド可能(要相談)

所要時間

適宜

費用

無料

活動場所

宮戸島全域

準備物

- ・軍手
- ・飲料
- ・タオル
- ・帽子
- ・肌の露出が少ない服装
- ・履き慣れた靴

留意点

- ・宮戸島マップや野鳥の図鑑を使用の際はお声掛けください。
- ・動植物の採取等は法律で禁じられています。
- ・スズメバチに注意しましょう。



⑭宮戸島ウォークラリー

対象

小学
(全学年)

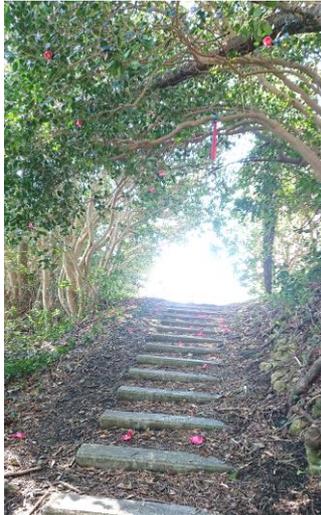
中学

高校

一般

- ◎創造的思考力・行動力
- しなやかな力
- ◎コミュニケーション力
- 自己肯定感

クリテシャル効果



宮戸島の自然
と歴史・文化に
ふれよう!



ねらい	ウォークラリーを通して、宮戸島の自然景観や歴史・文化に親しむ。
内容	仲間と協力して課題を解決しながら各チェックポイントを回る。
主な手順	<ol style="list-style-type: none"> ① 宮戸島ウォークラリーコース（月浜地区）の確認とルールの説明を聞く。 ② 地図をたよりに各チェックポイントをまわる。 ③ 全グループゴール後に答えを確認し、活動の振り返りをする。 <p>※活動時間に応じてコースアレンジ可能ですので、その際にご相談ください。</p>

対応人数

適宜
(1G=4~5人が適)

支援体制

職員の説明可

所要時間

1.5時間~2時間程度

費用

無料

活動場所

ウォークラリーコース

準備物

地図(自然の家にもあります)、解答用紙
時計、タオル、筆記用具、飲料など

留意点

- ・コースは月浜地区内で、チェックポイントは5カ所設定しています。「宮戸島ウォークラリー地図」を参照してください。
- ・高台やチェックポイント等に**団体引率者の配置**をお願いします。(2~4名)
- ・公道を含むコースになっていますので、走行する車に注意してください。

宮戸島ウォークラリー

各ポイントには、宮戸島にかかわるクイズや課題があります。タイムは計っていないので、景色をながめながらゆっくり歩きましょう。

みんなで話し合いながら回る順番を決めましょう。★がスタート・ゴールとなる「みんなの家」です。道路を横断するときは車に気をつけましょう。



⑮サイクリング

対象

小学

中学

高校

一般

- 創造的思考力・行動力
- しなやかな力
- コミュニケーション力
- ◎自己肯定感

クリテシャル効果



ねらい	サイクリングを通して、体力を高めたり、宮戸島の自然に親しんだりする。
内容	宮戸島を自転車（マウンテンバイク）で走行する。
主な手順	<ol style="list-style-type: none"> ① 諸注意を聞き、支払い等の手続きを行う。 ② ブレーキの効き、サドルの高さなどを確かめ、出発する。（所内エリアでは乗らない） ③ 帰ってきたら自転車、鍵、ヘルメットを返却する。

50人まで

対応人数

(24インチ 10台
26インチ 30台
27インチ 10台)

支援体制

職員の説明可

所要時間

2時間程度

費用

有料

活動場所

宮戸島全域

準備物

- ・動きやすい服装
- ・飲料

留意点

- ・利用にあたり、本県では自転車保険加入が義務づけられています。
- ・自転車のギヤを変える際は走行しながら変速してください。（停車中だとチェーンが外れやすくなるため）
- ・汚れた場合はブラシできれいにしてから返却してください。
- ・返却の際は、必ず職員の点検を受けてください。
- ・目安として24インチで身長137cm以上、26インチで140cm以上となります。

松島自然の家 サイクリングマップ

宮戸島には景観ポイントがたくさんあります。無理せず安全に走行しましょう。

コースは次の3つにレベル分けされます。青→初級 緑→中級 赤→上級

距離・時間は本所からの片道のものです。



自然に親しむ活動

⑩ ナイトハイク

対象

小学

中学

高校

一般

○創造的思考力・行動力

○しなやかな力

◎コミュニケーション力

○自己肯定感

クリテシャル効果



ねらい	友達と一緒に夜道を歩き、コミュニケーションを図る。
内容	所の近くもしくは野外フィールドをグループに分かれて歩く。
主な手順	① 諸注意を聞く。 ② コースの確認をする。 ③ それぞれのグループに分かれて歩く。

対応人数

適宜

1グループ5人程度

支援体制

団体側で実施

所要時間

1時間程度

費用

無料

活動場所

松島自然の家周辺

準備物

・動きやすい服装
・飲料 ・ライト

留意点

・ポイントを定め、引率者が常駐するようにしてください。
・足下を照らし、転倒などのけががないようご注意ください。

⑰サンドアート

クリテチャレ効果

- ◎創造的思考力・行動力
- しなやかな力
- ◎コミュニケーション力
- 自己肯定感



ねらい	共同作業を通して作品を仕上げ、コミュニケーション力を図る。
内容	砂浜の砂を固め、作品を作る。
主な手順	① 松島自然の家の貸し出し（底なしポリバケツ、バケツ、スコップ、棒、竹串） ② 写真の工程（ポリバケツに砂を入れる→水をかけて固める→繰り返し→バケツ型を抜く→竹などで削りながら形づくる）で作品を作る。

対応人数	適宜	支援体制	団体側で実施
所要時間	2時間程度	費用	無料
活動場所	大浜	準備物	・帽子 ・飲料 ・水着 ・濡れてもよい靴
留意点	<ul style="list-style-type: none"> ・製作途中で流されないように、波打ち際を避けましょう。 ・浜を利用している方々へ配慮して制作しましょう。 		



マナビの視点・教育課程との関連例

- ・小学校 図工科3年 「A 表現」他
- ・中・高 技術分野「A 材料と加工の技術」他