



# 自然ふれあいハイク

梵珠少年自然の家

## 1 活動のねらい

- 草花遊びや生き物の観察など、自然とのふれあいを通し、自然の魅力を発見することができます。
- 自然の不思議さや生態系のしくみを実感することで、自然を大切にしようとする意識を持つことができます。

【教科への対応】 小学校：生活、理科、総合など 中学校：理科、総合など

【関連する活動プログラム】 スノーシューハイキング（四季を通じて実施できる）

## 2 活動の概要

「見どころマップ」や「ピンゴカード（幼児向け）」を持って、選択したルートをたどりながら、草花遊びや動植物の観察などをする活動です。

- (1) 人数 160人以内
- (2) 対象 どの年齢でも実施可
- (3) 期間 4月中旬～11月上旬
- (4) 時間 1～2時間（説明10分+活動50～110分）
- (5) 場所 自然の家活動エリア
- (6) 経費 無料
- (7) 指導 実施方法等について、自然の家職員が説明（直接または間接指導）を行う。



〈カタバミを使った10円玉磨き〉

## 3 準備物

団体	救急薬品
個人	汗ふきタオル、帽子、軍手、運動しやすい服装
自然の家	ピブス、「見どころマップ」または「ピンゴカード」、ルーペ、無線機（8台） その他活動に必要な道具（虫取り、バットなど）、スズメバチ用殺虫剤

## 4 引率者の役割分担

役割名	内容
代表責任者	1名。責任者として自然の家に残り、全体の総括、指揮、連絡にあたる。
観察補助	数名。観察ポイントに配置し、草花遊びや自然観察の支援にあたる。
グループ引率者	児童・生徒と一緒に回りながら、見所マップ内のオススメポイントを案内します。



〈虫探し〉



〈トウホクサンショウウオの観察〉



〈水辺の生き物探し〉

5 活動の流れ

	内 容
説 明 準 備	<ul style="list-style-type: none"> <li>活動ルート、安全管理、服装（長袖・長ズボン・帽子・軍手）について説明</li> <li>ピブス、ルーペの貸出、見所マップ等の配付</li> <li>ルート及び終了時間の合図を確認</li> </ul> ※観察補助は予めポイントに配置し、自然物を確認したりサンプル採集したりする。
活 動	<ul style="list-style-type: none"> <li>コースを選択し、引率者と一緒にスタート</li> <li>※ 人数が多い場合は、時間差または双方向からルートをたどりスタートする。</li> </ul> <p>■お勧め10選</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <ol style="list-style-type: none"> <li>① イタドリ笛</li> <li>② ピカピカカタバミ</li> <li>③ ささ舟作り</li> <li>④ クズの葉鉄砲</li> <li>⑤ ミツバ探し</li> <li>⑥ クロモジのいい香り</li> <li>⑦ オニヤンマのヤゴ</li> <li>⑧ ヘビのマンション</li> <li>⑨ クズやオニグルミの葉痕</li> <li>⑩ ホオのお面作り</li> </ol> <p>[その他季節のオススメ]            春：サンショウウオ、春の妖精探し            夏：虫探し            秋：くつつく種、どんぐりパチンコ</p> </div> <div style="display: flex; flex-wrap: wrap; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> ささ舟作り</div> <div style="text-align: center;"> イタドリ笛</div> <div style="text-align: center;"> くつつく種</div> <div style="text-align: center;"> 春の妖精</div> <div style="text-align: center;"> オニヤンマのヤゴ</div> <div style="text-align: center;"> クズの葉鉄砲</div> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>自然の家に到着後、全員の人数を確認し終了。</li> </ul>
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> <li>ふりかえり</li> <li>借用物品を返却（無線機は事務室へ返却）</li> </ul>

6 実施上の留意点

- 季節の見所について自然の家職員と相談しながらルートを設定する。
- 自然の家職員が観察ポイントへの配置は行わないため、事前研の際に引率者が確認を行うこと。  
※ 団体の規模によっては、職員によるガイドも可能です。（要相談）
- キャンプセンターを本部とし、そこからスタート・ゴールすることも可能である。
- 冬期は「スノーシューハイク」として実施することで同等のねらいが達成可能である。

7 安全に実施するためのポイント

- 熱中症対策のため、十分な水分補給をさせる。（途中の休憩必須）
- 危険な動植物（ヘビ・ハチ・ウルシ等）への対処方法について確認する。

8 資料へのリンク

※見所マップの詳しい資料は、当所ホームページのトップページ「活動プログラム一覧」バナーから入り、「野外活動プログラム」「自然ふれあいハイク」の項からリンクがある。

9 エリア地図（右図参照）

【改訂ポイント】

4つにエリア分けされていたコース設定を見直し、時期や活動時間、人数などに応じ、内容・ルートを任意で設定できるようにした。  
 より体験を重視した内容10選を具体的な活動として示した。

