

# “大杉みどりの里”で体験活動をしてみませんか！

## ～ 春から秋にかけての野外活動プログラム ～

里山自然学校 大杉みどりの里

### 登山

- 動山（ゆるぎやま）・・・1日コース
- 城山（しろやま）・・・半日コース  
みんなで協力し、頂上を目指します。  
達成感・充実感を味わえます。



### 野外炊さん

「カレーライス」「焼きそば」・・・  
手作りのおいしさ・協力の大切さを体験！  
炊さん場は2ヶ所あります。  
雨天でも大丈夫です。



### 肝だめし

一生の思い出に残る『恐怖の体験』をぜひ！

コースは2つあります。

- 神社コース  
最後に墓場も・・・
- 杉の子コース（低学年向け）  
杉の子広場を・・・



### ウォーク・ラリー

里山の自然とふれあいながら、自然や歴史に因んだ問題を解く競技です。  
コースは3つあります。

- 里山コース（約100分コース）
- 本町コース（約60分コース）
- 中町・本町コース（約90分コース）



### キャンプファイヤー

合宿の思い出  
づくりに・・・



満天の星空も  
見れますよ。

※ 雨天でも、ドームにて実施可能です。

### 岩魚つかみ

「つかまえる」→「さばく」→「串にさす」→「焼く」→「食べる」（命をいただく）

一連の活動を通して、命のありがたさを体験。

※ 雨天でも水槽に水を張り捕まえます。



## ～ 冬の野外活動プログラム ～

### ○クロスカントリースキー (ホワイト・ウェーブ 1000)

大杉みどりの里ならではの活動です。

1 km のコースも整備されています。

### ○スノー (エア) チューブそり遊び

施設正面のそりゲレンデを滑り降ります。

### ○かんじき体験

雪の上を歩く体験をしてみませんか。



### 主な活動プログラム(例)

| 1 日 目 |                  | 2 日 目 |          |
|-------|------------------|-------|----------|
| 9:00  | 入所式              | 6:30  | 起 床      |
| 9:30  | 動山登山<br>(昼食は頂上)  | 7:00  | 朝のつどい、清掃 |
|       |                  | 7:45  | 朝 食      |
| 15:00 | 下 山<br>オリエンテーション | 9:00  | ウォークラリー  |
| 16:45 | 夕べのつどい           | 12:00 | 昼 食      |
| 17:30 | 夕 食              | 13:30 | 退所式      |
| 18:00 | 入 浴              |       |          |
| 19:00 | キャンプファイヤー        |       |          |
| 22:00 | 就 寝              |       |          |

## ～ 室内での活動プログラム ～

### ○大杉ゲームランド

ストラックアウトやカローリング等 18 種目のゲームをそろえています。

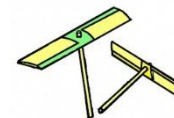
何種目か選択して楽しめます。(グループ対抗も可)

### ○ゴールド大作戦

グループで協力し、館内に隠してある宝 (金色の石) を探します。

### ○各種クラフト作り

- ・焼き板キーラック
- ・写真立て
- ・木ホルダー
- ・竹とんぼ
- ・竹笛
- ・トントウ 他



### ○キャンドルサービス

キャンプファイヤーの室内版です。ローソクの炎もきれいですよ。

| 1 日 目 |           | 2 日 目 |                   |
|-------|-----------|-------|-------------------|
| 9:00  | 入所式       | 6:30  | 起 床               |
|       | オリエンテーション | 7:00  | 朝のつどい、清掃          |
| 10:00 | 城山登山      | 7:45  | 朝 食               |
| 12:00 | 下山、昼食     | 9:00  | 岩魚つかみ             |
| 13:00 | ウォークラリー   | 10:30 | 野外炊さん<br>(昼食・片付け) |
| 16:45 | 夕べのつどい    | 14:00 | 退所式               |
| 17:30 | 夕 食       |       |                   |
| 18:00 | 入 浴       |       |                   |
| 19:00 | 肝だめし      |       |                   |
| 22:00 | 就 寝       |       |                   |

- ・雨天等で登山ができない場合は、上記「室内での活動プログラム」で対応する。
- ・岩魚及び野外炊さんは、雨天でも活動は可能です。
- ・「日帰り」の利用もできます。  
岩魚・野外炊さん・ウォークラリー  
登山・各種クラフト等、実施することができます。

遠足 (校外学習) にも、大杉みどりの里  
をご利用ください。