

大阪府立少年自然の家

プログラム集



2025/05/23 第二版

目次



…自然とふれあう



…体を動かす



…協力



…工作



…歴史を学ぶ



…雨天時も実施可

ハイキング・オリエンテーリングなど

- | | | | | |
|------------------------|--|--|--|------|
| 1. 展望台ハイキング | | | | P.01 |
| 2. オリエンテーリング A | | | | P.03 |
| 3. オリエンテーリング B | | | | P.05 |
| 4. わくわくオリエンテーリング J1 J2 | | | | P.07 |
| 5. 森林学習ハイク | | | | P.09 |
| 6. 館内クエスト | | | | P.11 |
| 7. クイズラリー【ネイチャー編】 | | | | P.13 |
| 8. クイズラリー【アニマル編】 | | | | P.15 |
| 9. ネイチャービンゴ | | | | P.17 |
| 10. ディスクゴルフ | | | | P.19 |

夜のプログラム

- | | | | | |
|-------------------|--|--|--|------|
| 11. キャンプファイヤー | | | | P.21 |
| 12. キャンドルサービス | | | | P.23 |
| 13. 天体観察（望遠鏡貸出のみ） | | | | P.25 |

体験プログラム

14.	火起こし体験	  	P.27
15.	防災教育プログラム	 	P.29
16.	ツリーイング	 	P.45
17.	大縄跳び	  	P.46
18.	アスレチック	 	P.47
19.	綱引き/十字綱引き	  	P.49
20.	インディアカ	  	P.50
21.	キンボール	  	P.51
22.	カプラ	 	P.52

クラフト

23.	スライスチップ	  	P.53
24.	手作りスプーン	  	P.55
25.	紙すき体験	  	P.57
26.	丸太切り体験（森林学習プログラム）	  	P.59
27.	麻紐コースター	  	P.61
28.	勾玉	  	P.63
29.	紙トンボ	 	P.65
30.	竹トンボ（家族・小グループのみ）	 	P.67

展望台ハイキング

■ねらい

- ・自然のにおいや音などを五感で感じる。
- ・達成感を味わう。
- ・グループ活動を通し、協調性を育む。



■概要

展望台をゴールとし、事前に決めたルートで展望台を目指します。

■詳細

対象	小学生～	人数	上限なし
実施時間	1時間30分～3時間	時期	通年
費用	無料		
場所	登山道周辺		

■団体に準備するもの

- ・地図/ルートマップ（自然の家ホームページからダウンロードできます）

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装
- ・運動靴
- ・帽子
- ・水筒

■活動の流れ

	内容	詳細
準備	事前にルートを決めておく	事前下見の実施は予約が必要
	道具などの準備	オリジナルの看板や問題などを作る場合
	グループや指導員配置の設定	
活動	登山中の巡回	問題なく登れているか確認する
片付け	片付け	設置したものがあれば回収する

■留意点

安全上の留意点

- ・夏季の活動は熱中症などに注意して、こまめに水分補給を行ってください。
- ・注意が必要な動植物があるので確認し、ウルシやスズメバチや毒ヘビには近づかないように指導してください。
- ・現在地を把握するために、必ず地図上の番号を確認しながら行動してください。

指導上の留意点

- ・最終の集合時間・場所、トラブル時の指導者の待機場所を参加者に伝えます。
- ・事前に決めたルート以外を歩かないようにしましょう。
- ・トイレは集いの広場のみです。活動前に済ませておきましょう。

■備考

- ・事故やケガが発生した場合は、ただちに自然の家事務所までご連絡ください。
- ・一部電波が繋がらない場合があります。

■資料ダウンロード

〈地図〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→展望台ハイキング

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/04/hikingmap.pdf>

〈動画 東登山道から展望台へのルート案内〉

<https://youtu.be/piASolyOXw0>

〈動画 展望台から西登山道、大ファイヤー場まで〉

https://youtu.be/VLyjox_ReZs



オリエンテーリング-A



■ねらい

- ・自然の中で活動しながら、協力して取り組む。
- ・楽しみながら地図の読み方を学び、それを通して情報を活用する力・判断力・問題解決能力を養う。

■概要

本館周辺のハイキング道を巡り、地図に書かれたポイントを探す低学年向けのOL。

■詳細

対 象	小学校低学年～	人 数	～120名程度
実 施 時 間	～3時間	時 期	通年
費 用	無料		
場 所	屋外の敷地内（雨天時の実施は困難）		

■自然の家からの提供物

- ・資料データ（資料の印刷は各団体で事前に行ってください）

■団体に準備するもの

- ・バインダー ・筆記用具 ・参加者用資料（解答用紙） ・指導者用資料（答え）

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装 ・運動靴 ・帽子 ・水筒

■活動の流れ

	内 容	詳 細
準備	ポイントのまわり方を決める	スタート位置を決めておく
	グループ・指導員の配置決め	活動班、ポイントに立つ
	ルールの説明	団体の指導者が説明する
活動	活動中の巡回	活動班ごとに出発する 活動中にケガ等がないか確認
	答え合わせ・振り返り	団体の指導者が説明する
片付け	片付け・忘れ物チェックなど	団体の中で管理

※【オリエンテーリング-A コース】と書かれた看板を探します

■留意点

安全上の留意点

- ・夏季の活動は熱中症などに注意して、こまめに水分補給を行ってください。
- ・注意が必要な動植物があるので確認し、ウルシやスズメバチや毒ヘビには近づかないように指導してください。

指導上の留意点

- ・最終の集合時間・場所に加え、トラブル時の指導者の待機場所を参加者に伝えます。
- ・事前に決めたルート以外を歩かないようにしましょう。
- ・活動時間に合わせて、ポイントを調整することも可能です。
- ・トイレは集いの広場と野外炊飯場・下駐車場のみです。活動前に済ませておきます。

■資料ダウンロード

〈参加者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→オリエンテーリング A 参加者用

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/09/OLA.pdf>

〈指導者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→オリエンテーリング A 指導者用

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/09/OLAkotae.pdf>



オリエンテーリング-B



■ねらい

- ・自然の中で活動しながら、協力して取り組む。
- ・楽しみながら地図の読み方を学び、それを通して情報を活用する力・判断力・問題解決能力を養う。

■概要

展望台を含むハイキング道を巡り、地図に書かれたポイントを探す高学年向けの OL。

■詳細

対 象	小学校高学年～	人 数	～120 名程度
実 施 時 間	3 時間～	時 期	通年
費 用	無料		
場 所	展望台を含むハイキング道		

■自然の家からの提供物

- ・資料データ（資料の印刷は各団体で事前に行ってください）

■団体に準備するもの

- ・バインダー ・筆記用具 ・参加者用資料（解答用紙） ・指導者用資料（答え）

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装 ・運動靴 ・帽子 ・水筒

■活動の流れ

	内 容	詳 細
準備	ポイントのまわり方を決める	スタート位置を決めておく
	グループ・指導員の配置決め	活動班、ポイントに立つ
	ルールの説明	団体の指導者が説明する
活動	活動中の巡回	活動班ごとに出発する 活動中にケガ等がないか確認
	答え合わせ・振り返り	団体の指導者が説明する
片付け	片付け・忘れ物チェックなど	団体の中で管理

※【オリエンテーリング-B コース】と書かれた看板を探します

■留意点

安全上の留意点

- 夏季の活動は熱中症などに注意して、こまめに水分補給を行ってください。
- 注意が必要な動植物があるので確認し、ウルシやスズメバチや毒ヘビには近づかないように指導してください。
- 現在地を把握するために、必ず地図上の番号を確認しながら行動してください。

指導上の留意点

- 最終の集合時間・場所に加え、トラブル時の指導者の待機場所を参加者に伝えます。
- 事前に決めたルート以外を歩かないようにしましょう。
- 活動時間に合わせてポイントを調整することも可能です。
- トイレは集いの広場のみです。活動前に済ませておきます。

■備考

- 事故やケガが発生した場合は、ただちに自然の家事務所までご連絡ください。
- 一部電波が繋がらない場合があります。

■資料ダウンロード

〈参加者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→オリエンテーリング B 参加者用
<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/09/OLB.pdf>

〈指導者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→オリエンテーリング B 指導者用
<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/09/OLBkotae.pdf>



わくわくオリエンテーリング J1J2

■ねらい

- ・自然の中で活動しながら、協力して取り組む。
- ・仲間同士で答えを相談することにより、自己主張や協調性を育む。



■概要

なぞなぞを解きながら、地図に書かれた記号との組み合わせを楽しむOL。グループで解答用紙を持ち、地図に書かれたポイントへ移動し、看板を見つけその動物の特徴を選び、全て埋めると文章が出来上がる。

■詳細

対 象	小学生～	人 数	上限なし
実 施 時 間	2 時間	時 期	通年
費 用	無料		
場 所	屋外の敷地内 （雨天時の実施は困難）		

■自然の家からの提供物

- ・資料データ（資料の印刷は各団体で事前に行ってください）

■団体に準備するもの

- ・バインダー ・筆記用具 ・参加者用資料（解答用紙） ・指導者用資料（答え）

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装 ・運動靴 ・帽子 ・水筒

■活動の流れ

	内 容	詳 細
準備	注意点などの説明	団体の指導者が説明する
活動	グループごとに出発	数分間隔をあける
	答え合わせ・振り返り	団体の指導者が説明する

※【わくわくオリエンテーリング J1J2】と書かれた看板を探します。

■留意点

安全上の留意点

- 夏季の活動は熱中症などに注意して、こまめに水分補給を行ってください。
- 注意が必要な動植物があるので確認し、ウルシやスズメバチや毒ヘビには近づかないように指導してください。

指導上の留意点

- ポイントを回る順番は自由であることを参加者に伝えます。
- 最終の集合時間・場所に加え、トラブル時の指導者の待機場所を参加者に伝えます。

■資料ダウンロード

〈参加者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→わくわくオリエンテーリング J1J2
<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/03/j1j2.pdf>

〈指導者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→わくわくオリエンテーリング J1J2 答え
<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/03/j1j2kotae.pdf>



森林学習ハイク



■ねらい

- ・ 小学校5年社会科の単元「森林のはたらき」に出てくる学習内容を、実物を見ることでより深める。
- ・ 森林の持つ役割について学び、環境保全について考える。

■概要

ポイントハイク形式で施設内を回り、そのポイントでみられる森林の状態などを観察し、ワークシートに記入する。

■詳細

対象	小学5年生～	人数	上限なし
実施時間	2時間	時期	通年
費用	無料		
場所	屋外の敷地内（雨天時の実施は困難）		

■自然の家からの提供物



- ・ 問題1用の「天然林」「人工林」の例（ラミネート加工・A3・1枚）
- ・ 問題2用の間伐材スライスチップ（10枚程度）
- ・ 問題3用のミッション内容（ラミネート加工・A3・1枚）
- ・ 問題3用の腕時計やストップウォッチ（20個程度）

■団体に準備するもの

- ・ バインダー ・ 筆記用具 ・ 参加者用資料2種（探検マップ・回答用紙）
- ・ 教員用資料1種

■参加者の服装・持物

- ・ 活動しやすい服装 ・ 運動靴 ・ 帽子 ・ 水筒

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	事前に配布資料を印刷して持参する	参加者用2種、指導者用1種あり
	当日、事務所で道具の受取	備品を受け取る
	指導員のポイント配置	必要なポイントに指導員が道具を持ってスタンバイする
活動	全体インフォメーション	活動終了時間や注意点など団体で説明する
	ポイントハイク実施	各ポイントを回り、解答を書き込む
	振り返り、学びの共有	全体で集合し、感想や学びを発表しながら答え合わせをする
片付け	道具の返却	貸出用具一式を事務所に返却する

■留意点

安全上の留意点

- ・夏季の活動は熱中症などに注意して、こまめに水分補給を行ってください。
- ・つどいの広場周辺は車の往来があるので注意してください。
- ・注意が必要な動植物があるので確認し、ウルシやスズメバチや毒ヘビには近づかないように指導してください。

指導上の留意点

- ・ポイント①～③には指導者の待機が必要です。事前に役割分担をし、当日そのポイントで解説や教材の管理をします。
- ・ポイントを回る順番は自由であることを参加者に伝えます。
- ・最終の集合時間・場所に加え、トラブル時の指導者の待機場所を参加者に伝えます。
- ・トイレは集いの広場のみです。活動前に済ませておきます。

■備考

- ・天然林、人工林の区別や間伐材、手入れしていない人工林など現物を見て学ぶことができます。
- ・自然の家利用前までに、社会科の「森林のはたらき」の単元に触れているとより深い理解を得られます。

■資料ダウンロード

〈参加者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→森林ハイク

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2025/01/shinrinhike.pdf>

〈指導者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→森林ハイク答え

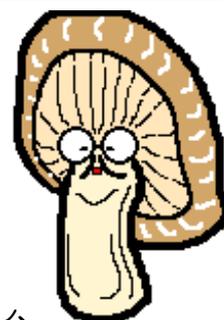
<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2025/01/shinrinhikekotae.pdf>



館内ウォークラリー【KANNAI QUEST～選ばれし勇者たち～】

■ねらい

- ・館内を巡回しながらポイントを発見し、問題とヒントを照らし合わせ、答えを導き出すことにより生物、地学などの興味や関心を促す。
- ・仲間同士で意見を交換することにより、自己主張や協調性を育む。



■概要

グループで問題用紙と解答用紙を持ち。問題に書かれたポイントへ移動し、ヒントから解答をグループで相談し、意見をまとめ解答用紙に記入する。

■詳細

対 象	幼児～	人 数	100名程度
実 施 時 間	1時間30分	時 期	通年
費 用	無料		
場 所	館内（宿泊棟および各活動部屋は含みません） ※集合場所（研修室など）の確保が必要です。		

■自然の家からの提供物

- ・資料データ（資料の印刷は各団体で事前に行ってください）

■団体に準備物するもの

- ・バインダー ・筆記用具 ・参加者用資料（問題用紙・解答用紙）
- ・指導者用資料（答え）

■服装

- ・活動しやすい服装 ・上靴

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	注意点などの説明	団体の指導者が説明する
活動	グループごとに出発	数分間隔をあける
	答え合わせ・解説・振り返り	団体の指導者が説明する

※【ミッション】を元に答えをグループで探します。

■留意点

安全上の留意点

- ・廊下を走らないように参加者に周知してください。
- ・館内は他団体も活動されている場合があります。お互いの活動に支障が出ないようにご配慮下さい。

指導上の留意点

- ・最終の集合時間・場所に加え、トラブル時の指導者の待機場所を参加者に伝えてください。
- ・宿泊棟・各部屋には、入らないように参加者に伝えてください。

■備考

- ・事故やケガが発生した場合は、ただちに自然の家事務所までご連絡ください。
- ・「ミッション」はあくまで「一案」ですので、子どもたちの発達段階等を考え、アレンジしてご活用ください。指導者が多い団体は、途中に関所を設け「何かゲーム(先生とじゃんけんで勝つ等)をクリアしないと先に進めない」等のルールを加えると、より楽しめます。※自然の家職員をチェックポイントにすることはご遠慮ください。

■資料ダウンロード

〈参加者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→館内ウォークラリー問題

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/03/kannaiq.pdf>

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→館内ウォークラリー解答用紙

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/03/kannaik.pdf>

〈指導者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→館内ウォークラリー解答

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/03/kannaia.pdf>



クイズラリーN 【ネイチャー編】



■ねらい

- 自然を散策しながらポイントを発見し、問題とヒントを照らし合わせ、答えを導き出すことにより生物・地学の興味や関心を促す。
- 仲間同士で答えを相談することにより、自己主張や協調性を育む。

■概要

グループで解答用紙を持ち、地図に書かれたポイントへ移動し、看板を見つける。看板に書かれているヒントから解答をグループで相談し、意見をまとめ解答用紙に記入する。答え合わせ時に解説を参考にしながら「なぜそうなのか？」という説明を参加者にするにより、自然への不思議や興味を育む。コースは展望台に登る道。

■詳細

対 象	中学生～	人 数	上限なし
実 施 時 間	2 時間	時 期	通年
費 用	無料		
場 所	屋外の敷地内 （雨天時の実施は困難）		

■自然の家からの提供物

- 資料データ（資料の印刷は各団体で事前に行ってください）

■団体に準備するもの

- バインダー ・ 筆記用具 ・ 参加者用資料（解答用紙） ・ 指導者用資料（答え）

■参加者の服装・持物

- 活動しやすい服装 ・ 運動靴 ・ 帽子 ・ 水筒

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	注意点などの説明	団体の指導者が説明する
活動	グループごとに出発	数分間隔をあける
	答え合わせ・解説・振り返り	団体の指導者が説明する
片付け	片付け・忘れ物チェックなど	団体の中で管理

※【クイズラリーN】と書かれた看板を探します。

■留意点

安全上の留意点

- 夏季の活動は熱中症などに注意して、こまめに水分補給を行ってください。
- 注意が必要な動植物があるので確認し、ウルシやスズメバチや毒ヘビには近づかないように指導してください。
- 現在地を把握するために、必ず地図上の番号を確認しながら行動してください。

指導上の留意点

- 最終の集合時間・場所に加え、トラブル時の指導者の待機場所を参加者に伝えます
- ポイントを回る順番は自由であることを参加者に伝えます。
- トイレは集いの広場のみです。活動前に済ませておきます。

■備考

- 事故やケガが発生した場合は、ただちに自然の家事務所までご連絡ください。
- 一部電波が繋がらない場合があります。

■資料ダウンロード

〈参加者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→クイズラリー【ネイチャー編】参加者用
<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/12/nature.pdf>

〈指導者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→クイズラリー【ネイチャー編】指導者用
<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/12/naturekotae-2.pdf>



クイズラリーA 【アニマル編】

■ねらい

- ・自然を散策しながらポイントを発見し、選択方式の問題を解答していくことにより、自然や生き物のへの興味を育む。
- ・仲間同士で答えを相談することにより、自己主張や協調性を育む。



■概要

グループで解答用紙を持ち、地図に書かれたポイントへ移動し、看板を見つける。その後、看板に書かれている3択問題から解答をグループで相談し、意見をまとめ解答用紙に記入する。コースは本館周辺のハイキング道。

■詳細

対 象	全年齢向け	人 数	上限なし
実 施 時 間	2 時間	時 期	通年
費 用	無料		
場 所	本館周辺のハイキング道（雨天時の実施は困難）		

■自然の家からの提供物

- ・資料データ（資料の印刷は各団体で事前に行ってください）

■団体に準備物するもの

- ・バインダー ・筆記用具 ・参加者用資料（解答用紙） ・指導者用資料（答え）

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装 ・運動靴 ・帽子 ・水筒

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	注意点などの説明	団体の指導者が説明する
活動	グループごとに出発	数分間隔をあける
	答え合わせ・解説・振り返り	団体の指導者が説明する

※【クイズラリーA】と書かれた看板を探します。

■留意点

安全上の留意点

- 夏季の活動は熱中症などに注意して、こまめに水分補給を行ってください。
- 注意が必要な動植物があるので確認し、ウルシやスズメバチや毒ヘビには近づかないように指導してください。

指導上の留意点

- ポイントを回る順番は自由であることを参加者に伝えます。
- 最終の集合時間・場所に加え、トラブル時の指導者の待機場所を参加者に伝えます。

■資料ダウンロード

〈参加者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→クイズラリー【アニマル編】参加者用
<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/09/animal.pdf>

〈指導者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→クイズラリー【アニマル編】指導者用
<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/12/animalkotae.pdf>



ネイチャービンゴ



■ねらい

- 自然を注意深く観察し、様々な感覚を使って、自然に親しみ観察する力を高める。
- 自然のしくみや自然に関する知識について、新しい視点で再発見する。

■概要

カードのマスに書かれた言葉をヒントに、自然物を探すビンゴゲーム。

■詳細

対 象	全年齢	人 数	上限なし
実 施 時 間	1 時間～	時 期	通年
費 用	無料		
場 所	屋外 遊歩道や登山道など		

■自然の家からの提供物

- 資料データ（資料の印刷は各団体で事前に行ってください）

■団体に準備するもの

- ビンゴシート（必要分印刷）
- 筆記用具
- バインダー（必要であれば）

■参加者の服装・持物

- 活動しやすい服装
- 運動靴
- 帽子
- 水筒

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	活動の説明	団体の指導者が説明する
活動	各マスのお題を探す	移動しながら、または範囲を決めてワードを探す 見つけたらマークをする
	結果を共有	「1番の発見・すてきなもの」を発表・共有する 『1つとして同じものはない』というような自然の良さを伝える

■留意点

安全上の留意点

- 夏季の活動は熱中症などに注意して、こまめに水分補給を行ってください。
- 注意が必要な動植物があるので確認し、ウルシやスズメバチや毒ヘビには近づかないように指導してください。

指導上の留意点

- 他の利用者が使用している活動場所には、入らないように指導してください。
- 勝ち負けを判定するゲームではありません。
「できるだけ多く見つける、さらに良いものを見つける」ことを目指してください。
- 感性を使って探すゲームなので正解は決まっています。

■備考

- ねらいに合わせて、個人にカードを渡すかグループに渡すかを定める。
- グループで実施する場合は、「グループで一緒に行動をする」「課題を見つけたら、グループ全員で確認をした上でチェックを入れる」とすることでグループワークを目的としたプログラムにとっても実施可能。
- 答えの数やビンゴの本数・早さを競うゲームではないので、本来の目的が損なわれないよう説明が必要。

■応用

- ハイキングコースで実施するなど、他のプログラムと組み合わせることも可能。
- 自然の家で準備したカードの他に、学校や団体・家族でオリジナルのカードを作ってみるのもよい。

■資料ダウンロード

〈参加者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→ネイチャービンゴ

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/12/nature-bingo.pdf>



ディスクゴルフ

■ねらい

- ・自然を散策しながら、チーム対抗で体を動かし親睦を深め、協調性を育む。



■概要

森の中でフライングディスクを投げ、専用のゴールに何投で入れられるか全9ホールのトータルスコアで競うスポーツ。

■詳細

対 象	小学生～	人 数	最大 100 人
実 施 時 間	2 時間	時 期	通年
費 用	ディスクレンタル 1 枚 100 円		
場 所	屋外の敷地内 （雨天時の実施は困難）		

■自然の家からの提供物

- ・資料データ（資料の印刷は各団体で事前に行ってください）
- ・ディスク（レンタルの場合）

■団体に準備するもの

- ・バインダー ・筆記用具 ・参加者用資料（スコアカード・コースマップ）

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装 ・運動靴 ・帽子 ・水筒

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	備品準備	事務所にてディスクを受け取る
	注意点などの説明	団体の指導者が説明をする
活動	グループごとに出発	数分間隔をあける
	集計・結果発表・振り返り	団体の指導者が説明する
片付け	備品の回収	ディスクの数を確認後事務所に返却

■留意点

安全上の留意点

- 屋外での活動のため、体調が悪くなった場合はすぐに中断し、十分に休める場所で休憩しましょう。
- 投げる前に周囲に人がいないか確認してください。
- 木の上や用水路の中など危険な場所に入ったディスクは、無理に取りには行かず施設のスタッフにお伝えください。
- 現在地を把握するために、必ず地図を確認しながら行動してください。

指導上の留意点

- グループ数が多い場合は最初のホールを振り分けると、混雑を避けることができます。
- 最終の集合時間・場所に加え、トラブル時の指導者の待機場所を参加者に伝えてください。
- トイレは集いの広場と野外倉庫・下駐車場のみです。参加者に場所を伝えておきます。

■備考

- 事故やケガが発生した場合は、ただちに自然の家事務所までご連絡ください。
- 他団体の活動内容によっては一部使用できないコースがあります。

■資料ダウンロード

〈参加者用〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→ディスクゴルフマップ&スコア表

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/10/diskgolf.pdf>



キャンプファイヤー

■ねらい

- ・仲間と火を囲み、一体感を得る。
- ・ゲームや歌を通して楽しさを共有する。
- ・普段は目にしない大きな炎を前にすることで、心を開き親睦を深める。



■概要

仲間たちと火を囲んで、歌やゲームで楽しんだり、静かに語り合ったりすることで、友情等を深めることができるプログラム。

■詳細

対 象	幼児～	人 数	～400 名程度
実 施 時 間	1 時間～	時 期	通年
費 用	マキ1束650円×5～10束程度 シバ1束550円×1束 ※希望者のみ 火の管理指導員・ゲーム指導員 各15,000円 事前予約必須		

場 所	人数	詳細
大ファイヤー場	約400名規模	本館より約5分・すり鉢状の席が人気
つどいの広場	約200名規模	本館横が人気・段差なし・バリアフリー
多目的広場	約200名規模	本館より約8分・周辺の広さが人気
小ファイヤー場	約150名規模	本館より約10分・オーソドックスさが人気
フレンドシップスクエア	約100名規模	本館より約7分・屋根付・雨天実施可能
流星の森	約50名規模	本館より約8分・こごんまりとした雰囲気
木立の広場	約30名規模	本館より約3分・いかにも森！の雰囲気

■自然の家からの提供物



<貸出希望であれば事前に予約が必要> ※数に限りがあります

- ・CDラジカセ ・マイクアンプ ・延長コード
- ・トーチ（1団体1～2本であれば貸出可。それ以上必要な場合は持参要）
- ・灯油（少量をボトルに分けてお渡しします）

■団体に準備するもの

- ・軍手/皮手袋（マキ組、火の管理をする指導者用） ・チャッカマン
- ・ゲームなどに必要な音源やマイク、小道具など ・トーチ（足りない分）
- ・懐中電灯（移動時など必要に応じて）

■参加者の服装・持物

- ・気候に応じた服装 ・運動靴 （火の粉で火傷を予防するのであれば、長袖長ズボン。化繊は控えると良い）

■活動の流れ

	内 容	詳細
事前準備	担当決め	当日の司会、ゲーム、マキ組み、火の管理、片付けなど担当を決めておく
	道具などの準備	マキ組、トーチや音響機器を用意する
	活動前の説明、誘導	団体の指導者が説明を行う
活動	火を点火する	必要に応じて火の神など役割をつくる
	ゲーム等をする	司会やゲーム係が進行する
	火の管理をする	進行に応じて火力調整等を行う
片付け	片付け	掃除片付けをする

■留意点

安全上の留意点

- ・消火用に水が入ったバケツを近くに設置してください。
- ・火の大きさや風向きを考慮し、必要に応じて参加者の位置を決めましょう。

指導上の留意点

- ・プログラムのねらいを明確に持ち、スムーズな進行を心がけてください。
- ・子どもが点火を行う際は、事前に導線やマキのつける場所、火の消し方を確認ください。

■備考

- ・キャンプファイヤー場の場所に応じて、マキの提供場所・近くの水場・片付け用具庫・灰捨て場・電源の場所が異なります。事前に事務所でご確認ください。

■資料ダウンロード

〈進行について〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→楽しいキャンプファイヤー

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/03/campfire.pdf>

〈新聞トーチの作り方〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→新聞トーチの作り方

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/03/shinbun.pdf>



キャンドルファイヤー

■ねらい

- ・親睦を図る。
 - ・グループワークのふりかえりの機会として実施する。
 - ・話し合いの場として実施する。
- ※大きくはこの3つですが、運営側がきっちりと狙いを絞ることが大切です

■概要

室内で行われ、キャンドルの火を囲み厳粛で神聖な雰囲気の中、レクリエーションや一日の活動の振り返りを行う。キャンプファイヤーの荒天時の代替プログラムにも。

■詳細

対 象	幼児～	人 数	～250名程度
実 施 時 間	1時間～	時 期	通年
費 用	ろうそく（大） 1本 50円（キャンドル台用） ろうそく（小） 1本 20円（分火用） アルミカップ 1箱 300円（ろうそく受け皿） ※ろうそく、アルミカップは持ち込み可 ※希望者のみ ゲーム指導員 15,000円 事前予約必須		

場 所	人数	ろうそく本数	備考
体育館	～250名	16本	
オリエンテーションホール	～200名	9本	
大研修室	～100名	13本	机の移動が必要
中研修室	～70名	13本	机の移動が必要
いろいろの館	～40名	11本	別館

燭台写真



体育館



オリエンテーションホール



研修室



いろいろの館

■自然の家からの提供物

- ・キャンドル台
- ・ブルーシート

〈貸出希望であれば事前に予約が必要〉

- ・キャンドルトーチ
- ・CDラジカセ
- ・マイクアンプ
- ・延長コード



■団地で準備するもの

- ・チャッカマン
- ・ろうそく
- ・進行に必要なもの

■参加者の服装・持物

- ・動きやすい服装
- ・上靴

■活動の流れ

	内 容	詳細
事前準備	担当決め	当日の司会、ゲーム、火の管理、片付けなど担当を決めておく
	道具などの準備	トーチやキャンドル台の設置
活動	はじめの儀式	資料「楽しいキャンドルファイヤー」参照
	つどいの儀式	
	おわりの儀式	
片付け	片付け	掃除片付けをする

■留意点

安全上の留意点

- ・点火・消火時に火傷しないよう十分注意してください。

■備考

- ・事故やケガが起こった場合は、自然の家事務所まですぐご連絡ください。

■資料ダウンロード

〈進行について〉

大阪府立少年自然の家 HP→資料ダウンロード→楽しいキャンドルファイヤー

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/03/candle.pdf>



天体観測

■ねらい

- ・街の明かりの少ない、自然な夜空の美しさを知る。
- ・数年～数百万年掛かって届く光に、宇宙の広大さを感じる。
- ・星座・神話を考えた太古の人々の想像力を想う。



■概要

所用時間や人数、状況に応じて、

- ① 星空を眺める、星座をさがす。 … 望遠鏡を使わず夜空を見渡す。
- ② 多人数、子どもが月を観る。 … 手軽に扱える「双眼鏡」がおすすめ。※貸出可
- ③ 月の表面、惑星などを観る。 … 「天体望遠鏡」で観る。※準備・操作が必要

■詳細

対象	小学生～	人数	上限なし
実施時間	30分～1時間	時期	通年
費用	無料（貸し出し備品を使う場合事前予約必須） 天体望遠鏡の貸出のみ。使い方や指導は各団体で行ってください		
場所	屋外。天体望遠鏡の利用はつどいの広場のみ		

■自然の家からの提供物（いずれか）

・双眼鏡



・天体望遠鏡（屈折式）



■団体に準備するもの

- ・懐中電灯
- <あると便利なもの> ・星座早見盤、星空アプリ ・レジャーシート

■参加者の服装・持物

- ・夜間の野外活動に適した服装（夏は薄手の長袖 夏以外は防寒着）

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	事務所にて道具の受け取り	望遠鏡を受け取る
	道具などの準備	見たい天体にピントを合わせる
	説明	団体の指導者が説明する
活動	天体を観測する	望遠鏡を利用する場合は順番に見る星についての解説などを行う
片付け	片付け	使った道具などを片付ける

■留意点

安全上の留意点

- ・太陽を双眼鏡・天体望遠鏡で絶対に見ないように指導してください。(失明するおそれがあります)

指導上の留意点

- ・天体望遠鏡の弱い部分を持って動かさないでください。(表示しています)
- ・天体望遠鏡を観る時は手で持たず、目だけ近づけて覗いてください。
- ・天体望遠鏡は数分ごとに星が視界に入るよう調整してください。

■備考

- ・自然の家職員は器具のセッティングや使い方、活動の指導は行いません。天体望遠鏡の使用を希望される場合は、操作ができる指導者がついてください。
- ・夏季でも夜間は気温が下がるときがあります。必要に応じて防寒着を準備してください。

■資料ダウンロード

〈天体望遠鏡の使い方〉

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2025/03/boenkkyo.pdf>

〈双眼鏡の使い方〉

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2025/01/sogankkyo.pdf>



火おこし体験（マイギリ式火おこし器）



■ねらい

- ・火おこしの大変さや大切さを感じる。

■概要

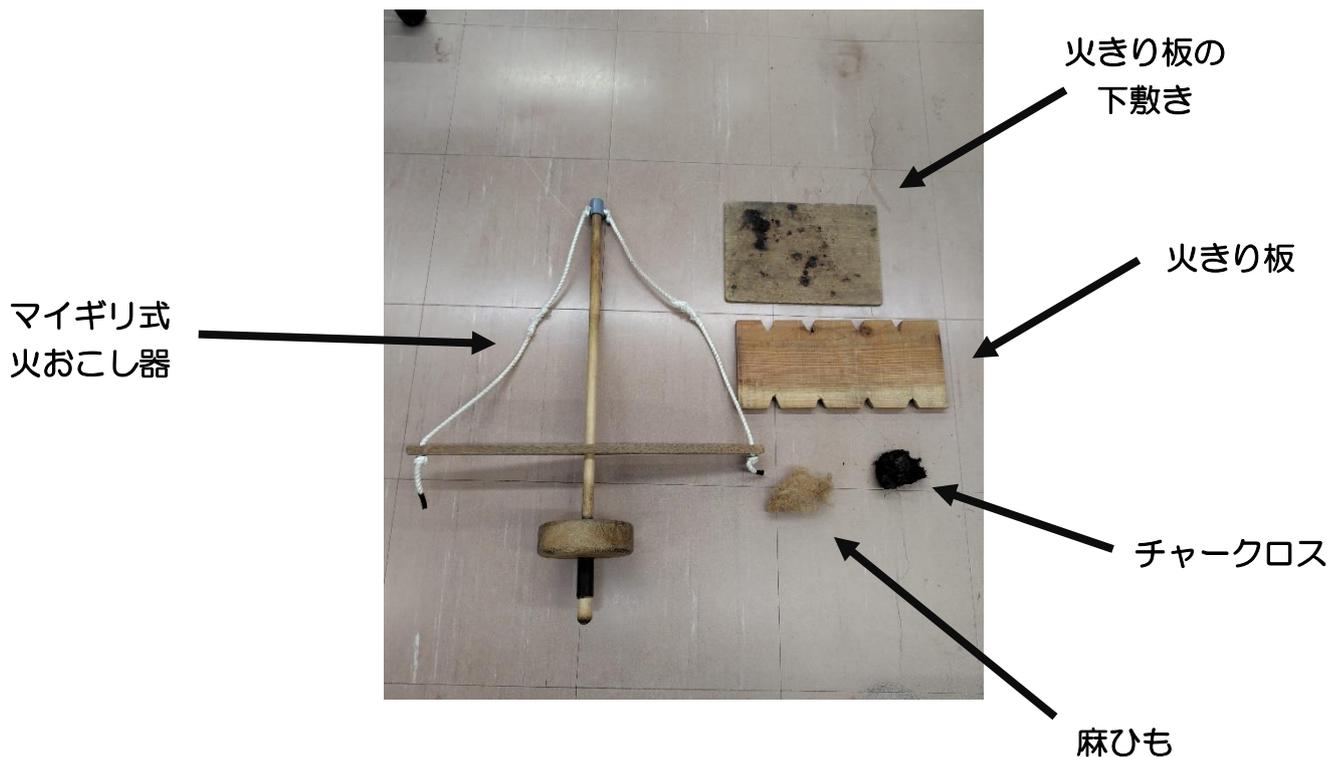
マイギリ式の火おこし器を使い、マキや落ち葉などに火をつけます。

■詳細

対象	小学校高学年～	人数	～50名程度
実施時間	1時間～	時期	通年
費用	1セット530円		
場所	炊飯場、もしくはキャンプファイヤー場		

■自然の家からの提供物

火おこしセット一式



■団地で準備するもの

- ・軍手

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装
- ・運動靴

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	グループの作成	人数が多い場合は必ずグループを作る
	必要に応じマキ・シバの注文	火を起こし、炊飯等を使う場合は必要
	資料の確認	当日は指導スタッフがいないので必ず内容を確認する
活動	麻ひもをほぐす	麻ひもを鳥の巣の様にほぐす
	マイギリ式を使い火おこし	煙が出るまで回し続ける
	火種をチャークロスから麻ひもへ移す	煙がでて木くずに火種ができれば準備しチャークロス→麻ひもに乗せ空気を送る
	マキに火をつける	火が付いた麻ひもをシバなどに移し、マキに火をつける
片付け	片付け	燃やしたものは消火して灰捨て場へ捨てる

■留意点

安全上の留意点

- ・マイギリ式の使用時、火の取り扱い時には必ず軍手をお使いください。

■備考

- ・グループを作る場合は4～5人程度がおすすめです。
- ・マイギリ式を回している時は、疲れるので数人で交互に行うと火がつきやすいです。

【スタッフの指導あり】防災プログラム SOS (助けを呼ぶ・非常持出袋について学ぶ)

※72 時間サバイバル教育協会のサバイバルマスターの一部を体験するプログラムです

■ねらい

- ・被災時に助けを呼ぶ重要性を理解する。
- ・助けを呼ぶ方法は1つではないこと、創意工夫する視点が、防犯など日常生活に生きることを知る。
- ・非常持出袋のワークを通じて、日頃の備えを見つめ直し、行動につなげる。



■概要

<スタッフの指導がある防災学習プログラム>

被災時にどのような声や、音を出すと助けを呼びやすいか。
発見しやすい服装や、色はなにか。非常持出袋にはどのようなものが必要かを、
体験を通して学ぶプログラムです。

■詳細

対象	小学生～大人	人数	20～60名
実施時間	120分～	時期	通年
費用	1500円/人 ※20名未満の場合も、20名分の料金が発生します		
場所	館内・屋外共に利用可能（多目的広場や体育館など）		

■自然の家からの提供物（レンタル）



- ・トランシーバー
- ・音がでるもの（笛、フライパン、おたま等）
- ・色画用紙
- ・鏡

■団体に準備するもの

※事前に各家庭の非常用持出袋に何が入っているか確認するとより学習が深まります。

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装
- ・運動靴
- ・筆記用具

■留意点

指導上の留意点

- 全体の進行はスタッフが進行しますが、指導者も各グループの学習のサポートをお願いします。
- 実際に声を出して、助けをよぶ練習をする場合は、「助けて」「キャー」などを避けてください。

安全上の留意点

- 声を出しすぎて、喉を傷めないように注意する。

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	トイレ	活動開始前にトイレを済ませておく
	集合・整列	事前に打ち合わせした場所に集合整列
	説明（スタッフより）	ねらいや、活動内容の説明を実施
活動	SOS 体験 色・光	遠くから発見しやすい色や服装を体験する
	SOS 体験 音	遠くでも聞こえる音を体験する
	非常持出袋ワーク	非常持出袋について学ぶ
ふりかえり	ふりかえり	学習について振り返る

【スタッフの指導あり】防災プログラム ファイヤー (電気・ガスがSTOPしている状況で、自身で火を起こす)

※72 時間サバイバル教育協会のサバイバルマスターの一部を体験するプログラムです

■ねらい

- ・被災時における火の重要性を理解する
- ・火の役割を理解する（体温確保、調理、照明など）
- ・燃焼の原理を理解する。
- ・ただ失敗を重ねるのではなく、理論を踏まえ思考し、経験を重ねることが成功につながることを知る。



■概要

＜スタッフの指導がある防災学習プログラム＞

災害時における火の重要性を学びます。

燃焼のメカニズムを理解し、自身で火起こし体験をすることで、リアルでの難しさ、成功に向けた思考プロセスを学ぶプログラムです。

■詳細

対 象	小学生～大人	人 数	20～60 名
実 施 時 間	120 分～	時 期	通年
費 用	1500 円/人 （マキ代含む） ※空き缶ごはんをする場合は別途料金（150 円）がかかります。 ※20 名未満の場合も、20 名分の料金が発生します		
場 所	各炊飯場、BBQ ガーデン、各ファイヤー場		

■自然の家からの提供物（レンタル）



- ・マッチ ・マキ ・説明用パウチシート
- ・火ばさみ ・そうじ用具

空き缶ごはんをする場合

- ・生米 ・緑茶（アルミ缶） ・缶切り

■団体で準備するもの

- ・軍手 ・新聞紙

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装 ・運動靴 ・筆記用具

■留意点

指導上の留意点

- 全体の進行はスタッフが進行しますが、指導者も各グループの学習のサポートをお願いします。
- 理論を伝えて参加者が試行錯誤するプロセスが重要ですので、指導者はできるだけ、具体的なアドバイスなどは避けてください。

安全上の留意点

- マッチが軍手に引っ付いてしまう場合があるので注意してください
- 擦ったマッチを投げてしまい、別の参加者にあたる場合があります。投げないように注意すると、十分な間隔をとってください。

■備考

- 時間に余裕がある場合は、火で調理するイメージをつけるために、空き缶ごはんなども実施することが可能です。

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	トイレ	活動開始前にトイレを済ませておく
	集合・整列	事前に打ち合わせした場所に集合整列
	説明（スタッフより）	ねらいや、活動内容の説明を実施
活動	燃焼のしくみ	燃焼のしくみを説明
	マッチ体験	マッチを擦り、火のコントロールを学ぶ
	たき火体験	マキに着火し、安定的なたき火をつくる
ふりかえり	ふりかえり	学習について振り返る

【スタッフの指導あり】防災プログラム ウォーター (水について学び、手作りのろ過器を作成、泥水のろ過をする)

※72 時間サバイバル教育協会のサバイバルマスターの一部を体験するプログラムです

■ねらい

- ・災害時における水の重要性を理解する。
- ・災害時において水を確保する方法を学ぶ。
- ・ネットやTV の見ただけの情報を知っていると思いこんでいることは本当かどうか分からないことに気づく。



■概要

＜スタッフの指導がある防災学習プログラム＞

災害時にはどのくらい水が必要か。水を確保する方法はどんなものがあるか。ろ過とはなにか。本当にろ過できるのか。

ネットやTV で簡単に行っていたことは本当かを、体験を通して学ぶプログラムです。

■詳細

対 象	小学生～大人	人 数	20～60 名
実 施 時 間	120 分～	時 期	通年
費 用	1500 円/人 (材料費含む) ※20 名未満の場合は、20 名分の料金が発生します		
場 所	館内・屋外共に利用可能 (クラフト室やピロティ、各炊飯場など)		

■自然の家からの提供物 (レンタル)



- ・ろ過器材料
(砂利、活性炭、ガーゼ、ティッシュ、ハサミ、キリ、千枚通し)

■団地で準備するもの

- ・空のペットボトル (500ml) 人数分

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装
- ・運動靴
- ・筆記用具

■留意点

指導上の留意点

- ろ過の方法に正解はありません。自身で試行し、TV やネットの情報を鵜呑みにしてはいけなと理解するプログラムです、指導者も絶対解を求めないようにご注意ください。

安全上の留意点

- ペットボトルのフタを閉めたまま、キリ・千枚通しで穴をあけると、すべて手を負傷する場合がありますので、必ずフタを外し、机の上で穴をあけることを徹底する。

■備考

- 時間がある場合は市販のろ過器で、オレンジジュースのろ過なども体験可能。

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	トイレ	活動開始前にトイレを済ませておく
	集合・整列	事前に打ち合わせした場所に集合整列
	説明（スタッフより）	ねらいや、活動内容の説明を実施
活動	水について学ぶ	災害時の必要な水の量や、確保方法を学ぶ
	ろ過器設計	配布した資料でろ過器を設計する
	ろ過体験	自身で作成したろ過器でろ過体験
ふりかえり	ふりかえり	学習について振り返る

【スタッフの指導あり】防災プログラム ナイフ

(刃物の種類、役割について学び。それぞれの刃物の使い方を体験する)

※72 時間サバイバル教育協会のサバイバルマスターの一部を体験するプログラムです

■ねらい

- ・被災時における刃物の重要性を理解する。
- ・刃物の種類、役割について学び。それぞれの刃物の使い方を体験する。
- ・危険なイメージのある道具も、ルールを守れば安全に使えること。使いこなすには何度も練習する必要があることを学ぶ。



■概要

＜スタッフの指導がある防災学習プログラム＞

災害時における刃物の重要性を学びます。

ナタ、ノコギリ、ナイフ（カッター）のそれぞれの特性や使い方を、体験を通して学ぶプログラムです。

■詳細

対象	小学生～大人	人数	20～60名
実施時間	120分～	時期	通年
費用	1500円/人（マキ代・道具レンタル代含む） ※20名未満の場合も、20名分の料金が発生します		
場所	研修室などの室内、各炊飯場、BBQ ガーデン		

■自然の家からの提供物（レンタル）



- ・ナタ ・ナタ台 ・ノコギリ ・カッターナイフ
- ・マキ

■団体に準備するもの

- ・軍手

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装 ・運動靴 ・筆記用具

■留意点

指導上の留意点

- 全体の進行はスタッフが進行しますが、指導者も各グループの安全管理のサポートをお願いします。
- 刃物をまったく触ったことがない参加者もいるので、刃の向きや、刃物の使い方は十分に注意してください。

安全上の留意点

- ナタの使用は2人組で、上から叩く方法で行います。
- 周囲と十分な距離をとるように注意してください。
- 本プログラム中に走り回らないようにしてください。
- 救急セットは必ずご準備ください。

■備考

- 参加者が低年齢の場合は、子ども用のノコギリを使用する。

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	トイレ	活動開始前にトイレを済ませておく
	集合・整列	事前に打ち合わせした場所に集合整列
	説明（スタッフより）	ねらいや、活動内容の説明を実施
活動	刃物について学ぶ	災害時になぜ刃物が必要か学ぶ
	刃物の種類について学ぶ	ナタ、ノコギリ、ナイフについて学ぶ
	刃物体験	刃物の安全な使い方について体験する
ふりかえり	ふりかえり	学習について振り返る

【スタッフの指導あり】防災プログラム シェルター (市販のテントを張る体験、ロープワークを学ぶ)

※72 時間サバイバル教育協会のサバイバルマスターの一部を体験するプログラムです

■ねらい

- ・災害時にシェルターの重要性について学ぶ。
- ・テントの張り方、ロープワークを学ぶ。
- ・少しの知識と、技術を確実に獲得していれば、工夫次第でできることが多いことに気づく。身の回りのものを使って、少しでも工夫しようとする意識を持つ。



■概要

＜スタッフの指導がある防災学習プログラム＞

災害時になぜシェルターは必要か。テントを、説明書をみながら張ることができるか。テントがない場合に、ブルーシートとロープだけでシェルターを作ること、知識と経験と工夫が、命を守ることにつながることを、体験を通して学ぶプログラムです。

■詳細

対 象	小学生～大人	人 数	20～60 名
実 施 時 間	120 分～	時 期	通年
費 用	1500 円/人 (道具レンタル代含む) ※20 名未満の場合も、20 名分の料金が発生します		
場 所	館内・屋外共に利用可能(体育館や研修室、野外は木が多い場所) 館内の場合は長机などにロープを結ぶ。		

■自然の家からの提供物(レンタル)



- ・テント ・PP ロープ ・ブルーシート ・はさみ

■団体に準備するもの

- ・軍手 ・雨具

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装 ・運動靴 ・筆記用具

■留意点

指導上の留意点

- テントはやり方を全て教えるより、説明書などを見ながら、参加者で工夫する方が理解が深まります。
- ロープワークは小学生には難易度が高いので、理解できた人に教える役目に加わってもらうと全体の理解度が深まります。

安全上の留意点

- テントを張るときに、ポールに指を詰めないように、軍手をしてください。

■備考

- 時間がある場合はタープでペグ打ち体験なども追加可能。

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	トイレ	活動開始前にトイレを済ませておく
	集合・整列	事前に打ち合わせした場所に集合整列
	説明（スタッフより）	ねらいや、活動内容の説明を実施
活動	シェルターについて学ぶ	災害時になぜシェルターが必要か学ぶ
	テント張り体験	市販のテントを説明書をみながら張る
	ロープワーク体験	ロープワークを学び、ブルーシートを張る
ふりかえり	ふりかえり	学習について振り返る

【スタッフの指導あり】防災プログラム ファーストエイド (応急手当を学び、自分・まわりの命をつなげることができることを知る)

※72 時間サバイバル教育協会のサバイバルマスターの一部を体験するプログラムです

■ねらい

- ・被災時における応急手当の重要性を理解する。
- ・応急手当の方法（手袋、止血、包帯）を学ぶ。
- ・熱中症や低体温症について学び、対策を知る。
- ・自身が学ぶことによって、自分・まわりの命をつなげることができることを知る。



■概要

<スタッフの指導がある防災学習プログラム>

災害時における応急手当の重要性を学びます。

様々なケガや熱中症、低体温症について学び、応急手当の方法を体験を通して学ぶプログラムです。

■詳細

対 象	小学生～大人	人 数	20～60 名
実 施 時 間	120 分～	時 期	通年
費 用	1500 円/人 （道具レンタル代含む） ※20 名未満の場合も、20 名分の料金が発生します		
場 所	研修室などの室内		

■自然の家からの提供物（レンタル）



- ・ノンラテックス手袋
- ・血液用の色水
- ・包帯
- ・ガーゼ

■団体に準備するもの

なし

■参加者の服装・持物

- ・汚れてもいい活動しやすい服装
- ・運動靴
- ・筆記用具

■留意点

指導上の留意点

- 全体の進行はスタッフが進行しますが、指導者も各グループの安全管理のサポートをお願いします。

安全上の留意点

- 包帯を締めすぎて、血流が止まらないようにご注意ください。

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	トイレ	活動開始前にトイレを済ませておく
	集合・整列	事前に打ち合わせした場所に集合整列
	説明（スタッフより）	ねらいや、活動内容の説明を実施
活動	応急手当について学ぶ	災害時になぜ応急手当が必要か学ぶ
	応急手当を体験する	手袋、包帯の使い方を体験する。
	低体温症・熱中症を学ぶ	低体温症・熱中症の知識と対策を学ぶ
ふりかえり	ふりかえり	学習について振り返る

【スタッフの指導あり】防災プログラム フード (どのような非常食があるか知り、災害時の食事づくりを体験する)

※72 時間サバイバル教育協会のサバイバルマスターの一部を体験するプログラムです

■ねらい

- ・被災時における食事の重要性を理解する。
- ・非常食にどのようなものがあるか知り、体験する。
- ・災害時の食事づくりを体験する。
- ・非常食を食べる体験を通して、備蓄品を見直す。
- ・食へのありがたみを知り、日常への感謝の気持ちをもつ。



■概要

スタッフの指導がある防災学習プログラム

災害時における食事の重要性を学びます。

様々な非常食を知り、味見をします。災害時における調理について、

(耐熱ラップとガスコンロによる調理) 体験を通して学ぶプログラムです。

■詳細

対 象	小学生～大人	人 数	20～60 名
実 施 時 間	120 分～	時 期	通年
費 用	1500 円～/人 (道具レンタル代含む) ※非常食の内容によって価格が変動します。 ※20 名未満の場合も、20 名分の料金が発生します		
場 所	各炊飯場 (館内はコンロを使う場合は不可)		

■自然の家からの提供物 (レンタル)



- ・非常食
- ・ガスコンロ
- ・おなべ
- ・耐熱ラップ

■団地で準備するもの

なし

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装
- ・運動靴
- ・筆記用具

■留意点

指導上の留意点

- 全体の進行はスタッフが進行しますが、指導者も各グループの安全管理のサポートをお願いします。
- 団体の食事のスケジュールなどを考慮して、味見や特徴を知る程度の量を用意する。
- 団体の避難場所にどのような非常食が備蓄されているか、事前に確認できるとよい。

安全上の留意点

- 味見をする場合はアレルギーに注意。必ず指導者が確認しながらすすめること。

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	トイレ	活動開始前にトイレを済ませておく
	集合・整列	事前に打ち合わせした場所に集合整列
	説明（スタッフより）	ねらいや、活動内容の説明を実施
活動	災害時の食事について学ぶ	避難場所に備蓄されている非常食の量など
	非常食について学ぶ	どのような非常食があるか学ぶ
	災害時の調理体験	アイラップでの調理体験
ふりかえり	ふりかえり	学習について振り返る

【スタッフの指導あり】防災プログラム チームビルド (避難所運営体験を通して、避難所ではどのような問題が生じるか学ぶ)

※72 時間サバイバル教育協会のサバイバルマスターの一部を体験するプログラムです

■ねらい

- ・避難所運営を疑似的に体験し、避難所で発生しうる問題を知る。
- ・避難所での掲示板作りを体験する。
- ・「誰かがやる」という他人の考えから、「自分たちでやる」という自分事で考えられるようにする。



■概要

<スタッフの指導がある防災学習プログラム>

自分たちが避難所を運営するといった体験を疑似的に行うことで、避難所には様々な人が避難し、様々な問題が発生する。それを自分たちで解決しなければならないという気づきを、体験を通して学ぶプログラムです。

■詳細

対 象	小学5年生～大人	人 数	20～40名
実 施 時 間	120分～	時 期	通年
費 用	1500円/人（道具レンタル代含む） ※20名未満の場合も、20名分の料金が発生します		
場 所	館内（体育館や研修室、いろりの館など）		

■自然の家からの提供物（レンタル）



- ・養生テープ
- ・模造紙
- ・水性ペン

■団体に準備するもの

なし

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装
- ・上靴
- ・筆記用具

■留意点

指導上の留意点

- 本プログラムは、参加者が避難所運営を自分事と考えることが重要なので、指導者は介入しすぎないことを推奨します。

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	トイレ	活動開始前にトイレを済ませておく
	集合・整列	事前に打ち合わせした場所に集合整列
	説明（スタッフより）	ねらいや、活動内容の説明を実施
活動	避難所について学ぶ	過去の災害時の避難所の状況について学ぶ
	避難所運営体験	実際の避難してくる人への対応を体験する
	避難所掲示板作り体験	グループ毎に避難所掲示板作りを体験する
ふりかえり	ふりかえり	学習について振り返る

ツリーイング体験 (Tree+ing)



■ねらい

- ・樹木を直接肌で感じたり、普段と違った風景を眺めたり、自然を五感で感じる。
- ・3つのing「クライミング」「ラーニング」「シェアリング」を学ぶ。

■概要

樹木にセットされたロープを使い、安全に登ります。
登るだけでなく、ぶら下がったり、木の枝に座ったり、自由に楽しめます。

■詳細

対 象	小学生以上（要相談）	人 数	6名以上
実 施 時 間	1時間30分～	時 期	通年
費 用	1人4,000円 要予約（予約時にご相談ください）		
場 所	フレンドシップスクエア周辺		

■自然の家からの提供物

- ・ツリーイングギア一式

■団体に準備するもの

- ・参加者名簿（フルネーム・性別・生年月日・年齢を記載）

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装
- ・運動靴
- ・長い髪はまとめる

■活動の流れ

	内 容	詳 細
準備	人数と時間の設定	時間設定を打合せで決定する
	名簿の作成	体験する参加者のお名前、性別、生年月日・年齢が記載されている名簿を作成する
当日	ツリーイング体験	現地スタッフの指示を聞く
片付け	片付け	現地スタッフの指示を聞く

■備考

- ・10名以上の場合は2交代で行います。
- ・利用の1か月前までに事前予約が必要です。

大縄跳び

■ねらい

- ・体を動かす心地よさや、みんなで力を合わせることの楽しさを感じる。

■概要

大縄跳びを使ってレクリエーションを行います。



■詳細

対象	小学生～	人数	～100名
実施時間	30分～	時期	通年
費用	無料		
場所	体育館のみ		

■活動の流れ

	内容	詳細
準備	事務所にて道具の受け取り	体育館の鍵と大縄を受け取る
	ルールの説明	団体の指導者が説明をする
活動	大縄跳び	団体の指導のもと活動する
片付け	片付け	掃除片付けをする

■自然の家からの提供物

- ・大縄 20m (4本)

■団体に準備するもの

- ・ホイッスル ・ストップウォッチ (必要であれば)

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装 ・上靴

アスレチック

■ねらい

- ・自然の中で、仲間と楽しみながら親睦を深めます。

■概要

木製のアスレチックで体を動かしながら遊ぶ。



■詳細

対象	幼児～	人数	40名程度まで
実施時間	制限なし	時期	通年
費用	無料		
場所	アスレチック（本館から徒歩5分）		

■自然の家からの提供物

特になし

■団体に準備するもの

特になし

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服
- ・運動靴
- ・水筒

■活動の流れ

種目	内容	詳細
ウッドマウンテン	ボルダリングやネットの山を登る	斜度があるので転落に注意する
ゆらゆら丸太渡り	揺れる丸太を進む	足を踏み外さないよう注意する
ぴょんぴょん丸太	高さの違う丸太を進む	雨の後は木の上が滑るので足を踏み外さないよう注意する
ウッドランド	木製すべり台	すべり台の降り口でケガをしないよう注意する
木製平均台	丸太の平均台の上を進む	雨の後は木の上が滑るので足を踏み外さないよう注意する
ロープスライダー	ターザンロープ	順番に乗るように指導する

■留意点

指導上の留意点

- 共用の遊び場となっておりますので、団体で占有しての利用はできません。譲り合ってご利用ください。

安全上の留意点

- 夏季の活動は熱中症などに注意して、こまめに水分補給を行ってください。
- 雨の後は滑りやすいので、指導者が確認をしてから活動を始めてください。

■備考

- 子どものための遊具です。大人の方は状況を見てご利用ください。またアルコールを摂取された方は、遊具の利用を控えてください。
- 場内でのケガについては自己責任となります。無理のないよう遊んでください。

■資料ダウンロード

〈HP アスレチックページ〉

https://shizen.osaka-yha.or.jp/shisetsu/okugai/05_athletic



綱引き・十字綱引き



■ねらい

- ・チーム対抗で体を動かし親睦を深める。

■概要

- 4 チーム対抗の綱引きも実施可能。

■詳細

対 象	幼児～	人 数	30m ～40名 72m ～120名 十字 ～60名 各 1 本ずつ
実 施 時 間	15 分～	時 期	通年
費 用	無料		
場 所	体育館のみ		

■自然の家からの提供物

- ・綱引き各種

■団地で準備するもの

- ・ホイッスル ・旗 （必要であれば）

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装 ・上靴 ・軍手（必要であれば）

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	事務所にて鍵の受け取り	体育館の鍵を受け取る
	道具などの準備	倉庫から道具を出す
	ルールの説明	団体の指導者が説明を行う
活動	チームに分かれて対決する	
片付け	片付け	掃除片付けをする

■留意点

安全上の留意点

- ・前後の人とは一定の間隔をあけ、ロープを引く勢いで後ろの人にぶつかったり、足を踏んだりすることのないように気をつける。
- ・ロープで手の皮がむけてしまうことがあるので、必要な人は軍手をつける。

インディアカ

■ねらい

- ・ 作戦を考えたり、互いのカバーをしたりすることを通して、連帯感や協調性を養う。

■概要

バドミントンのシャトルに似たインディアカを使い、バレーボールのような形式でゲームを行う。



■詳細

対 象	小学生～	人 数	8～60名
実施時間	1～2時間	時 期	通年
費 用	無料		
場 所	体育館のみ（全面で2コート利用可）		

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	事務所にて道具の受け取り	体育館の鍵とインディアカボールを受け取る
	コートの準備	ネットを張る
	ルールの説明	団体の指導者が説明を行う
	チーム分け	1チーム4人程度にわかれる
活動	チーム対戦で競技を行う	
片付け	片付け	掃除片付けをする

■自然の家からの提供物

- ・ インディアカボール ・ ネット ・ ネット支柱 ・ 得点版

■団地で準備するもの

- ・ ホイッスル

■参加者の服装・持物

- ・ 活動しやすい服装 ・ 上靴

■資料ダウンロード

〈インディアカルール〉

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/12/indiaca.pdf>



キンボール

■ねらい

- ・体を動かす心地よさや、みんなでプレーすることの楽しさを感じる。

■概要

直径 1メートル以上ある大きなボールを使って、
3つのチームで対戦するニュースポーツ。



■詳細

対 象	小学校 5 年生～	人 数	12～36 名
実 施 時 間	1 時間～	時 期	通年
費 用	1,000 円 / ボール 1 つ ・ゼッケン 500 円(必要な方のみ)		
場 所	体育館のみ		

■活動の流れ

	内 容	詳 細
準備	事務所にて道具の受け取り	体育館の鍵とボールを受け取る
	ルールの説明	団体の指導者が説明を行う
	チーム分け	1 チーム 4 人程度にわかれる
活動	3 チーム対戦で競技を行う	
片付け	片付け	掃除片付けをする

■自然の家からの提供物

- ・キンボール (1 つ) ・得点版 ・ゼッケンセット (レンタルの場合)

■団体で準備するもの

- ・ホイッスルなど

■参加者の服装・持物

- ・活動しやすい服装 ・上靴

■資料ダウンロード

〈キンボールルール〉

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/12/kin-ball.pdf>



木製ブロック

■ねらい

- ・積木にはない自在さと表現力があり、創造力・集中力・器用さ・コミュニケーション能力など、様々な力を総合的に育む。

■概要

「ワンサイズの板」を重ねるだけで、建物や乗り物・動物まで作れる木製のブロック。



■詳細

対象	幼児～	人数	上限なし
実施時間	30分～1時間	時期	通年
費用	2,000円 / 1セット ※約1000ピース（最大4セット）		
場所	体育館、各研修室、オリエンテーションホールなど（屋外利用不可）		

■自然の家からの提供物

- ・木製ブロック
- ・資料データ（資料の印刷は各団体で事前に行ってください）

■団体に準備するもの

- ・指導資料

■参加者の服装・持物

- ・動きやすい服
- ・上靴

■活動の流れ

	内容	詳細
準備	事務所にて道具の受け取り	収容ケースごとでお渡し
	ルールの説明	団体の指導者が説明を行う
活動	創作活動	チームまたは全体で創作を行う
片付け	片付け	収容ケースに片付け、事務所に返却

■資料ダウンロード

〈指導者用〉

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/04/916a7ed9f262b6e62af0ad0334d00df0-1.pdf>



スライスチップ

■ねらい

- 切った断面を観察し、木の成長や歴史を学ぶ。
- 自然木の美しさを知り、木目や手触りなど木の温もりに触れる。
- ものを作る楽しさを味わい、想像力や集中力を養う。



■概要

輪切りにした木片の表面を紙やすりで磨いて絵を描き、ひもを取り付けて自分だけの壁掛けや名札を作ります。

■詳細

対象	幼児～	人数	上限なし
実施時間	1時間～	時期	通年
費用	セット料金 小 300円 大 400円 材料のみ 小 150円 大 250円		
場所	館内・屋外共に利用可能 ・ 利用後清掃要		

■自然の家からの提供物



- スライスチップ
(小・大から選択)
- ヒートン 2つ



セットの方のみ

- ☆麻ひも
- ☆麻ひも切りはさみ
- ☆マッキー
- ☆紙やすり (A4 2切分)

■団場で準備するもの

活動場所により新聞紙やブルーシート

■活動の流れ

	内容	詳細
準備	事務所にて道具の受け取り	部屋の鍵と材料を受け取る
	道具などの準備	紙やすりを手で切る・机に新聞紙を敷く
	作り方の説明	団体の指導者が説明を行う
活動	紙やすりで両面を磨く	
	表面にイラストや文字を描く	色鉛筆やマジックペンを使って描く
	麻ひもをつける	ヒートンを取り付け、麻ひもをむすぶ
片付け	片付け	掃除片付けをする

■留意点

指導上の留意点

- ・紙やすりで磨く時は、木くずを吸い込まないように伝えてください。

■備考

- ・紙やすりは A4 サイズの状態、人数分まとめてお渡しします。
1 人分にカットする際は、折り目をつけて手で切ってからご利用ください。
※セットのはさみは麻ひも切り用です。紙やすりは絶対に切らないでください。
紙やすりをはさみで切ると、刃が痛みます。
※紙やすりは当日追加販売可能です。(A4 1 枚 110 円)
- ・レンタル物品は。8 人 1 セットでお渡しします。(申込人数÷8 端数切り上げ)
- ・指導者用に予備で 1 セット貸し出します。その中に押しピンケースもお入れしています。
ヒートン取り付けの際の補助具としてお使いください。
- ・欠席者分を作って持ち帰る場合は、当日の打合せ時にお伝えください。

■資料ダウンロード

〈指導者用〉

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2024/04/slicechipset.pdf>



手作りスプーン

■ねらい

- ・間伐や整備で生まれた木で、身近なスプーンを作ること、森林への興味関心・森林を大切にする心を育む。



■概要

木の棒にスプーンヘッドを差し込み、柄の部分をやすりで削ったり絵や名前を書いたりすることで世界に一つだけのマイスプーンを作る。

■詳細

対 象	小学生～	人 数	上限なし
実 施 時 間	30分～	時 期	通年
費 用	セット料金 500円 材料のみ 400円		
場 所	館内・屋外共に利用可能 ・ 利用後清掃要		

■自然の家からの提供物



材料費に含まれるもの

- スプーンヘッド
- スプーンの柄（差込用の穴があいたもの）
- 木槌（8人で1つ）
- 打ち込み用板（8人で1つ）

セットの方のみ

- ☆マッキー（8人で1つ）
- ☆紙やすり（4人でA4サイズ1枚）

■団体に準備するもの

- ・新聞紙やブルーシート（屋内で活動する場合は必須）
- ・ボンド（応用編）
- ・彫刻刀、小刀等（応用編）

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	事務所にて道具の受け取り	活動場所の鍵と材料、道具を受け取る。
	道具などの準備	紙やすりを手で切る。 (A4サイズの1/4が1人分です) 新聞紙やブルーシートを敷く。
	作り方の説明	団体の指導者が説明を行う。
活動	柄を紙やすりで磨く	どこまでツルツルに磨くかは自由。 よく磨いた方が絵は描きやすい。
	スプーンヘッドを柄の穴に 木槌で差し込む	必ず打ち込み用板の上で打ち込む。 垂直だとヘッドが曲がるので、 45度の角度で打ち込むことを推奨。
	柄の部分に文字や絵を描く	油性マジック推奨。
	(応用) ①柄の差込部分に木工用ボンド を注入する ②彫刻刀、小刀等で柄を削る	① 差込部分に注入することで 水が入りにくくなり、長持ちします。 ②お好きな形にアレンジできます。
片付け	片付け	削りかすなどを捨て、 貸出道具や鍵を返却する

■留意点

指導上の留意点

- 紙やすりで磨く際に、木くずを吸い込まないように伝えてください。

■備考

- 紙やすりはA4サイズの状態です。人数分まとめてお渡しします。
折り目をつけ、1人分のサイズに手で切ってからご利用ください。
※紙やすりをはさみで切ると、刃が傷みます。
※紙やすりは当日追加販売可能です。(A4 1枚 110円)
- レンタル物品は8人1セットでお渡しします。(申込人数÷8 端数切り上げ)
作業の順番を入れ替えるなどして、譲り合ってお使いください。
- 欠席者分を持ち帰る場合は、当日の入所受付時にお伝えください。

■資料ダウンロード

〈指導者用〉

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2025/01/spoon.pdf>



紙すき体験



■ねらい

- ・紙の原材料や作り方について知る。
- ・紙づくりを体験し、紙資源の大切さについて学ぶ。
- ・紙づくりを通して、個々に創意工夫を行う。

■概要

水にふやかしたケナフパルプを、専用の道具（すき枠）ではがきの形に成型します。
※はがきに挟み込みたいもの（葉っぱや花、シールなど）をすきこむことも可能です。

■詳細

対 象	幼児～	人 数	1回 40人まで
実 施 時 間	30分～	時 期	通年
費 用	1回 8,000円（40人分）		
場 所	クラフト室 ・ ピロティ広場		

■自然の家からの提供物

- ・ケナフ（40人分）
 - ・アイロン ・ 木製すき枠（はがき版） ・ すき網
- プログラムの開始時間に合わせ、実施の準備を自然の家職員が行います



■団場で準備するもの

- ・新聞紙 ・ 油性マジック（あると便利） ・ 挟み込む草花・シール・和紙など
- ・切手（郵送する場合）※自然の家に設置している郵便ポストに投函が可能です。

■活動の流れ

	内 容	詳 細
準備	開始時刻にスタート 5分前には集合する	紙すきが実施できる状態まで準備済
	作り方の説明	職員から、流れの説明を受ける
活動	水にふやかしたケナフパルプを すき枠を使ってすくう	枠の表裏に注意する
	好きな場所に挟み込みたいもの を置く	上から薄くケナフをかける
	木枠を外し、掃除機で水を吸う	上の枠を外し、下から水を吸う
	アイロンをかける	植物をすきこんだ際は注意
	乾燥させる	新聞紙に挟み込むなど
片付け	片付け	紙すき自体の片付けは、施設職員で行います。クラフト室の椅子をあげ、ホウキで掃き掃除等をする

※導入部分のみ職員が指導いたします。後の運営は、団体指導者で行ってください。（最低2名要）

■留意点

安全上の留意点

- ・アイロンを使う際、やけどに注意してください。

指導上の留意点

- ・紙をすく際、均一な厚さになるようにしましょう。
- ・すき枠の表裏を間違えないように注意してください。

■備考

- ・人数が少なくても、40人までは一律料金です。
40人以下の場合、ひとり2枚等を作成することも可能です。
- ・40人を超える場合は、2回分の料金が発生・2回転の実施になります。
詳しくは、利用の事前打ち合わせにてご案内します。

丸太切り体験

■ねらい

- 小学校5年社会科の単元「森林のはたらき」に出てくる「間伐」をキーワードにおき、丸太をのこぎりで切る体験を通して、人工林の手入れにかかる労力や大変さを体験する。
- 切った断面を観察し、木の成長や歴史を学ぶ。
- 自然木の美しさを知り、木目や手触りなど木の温もりに触れる。



■概要

1 mほどの長さの丸太から、1～2センチの厚さになるように、のこぎりをを使って切り出しを体験する。

■詳細

対象	小学5年生～	人数	100人まで
実施時間	1時間～	時期	通年
費用	1人 300円		
場所	館内・屋外共に利用可能 ・ 利用後清掃要		

■自然の家からの提供物



- 間伐材の丸太 1 m程度
- のこぎり
- のこぎり台
- ブルーシート

■団体に準備するもの

- 軍手

■参加者の服装・持物

- 活動しやすい服装 ・ 運動靴

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	事務所にて道具の受け取り	部屋の鍵と材料を受け取る
	道具などの準備	のこぎり台に丸太をセットする
	作り方の説明	団体の指導者が説明を行う
活動	グループに分かれて丸太切りを体験する	原則1人1回とする
片付け	片付け	掃除片付けをする
	道具などの返却	事務所に部屋の鍵、道具を返却する

■留意点

安全上の留意点

- ・「のこぎりの使い方」は各学校3～4年で学習済みのものとし、未学習の学校には、本時までには学校で取り組む。安全面の管理は学校側で十分に行ってください。

指導上の留意点

- ・のこぎりの使用上の注意を確認してください。特に、のこぎりを持つ手には軍手をはめないことや、周囲の安全を確認して進めてください。

■備考

- ・レンタル物品は8人1セットでお渡しです。(申込人数÷8 端数切り上げ)
- ・のこぎり・のこぎり台の使用は、必ず床面で使用してください。
- ・丸太から1人1～2cmを目安に、のこぎりで切ります。切った分の木片は持ち帰りとなります。
- ・原則として、1人1回の体験。数枚切る場合は事前に相談してください。(別途料金要)
- ・活動後、備品と合わせて丸太も返却してください。
- ・切終わった丸太を使ってクラフトも実施可能です。その場合は別途スライスチップセットをご注文ください。

■資料ダウンロード

〈指導者用〉

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2025/01/maruta.pdf>



麻ひもコースターづくり

■ねらい

- ・縄文時代からある世界最古の繊維「麻」を使うことで、自然の恩恵、偉大さに気付く。
- ・モノを作りあげる楽しさを体験することで、モノを大切に作る心を育む。
- ・繰り返し利用できる繊維を使うことで、自然の保護やSDGsについて考える。



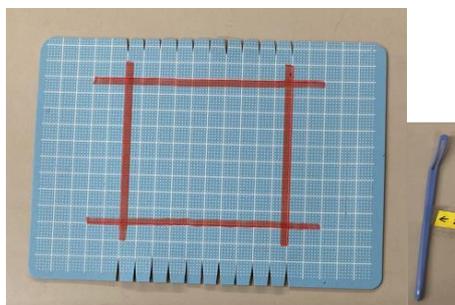
■概要

自然素材のカラー麻紐を自分たちで編んで、コースターを作る。

■詳細

対象	小学生～	人数	上限なし
実施時間	1時間～	時期	通年
費用	300円（材料＋道具）		
場所	館内・屋外共に利用可能 ・ 利用後清掃要		

■自然の家からの提供物



●土台マット

●あみ棒

1人1つつ



☆麻ひも（茶色）

☆カラー麻ひも（2色）

☆はさみ

☆セロハンテープ

8人で1セット

■団地で準備するもの

- ・新聞紙やブルーシート（糸くずの片付けが楽になります。）

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	事務所にて道具の受け取り	活動場所の鍵と材料、道具を受け取る
	道具などの準備	各グループに 1 セットずつ、材料と道具を配る
	作り方の説明	団体の指導者が説明を行う
活動	麻紐を土台にセットする。	土台の表示に従って、麻紐（茶色）でたて糸をはりテープで止める
	カラー麻紐をあみ棒で編む	セットの中から好きなカラー麻紐を選んで編んでいく あみ棒や指で横糸を整えながら作る。 ※引っ張りすぎると形が変わるので注意してください
	コースターの形を整える	土台の裏側でラインにそってたて糸を切り、2 本ずつコースターの根元で玉結びにしていく（カラー麻紐もある部分は 3 本で結ぶ）
	仕上げ	結んだ紐の余った部分を好きな長さに切る
片付け	片付け	紐の切り端などを捨て、清掃を行い、貸出道具や鍵を返却する

■備考

- ・麻ひも（茶色）はたて糸用、カラー麻ひもは横系にあたります。
- ・カラー麻ひもは 1 班に 2 色お渡しし好きな方を選択できます。カラーの指定や統一はできません。

■資料ダウンロード

〈指導者用〉

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2025/01/asahimo.pdf>



勾玉づくり

■ねらい

- ・日本古来の伝統文化に触れることで、古代への思いをはせたり、歴史への興味を誘ったりする。
- ・石という身近な素材を使って、装飾品を作り出す喜びを味わう。



■概要

加工された「ろう石」をサンドペーパーで削り、勾玉を作成する。

■詳細

対象	小学生～	人数	上限なし
実施時間	2時間～	時期	通年
費用	勾玉作成キット 600円(1セット) ↳ 白・黒・紅の3色からお選びいただけます ※注文は利用日の2週間前までにお願いいたします (注文数の変更も2週間前まで) キャンセル不可。欠席者分はお持ち帰りください		
場所	・館内(クラフト室・ピロティのみ) 屋外共に利用可能 ・利用後清掃要		

■自然の家からの提供物



勾玉作成キット

- 勾玉(穴あけ加工済み) ×1個
- 紙やすり ×3枚
- たい水ペーパー3種類 ×各1枚
- トレーシングペーパー ×1枚
- ひも ×1本
- 保存袋 ×1個

■各団体に準備するもの

- ・新聞紙やブルーシート
大量の削り粉が出るので、作業場に敷いて活動してください。
- ・水拭きする用のタオルやぞうきん
応用の作業をする場合のみ。
- ・軍手
手に大量の削り粉がつくので、気になる場合は着用ください。
- ・マスク

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	事務所にて準備物の受け取り	作成キット、作業場所の鍵を受け取る
	道具などの準備	作成キットを配布し、新聞紙などを敷く
	作り方の説明	団体の指導者が説明を行う
活動	勾玉の形をつくる	紙やすりを使って、石を勾玉の形に丸く削っていく
	勾玉の表面を整える	耐水ペーパーを、目のあらいものから順に使い、勾玉の表面を少しずつ滑らかにする (余裕があれば、最後に水に濡らしたタオルで拭くか、水で流すとよりきれいになります)
	仕上げ	トレーシングペーパーでつやが出るまで磨き、穴にひもを通したら完成
	(応用) 勾玉の表面を整えるときに より滑らかにする	耐水ペーパーで磨く際に、水をつけて磨くことで紙やすりの傷が消えやすく、より滑らかな表面に仕上げることができます
片付け	清掃、鍵の返却	削った粉を捨て、清掃する 鍵の貸し出しがあれば事務所へ返す

■留意点

指導上の留意点

- 紙やすりで磨く際に、粉じんを吸い込まないようにご注意ください。
特に喘息などをお持ちの方は、マスクを着用してください。

■資料ダウンロード

〈指導者用〉

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2025/01/magatama.pdf>



紙トンボ

■ねらい

- 昔から親しまれていた遊びに触れることで伝統を感じる。
- 「なぜ羽が回転することにより上空高く舞い上がるのか？」
「どうすれば高く、長く飛んでいられるのか？」
など、羽根の角度や重心が関係しているポイントに気づく。



■概要

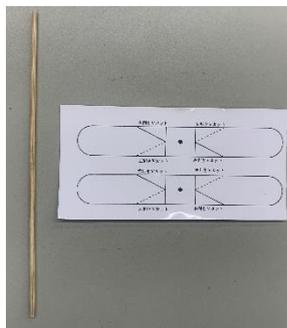
型紙と竹ひごを使って紙トンボを作ります。

ハサミが使えるお子様から体験できる簡単な工作です。

■詳細

対象	幼児～	人数	上限なし
実施時間	30分～	時期	通年
費用	材料 60円		
場所	館内、屋外共に利用可能 ・ 利用後清掃要		

■自然の家からの提供物



- 紙トンボの型紙 1枚
- 竹ひご 1本

■団場で準備するもの

- はさみ ・ 木工用ボンド ・ ホッチキス ・ 羽のデザイン用の色鉛筆、色ペン
- ものさし

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	事務所にて道具の受け取り	活動場所の鍵と材料を受け取る
	道具などの準備	材料や道具を配布する
	作り方の説明	団体の指導者が説明を行う
活動	型紙で羽を作る	下記の通り利き手に合わせて型紙を切り、絵や模様を描く 右利き：実線 左利き：点線
		切った羽を十字に重ねて、のりで貼り付ける
		全ての羽を、切っていない方の線に沿って軽く下に折り曲げる ※曲げすぎると飛びにくくなる
	竹ひごを通す	羽の真ん中にボールペンなどで穴をあけ、竹ひごを通して木工用ボンドでくっつける ※ボンドは、厚く塗りすぎると固まらないので注意
	ホッチキスを羽の端にとめる	2本の羽それぞれの両端に2回ずつホッチキスをとめる。 (同じ場所・間隔でとめると、より安定して高く飛ばすことができる)
(応用) 竹ひごを15cmに切る	お渡ししたときの長さでもお使いいただけますが15cmに切るとバランスがよくなり、より安定して飛ばすことができます ※はさみで切る際、かなり固いのでお気を付けください	
片付け	片付け	清掃後、貸出道具や鍵を返却する

■留意点

指導上の留意点

- ・はさみの取り扱いにご注意ください。
特に、応用で竹ひごを切る際は、お子様にはかなりの力が必要です。
- ・完成した紙トンボを飛ばして遊ぶときは、周りに人がいないか・物がないかを十分確認してください。空いている場所があればご案内することもできるので、お気軽に事務所までお声がけください。

■備考

- ・欠席者分を持ち帰る場合は、当日の入所受付時にお伝えください。

■資料ダウンロード

〈指導者用〉

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2025/01/kamitombo.pdf>



竹トンボ

■ねらい

- 竹板を使って工作することで自然への関心を高める。
- モノづくりの難しさを体験することで、モノを大切に作る心を育む。



■概要

竹板を小刀で削って竹トンボを作る。
難易度が少し高めのカラフト。

■詳細

対象	小学校高学年～	人数	家族・小グループ
実施時間	1時間～	時期	通年
費用	材料 200円		
場所	館内、屋外共に利用可能 ・ 利用後清掃要		

■自然の家からの提供物



材料費に含まれるもの

- 羽根用の竹板 1枚
- 竹ひご 1本

■団場で準備するもの

- 小刀
- 木工用ボンド
- 新聞紙やブルーシート（屋内で活動する場合）

■活動の流れ

	内 容	詳細
準備	事務所にて道具の受け取り	活動場所の鍵と材料を受け取る
	道具などの準備	材料と道具がそろっているか、小刀を使うのに十分なスペースが確保できているかを確認する
	作り方の説明	団体の指導者が説明を行う
活動	竹板を羽根状に削る	右利き、左利きに合わせて対応する面を削る（体験者用資料参照）
	羽根の形を整える	左右のバランスをみながら仕上げる。（四隅の角も少し丸く削っておくとより安全にお楽しみいただけます）
	軸用竹ひごをつける	竹ひごを竹板の真ん中の穴に差し、木工用ボンドで固定する ※固まるまで5～10分かかります ボンドをつけすぎると固まらないので注意してください
片付け	片付け	削りかすなどを捨て、活動場所を清掃し、活動場所の鍵を返却する

■留意点

指導上の留意点

- ・刀を扱う際、軍手はつけず素手で行ってください。
- ・作業スペースを十分に確保してください。

■資料ダウンロード

〈指導者用〉

<https://shizen.osaka-yha.or.jp/wp-content/uploads/2025/01/taketombo.pdf>



