

# 活動プログラム集

令和7年4月改訂



鹿児島県立霧島自然ふれあいセンター

《も く じ》

- P 1 活動をより効果的に行うために  
P 2 植物観察  
P 3 野鳥観察  
P 4 昆虫観察  
P 5 星の観察  
P 6 ナイトウォーク  
P 7 ナイトウォーク (柳ヶ平コース)  
P 8 グリーンアドベンチャー  
P 9 もりのたんけんビンゴゲーム  
P 10 霧島連山の登山活動  
P 11 霧島連山の主なジオサイト  
P 12 韓国岳登山  
P 13 えびの高原池めぐりコース (白鳥山を含む)  
P 14 大浪池登山  
P 15 高千穂峰登山  
P 16 栗野岳登山  
P 17 甕岳登山  
P 18 大浪池～韓国岳～えびの高原登山  
P 19 中岳中腹探勝路登山  
P 20 霧島滝めぐりウォーク  
P 21 丸尾自然探勝路散策  
P 22 柳ヶ平散策  
P 23 龍馬チャレンジハイク  
P 24 ウォークラリー  
P 25 霧ふれ発見ビンゴゲーム  
P 26 みきやくんワードラリー  
P 27 マウンテンバイク・トライアル  
P 28 キャンプ活動  
P 29 テント設営  
P 30 野外炊飯  
P 31 焼き芋作り  
P 32 キャンプファイヤー  
P 33 キャンドルファイヤー  
P 34 ニュースポーツ (カローリング・シャッフルボード・ストラックアウト・輪  
投げ・グラウンドゴルフ・パークゴルフ・フライングディ  
スクゴルフ・ゲーゴルフゲーム・羽根っこゲーム・チームワ  
ークゲーム)

P 35	オリエンテーリング
P 36	周辺施設との連携を図ったプログラム
P 37	創作活動を効果的に行うために
P 38	創作活動プログラム一覧
P 39	焼き板
P 40	塗り箸
P 41	ガラス工芸
P 42	レザークラフトキーホルダー
P 43	プラホビー
P 44	水ロケット
P 45	コルク工芸コースター
P 46	バルーンモデリング
P 47	洋凧
P 48	桜チップキーホルダー
P 49	もりのおはなしキーホルダー
P 50	切り絵
P 51	アイロンビーズ
P 52	霧ふれオリジナル缶バッジ作り
P 53	ともしびのつどい
P 54	ふりかえりシート
P 55	霧島連山登山届
P 56	動物の痕跡探し
P 57	レイニーレクリエーション
P 58	きもだめし
P 59	霧島神宮探検！

## 活動をより効果的に行うために

霧島自然ふれあいセンターでは、いろいろな野外活動を行うことができます。以下のことに留意して実施しましょう。

### ◎ 留意事項

#### 1 活動プログラム作成時

- ア 団体のねらいが達成できる活動内容にしましょう。
- イ 活動時間にゆとりをもちましょう。
- ウ 利用者の意見，発達段階に合った活動を選びましょう。
- エ 自主的な活動になるよう計画をしましょう。
- オ 荒天時の対応も考えておきましょう。
- カ 引率者の役割分担を決めましょう。
- キ 引率者は，事前の実地踏査や研修をしましょう。
- ク 霧島自然ふれあいセンターの職員と打合せをしましょう。

#### 2 活動前

- ア 活動について，霧島自然ふれあいセンターの職員と最終確認をしましょう。
- イ 参加者全員が活動場所や内容，時間などを理解しているか確認しましょう。
- ウ 活動上の安全を確認しましょう。
- エ 活動に必要な道具，材料は準備できているか確認しましょう。
- オ 霧島自然ふれあいセンターからの借用品名や借用する数を確認しましょう。
- カ 気象状況を予想し，必要な物を準備しましょう。
- キ 活動に適した服装で，トイレも済ませましょう。
- ク 無線機が必要であれば，霧島自然ふれあいセンターで貸し出します。（台数制限あり）

#### 3 活動中

- ア 常に人数や健康状態・安全の状況を把握しましょう。
- イ 必要に応じ，適当な休憩をとりましょう。（夏場は，水分をこまめにとりましょう）
- ウ 登山では，引率者は集団の先頭・中間・後尾に付き，参加者の状態を常に把握できるようにしましょう。
- エ 必ず救護車を準備しましょう。
- オ 緊急時には，必ず霧島自然ふれあいセンターに連絡しましょう。

#### 4 活動後

- ア 人数を確認しましょう。
- イ 健康状態の悪い人がいないか確認しましょう。
- ウ ゴミの後始末をしましょう。持ち込んだ物は，それぞれで持ち帰りましょう。
- エ 実施後は，ふりかえり等を行い，今後の活動に生かしましょう。

## 植 物 観 察

ね ら い	センター周辺の野草を観察する。 (1) 霧島の大自然とのふれあいを深める。 (2) 植物への興味・関心を高め、植物や自然を愛する心情を育む。	
時間・費用	・ 1～3時間 ・無料	
対象・人数	・ 小学生以上 ・100人程度	
場 所	霧島自然ふれあいセンター周辺	
準備・道具	【参加者が準備する物】 ・ 筆記用具, メモ帳 【霧島自然ふれあいセンターで準備する物】 ・ ガイドブック(図鑑類) ・ 虫めがね	
コ ー ス	(1) つどいコース (1時間) つどいの広場周辺 (2) ふれあいコース(2時間) ふれあいセンター → ふれあいセンターキャンプ場 → ふれあいセンター (3) ひろびろコース(3時間) ふれあいセンター → 自然教育の森 → ふれあいセンター	
留 意 事 項	(1) 安全面に十分配慮する。 (2) 貸し出し用具は確実に返却する。 (3) むやみに採集しないようにする。	
実 施 方 法	<p>【内 容】</p> <p>※ 貸し出し用具の借用</p> <p>1 整列, あいさつ</p> <p>2 植物観察の心構え, コースの説明</p> <p>3 植物観察</p> <p>(1) 植物や樹木の種類を図鑑で調べる。 (2) 花のつき方を観察する。 (3) 薬草や毒草を調べる。</p> <p>4 まとめ</p> <p>観察した植物の種類, 気付いたこと, 発見したことなどを発表する。</p> <p>※ 貸し出し用具の返却</p>	<p>【留 意 点】</p> <p>○ 野外活動は, 無理なく楽しく行う。 ○ 移動の際は, 交通安全に留意する。</p> <p>○ 資料を参考に観察する。</p> <p>○ 毒草もあるのでむやみに触れない。</p>

霧島自然ふれあいセンター周辺の植物

	シダ類	単子葉類	双子葉類(草木)	つる植物
1	ゲジゲジシタダ	アシボソ	アカツメクサ	アオツツラフジ
2	コハシゴシタ	オオアブラススキ	アキノキリンソウ	イワガラミ
3	ゼンマイ	カモジグサ	アキノノゲシ	エビツル
4	ヒメワラビ	クサイ	イヌタデ	オオバウマノスズクサ
5	ベニシダ	コヌカグサ	エゾギシギシ	オニドコロ
6	ホシダ	ウシノシッパイ	オオアレチノギク	キカラスウリ
7	ホラシノブ	コブナグサ	オオバコ	クズ
8	ワラビ	ササガヤ	オトギリソウ	サルトリイバラ
9	ノキシノブ	シナダレスズメガヤ	オトコエシ	スイカズラ
10		ススキ	オトコヨモギ	ツタ
11		チガヤ	カタバミ	ツルウメモドキ
12		チチミザサ	キツネノマゴ	ツルマメ
13		トダシバ	アラゲハンゴンソウ	ナツフジ
14		ネジバナ	クサネム	ナワシロイチゴ
15		メカルカヤ	シロツメクサ	ナワシログミ
16		メヒシバ	スミレ	ノササゲ
17		スズメノヒエ	タケニクサ	ノブドウ
18			ノダケ	ヘクソカズラ
19			ヒメジヨオン	ミツバアケビ
20			ヒメムカシヨモギ	ヤマノイモ
21			ヤクシソウ	ツルコウゾ
22			ヨメナ	
23			ヨモギ	
24			ワルナスビ	
25			ヒメミカンソウ	
26			アレチマツヨイグサ	
27		(アキノキリンソウ)	オオイヌタデ	(ミツバアケビ)

## 野鳥観察

ねらい	霧島自然ふれあいセンター周辺のいろいろな野鳥を観察する。 (1) 自然とのふれあいを深める。 (2) 野鳥への興味・関心を高め、生き物を愛する心情を育む。	
時間・費用	・ 1～2時間 ・ 無料	
対象・人数	・ 小学生以上 ・ 100人程度	
場所	霧島自然ふれあいセンター周辺、キャンプ場等	
準備・道具	【参加者が準備する物】 ・ 筆記用具、メモ帳 【霧島自然ふれあいセンターで準備する物】 ・ 双眼鏡(30個) ・ フィールドスコープ(要相談) ・ 野鳥図鑑(山野の鳥30冊、水辺の鳥30冊)	
コース	(1) つどいコース(1時間) ふれあいセンター → ふれあいセンターキャンプ場 → ふれあいセンター (2) ひろびろコース(2時間) ふれあいセンター → 自然教育の森 → ふれあいセンターキャンプ場 → ふれあいセンター	
留意事項	(1) 安全面に十分留意する。 (2) 貸し出し用具は確実に返却する。 (3) 自然保護に気を付ける。	
実施方法	<p>【内 容】</p> <p>※ 貸し出し用具の借用</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 整列、あいさつ</li> <li>2 野鳥観察の心構え、コースの説明</li> <li>3 双眼鏡の取り扱いの説明             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) ひもの長さを調整する。</li> <li>(2) 双眼鏡を折り曲げ、左右のレンズの幅を両目の幅に合わせる。</li> <li>(3) ピストンリンクで左目のピントを合わせる。</li> <li>(4) 視度調整リンクで右目のピントを合わせる。</li> </ol> </li> <li>4 野鳥観察             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 野鳥の発見</li> <li>(2) 野鳥の観察                 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 体の大きさ(知っている鳥との比較)を観察する。(鳩 カラス スズメ)</li> <li>② 体つき(スマート、ずんぐり) やくちばしの長さや形を観察する。</li> <li>③ 尾の長さや形を観察する。</li> <li>④ 足の長さや形を観察する。</li> <li>⑤ つばさの長さや形を観察する。</li> </ol> </li> </ol> </li> <li>5 まとめ 観察した鳥、気付いたこと 発見したことなどを発表する。</li> </ol> <p>※ 貸し出し用具の返却</p>	<p>【留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 野外活動は無理なく楽しく行う。</li> <li>○ 静かにそっと観察する。</li> <li>○ 長袖、長ズボンを着用する。</li> <li>○ ゴミは持ち帰る。</li> <li>○ 野鳥の巣には近づかない。</li> <li>○ 双眼鏡で直接太陽を見ない。</li> <li>○ 目と耳を使ってよく観察する。</li> <li>○ 鳥に気付かれないようにする。</li> </ul>

霧島で見られる主な野鳥

	野	鳥	名
留 鳥	ツグミ, クマタカ, コジュケイ, ヤマドリ, キジ, キジバト, フクロウ, ヤマセミ, アオゲラ, オオアカゲラ, コゲラ, サンショウクイ, ヒヨドリ, カワガラス, ミソサザイ, トラツグミ, ウグイス, ハシボソガラス, エナガ, コガラ, ヒガラ, ヤマガラ, シジュウカラ, ゴジュウカラ, メジロ, ホオジロ, ホオアカ, ハシブトガラス, イカル, カワラヒワ, スズメ, カケス, コシジロヤマドリ, アオバト, カゴシマアオゲラ, ナシエオオアカゲラ, ヒメアマツバメ, キュウシュウコゲラ, ヒバリ, キセキレイ, モズ, セッカ, ムクドリ など		(カワラヒワ)
旅 鳥	ムギマキ, エソビタキ, アカハラ, エゾムシクイ, センダイムシクイ, サメビタキ, エソビタキ, ノビタキ, ノジコ など		
夏 鳥	サシバ, カッコウ, ツツドリ, ホトトギス, アオバズク, ヤイロチョウ, ツバメ, キセキレイ, コマドリ, ヤブサメ, センダイムシクイ, キビタキ, オオルリ, コサメビタキ, サンコウチョウ, イワツバメ など		(オオルリ)
冬 鳥	オシドリ, マガモ, カルガモ, コガモ, ヒドリガモ, オナガカモ, ハシビロガモ, チョウゲンボウ, ジョウビタキ, タヒバリ, ルリビタキ, アカハラ, シロハラ, キクイタダキ, カシラダカ, ミヤマホオジロ, アオジ, シメ, クロジ, アトリ, マヒワ, ベニマシコ, ウソ, ヤマシギ, ビンズイ, キレンジャク, ヒレンジャク, ツグミ, など	 	(チョウゲンボウ) (ヒレンジャク)

## 昆虫観察

ねらい	霧島自然ふれあいセンター周辺に生息する昆虫を観察する。 (1) 自然とのふれあいを深める。 (2) 自然や生き物を愛する心情を育む。	
時間・費用	・ 2～3時間      ・ 無料	
対象・人数	・ 小学生以上      ・ 100名程度	
場 所	霧島自然ふれあいセンター周辺	
準備・道具	【参加者が準備する物】 ・ 筆記用具, メモ帳 【霧島自然ふれあいセンターで準備する物】 ・ 昆虫図鑑(30冊)      ・ 虫めがね(100個)	
コ ー ス	(1) ふれあいコース(2時間) ふれあいセンター → ふれあいセンターキャンプ場 → ふれあいセンター (2) ひろびろコース(3時間) ふれあいセンター → 自然教育の森 → ふれあいセンター	
留意事項	(1) 安全面に十分配慮する。 (2) 貸し出し用具は確実に返却する。 (3) 自然保護に気を付け、むやみに採集しないようにする。	
実施方法	<p>【内 容】</p> <p>※ 貸し出し用具の借用</p> <p>1 整列, あいさつ</p> <p>2 昆虫観察の心構え, コースの説明</p> <p>3 昆虫観察 (1) 昆虫の種類を図鑑で調べる。 (2) どんなどころに昆虫がいるか調べる。 (3) 昆虫のからだのつくりを調べる。</p> <p>4 まとめ 観察した昆虫の種類, 気付いたこと, 発見したことなどを発表する。</p> <p>※ 貸し出し用具の返却</p>	<p>【留意点】</p> <p>○ 野外活動は無理なく楽しく行う。</p> <p>○ 道路を歩くときは, 交通ルールを守る。</p> <p>○ 図鑑を参照する。</p>

## 霧島でよく見かける虫

- ルリシジミ
- クロアゲハ
- オオスズメバチ
- ウラギンヒョウモン
- ジャコウアゲハ
- ミヤマクワガタ
- ミドリヒョウモン
- ウラギンシジミ
- ヒグラシ
- キリシマミドリシジミ
- ジャノメチョウ
- ヒメコガネ
- モンキチョウ
- ヤマキマダラヒカゲ
- ドウガネブイブイ
- スジグロシロチョウ
- ベニシジミ
- ニワハンミョウ
- アサギマダラ
- イシガケチョウ
- アイハンミョウ
- ナナホシテントウムシ



(キリシマミドリシジミ)



(イシガケチョウ)

## 霧島自然ふれあいセンターの周辺にすむ虫

- アオスジアゲハ
- アカタテハ
- シオヤムシヒキ
- ナガサキアゲハ
- モンシロチョウ
- フタモンアシナカバチ
- アゲハチョウ
- キチョウ
- クマバチ
- コミスジ
- ヤマトシジミ
- クツワムシ
- クロヒカゲ
- ヒメウラナミジャノメ
- クロオオアリ



(アオスジアゲハ)



(ヤマトシジミ)

## 星の観察

ねらい	霧島の夜空に浮かぶ四季折々の美しい星空や惑星、星雲等を観察する。 (1) 星空の美しさや宇宙の神秘、雄大さにふれ、宇宙との一体感を味わわせる (2) 天体への興味・関心を高め、科学する心情を育む。	
時間・費用	・ 2時間          ・ 無料	
対象・人数	・ 小学生以上      ・ 100人程度	
場所	つどいの広場、ガイダンス室	
準備・道具	【参加者が準備する物】 ・ 特になし  【霧島自然ふれあいセンターで準備する物】 ・ 星座早見盤(約80枚)  ※ 団体の希望及び当日の条件によっては双眼鏡、フィールドスコープ、天体望遠鏡を貸し出す場合もある。	
留意事項	(1) 実施日の星座の明るさを事前に調べておく。(月齢を調べる。) (2) 道具等の使用方法については、事前にふれあいセンターの職員に問い合わせる。 (3) 道具等の返却は確実にを行う。	
実施方法	<p>【内 容】</p> <p>ア DVDによる事前学習</p> <p>イ 星座早見を基にした星座探し (小規模校は個人、大規模校はグループで)</p> <p>ウ 全体での教え合い</p> <p>エ 解説(見どころの星を教師が解説)</p> <p>オ 観察(見える星に応じて道具を準備) 惑星が見える…望遠鏡、フィールドスコープ 惑星や月が見えない…寝転んで、再度 星空観望</p> <p>カ 後始末</p>	<p>【留意点】</p> <p>○ 夜間の活動であるので、団体引率者の指示を必ず守らせる。人数確認を必ず行う。</p> <p>○ 操作方法を確認する。</p> <p>○ 交代で観察する。</p> <p>※ 事前(明るいうち)に天体望遠鏡やスコープをセットしておく。</p> <p>○ 人数確認を必ず行う。</p>

※ 荒天の場合は、ガイダンス室・多目的ホール・プレイホールでDVD視聴ができます。

## ふれあいセンターにある機器等について

### 1 天体望遠鏡



新型（1台）



旧型（2台）

※ 事前に操作方法の確認や  
レンズ等の調節が必要。

### 2 スコープ



### 3 双眼鏡



※ 事前に操作方法の確認や  
レンズ等の調節が必要。

### 4 星座早見盤



※ 星座早見表と月の早見表の両面で  
使用できるタイプ

### 5 荒天時プログラム用DVD



A



B



C



D



E

#### A 「四季の星座」

夜空を彩る星空の散歩（約20分）。本編66分。

#### B 「宇宙の旅」

天体観測の歴史と星の素顔。本編75分。

#### C 「未知への大紀行第5集」

150億年の遺産～生命に刻まれた星の生と死～本編49分。

#### D 「未知への大紀行第8集」

～宇宙に終わりはあるのか～本編49分。

#### E 「コンプリートコスモス第3集」

天空への道しるべ 本編150分。

## 星の観察事前指導

ねらい	星空や惑星、星雲等を観察するために星の観察に使う観察道具の事前指導を行い観察道具の仕組みや使い方について理解を深めるとともに、実際に観察を行う際にスムーズに観察が行われようにする。	
時間・費用	・ 1時間30分      ・ 無料	
対象・人数	・ 小学生以上      ・ 100人程度	
場所	プレイホール 多目的室	
準備・道具	<p>【参加者が準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 特になし</li> </ul> <p>【霧島自然ふれあいセンターで準備する物】 ※ 団体の希望に応じて貸し出す。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 星座早見盤(約80枚)      ・ 双眼鏡(約30個)</li> <li>・ フィールドスコープ      ・ 天体望遠鏡</li> </ul>	
留意事項	<p>(1) 実施日の星座の明るさを事前に調べておく。(月齢を調べる。)</p> <p>(2) 道具等の希望は事前にふれあいセンターの職員に問い合わせる。</p> <p>(3) 道具等の返却は確実にを行う。</p>	
実施方法	<p>【内 容】</p> <p>ア 星座早見盤の使い方・実習</p> <p>イ 双眼鏡の使い方・実習</p> <p>ウ フィールドスコープの使い方・実習</p> <p>エ 天体望遠鏡の解説</p> <p>オ 後始末</p>	<p>【留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 夜の観察に向けて意欲を高める</li> <li>○ 各種機器の使い方を指導する</li> <li>○ お互いの教え合いを大切にする</li> <li>○ 繰り返し練習して、習熟を高める</li> </ul>

# ふれあいセンターにある機器等について

## 1 双眼鏡



## 2 スコープ



## 3 星座早見盤



※ 星座早見表と月の早見表の両面で  
使用できるタイプ

## 4 天体望遠鏡



新型（1台）



旧型（2台）

# 双眼鏡の使い方

## 1 双眼鏡の各部の名称について

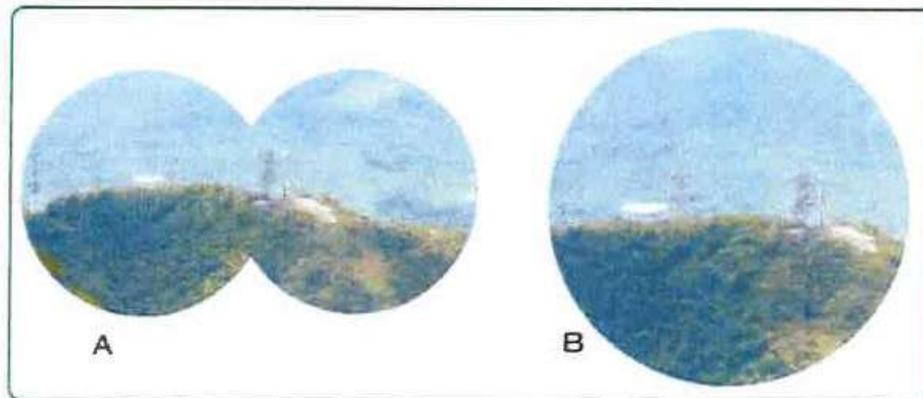


## 2 ストラップの調整

双眼鏡は、長い間手に持っているとお荷物になってしまうので、ストラップがついている。首からかけて使って下さい。ストラップの長さは双眼鏡が胸元にくるように調整する。

## 3 セッティングの仕方①

双眼鏡をのぞくとAのように見える。この場合は双眼鏡の接眼レンズの幅が、あなたの目の幅にあっていない。双眼鏡は、中心から動いて幅が広がるようになっている（写真）両目でのぞいて、Bの（視野が丸く見える）ように見えるように目の幅を合わせる。これが合っていないと両目で見ることができ非常に不快感を感じることもある。



## 4 セッティングの仕方② ピントを合わせる。

- 双眼鏡をのぞく。
- 右目をウインクして閉じ、左目だけで見る。
- ピントをピントリングで合わせまる
- 左目をウインクのように閉じ、右目だけで見る。

- 右目の接眼レンズについている視度調整リングを回して、右のピントを合わせる。
- 両目でクリアできたら終了
- この後はピントリングだけで両目のピント合わせができる。



### 5 めがねをかけていると回りが暗くなって見えにくい

周辺に黒い部分のことを「ケラレ」といいます。接眼レンズにある目当てのゴムを外側に折ることで解決できます。

左目の接眼レンズの目当てを外側に折り返した状態



### 6 倍率について

- 倍率 10 倍の双眼鏡は 100 メートル先にいるものが 10 分の 1 の距離つまり 10 メートル先にいることと同じ大きさに見える。
- 倍率が高くなれば、それだけ見ているもののゆれ（手ぶれ）が大きくなる。7～9 倍のものがよい。
- 7×35 の双眼鏡の場合前の数字が倍率、後ろの数字が目をあてないほうのレンズの大きさ（口径）の mm（ミリメートル）の数字を表している。この数字が大きいと入ってくる光が多くなって明るく、見える範囲が広くて見やすくなるが双眼鏡が大きくなる。

### 7 その他

- 視野の狭い双眼鏡を長い間のぞき続けていると、呼吸や支える腕のブレなどで視界が微妙に揺れて船酔いに似たような症状になり気持ちが悪くなることがある。慣れないうちは 5 分を限度に使う。
- 双眼鏡を持つ腕を、台の上に乗せたり、体につけて固定するようにしたりすると視界がぶれなくなる
- 双眼鏡の対物レンズ側からのぞくと景色が遠くに見えます。さらに、接眼レンズに物を近づけてのぞくと、ものが大きく見えます。ルーペ代わりとして使える。

# フィールドスコープの使い方

## (1) 対象物に対物レンズを向けます。



対象物のある方向を確認し、フィールドスコープの中心がそちらに向くようにします。あらかじめ目印になる大きな木や、特長のある枝などの基準をつくとよいでしょう。また、照準線があるタイプのものは照準線の延長線上に対象物を合わせるようにすると視野に対象物を捉えやすくなります。

## (2) ピントを合わせます。



片目で接眼レンズをのぞきながら、スコープ本体のピント合わせリングを回します。

遠くを見る場合 → 右に回す

近くを見る場合 → 左に回す



三脚に設置して使用する

## 星座早見盤の使い方

### 星座早見盤のつくり

星座早見盤は2枚の円盤が重なってできています。上の円盤には方角や時刻、下の円盤には日付や星・星座などが書かれています。

基本的には早見盤を回して「日付」と「時刻」を合わせることで、その時見られる星を調べることができます。

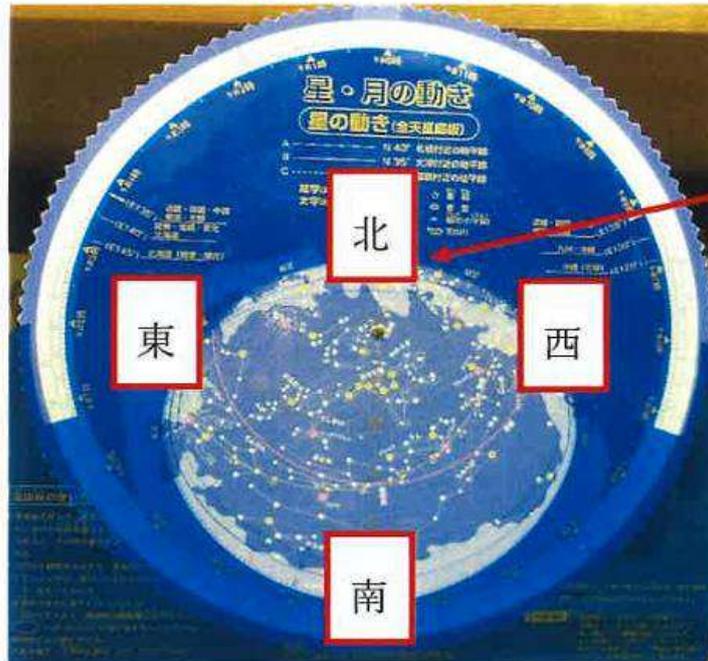


- 1 月日の目盛と時刻の目盛を、回転盤を動かして合わせます。見つけた「日付」と「時刻」が合うように回します。



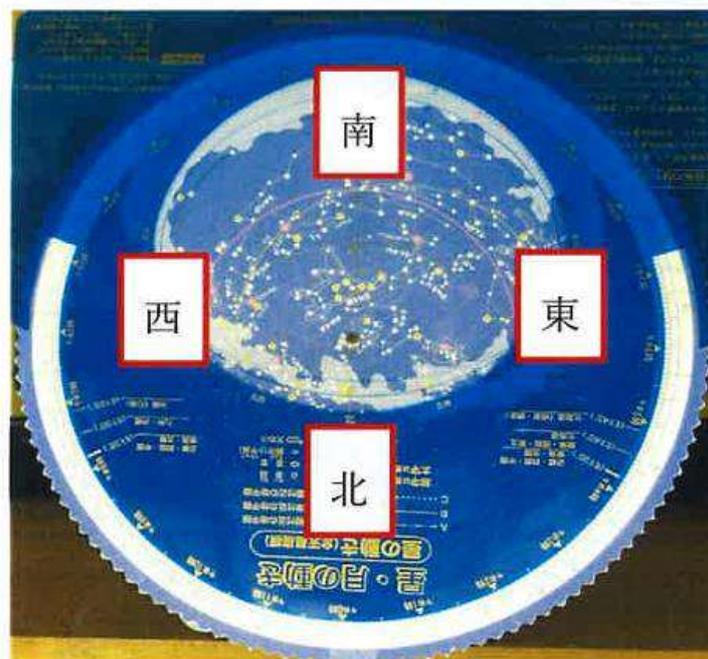
- 2 自分が向いている方向が書いてある側を手前に持ち、そのまま空にかかげます。

【南を向いている時】



ここに方向が書いてあります

【北を向いているとき】



## ナイトウォーク

ねらい	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 暗闇を歩くことによって五感を高め、好奇心や冒険心を養い、友達との協調性や連帯感を培う。</li> <li>2 昼間とは異なる、夜の自然界の営みについて気付かせる。</li> </ol>				
時間・費用	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 1時間30分</li> <li>・ 無料</li> </ul>				
対象・人数	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 小学生以上</li> <li>・ 100人程度</li> </ul>				
場所	つどいの広場				
準備・道具	<p>【参加者が準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 懐中電灯(班に1個) ※ 必要に応じて虫よけスプレー、かゆみ止め等を準備する。</li> </ul> <p>【ふれあいセンターで準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 無線機 ※ 団体の希望に応じて貸し出すことができます。</li> <li>・ コース図</li> </ul>				
留意事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 事前踏査を十分に行い、参加者に適したコースを選定する。</li> <li>2 夜間の活動なので、安全対策には万全を期す（引率者による立哨指導等を行う）。</li> <li>3 参加者の実態や希望を考慮して活動内容を考える。</li> <li>4 国民休養地には立ち入らない。</li> </ol>				
実施方法	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%; text-align: center;">【内 容】</th> <th style="width: 50%; text-align: center;">【留意点】</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="vertical-align: top;"> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 整列、あいさつ</li> <li>2 ナイトウォークについての説明</li> <li>3 センター出発(班ごとに)</li> </ol> </td> <td style="vertical-align: top;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 団体引率者の指示を守らせる。</li> <li>○ 走ることは禁止する。班でまとまって行動する。</li> <li>○ 2～3分おきに出発する。</li> </ul> </td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">コースの工夫(例)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>※ コースの手掛かりに蛍光テープをつけておく。</li> <li>※ つどいの広場で、星空観察の活動を行うこともできる。</li> <li>※ コース途中に「光るもの」「音の出るもの」「生きもの」「人工のもの」などを置き、ネイチャーゲームとして実施することもできる。</li> <li>※ 懐中電灯を照らしながら動物を発見することが出来る。</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>4 センター帰着</li> <li>5 まとめ 気付いたこと、発見したことなどを発表する。</li> <li>6 整列、あいさつ</li> </ol>	【内 容】	【留意点】	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 整列、あいさつ</li> <li>2 ナイトウォークについての説明</li> <li>3 センター出発(班ごとに)</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 団体引率者の指示を守らせる。</li> <li>○ 走ることは禁止する。班でまとまって行動する。</li> <li>○ 2～3分おきに出発する。</li> </ul>
【内 容】	【留意点】				
<ol style="list-style-type: none"> <li>1 整列、あいさつ</li> <li>2 ナイトウォークについての説明</li> <li>3 センター出発(班ごとに)</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 団体引率者の指示を守らせる。</li> <li>○ 走ることは禁止する。班でまとまって行動する。</li> <li>○ 2～3分おきに出発する。</li> </ul>				



## ナイトウォーク（柳ヶ平コース）

ねらい	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 柳ヶ平散策路を歩くことで、澄んだ空気、美しい風景、動物との遭遇など出会いに感動しながら自然に対する発見や気づきを深める。</li> <li>2 暗闇の中で自然の音や匂いによって五感を高めながら、人間と自然の共生を学ぶ。</li> </ol>		
時間・費用	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 2時間</li> <li>・ 無料</li> </ul>		
対象・人数	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 小学生以上</li> <li>・ 100人程度</li> </ul>		
場所	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ふれあいセンター→乗馬クラブ前の交差点（左折）→直進→柳ヶ平散策路</li> <li>・ ふれあいセンター→霧島高原国民休養地→交差点（右折）→みやまコンセール→直進→柳ヶ平散策路</li> </ul>		
準備・道具	<p>【参加者が準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 懐中電灯(班に1個)</li> </ul> <p>※ 必要に応じて虫よけスプレー、かゆみ止め等を準備する。</p> <p>【ふれあいセンターで準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ コース案内図</li> <li>・ 発見カード</li> <li>・ 蛍光タスキ</li> <li>・ 無線機 ※ 団体の希望に応じて貸し出すことができます。</li> </ul>		
留意事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 事前踏査を十分に行い、参加者に適したコースを選定する。</li> <li>2 夜間の活動なので、安全対策には万全を期す（引率者による立哨指導等を行う）。</li> <li>3 むやみに採集しないよう、自然保護に気をつける。</li> </ol>		
実施方法	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>【内 容】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 整列、あいさつ</li> <li>2 ナイトウォークについての説明 散策の心構え・コースの説明</li> <li>3 センター出発(班ごとに)</li> </ol> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p>【留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 団体引率者の指示を守らせる。</li> <li>○ 走ることは禁止する。班でまとまって行動する。</li> <li>○ 2～3分おきに出発する。</li> <li>○ 道路を歩くときは、交通ルールを守る。</li> <li>○ むやみに採らない、捕らない</li> </ul> </td> </tr> </table> <p style="text-align: center;">コースの工夫(例)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>※ コース内で「動物の気配」「動物の遭遇」など期待できる。</li> <li>※ 星空・夜景観察（暗闇、風の声、木々の揺れる音等）</li> <li>※ 懐中電灯を照らしながら動物の痕跡を発見することが出来る。</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>4 センター帰着</li> <li>5 まとめ 気付いたこと、発見したことなどを発表する。</li> <li>6 整列、あいさつ</li> <li>7 貸出用具の返却</li> </ol>	<p>【内 容】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 整列、あいさつ</li> <li>2 ナイトウォークについての説明 散策の心構え・コースの説明</li> <li>3 センター出発(班ごとに)</li> </ol>	<p>【留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 団体引率者の指示を守らせる。</li> <li>○ 走ることは禁止する。班でまとまって行動する。</li> <li>○ 2～3分おきに出発する。</li> <li>○ 道路を歩くときは、交通ルールを守る。</li> <li>○ むやみに採らない、捕らない</li> </ul>
<p>【内 容】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 整列、あいさつ</li> <li>2 ナイトウォークについての説明 散策の心構え・コースの説明</li> <li>3 センター出発(班ごとに)</li> </ol>	<p>【留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 団体引率者の指示を守らせる。</li> <li>○ 走ることは禁止する。班でまとまって行動する。</li> <li>○ 2～3分おきに出発する。</li> <li>○ 道路を歩くときは、交通ルールを守る。</li> <li>○ むやみに採らない、捕らない</li> </ul>		

# ～柳ヶ平発見カード～



シカの痕跡(糞)



イノシシの掘った跡

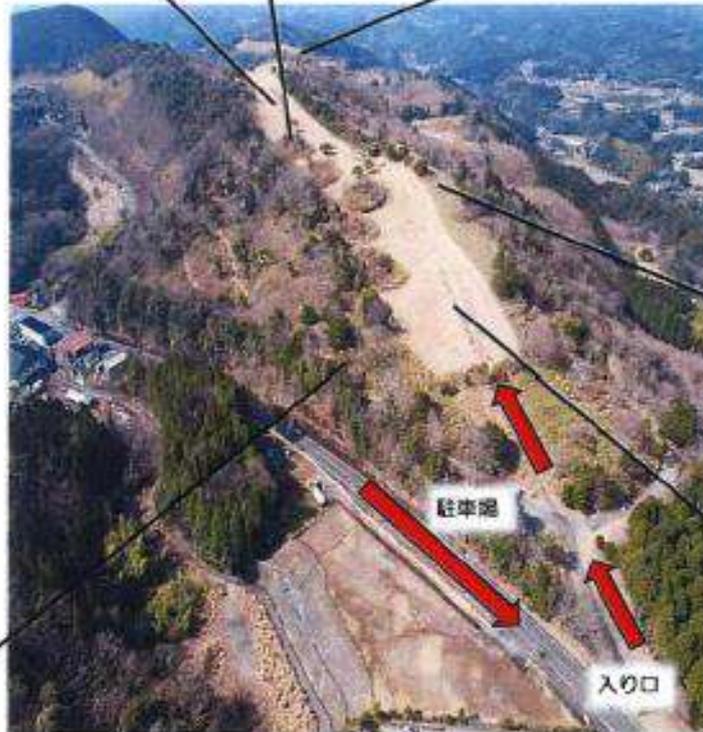


命の洗濯場



テン・イタチの痕跡(糞)

※ 草原で発見するのは難しい



けもの道

※ 日常的に使用している経路。動物の目線になって見つけること。



シカの足跡

※ 雪の上や、ぬかるんだ泥の場所だと発見しやすい。



もぐらの穴

※ モグラの穴の本線は直線的である。地表から20cmの所にある。



# ナイトウォーク(柳ヶ平)コースマップ



## グリーンアドベンチャー

ね ら い	センター内及び付近の樹木の名前や特徴を調べ、樹木やまわりの自然に親しむ機会にするとともに、互いに協力し、助け合うことで、友情を深め、思いやりの心や協力する心を養う。	
時間・費用	<ul style="list-style-type: none"> <li>1時間30分(コース変更・短縮等によって時間設定できます。)</li> <li>無料</li> </ul>	
対象・人数	<ul style="list-style-type: none"> <li>小学生以上(1年生～4年生の場合、責任ある引率者が各グループについてください。)</li> <li>100人程度</li> </ul>	
場 所	霧島自然ふれあいセンター周辺のグリーンアドベンチャーコース	
準備・道具	<p>【参加者が準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>筆記用具</li> </ul> <p>【ふれあいセンターで準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>コース図</li> <li>解答用紙</li> <li>ゼッケン</li> <li>紙ハサミ</li> <li>本</li> <li>虫眼鏡</li> </ul>	
コ ー ス	<p>◎霧島自然ふれあいセンター出発</p> <p>→⑬(キャンプ場入り口) ☆狭い入口から一気に開け、眺めが広がる。</p> <p>→⑮～⑳(みやまコンセル) ☆林の中は、ひんやりとした空気。森林浴も楽しめる。</p> <p>→㉔～㉓(センター本館敷地内) ☆ふれあいの杜や桜の園で多くの樹木を発見できる。</p>	
留 意 事 項	<ol style="list-style-type: none"> <li>活動時間や参加対象によってコースの変更も可能、あらかじめコースを検討しておく。</li> <li>草木や樹木を傷つけたり、採集したりしないようにする。</li> <li>迷ったら引き返すなどして、コースをよく確認して次へ進むようにする。</li> <li>植物図鑑はセンターにもあるが、できるだけ団体に準備する。</li> </ol>	
実 施 方 法	<p>【内 容】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>グループ(3～5人)ごとに分かれる。</li> <li>順路や調べ方について話し合う。</li> <li>グループごとにスタートする</li> <li>樹木ごとによく観察し、図鑑等を参考にして、名前をチェックする。</li> <li>樹木観察と解答が全部終了したら、スタート地点へ戻る。</li> <li>グループごとに答合わせをする。</li> </ol>	<p>【留 意 点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 事前にグループを編成しておく。</li> <li>○ 順路は工夫して計画してする。</li> <li>○ グループ内での役割分担をする。</li> <li>○ ゆったりとした気持ちでまわる。</li> <li>○ 1本1本を入念に観察し、チェックする。</li> </ul>

# グリーンアドベンチャー地図



県立霧島自然ふれあいセンター

**気をつけること**

- 1 途中の草木や樹木をいためたり、採集したいしなないようにしましょう。
- 2 コースをよく確認して次に進みましょう。迷ったら引き返しましょう。
- 3 交通安全には十分気をつけましょう。



# グリーンアドベンチャー解答用紙

スタート時刻	時
ゴール時刻	時
	分

グループ名	
名前	

**【グリーンアドベンチャーの実施方法】**

- ① グループをつくる。 ※ ○で囲んだ数字は正解の樹木が図鑑にのっています。
- ② 地図を見ながら好きな順に回る。 ※ 途中、木の音を聴診器（ちょうしんき）で聴いたり、虫めがねで観察したり、いろいろな草花を見ながらまわりましょう。
- ③ 各番号の樹木名を1つ選ぶ。図鑑で調べてもよい。
- ④ 全部終えたら、みんなで解答し、気づいたことを話し合う。 ※ 得点は、各5点。ただし★マークは10点。

**得点**

/

140 点

番号	樹木名	番号	樹木名	番号	樹木名
15	ナツツバキ	25	サンショウ	25	ツバキ
16	サザンカ	26	クヌギ	26	クヌギ
	マサキ	28	カシワ	28	シノキ
17	★この木の葉をスケッチしよう。(10点)		ユズリハ		ミズナラ
18	コブシ		イヌマキ		ヒイラギ
19	ヒノキ		ガマズミ		ウバメガシ
20	ツバキ		ヤマモモ		サルスベリ
	フジ		チャノキ		ウバメガシ
21	★この棚の下にいる小さな生き物を虫めがねで観察し、わかったことを2つを書こう。(5点×2)		イロハカエデ		アラクシ
	( ) ( ) ( )		ヒメシャラ		ヒメシャラ
	スギ		イヌマキ		ケヤキ
	ヒサカキ		ヒバ		マンサク
22	★この森にあるもので ( ) 色のものを2つ書こう。(5点×2)		スギ		ネコヤナギ
23	ヒサカキ		イヌマキ		ナツツバキ
	クロキ		ヒバ		ヤブツバキ
					ミズキ
					サルスベリ
					この木をさわった感じは ( ) みたい。(10点)
					季節を感じることでできたものを1つ書こう。(5点)
					総合問題

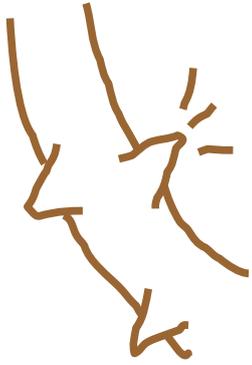
## もりのたんけんビンゴゲーム

ねらい	霧島自然ふれあいセンターの中を探検して、「みる」「きく」「さわる」「かぐ」などの 感覚を使って自然の中にある宝物を探す。ビンゴゲームの形式で自然を楽しく探検することによって、身近な自然のよさを発見したり感覚や観察力を高めたりする。	
時間・費用	45分	無料
対象・人数	幼児以上 100人程度まで（1グループ3～5人程度）	
場 所	霧島自然ふれあいセンターつどいの広場内，キャンプ場内	
準備・道具	【参加者が準備する物】 運動に適した服装，運動靴，帽子，タオル，雨具等 【ふれあいセンターで準備する物】 ビンゴカード1人1枚，ファイル1人1枚，筆記用具	
コース等	「つどいの広場たんけん」と「キャンプ場たんけん」のどちらかを選ぶ つどいの広場（例）：掲揚台前 ⇒ つどいの広場のまわりを1周 ⇒ 掲揚台 キャンプ場（例）：炊飯棟 ⇒ 営火場1 ⇒ テントサイト ⇒ 営火場2 ⇒ 炊飯棟	
留意事項	1 カードの内容を確認するときは、「例えば木の実ってどのようなものがある？」など問いかけ，子どもたちが具体的なイメージをもてるようにする。 2 ビンゴの数を競うゲームではなく，様々な感覚を使ってじっくりと自然を体験するゲームであるので，子どもたちが勝敗にこだわらないように注意する。 3 生きているものを採らない。 4 活動する前に必ず探検する範囲を確認する。茂みや林の中には入らない。	
実施方法	<p>【内 容】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 指導</li> <li>2 ビンゴカード，えんぴつを渡す。</li> <li>3 各グループでどのようなものが見つかりそうか予想を立てる。</li> <li>4 もりのたんけんスタート，ゴール</li> <li>5 振り返り</li> <li>6 後片付け等</li> </ol> <p>【実施方法】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 ビンゴカードの9つの宝物を「みる」「きく」「かぐ」などの感覚を使って探す。</li> <li>2 見つかった宝物に○をつける。</li> </ol>	<p>【留 意 点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ コース上の危険箇所の確認・指導</li> <li>○ 縦，横，ななめがいくつそろったかやどのようなものを見つけたかについて友達や先生と振り返る。</li> </ul>



# もいのたんけんビンゴゲーム

きりしましぜんふれあいセンター



ちくちくするもの



きのこ



手のひらより  
おおきなはっぱ



とりのこえ



たべあと



ふわふわするもの



あり



いいにおい



きのみ

## 霧島連山の登山活動

～息つぎて 丘を上れば 静かに静かに 花の言うらし (牧 暁村)～

### 1 ねらい

- ・ 霧島錦江湾国立公園の中にある雄大な霧島連山に登り、自然の美しさや厳しさに五感でふれるとともに、自然保護の大切さに気付かせる。
- ・ 自己の気力や体力に挑戦し、困難にくじけない不屈の精神を養い、成就感や達成感を味わう。

### 2 用具等

- ・ 貸し出し可能なもの  
コース図(地図)、背負子(要相談)、ザイル(要相談)、病院リスト
- ・ 団体に準備するもの  
登山届、救護車、弁当、水筒、笛、救急用具、行動食(小休止時に配るアメ程度)

### 3 服装等

- ・ 登山のできる服装(長袖、長ズボン、防寒具)、靴、手袋、タオル、雨具(カッパ)、帽子、リュック、ビニル袋(着替えを包んでおく)、常備薬、ちり紙

### 4 役割分担

- ・ 全体指導者  
全体の統括・指揮、霧島自然ふれあいセンター職員との連絡
- ・ 成人指導者  
グループ指導(休憩、出発時の人員点呼)、途中の安全指導、救護

### 5 隊形 ※ 体力に自信のない人を前にして行動する。

- ・ 全体指導者(トップ) → グループ → 成人指導者(ミドル) → グループ → 成人指導者(アンカー)

### 6 登山コース例

- ・ 大浪池(往復約3km 約1.5時間)
- ・ 池めぐり(1周約5km 約3時間)
- ・ 白鳥山(往復約4km 約1.5時間)
- ・ 甑岳(往復約12km 約5時間)
- ・ 韓国岳(往復約5km 約4時間)
- ・ 大浪池～韓国岳～えびの高原(約6.5km 約4時間)
- ・ 大浪池一周(往復約6km 約3時間)
- ・ 栗野岳(周回約10km 約5時間)
- ・ 高千穂峰(往復約6km 約4時間) ※ 対象年齢等の詳細は、利用の手引きP14に記載あり。

### 7 展開

- (1) 全員集合、人員確認
- (2) 借用物の確認
- (3) グループ編成、行動隊形の確認
- (4) 事前指導(服装、持ち物)
- (5) バス移動
- (6) 事前指導(コース概要説明、自然観察のポイント、安全指導、準備運動、人員確認)
- (7) 登山開始(15分程度で最初の小休止～行動隊形チェック、人員確認、安全指導)
- (8) 目的地点到着(大休止、昼食・観察等)
- (9) 下山開始(小休止～行動隊形チェック、人員確認、安全指導)
- (10) 下山終了(人員確認、整理運動)
- (11) バス移動
- (12) 事後指導(講評、活動後の行動・日程確認)
- (13) 借用物の返納、霧島自然ふれあいセンター職員への連絡

※ 火山の噴火警戒レベルによっては、入山規制が行われることもあります。火山に関する最新情報を確認してください。  
(気象庁/鹿児島県/宮崎県HP等参照)

### 8 留意事項

- (1) 必ず予定コースの事前踏査を行う。
- (2) 行動隊形は5～7人程度の班編成とし、小休止ごとにトップを交替する。
- (3) 緊急事態発生時の連絡体制を確認する(雨天時のアゲルム決定、登山開始時・下山時のセンターへの連絡)。
- (4) 登山コース上では、携帯電話の通じない場所があるので、確認する。
- (5) 登山用携帯トイレを準備する。

## 霧島連山の主なジオサイト

ジオサイトとは、ジオパークの中の数ある魅力的なスポットの中で、特に見どころのサイトのことで、ジオサイトでは美しい景色や地形だけでなく、それらの背景にある自然の仕組みを読み解くことができます。

～霧島ジオパーク推進協議会 HP から抜粋～

### 【火山】

火山は、地殻の深部にあったマグマが地表または水中に噴出することによってできる特徴的な地形をいいます。山だけでなく、カルデラのような凹地形も火山と呼びます。火山の地下にはマグマがあり、そこからマグマが上昇して地表に出る現象が噴火である。

#### 韓国岳爆裂火口



霧島連山の最高峰(1700m)である。頂上には直径900m、深さ300mの火口がある。秋の紅葉時期は、ベニドウダンが美しい。

韓国岳が形成された後に起こった水蒸気爆発によって、火口壁の西側部分が吹き飛ばされ、半円形の爆裂火口が形成された。そのため、韓国岳にはピークが二つあるように見える。

今は、大浪池からの登山口、えびの高原からの登山口がある。獅子戸岳経由の登山道は、新燃岳の噴火警戒レベル引き下げによって現在は歩くことができる。(令和6年4月現在)

#### 甑岳



米を蒸す道具(甑)を伏せた形に似ているところから「甑岳」と称される。山頂の火口には泥炭層があり、池塘(ちとう)と呼ばれる池がある。

#### 硫黄山



標高1317mの活火山。霧島連山では、最も新しい火山である。頂上に浅い火口が残っている。

昭和37年まで硫黄の採掘が行われていた。

平成28年1月2日から火山性微動と火山性ガスが徐々に増加していることが確認されたため、火口周辺1kmに立ち入り規制が敷かれている。平成30年4月19日に噴火し、高いところでは噴煙が300mの高さまで上がった。

#### 中岳



#### 高千穂峰



#### 御鉢火山



#### 新燃岳



### 【火口湖】

火山の噴火口に湛水してできた湖。湖盆形態は一般に円形で、直径は1.5kmをこえるものはまれである。深度もカルデラ湖と比較すると浅い。

#### 大浪池



#### 白紫池



#### 六観音御池



## 韓国岳登山

**趣 旨** 古くから神話や山岳信仰の場として知られ、約7千年前の水蒸気爆発で作られた爆裂火口が特徴的な韓国岳(1,700m)登山をとおして、自然のすばらしさや美しさ、厳しさを感じるとともに、参加者同士の心のふれあいを深め、自然に対する畏敬の念を育てる機会とする。

**日程例**

09:00	霧島自然ふれあいセンター発	※ 荒天時は、えびのエコミュージアムセンター
09:30	えびの高原駐車場着(トイレ)	やビジターセンター等の近隣施設の見学も可能
09:40	えびの高原駐車場発	
10:00	韓国岳登山口	
11:10	韓国岳山頂着	※ 令和7年4月1日現在、エコミュージアムセンター駐車場横の登山口より登山
11:20	昼食	
12:00	韓国岳山頂発	
13:00	韓国岳登山口	
13:30	えびの高原駐車場着(えびのエコミュージアムセンター及び周辺の見学等)	
14:30	えびの高原発	
15:00	霧島自然ふれあいセンター着	

**連 絡** 荒天時の計画、登山開始時及び終了時・緊急事態発生時に連絡

**危険箇所** 3合目付近から6合目付近までは、ルート上の落石に注意。8合目付近から設置してあるロープや柵を越えない。頂上付近の岩場からの転落注意。

**無線交信可能地点**  
登山口付近と5合目以上は交信可能。

**留意事項**

- (1) 引率指導者の指示を守る。
- (2) 常に班で行動し、単独行動をしない。
- (3) 体力に応じたペースで歩行し、適宜休憩をとる。
- (4) 危険区域及び火口壁に近づかない。
- (5) 落石に注意する。
- (6) 緊急事態が発生したら、直ちに近くの引率指導者に連絡する。
- (7) 自然を大切にする。
- (8) ゴミはすべて持ち帰る。

**季節による見所等**

<眺望、観察ポイント>

- ・ 5合目地点からのえびの高原・甑岳・えびの市方向の眺望。5合目以上に群生するミヤコザサやミヤマキリシマ。
- ・ 頂上からの大浪池、獅子戸岳、新燃岳、高千穂峰、錦江湾に浮かぶ桜島、開聞岳、高隈山系、紫尾山系、宮崎県側の九州山地等の眺望。

春：新緑、花(ヤマヤナギ、ハルリンドウ、キリシマミズキ、ヒカゲツツジ、シロモジ、カナグキノキ、キリシマミツバツツジ、ミヤマキリシマ、ニガイチゴ等) 野鳥(エナガ、ウグイス等)

夏：花(シロドウダン、ベニドウダン、ニシキウツギ、ヤマボウシ、ネジキ、コバノグロツル、ノリウツギ等)、野鳥(ホトトギス・カッコウ等)

秋：紅葉、えびの高原のススキ 花(キリシマノガリヤス、フクオウソウ、ツクシゼリ等)

冬：霧氷・樹氷、雪景色

**歴史等** 霧島連山の最高峰(1,700m)の韓国岳は、約3万年前の火山活動により隆起し、約1万7千年前の噴火で現在の山容が形成された。約7千年前の水蒸気爆発により北西部の火口縁が大きく欠けており、その跡は、爆裂火口と呼ばれている。

韓国岳麓の硫黄山は、霧島連山で最も新しい火山で、昭和37年まで硫黄の採掘が行われた。最盛期には、毎月150トンもの硫黄が生産され、硫酸やマッチの製造に利用されていた。

# 韓国岳コース



エコミュージアムセンター



韓国岳登山口



つつじヶ丘散策路付近



5合目



山頂

## えびの高原池めぐりコース（白鳥山を含む）

**趣 旨** 三つの火口湖（不動池、六観音御池、白紫池）と周辺の自然の観察を通して、自然と人間とのかかわりを大切にできる心情を培い、自然に対する畏敬の念を育てる機会とする。

### 日程例

09：00	霧島自然ふれあいセンター発	
09：30	えびの高原駐車場着	※ 荒天時は、えびのエコミュージアムセンターやビジターセンター等の近隣施設の見学も可能です。
09：40	えびの高原駐車場発	
10：20	二湖パノラマ展望台	
10：45	白鳥山山頂	
11：10	白鳥山北展望台	
11：50	六観音御池展望台	（昼食）
12：40	不動池	
13：10	六観音御池	
13：35	白紫池	
14：05	えびの高原駐車場着	
14：15	えびの高原駐車場発	
14：45	霧島自然ふれあいセンター着	

**連 絡** 荒天時の計画、登山開始時及び終了時、緊急事態発生時に連絡

**危険箇所** 白鳥山山頂付近の落石。北展望台から白鳥山北登山口までの下山道。

### 無線交信可能地点

白鳥山山頂上だけで、ルート上にはない。

- 留意事項**
- (1) 引率指導者の指示を守る。
  - (2) 常に班で行動し、単独行動をしない。
  - (3) 体力に応じたペースで歩行し、適宜休憩をとる。
  - (4) 危険区域及び火口壁に近づかない。
  - (5) 落石には、特に注意する。
  - (6) 緊急事態が発生したら、直ちに近くの引率指導者に連絡する。
  - (7) 自然を大切にする。
  - (8) ゴミはすべて持ち帰る。

### 季節による見所等

#### <眺望、観察ポイント>

- ・ 六観音御池付近の巨大杉と展望所からの眺望
- ・ えびの高原駐車場からえびの高原、白紫池までの中間地点のアカマツ林、ミヤコザサ
- ・ シカの生息を示す痕跡、アカマツ林の背の低いミヤコザサ、剪定したようなイヌツゲ、枝の折れたノリウツギ、リョウブ、ヤマウルシの木の皮のはがれた部分

春：白紫池に映える新緑、動物の食事跡や排泄物（フン）、花（ナナカマド・ヤブツバキ・シロモジ・ヤマヤナキ・タチツボスミレ・アケビ・ムベ・ハルリンドウ・ヤマザクラ・キリシマミズキ・カナクギノキ等）、野鳥（エナガ・ゴジュウカラ・ヤマガラ・ウグイス・アオゲラ等）

夏：動物の食事跡やフン、木陰での清涼感、樹木や土の匂い、花（ナツツバキ・リョウブ・コバノクロツル・ノリウツギ等）、野鳥（ホトトギス・カツコウ等）

秋：紅葉（ナナカマド・コミネカエデ・ウリハダカエデ・オオモミジ・コハウチワカエデ等）、シカの鳴き声、六観音御池に映える紅葉、動物の食事跡やフン

冬：雪に残された動物の足跡、動物の食事跡やフン、白紫池の氷結、野鳥（キンクロハジロ・マガモ・コガモ・カルカモ等）

### 歴史等

白紫池の北西に位置する白鳥山は、約10万年前の火山活動でできた山ですが、その火口は白紫池の火山噴出物により埋もれてしまったそうです。その他の2つの池も同じく火口の跡で、不動池の近くには不動池の火口から吹き出したマグマの跡である溶岩堤防も見られます。

白鳥山の由来は、ヤマトタケルが白鳥に姿を変え、この地に住んだという伝説から。また、六観音御池は、平安時代に性空上人が、湖の畔に六体の観音像を安置したことによります。

えびの高原池めぐりコース（白鳥山を含む）



白鳥山山頂



白鳥山北展望台



六観音御池展望台



二湖パノラマ展望台



えびの展望台



えびのエコミュージアムセンター

## 大浪池登山

趣 旨 霧島連山10湖23座の内の一つ大浪池(1,412m)周辺の自然の観察を通して、自然と人間とのかかわりを大切にする心情を培い、自然に対する畏敬の念を育てる機会とする。

## 日程例

09:00 霧島自然ふれあいセンター発 ※ 荒天時は、えびのエコミュージアムセンターや  
 09:25 大浪池登山口着(トイレ) ビジターセンター等の近隣施設の見学も可能です。  
 09:35 大浪池登山口発  
 10:20 大浪池展望所着・休憩  
 10:35 大浪池展望所発(東回り) ⇨ 展望所から折り返し、登山口へ帰るコースもあります。(往復約1.5時間)  
 11:00 大浪池山頂  
 11:25 大浪池韓国岳鞍部着・昼食  
 12:00 大浪池韓国岳鞍部発  
 12:45 大浪池展望所着・休憩  
 12:55 大浪池展望所発  
 13:30 大浪池登山口着  
 14:15 霧島自然ふれあいセンター着

連 絡 荒天時の態度決定、登山開始時及び終了時、緊急事態発生時に連絡

危険箇所 周回ルート上の火口壁、大浪池山頂付近及び鞍部付近に張ってあるロープを越えない。

無線交信可能地点 ※ 鞍部からは、えびの高原付近への交信可能  
 登山口から大浪池展望所、大浪池展望所から鞍部入口まで、西側火口上部展望所

留意事項 (1) 引率指導者の指示を守る。  
 (2) 常に班で行動し、単独行動をしない。  
 (3) 体力に応じたペースで歩行し、適宜休憩をとる。  
 (4) 危険区域及び火口壁に近づかない。  
 (5) 落石を起こさない。  
 (6) 緊急事態が発生したら、直ちに近くの引率指導者に連絡する。  
 (7) 自然を大切にする。  
 (8) ゴミはすべて持ち帰る。

## 季節による見所等

## ＜眺望、観察ポイント＞

- ・ 展望所付近からの大浪池と韓国岳の眺望。桜島・錦江湾方面の眺望、大浪池山頂からの新燃岳及び高千穂峰方向への眺望。鞍部から大浪池展望所までの大浪池や韓国岳及びえびの高原、栗野岳方向の眺望。
- 春：登山口の周辺や鞍部付近の野鳥(エナガ・ゴジュウカラ・ヤマガラ・ウグイス・アオゲラ等)、周回ルート周辺の花(マンサク・ヤブツバキ・フクジュソウ・アオモジ・ハルリンドウ・キリシマミズキ・ミツバツツジ・ミヤマキリシマ等)
- 夏：登山口の周辺・鞍部付近の野鳥(ヤマガラ・ホトトギス・カッコウ・ブッポウソウ等)、花(シロドウダン・スイカズラ・ナツツバキ・ネジキ・ヒメシャラ・ノリウツギ等)
- 秋：火口周辺の紅葉(ヤマウルシ・ツタウルシ・コハウチワカエデ・ナナカマド・ミズナラ)、シカの鳴き声、動物の食事跡や排泄物(フン)
- 冬：雪に残された動物の足跡、動物の食事跡や排泄物(フン)、野鳥(マガモ・カルガモ・キンクロハジロ等)

歴史等 約5万年前の噴火で生まれ、水面は1,239mの高さにあり、全国で最も標高の高い火口湖である。この湖の名前の由来として、その昔、「おなみ」という少女が湖面に飛び込み、龍に変化したという伝説があるが、風が強いと湖面に大波が立つので、大浪池と呼ばれたという説もある。蘭牟田池の外輪山「竜石伝説」との関わりもある。

# 大浪池登山コース



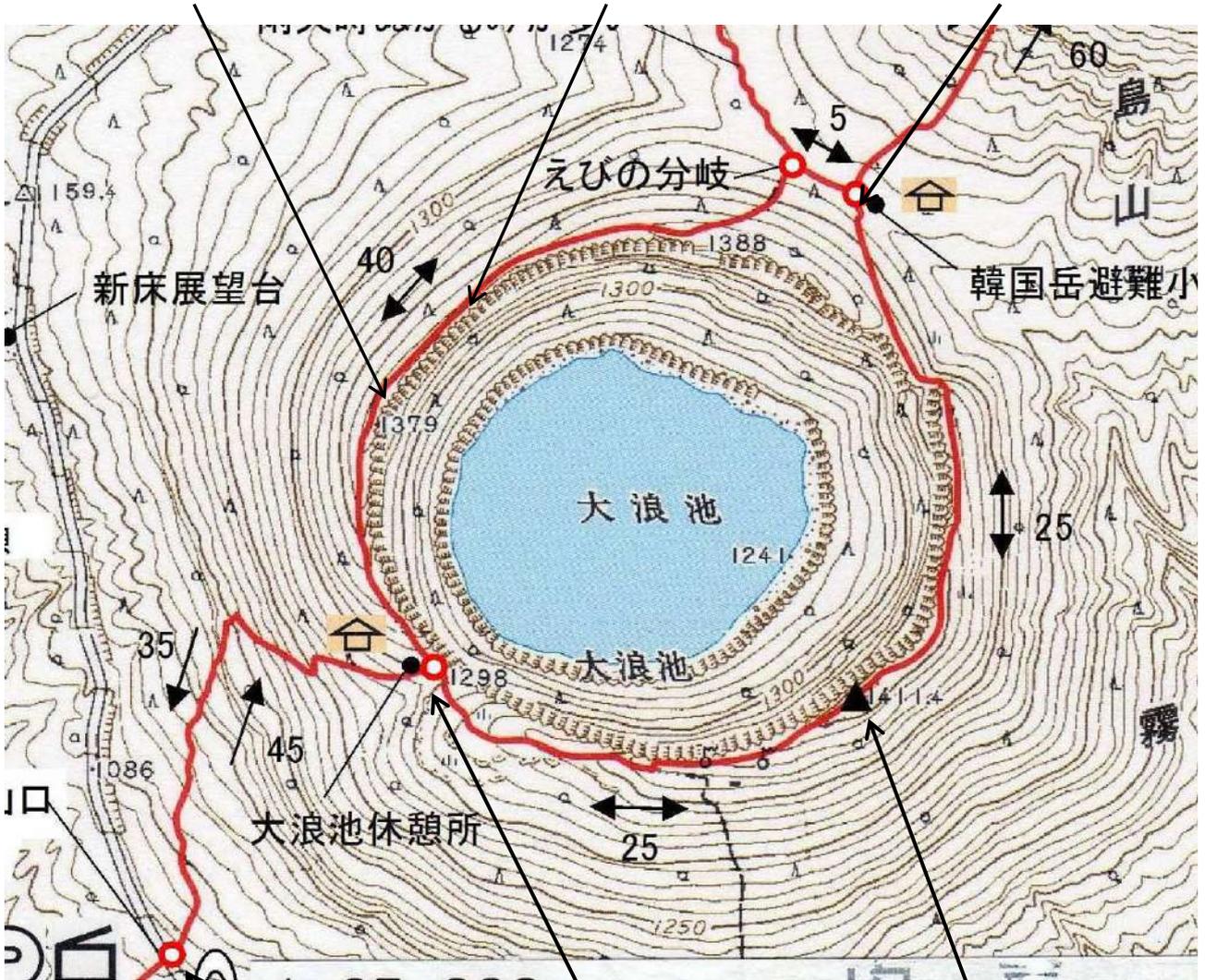
栗野岳方面を望む



細い歩道



大浪池鞍部



大浪池登山口



大浪池展望所



大浪池山頂付近から新燃岳を望む

## 高千穂峰登山

**趣 旨** 霧島連山の霊峰（1,574m）高千穂峰に登り、自然のすばらしさや美しさ、厳しさに直接ふれることにより、自然に対する畏敬の念を育てる機会とする。

### 日程例

09：00 霧島自然ふれあいセンター発  
 09：35 高千穂河原駐車場着（トイレ） ※ 荒天時は、えびのエコミュージアムセンターや  
 09：45 高千穂河原出発 ビジターセンター等の近隣施設の見学も可能です。  
 10：45 御鉢着  
 10：50 御鉢発  
 11：40 高千穂峰山頂着・昼食  
 12：30 高千穂峰山頂発  
 13：10 御鉢着  
 14：00 高千穂河原着・ビジターセンター見学  
 14：25 高千穂河原発  
 15：00 霧島自然ふれあいセンター着

**連 絡** 荒天時の計画、登山開始時及び終了時、緊急事態発生時に連絡

**危険箇所**

- ・ 御鉢斜面のガレ場落石転落注意
- ・ 馬の背越え左右転落注意
- ・ 下山時の転倒注意

### 無線交信可能地点

高千穂河原駐車場付近及び御鉢、馬の背、高千穂峰中腹以上の地点

**留意事項**

- (1) 引率指導者の指示を守る。
- (2) 常に班で行動し、単独行動をしない。
- (3) 体力に応じたペースで歩行し、適宜休憩をとる。
- (4) 危険区域及び火口壁に近づかない。
- (5) 落石を起こさない。
- (6) 緊急事態が発生したら、直ちに近くの引率指導者に連絡する。
- (7) 自然を大切にす。
- (8) ゴミはすべて持ち帰る。

### 季節による見所等

<眺望，観察ポイント>

- ・ 御鉢や馬の背からの中岳，新燃岳，大浪池，韓国岳及び高千穂河原方向
  - ・ 天の逆鉾，高千穂峰頂上からの韓国岳，御池，志布志湾，錦江湾方向
- 春：新緑，花（コショウノキ，シロモジ，キブシ，ミヤマシキミ，ヤマザクラ，カナクギノキ，ミヤマキリシマ等） 野鳥（エナガ，コゲラ，ウグイス，シジュウカラ等）
- 夏：花（コガクウツギ，キリシマグミ，ヤマボウシ，ムラサキシキブ，ノリウツギ等），野鳥（カケス，ホトトギス・カッコウ等）
- 秋：高千穂河原周辺の紅葉（ヤマウルシ，ツタウルシ，ウリハダカエデ等），花（ルツボ，ヤブレガサ，ツクシアザミ，ハリギリ，ホソバノヤマノハコ等），鹿の鳴き声
- 冬：霧氷・樹氷，雪景色，雪に残された動物の足跡

**歴史等** 約7千年前の火山活動により生まれた円錐形の美しい火山で、天孫降臨の神話が残る山でもある。山頂には、天の逆鉾があり、幕末に坂本龍馬が引き抜いたのはあまりにも有名な逸話である。また、馬の背からは御鉢と呼ばれる巨大な火口が見られ、火口縁には幾層にも積み重なった造山堆積の様子をはっきりと見ることができる。

# 高千穂コース



ビジターセンター



登山道ガレ場 (登山中)



登山道ガレ場 (下山中)



御鉢火口縁 馬の背



霧島神宮元宮址



山頂・天の逆針

## 栗野岳登山

**趣 旨** 栗野岳(1,094m)登山を通して、自然の素晴らしさや美しさ、厳しさに直接ふれることにより、自然と人間とのかかわりを大切にする心情を培い、困難に打ち勝つ強さと、自然への畏敬の念を育てる機会とする。

日程例	1 栗野岳登山コース	2 大霧地熱発電所 栗野岳見晴台コース	3 霧島アートの森 栗野岳見晴台コース
	9:00 センター発	9:00 センター発	9:00 センター発
	9:30 枕木階段	9:30 大霧地熱発電所	9:30 枕木階段
	9:45 栗野岳登山口	10:45 (バス移動)	10:50 モミジ原生林
	10:45 見晴台	11:00 枕木階段	11:00 見晴台
	11:20 山頂(昼食)	12:20 モミジ原生林	12:30 枕木階段(昼食)
	12:20 モミジ原生林	12:30 見晴台(昼食)	13:15 霧島アートの森着
	13:40 枕木階段	14:30 枕木階段	14:40 霧島アートの森発
	※ 枕木階段からふれあいセンターまでバスで約40分		

**連 絡** 荒天時の計画、登山開始時及び終了時、緊急事態発生時に連絡

**危険箇所** 見晴台から山頂にかけて急な岩場がある。足場を確認しながら進む。(ロープに頼らない)

**無線交信可能地点** 見晴台及び山頂

- 留意事項**
- (1) 引率指導者の指示を守る。
  - (2) 常に班で行動し、単独行動をしない。
  - (3) 体力に応じたペースで歩行し、適宜休憩をとる。
  - (4) 危険区域及び火口壁に近づかない。
  - (5) 落石を起こさない。
  - (6) 緊急事態が発生したら、直ちに近くの引率指導者に連絡する。
  - (7) 自然を大切にする。
  - (8) ゴミはすべて持ち帰る。

**季節による見所等**

<眺望, 観察ポイント>

- 栗野岳見晴台からの眺望  
韓国岳を中心とした霧島連山、加久藤カルデラ内のえびの市街地、伊佐平野、錦江湾に浮かぶ桜島や高隈山系の山々。
- 日本一の枕木階段  
昭和63年に廃線となったJR山野線の枕木を利用して造られた「日本一の枕木階段」と展望台からの眺望。
- モミジ原生林  
ウリハダカエデ・シロモジ・ミズナラ等の紅葉。
- 椋鳩十文学碑  
「栗野岳の主」の舞台。文学碑は、枕木階段に隣接したレクリエーション村にある。
- 霧島アートの森  
栗野岳麓の標高700mの高原にある日本有数の現代彫刻美術館。国内外で活躍している現代作家たちのオリジナル作品が多数展示されている。
- 大霧発電所  
霧島連山と栗野岳に囲まれた丘陵地に位置する地熱発電所。

**歴史等** 約30万年前に活動が始まったとされる加久藤カルデラの外輪に位置し、約20万年前の火山活動でできた霧島連山の中で、最も古い山の一つである。長年の浸食でなだらかな山容になっており、明確な火口跡は見られない。江戸時代には、ミウバンの鉱山があった。

# 栗野岳登山コース



## 甑岳登山

趣 旨 甑岳（1,301m）登山を通して、自然と人間の関わりを大切にできる心情を培い、参加者同士の心のふれあいや絆を深めるとともに、自然に対する畏敬の念を育てる機会とする。

日程例	9：00 自然ふれあいセンター発	13：30 六観音御池
	9：30 えびの高原駐車場着（トイレ）	13：55 白紫池
	9：45 えびの高原駐車場発	14：25 えびの高原駐車場着
	10：05 甑岳分岐	14：35 えびの高原駐車場着
	10：40 六観音御池（休憩）	15：00 霧島自然ふれあいセンター着
	11：00 甑岳・県道分岐	
	12：00 甑岳頂上・池塘（昼食）	※ 荒天時は、えびのエコミュージアムセンター やビジターセンター等の見学もできます。
	12：30 甑岳発	

※ 令和7年4月1日現在、県道1号線は平日および祝日通行止めのため、不動池～えびのエコミュージアムセンターの区間は立入禁止です。土・日曜日の午前9時～午後5時に硫黄山の火山ガス濃度が基準値を下回る場合かつ積雪・凍結がない場合のみ屋根付き自動車（バイク、自転車等は通行不可）で通行できます。詳細については宮崎県HPよりご確認ください。

連 絡 荒天時の計画、登山開始時及び終了時、緊急事態発生時に連絡

危険箇所

- ・ 県道分岐までの浮き石。
- ・ 5合目からの狭く、傾斜が急な登山道と浮き石（下山時の転倒に注意）。

無線交信可能地点

山頂から不動池駐車場

留意事項

- (1) 引率指導者の指示を守る。
- (2) 常に班で行動し、単独行動をとらない。
- (3) 体力に応じた歩行ペースと休憩をとる。
- (4) 危険区域及び火口壁に近づかない。
- (5) 落石を起こさない。
- (6) 緊急事態が発生したら、直ちに近くの引率指導者に連絡する。
- (7) 自然を大切にす。
- (8) ゴミはすべて持ち帰る。

季節による見所等

<眺望、観察ポイント>

- ・ 山頂から六観音御池、韓国岳、えびの高原、硫黄山、不動池の眺望。
  - ・ 浅く窪んだ火口のススキの草原と低層湿原。
- 春：新緑、動物の食事跡やフン。花（ハルリンドウ、シロモジ、ミヤマキリシマ等）、野鳥（エナガ、コゲラ、ウグイス、シジュウカラ等）、昆虫（ヤゴ・ゲンゴロウ等）
- 夏：花（コガクウツギ、ムラサキシキブ、ノリウツギ等）、野鳥（カケス、ホトトギス・カッコウ等）、昆虫（オオルリボシヤンマ）
- 秋：ススキと紅葉（ヤマウルシ、ツタウルシ、ウリハダカエデ等）、花（キリシマリンドウ、キリシマアザミ、モウセンゴケ、ヤマラッキョウ等）、鹿の鳴き声
- 冬：霧氷・樹氷、雪景色、雪に残された動物の足跡

歴史等 約3万年前頃に生まれた成層火山で、なだらかな台形状の姿は、大量の溶岩を吹き出した名残である。甑岳の名の由来は、弥生時代から古代にかけて米の蒸し器として使用された土器（甑）を伏せた形に似ていることによる。霧島錦江湾国立公園の特別保護区になっており、火口原の中心部は霧島山系最大の湿原（池塘：高層湿原の池）で、独自の環境からモウセンゴケ等の湿原植物や多くの生物が見られる。

# 甑岳コース図



注意：下山時の急な下り



山頂・火口部入口



火口部・池塘



えびのエコミュージアムセンター

甑岳分岐

甑岳・県道分岐



## 大浪池～韓国岳～えびの高原登山

**趣 旨** 大浪池登山口から韓国岳山頂を経由してえびの高原に至るコースを踏破することで、自然の素晴らしさや美しさ、厳しさに直接ふれることで、自然と人間の関わりを大切にする心情を培い、参加者同士の心のふれあいや絆を深めるとともに、自然に対する畏敬の念を育む機会とする。

### 日程例

09：00 霧島自然ふれあいセンター発  
 09：25 大浪池登山口着（トイレ） ※ 荒天時は、えびのエコミュージアムセンターや近隣施設の見学も可能です。  
 09：40 大浪池登山口発  
 10：25 大浪池展望所着  
 10：35 展望所発  
 11：25 大浪池，韓国岳鞍部～避難小屋着  
 12：25 韓国岳山頂着，昼食  
 12：55 山頂発  
 13：50 韓国岳登山口着  
 14：10 えびのエコミュージアムセンター見学  
 14：40 えびのエコミュージアムセンター発  
 15：10 霧島自然ふれあいセンター着

**連 絡** 荒天時の計画，登山開始時及び終了時，緊急事態発生時に連絡

**危険箇所**

- ・ 大浪池一周ルート上の火口壁，大浪池付近及び鞍部に張ってあるロープを絶対に超えない。
- ・ 4合目付近のガレ場（ロープをつたって登る）
- ・ 鞍部の避難小屋から東側に侵入しない。鞍部から韓国岳登山ルート上はコースを外れない。
- ・ 頂上から下山開始地点では，左に降りないように注意（大浪池ルートに行く恐れあり）

※ 平成21年10月に当時小学5年生男児が遭難し，死亡した事案がある。（韓国岳8合目付近）

### 無線交信可能地点

大浪池山頂付近，韓国岳5合目以上

**留意事項**

- (1) 引率指導者の指示を守る。
- (2) 常に班で行動し，単独行動をしない。
- (3) 体力に応じたペースで歩行し，適宜休憩をとる。
- (4) 危険区域及び火口壁に近づかない。
- (5) 落石を起こさない。
- (6) 緊急事態が発生したら，直ちに近くの引率指導者に連絡する。
- (7) 自然を大切にする。
- (8) ゴミはすべて持ち帰る。

### 季節による見所等

#### <眺望，観察ポイント>

- ・ 大浪池展望所付近からの池と韓国岳の眺望，桜島方面の眺望を楽しむことができる。
  - ・ 頂上からの大浪池，獅子戸岳，新燃岳，高千穂峰，錦江湾に浮かぶ桜島，開聞岳，高隈山，紫尾山，宮崎県側の九州山地等の眺望を楽しむことができる。
- ⇔ その他，「韓国岳登山」，「大浪池登山」を参照。

**歴史等** 「韓国岳登山」，「大浪池登山」を参照。

# 大浪池～韓国岳登山～えびの高原



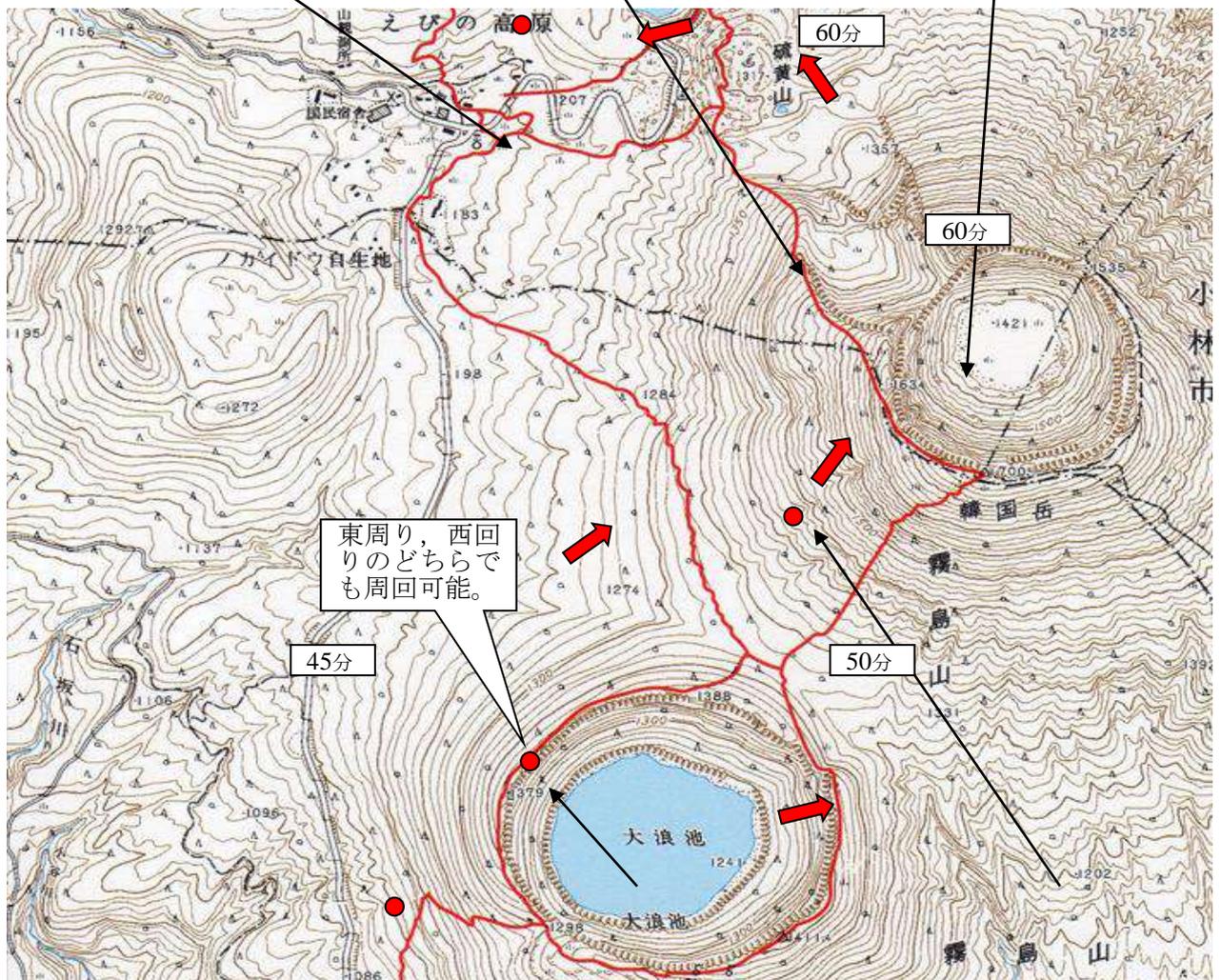
韓国岳登山入口



5合目付近



韓国岳山頂付近



大浪池登山口



展望所付近



避難小屋

## 中岳中腹探勝路登山

**趣 旨** 中岳中腹へ向かう探勝路（最高地点1,112m）を散策しながら、霧島山の植生や中岳、高千穂峰の眺望を楽しみながら、自然の素晴らしさや美しさ、厳しさに直接ふれ、自然と人間の関わりを大切にする心情を培うとともに、参加者同士の心のふれあいや絆を深め、自然に対する畏敬の念を育む機会とする。

### 日程例

09:00 霧島自然ふれあいセンター発  
 09:35 ビジターセンター駐車場着 ※ 荒天時は、えびのエコミュージアムセンターや  
 09:50 出発（トイレ） ビジターセンター等の見学ができます。  
 10:10 つつじコース入口  
 眺望場所（高千穂峰、中岳）  
 10:30 新燃岳噴石跡  
 10:40 探勝路最高地点（折り返し点）  
 11:00 つつじコースまたは紅葉コース  
 11:10 ビジターセンター着  
 ビジターセンター見学  
 12:00 昼食等  
 13:00 ビジターセンター発  
 13:30 霧島自然ふれあいセンター着

**連 絡** 荒天時の計画、登山開始時及び終了時、緊急事態発生時に連絡

**危険箇所** ・ 登山口からつつじコースへ至る石畳や石段（雨天時は特に滑りやすい）。  
 ・ コース上にある小橋は狭く、防護柵もない。

### 無線交信可能地点

最高点折返し付近

### 留意事項

- (1) 引率指導者の指示を守る。
- (2) 常に班で行動し、単独行動をしない。
- (3) 体力に応じたペースで歩行し、適宜休憩をとる。
- (4) 危険区域に近づかない。
- (5) 落石を起こさないようにする。
- (6) 緊急事態が発生したら、直ちに近くの引率指導者に連絡する。
- (7) 自然を大切にする。
- (8) ゴミはすべて持ち帰る。
- (9) **新燃岳の噴火警戒レベル等、最新の情報を入手し、慎重に計画を練る。**

### 季節による見所等

#### <眺望、観察ポイント>

- ・ 探勝路最高地点からは、中岳、高千穂峰、錦江湾や桜島等の眺望ができる。
- ・ ミヤマキリシマの群生地。特に春から初夏にかけて咲く花々。
- ・ 春から初夏の新緑を、秋の紅葉。サワフタギやコバノガマズミ等の樹木。
- ・ 最高地点の折り返しコースは2つのルート（つつじコース、もみじコース）があり、季節に応じたトレッキングコースを選択できる。

### 歴史等

約1万年前の火山活動で生まれた火山（標高1,350m）。高原状のなだらかな山頂部には、2つの主火口があり溶岩ドームも残るほか、小さな火口が5個以上も確認されている。登山道周辺には、平成23年の新燃岳噴火による火山噴出物の礫が厚く堆積しており、火山弾が直撃した跡も残っている。また、この噴火により中岳周辺の植生は大打撃を受けたが、現在、ミヤマキリシマ等も再生しつつある。

# 中岳中腹探勝路



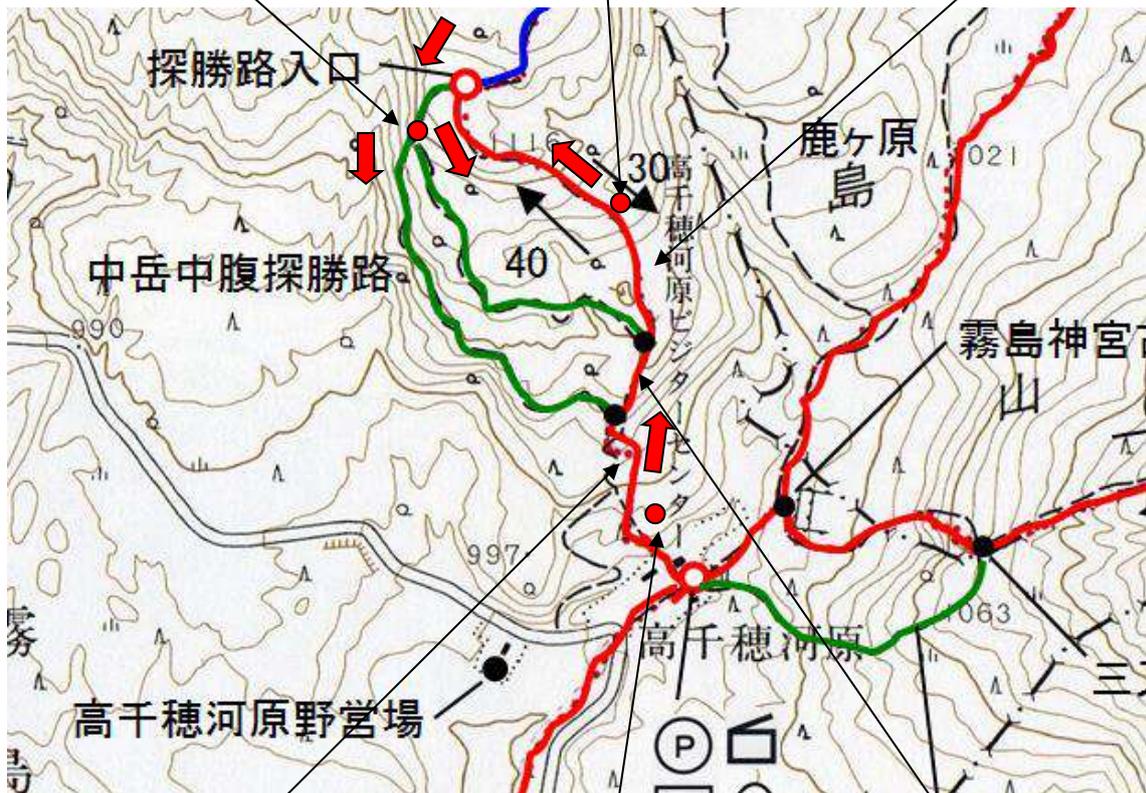
つつじコース、もみじコース  
分岐点



火山弾跡



眺望ポイント



登山道



登山口付近



つつじコース入口付近

## 霧島滝めぐりウォーク

**趣 旨** 原生林を巡る遊歩道や周辺の名所をめぐりながら、自然の豊かさにふれるとともに、自然観察を通して、自然と人間との関わりを大切にする心情を培い、参加者同士の心のふれあいや絆を深める。

### 日程例

09：30 霧島自然ふれあいセンター発  
 10：05 花房滝着 (10：10 花房滝発)  
 11：00 丸尾自然探勝路、布引滝着 (11：10 布引滝発)  
 ※ 丸尾自然探勝路途中で必要に応じ休憩をとる。  
 11：20 千畳敷（自然探勝路内での昼食も可能）  
 11：40 丸尾滝着 (11：50 丸尾滝発)  
 12：20 霧島自然ふれあいセンター着

**連 絡** 荒天時の計画、登山開始時及び終了時、緊急事態発生時に連絡

**危険箇所**

- 山道の木の根やコケ等で、県道では、丸尾滝への狭い歩道が滑りやすいので注意する。
- 温泉の水蒸気が噴気している付近には近づかない。

### 無線交信可能地点

ルート上は無線交信できる。

**留意事項**

- (1) 引率指導者の指示を守る。
- (2) 常に班で行動し、単独行動しない。
- (3) 体力に応じた歩行ペースと適時休憩をとる。
- (4) 緊急事態が発生したら、直ちに近くの引率指導者に連絡する。
- (5) 自然を大切にする。
- (6) ゴミはすべて持ち帰る。

### 季節による見所等

- 花房滝：小谷川上流の高千穂地区にある高さ 19.2m、幅 16.8mの滝
- 丸尾滝：高さ 23m、幅 16mの滝。柱状節理が見られる。
- 布引滝：丸尾滝上流にある滝。滝からの流れは、長さ 200m、幅 15mの岩盤の川床が広がる千畳敷を経て丸尾滝へとつながる。
- 最古の岩風呂：霧島最古といわれる岩風呂
- 野生動物（シカ、タヌキ等）の姿や痕跡。ヤマガラやコゲラ等の野鳥のさえずりも聞こえる。（参考：霧島市公式ホームページ）



## 丸尾自然探勝路散策

**趣 旨** 霧島の豊かな自然の中を散策し、雄大な自然との出会いに感動しながら、自然に対する興味を深める。

### 日 程

- 9：30 霧島自然ふれあいセンター発
- 10：30 丸尾自然探勝路入口着
- 11：30 丸尾自然探勝路出口着
- 11：40 千畳敷着 千畳敷見学（15分）
- 11：55 千畳敷発
- 12：15 丸尾滝着 丸尾滝見学（15分）
- 12：30 丸尾滝発
- 13：10 霧島自然ふれあいセンター着

**連 絡** 荒天時の計画、登山開始時及び終了時、緊急事態発生時に連絡

**危険箇所**

- ・ 山道の木の根やコケ等で、県道では、丸尾滝への狭い歩道が滑りやすいので注意する。
- ・ 温泉の水蒸気が噴気している付近には近づかない。

### 無線交信可能地点

ルート上は無線交信できる。

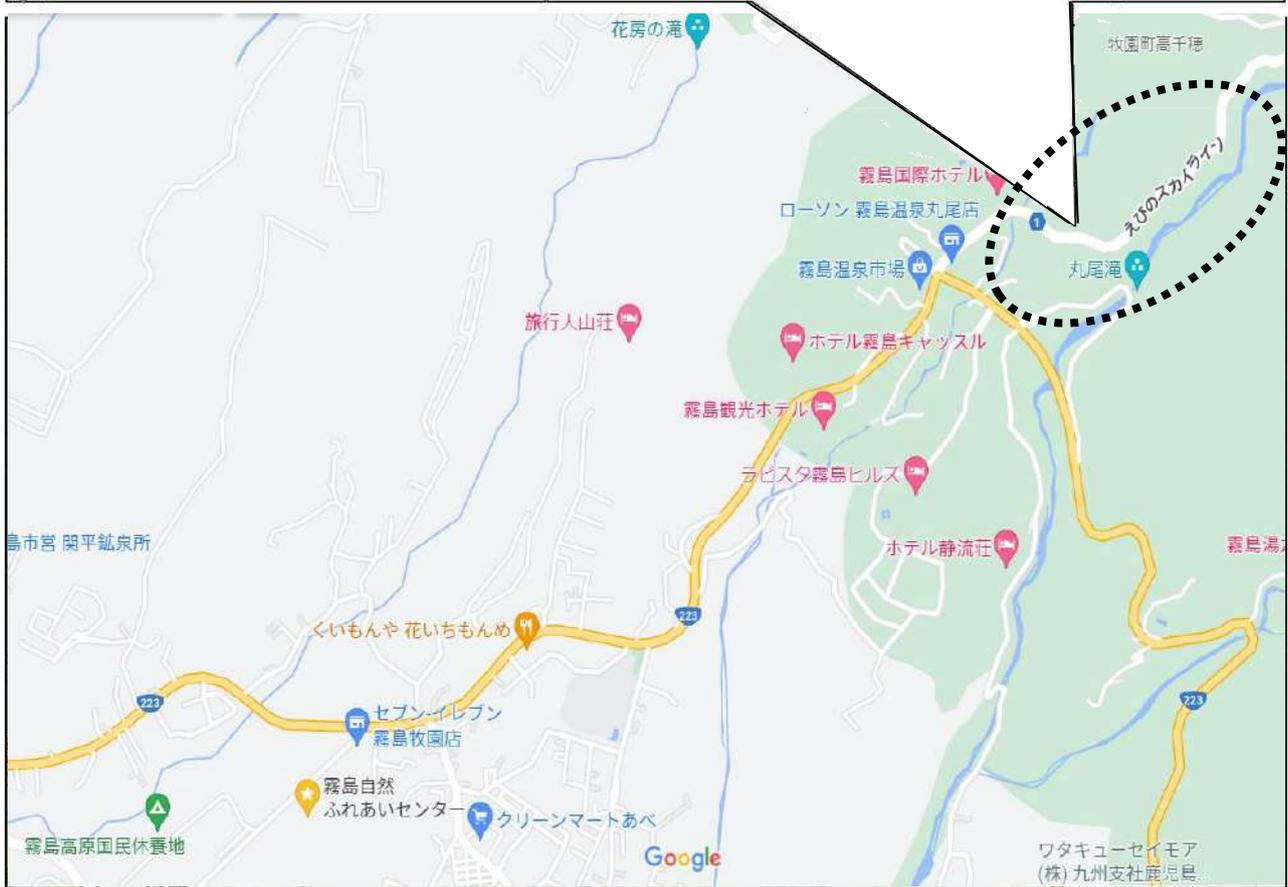
**留意事項**

- (1) 引率指導者の指示を守る。
- (2) 常に班で行動し、単独行動をしない。
- (3) 体力に応じた歩行ペースと休憩をとる。
- (4) 緊急事態が発生したら、直ちに近くの引率指導者に連絡する。
- (5) 自然を大切にす。
- (6) ゴミはすべて持ち帰る。

### 季節による見所等

- ・ 丸尾滝、千畳敷、布引滝、最古の岩風呂等については「霧島滝めぐりウォーク」を参照。

# 丸尾自然探勝路コース図



## 柳ヶ平散策

ねらい	霧島の豊かな自然の中を散策し、雄大な自然との出会いに感動しながら、自然に対する興味を深める。	
時間・費用	・ 2～3時間	・ 無料
対象・人数	・ 幼児以上	・ 100人程度
場所	柳ヶ平（霧島市牧園町高千穂）	
準備・道具	【参加者が準備する物】 ・ 筆記用具，メモ帳 ・ 植物図鑑 【ふれあいセンターで準備する物】 ・ 双眼鏡 ・ 植物図鑑	
コース等	ふれあいセンター→柳ヶ平散策路（命の洗濯場）→ふれあいセンター	
留意事項	(1) 事前踏査を十分に行い，安全面に十分留意しましょう。 (2) 貸出用具を確実に返却しましょう。 (3) むやみに採集しないよう，自然保護に気を付けましょう。	
実施方法	【内 容】 ※ 貸し出し用具の借用 1 整列，あいさつ 2 散策の心構え，コースの説明 3 植物・樹木・生き物観察 (1)植物や樹木を図鑑で調べる。 (2)生き物の種類を調べる。 4 命の洗濯場からの眺望 (1)東方に霧島山，南方に錦江湾と桜島等，地理を調べる。 5 まとめ 気付いたこと，発見したことなどを発表する。 ※ 貸し出し用具の返却	【留意点】 ○ 野外活動は無理なく楽しく行う。 ○ 道路を歩くときには，交通ルールを守る。 ○ 図鑑を参照する。 ○ 動植物を採取しない。

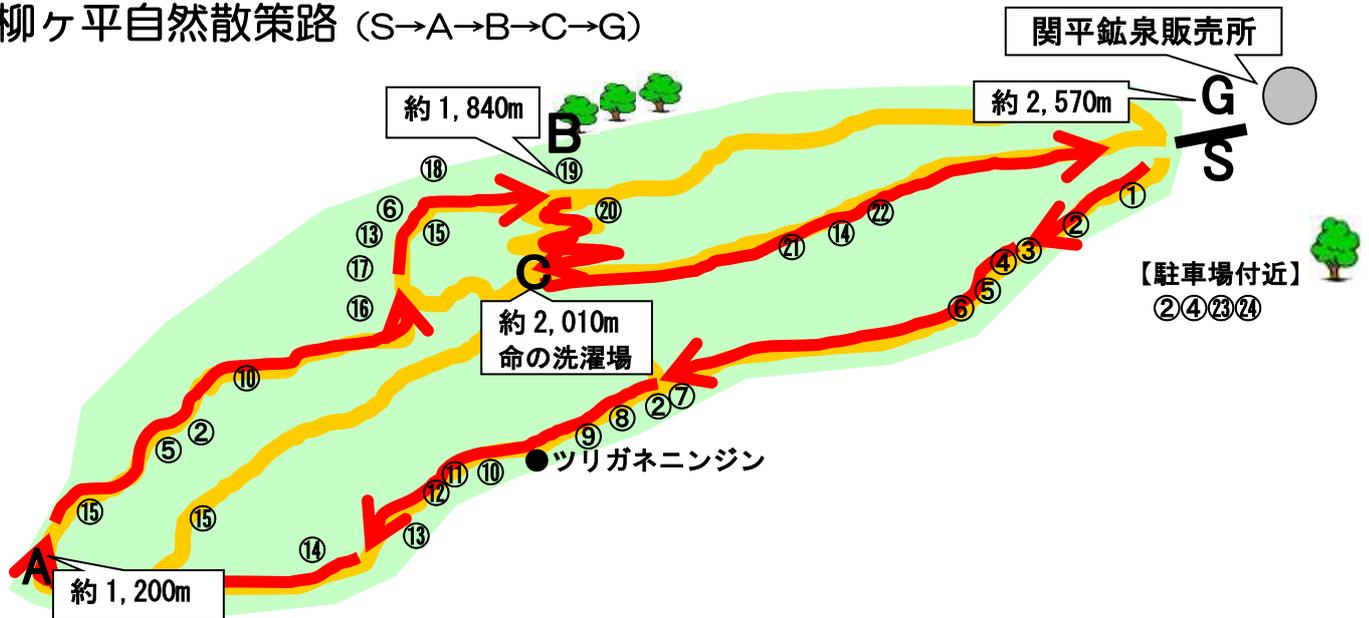
### MAP



### 季節による見所等＜眺望，観察ポイント＞

- ・ 平成19年3月，鹿児島県で初めて「森林セラピー基地」に認定された霧島の森の一つである。（他に「丸尾自然探勝路」と「手洗散策路」がある。）
- ・ 丘陵地の頂上から東方に霧島山，南方に錦江湾と桜島が一望できる360°大パノラマが広がり，「命の洗濯場」とも呼ばれている。

# 柳ヶ平自然散策路 (S→A→B→C→G)



## 植物の簡単豆知識

番号	植物名 (花期)	説明
①	アカメガシワ (夏)	新葉の芽出し部分が赤いので「アカメ」。
②	ムベ (春)	葉は3~7枚の小葉からなり、厚くて光沢がある。先がとがっている。5月頃、白い花をつける。薄紫色っぽいものもある。アケビと違って、熟して裂開しない。
③	チジミザサ (秋)	歯の形がササに似ていて、やや縮んだようなしわがある。
④	エビツル (夏)	秋には、ぶどうに似た房状の実を付ける。
⑤	ガマスミ (夏)	「神つ実」。ズミと付くことから、染料として用いられた？霜が降る頃には、実が甘くなり、食べられる。
⑥	イヌザンショウ (夏)	サンショウより香りが悪い。とげは互生。
⑦	イロハモミジ (春)	イロハカエデとも呼ばれ、秋には紅葉する。
⑧	ハゼ (春)	秋の季語。果実は、「薩摩の実」と呼ばれる。薩摩藩は、パリ万博にハゼで作った木蠟を出品している。
⑨	マルバハギ (秋)	花柄が短く、葉の間に咲いているように見える。
⑩	ウルシ (夏)	樹皮から漆を採る。果実は乾かして絞って木蠟をとる。
⑪	ヘクソカズラ (夏)	「ヤイトバナ」「サオトメバナ」とも言う。リースの材料としても重宝。生の実には臭いが、乾燥すると臭いは消える。
⑫	イタドリ (夏)	茎は中空。竹に似る。種には3枚の葉。
⑬	ネムノキ (夏)	夜になると葉が閉じる(就眠運動)ことからネムノキ。「合歓木」は、夫婦円満の象徴。花言葉は「歓喜」。夏の季語
⑭	エノコログサ (秋)	「犬っころ草(いぬっころぐさ)」が転じてエノコログサ。脱穀して食べることができる。(粟の原型)ネコジャラシ。
⑮	クリ (春)	春先になると白い花が咲き始め、その頃悪臭がする。秋には実ができる。
⑯	アオツツラフジ (夏)	有毒。ツツラを編むのに使われる。
⑰	クサギ (夏)	葉に臭みがある。星形に開く。
⑱	ベニバナボロギク (秋)	伐採後に出現(先駆植物)。家畜や家禽のえさになる。国外では、野菜として利用しているところもある。
⑲	ヤマジノホトギス (秋)	おしべには紫色の斑紋はない。花は葉腋に1~数個咲くが、小さな個体や一度刈り取られた個体では、頂部にしか花が咲かないことが多い。
⑳	カラスザンショウ (夏)	サンショウより大きな葉。紅紫色の実。枝はすりこぎに使う。
㉑	オオエノコログサ (秋)	アワとエノコログサの交雑種である。
㉒	ナンバンギセル (夏)	ススキの根に寄生する。葉は退化しているため、光合成はできない。
㉓	ヤマイモ (夏)	雌雄異株、雄花は上向き、雌花は下向きになっている。秋には、ムカゴができ、食べられる。
㉔	カラスウリ (夏)	秋には朱色の果実ができ、夜間だけ花が開くことが知られている。

## 龍馬チャレンジハイク

趣 旨 偉業を残した先人の足跡を訪ね、霧島の豊かな自然を探訪する中で、心身のリフレッシュを図る。

### 日 程

(1) スーパーチャレンジコース (6 時間)

- 10:00 塩浸温泉龍馬公園出発
- 10:05 龍馬の散歩道
- 12:00 和気神社着(昼食)
- 12:30 和気神社発
- 14:00 中津川郵便局
- 15:00 母ヶ野分岐
- 16:00 霧島自然ふれあいセンター着



坂本龍馬は、慶応2(1866)年3月、西郷隆盛らのすすめで、妻のお龍(りょう)とともに、塩浸温泉(霧島市牧園町)で傷をいやしながら長い間滞在しました。

(2) チャレンジコース (4 時間)

和気神社 → 中津川地区 → 中津川郵便局 → 母ヶ野 → ふれあいセンター

(3) 龍馬の散歩道コース(2 時間)

塩浸温泉龍馬公園 → 龍馬の散歩道 → 和気神社

※ オプション: 和気神社～犬飼の滝遊歩道～和気神社 (1時間)

連 絡 荒天時の態度決定、ハイク開始時及び終了時、緊急事態発生時に連絡

### 危険箇所

- ・ 山道では、木の根やコケ等に注意する。
- ・ 和気神社からふれあいセンターを歩く場合は、事前に道路使用の許可が必要。手続きについては霧島警察署横川幹部派出所(0995-72-0110、交通安全指導課)へ連絡する。

### 無線交信可能地点

ルート上は無線交信できる。

### 留意事項

- (1) 引率指導者の指示を守る。
- (2) 常に班で行動し、単独行動をしない。
- (3) 体力に応じた歩行ペースと休憩をとる。
- (4) 緊急事態が発生したら、直ちに近くの引率指導者に連絡する。
- (5) 自然を大切にす。
- (6) ゴミはすべて持ち帰る。

### 季節による見所等

- ・ 龍馬の散歩道(約4km)  
坂本龍馬夫妻が合計17泊したとされる塩浸温泉と和気神社の間の山間部を歩くルート。最近「龍馬の散歩道」として新しく整備された。林道を歩くことになるが、急な坂道や危険な箇所は少なく、方向を示す看板等も整備されつつあり、安全に歩けるように配慮されている。
- ・ 和気神社～中津川郵便局(5km)  
和気清麻呂(わけのきよまる)公を祀ってある和気神社から中津川地区を通って中津川郵便局まで歩く全5kmのルート。実際に坂本龍馬と妻お龍が歩いたとされる道で、のどかな田園地帯や河川敷を通りながらゆっくりとした時間を堪能できる。途中、霧島連山を一望できる場所もあり、豊かな自然を楽しめる。
- ・ 中津川郵便局～母ヶ野分かれ～ふれあいセンター(5.5km)  
急な上り道が母ヶ野分かれまで約3kmほど続く。坂本龍馬夫妻は、ここから右に進んだと言われている。ふれあいセンターへは、左に進む。
- ・ 犬飼の滝遊歩道(往復2km)  
和気神社から真下に降りる遊歩道。高さ36m、幅21.8mの見事な犬飼の滝の瀑布を見学することができる。

# 龍馬チャレンジハイクコース図



## ウォークラリー

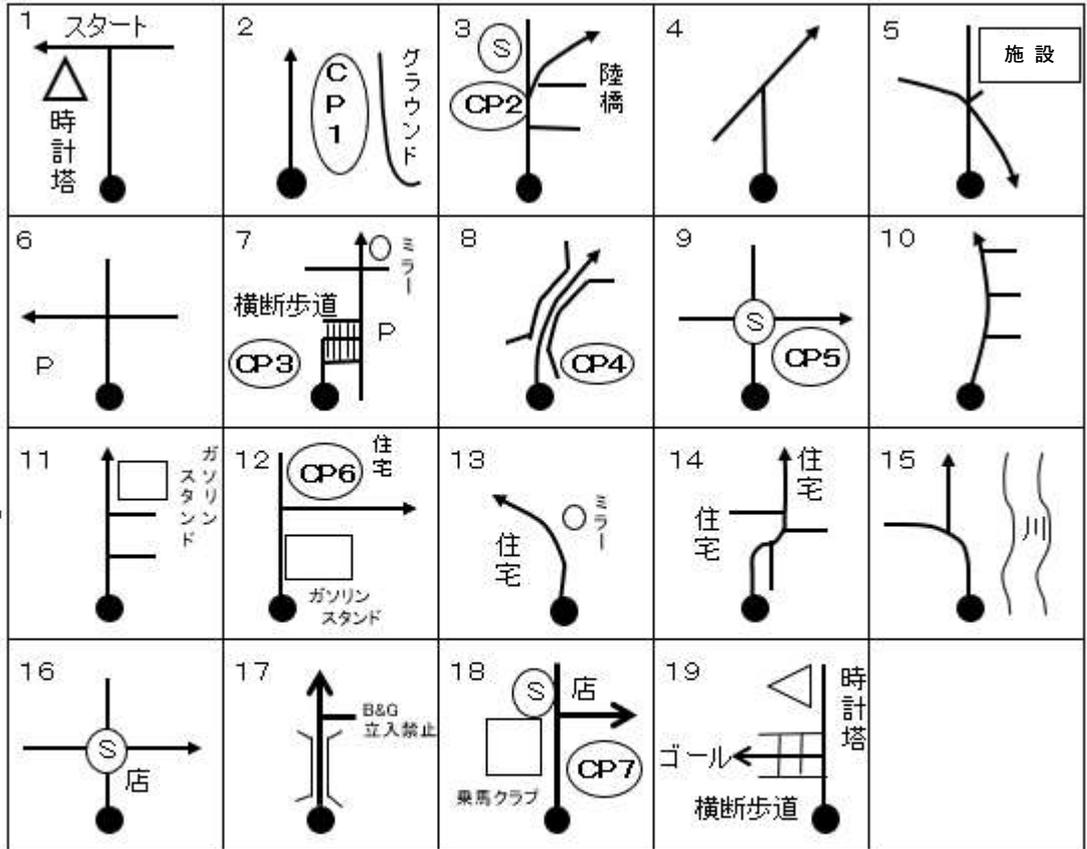
ねらい	分岐点や交差点だけを記載したこま図を頼りに歩く活動を通して、体力の向上を図るとともに、互いに励まし、協力する精神や注意力、判断力等を養う。													
時間・費用	・ 2時間 ・ 無料													
対象・人数	・ 小学生以上 ・ 100人程度													
場 所	霧島自然ふれあいセンター周辺（ウォークラリーコース）													
準備・道具	<p>【参加者が準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 運動のできる服装</li> </ul> <p>【ふれあいセンターで準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ こま図 ・ 記録用紙(筆記用具, 紙バサミ) ・ 巡視コース図</li> </ul>													
コース	<table style="border: none;"> <tr> <td style="border: none;">1 からくにコースA</td> <td style="border: none;">}</td> <td style="border: none;">同一コースで時計回りか反時計回り</td> </tr> <tr> <td style="border: none;">2 からくにコースB</td> <td style="border: none;"></td> <td style="border: none;"></td> </tr> <tr> <td style="border: none;">3 たかちほコースA</td> <td style="border: none;">}</td> <td style="border: none;">同一コースで時計回りか反時計回り</td> </tr> <tr> <td style="border: none;">4 たかちほコースB</td> <td style="border: none;"></td> <td style="border: none;"></td> </tr> </table>		1 からくにコースA	}	同一コースで時計回りか反時計回り	2 からくにコースB			3 たかちほコースA	}	同一コースで時計回りか反時計回り	4 たかちほコースB		
1 からくにコースA	}	同一コースで時計回りか反時計回り												
2 からくにコースB														
3 たかちほコースA	}	同一コースで時計回りか反時計回り												
4 たかちほコースB														
留意事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 センター職員は事前の指導を行うが、原則として同行しない。</li> <li>2 グループ編成は4～6人とする。</li> <li>3 グループから離れた行動をとらないように注意する。</li> <li>4 活動中は、天候の急変や事故防止に備え、対応措置を考えておく。</li> <li>5 近隣施設に立ち入らない。</li> </ol>													
実施方法	<p style="text-align: center;">【内 容】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 集合する。</li> <li>2 説明と注意を聞く。 <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 競技の方法 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 歩く速さで進む。</li> <li>・ チェックポイントで課題を解決する。</li> </ul> </li> <li>(2) こま図の使い方 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ポイント間はまっすぐ進む。</li> <li>・ こまは方位に関係ない。</li> </ul> </li> <li>(3) 競技上の注意 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ チームはそろって行動する。</li> <li>・ 自然愛護, 安全に気を付ける。</li> </ul> </li> </ol> </li> <li>3 スタート コースをはずれたら前の地点にもどる。</li> <li>4 ゴール 用具の後始末をする。</li> <li>5 活動のまとめ 成績発表とふり返りをする。</li> </ol>	<p style="text-align: center;">【留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ トイレをすませチームごとに整列する。</li> <li>○ 参加者の確認と健康観察をする。</li> <li>○ 参加できない者への活動を配慮する。(用具の集配やスタート・ゴールのチェック等)</li> <li>○ 所要時間の得点とチェックポイントの課題の得点の合計で競う。</li> <li>○ 人数によっては2コースに分ける。</li> <li>○ 2～5分間隔でスタートする。</li> <li>○ 全員の帰着を確認する。</li> <li>○ 答合わせをする。</li> <li>○ ふりかえりの視点(例) 仲間との協力, 自然への気付き, 交通安全や注意力, 判断力など</li> </ul>												

# ウォークラリー からくにAコース指示図 R6 修正版

現在位置・・・●  
 進行方向・・・→  
 信号機・・・(S)  
 駐車場・・・P

(CP)・・・チェックポイント

※横断歩道を渡りましょう  
 ※歩道を広げましょう  
 ※B&Gや乗馬クラブへの立ち入りはしません。



走らないで あわてないで  
汗と 仲間と 自然を友達に.....

## からくにAコース・チェックカード解答

チェックポイント	問 題	解答(答え)
CP1	ここにあるたくさんの並木は何という樹木でしょうか？	さくら
CP2	ふれあいセンターまで何キロでしょう？	0.6Km
CP3	世界と未来にひらく緑の中の音楽堂として知られるこの施設の名前は？	みやまコンセール (霧島国際音楽ホール)
CP4	今、通ってきた橋の名前は？	こたにおおはし
CP5	鹿児島県の花は？ ※ 危ないので横断歩道を渡ってはいけません。	みやまきりしま
CP6	目の前の道路上に設置されている看板に、ある動物の絵が描かれています。その動物の名前を教えてください。 ※ 道路上は危ないので、必ず歩道から確認してください。	うま
CP7	乗馬クラブ前のバス停の名前を教えてください。	牧場

チーム名						
メンバー氏名						
スタート時刻	時 分		ゴール時刻	時 分		
所要時間		標準時間		ロスタイム		
	分		分		分	
課題得点	点	時間得点	点	合計得点	点	順位 位

## 霧ふれ発見ビンゴゲーム

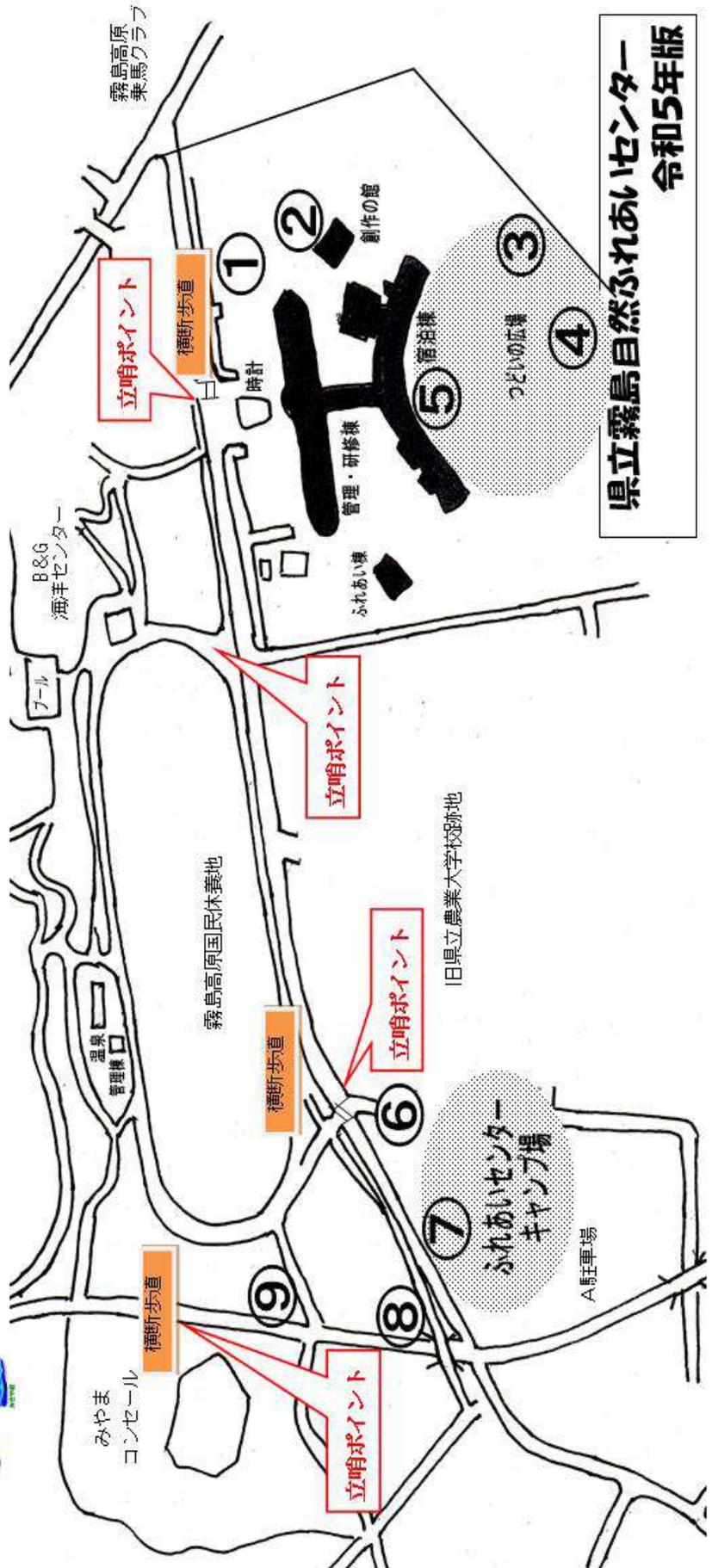
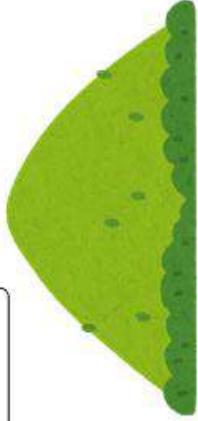
ねらい	霧島自然ふれあいセンター周辺を活動の場とすることによって、霧島の自然にふれさせる機会とする。 仲間と協力する大切さを実感させる。	
時間・費用	2時間 無料	
対象・人数	幼児～小学校高学年 100人程度まで（1グループ6～8人程度）	
場 所	霧島自然ふれあいセンター周辺	
準備・道具	【参加者が準備する物】 運動に適した服装，運動靴，帽子，タオル，雨具等 【ふれあいセンターで準備する物】 ビンゴカード，地図，ファイル，ビブス，筆記用具，解答（引率者用）	
コース等	（主なコース例） ※ 一般向けコースときりふれコース（幼児）2種類 センター玄関 → つどいの広場 → キャンプ場 → みやまコンセール → センター玄関	
留意事項	1 センター外に出るので，交通事故等に留意させる。 2 熱中症対策を徹底させる。 3 仲間と協力する集団活動であることを指導する。 4 自然散策を目的としたゲームあることを意識付ける。	
実施方法	<p>【内 容】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 指導</li> <li>2 各班長に，ビンゴカード，地図，解答用紙等を渡す。</li> <li>3 各班で作戦を立てさせる。</li> <li>4 計時係や巡回をする引率者の確認をする。</li> <li>5 スタート，ゴール</li> <li>6 採点，ふり返り</li> <li>7 後片付け等</li> </ol> <p>【実施方法】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 ビンゴカードの写真9枚の場所を地図を見ながら探し当てる。</li> <li>2 写真と一致する場所を探し当てたら，カードにその地図の記号を記入する。</li> </ol>	<p>【留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ コース上の危険箇所の確認・指導</li> <li>○ 縦，横，ななめのそろった数で採点する。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 縦か横が揃えば10点</li> <li>・ ななめが揃えば20点</li> </ul> </li> </ul>

# 霧ふれ発見ビンゴゲーム地図

みぎやま



地図①～⑨で撮った写真はどれでしょう。  
裏の写真から選んで記号で答えてね！



県立霧島自然ふれあいセンター  
令和5年版

## 霧ふれ発見ビンゴゲームカード（一般向けコース）

【問題用紙】



## 霧ふれ発見ビンゴゲームカード

【解答用紙】

地図①～⑨で撮った写真はどれでしょう。写真から選んで記号を答えましょう。

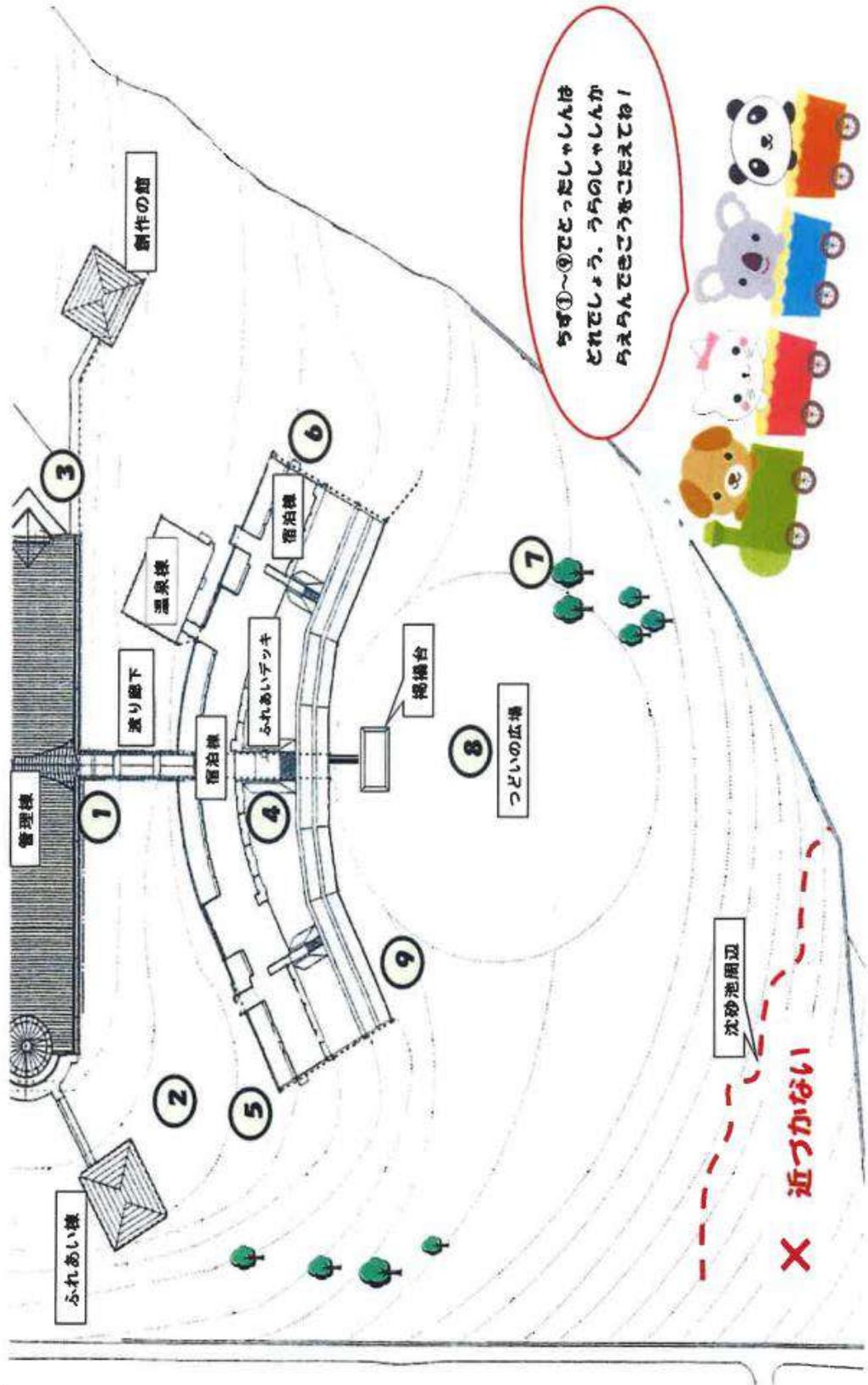


地図① ( )	地図④ ( )	地図⑦ ( )
地図⑤ ( )	地図⑧ ( )	地図② ( )
地図③ ( )	地図⑥ ( )	地図⑨ ( )

点数 ( ) 点

※ 縦・横がそろえば10点。斜めがそろえば20点。  
最高点は100点。

# きりふれはっけんビンゴゲーム (きりふれコース) 地図



## きりふれはっけんビンゴゲームカード（きりふれコース）

【もんだいようし】



## きりふれはっけんビンゴゲームカード（きりふれコース）

【かいとうようし】

ちず①～⑨でどったしゃしんはどれ  
でしょう。しゃしんからえらんで  
きごうをこたえてね！



ちず① ( )	ちず④ ( )	ちず⑦ ( )
ちず⑤ ( )	ちず⑧ ( )	ちず② ( )
ちず③ ( )	ちず⑥ ( )	ちず⑨ ( )

てんすう ( ) てん

※ たてかよこがそろえば10てん。 ななめがそろえば20てん。  
さいごうてんは100てん。

## みきやくんワードラリー

ねらい	霧島自然ふれあいセンターの本館内を探検して、施設の中に隠され文字 10 個を探す。「みるきでみよう！きくきできこう！やるきでやろう！」を合言葉に、チームで施設内を楽しく探検することを通して、利用する場所や順路を覚えたり、課題を成し遂げるときに仲間と協力することが大切であることに気付いたりする。	
時間・費用	60分 無料	
対象・人数	小学生以上 180人程度まで（1グループ6人程度）	
場 所	霧島自然ふれあいセンター本館敷地内	
準備・道具	<b>【参加者が準備する物】</b> 運動に適した服装，運動靴 <b>【ふれあいセンターで準備する物】</b> 地図・解答用紙，ファイル，筆記用具，ビブス	
コース等	管理研修棟 ⇒ ふれあい棟 ⇒ 宿泊棟 ⇒ つどいの広場	
留意事項	1 導入では合言葉「みるきでみよう！きくきできこう！やるきでやろう！」を紹介し，チーム全員で行動し，チーム全員で探して考えて問題解決をするように意識付けをする。 2 活動前に必ず活動範囲と制限時間を確認する。 3 ふりかえりでは，「だれのどんな言葉や行動があったから助かったか」や「だれがどんな得意なところを発揮していたか」などを引き出し，必要があればふり返りシートを活用し，今後の活動につなげる。	
実施方法	<b>【内 容】</b> 1 指導（センター職員） 2 各班に解答用紙，ファイル，えんぴつ，ビブスを渡す。 3 各班でどの順番で探すかなど作戦を立てる。 4 ワードラリースタート，ゴール 5 答え合わせ，ふり返り（引率者） 6 後片付け等 <b>【実施方法】</b> 1 地図をたよりに本館内にある 10 個の文字を探す。 2 10 個の文字を並べ替えて文を完成させる。 3 文が完成したら答え合わせをしてもらう。	<b>【留意点】</b> ○ 活動中の約束を確認・指導 ① 施設内ではゆっくり歩く。 ② 活動範囲の確認をする。 ・施設の外には出ない ・ロープが張っている場所（沈砂池等）には入らない ・宿泊室の中や，他の団体が活動している研修室には入らない ③ チーム全員で行動する。



# みきやくんワードラリー

台言葉は、「みるきでみよう！きくきできこう！やるきでやろう！」

チーム名：  
リーダー：  
メンバー：



- やくそく
- しせつの中では、ゆっくり歩く。
  - しせつの外には出ない。ロープがはってあるところには入らない。
  - チームのみんなで行動する。

## ステップ1【地図を見て10この文字をさがそう！】

①	②	③	④	⑤
⑥	⑦	⑧	⑨	⑩



## ステップ2【10この文字をならびかえて文をつくらう！】

文ができあがったら  
引率の先生に答え合わせを  
おねがいしよう！

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

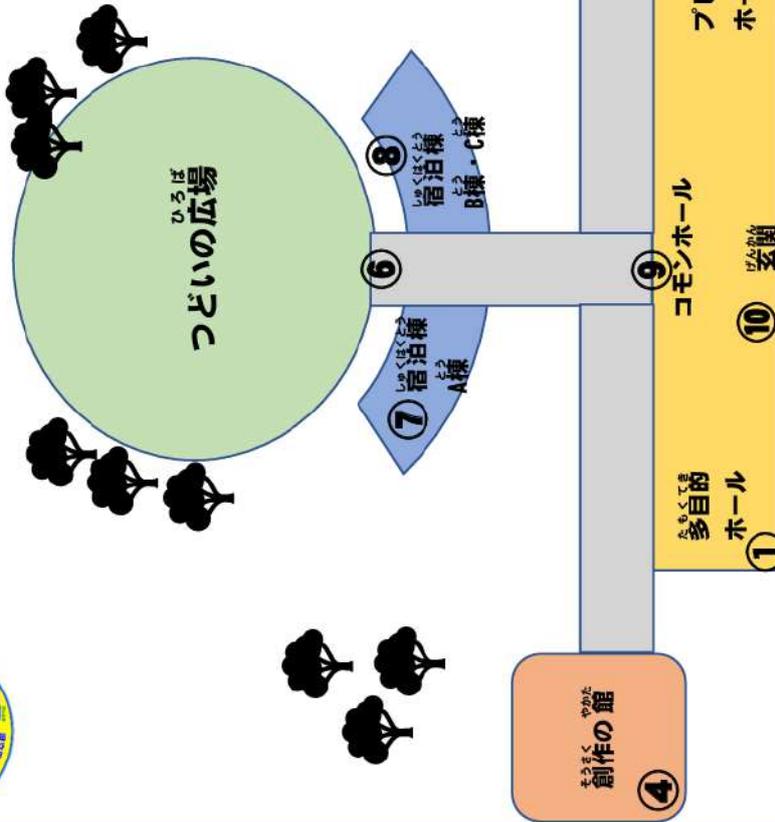


# みきやくんワードラリー

【荒天時・室内用】

台言葉は、「みるきでみよう！きくきできこう！やるきでやろう！」

チーム名：  
リーダー：  
メンバー：



- やくそく
1. しせつの中では、ゆっくり歩く。
  2. しせつの外には出ない。ロープがはってあるところには入らない。
  3. チームのみんなで行動する。

## ステップ1 【地図を見て10この文字をさがそう！】

①	②	③	④	⑤
⑥	⑦	⑧	⑨	⑩



## ステップ2 【10この文字をならべて文をつくらう！】

文ができあがったら  
引率の先生に答え合わせを  
おねがいしよう！

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

## マウンテンバイク・トライアル

ねらい	自然の景色を生かしたコースを走破することで、達成感や満足感、爽快感を味わうとともに、危険予知に対する意識を高め、乗車時のマナーやエチケットについて学ぶ。
時間・費用	1時間・無料
対象・人数	小学校5年生以上 20人程度 マウンテンバイク（小14台、中3台、大4台）
場所	クロスカントリーコース
準備・道具	<p>【参加者が準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 野外活動にふさわしい服装（長袖、長ズボン）</li> <li>・ 帽子、ハンカチ、タオル、軍手等</li> <li>・ 夏場は水分補給用の水筒やペットボトル</li> </ul> <p>【霧島自然ふれあいセンターで準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ マウンテンバイク、ヘルメット、ストップウォッチ、記録カード、自転車安全点検表</li> </ul>
コース等	クロスカントリーコース つどいの広場
留意事項	<p>1 マウンテンバイクに乗れない児童生徒は、サイクリング倉庫前の広場で練習をするなど、個別の対応をする。</p> <p>(1) トレール（コース）からはみ出して走行しない。</p> <p>(2) スキッド（タイヤのスライド）を行わない。</p> <p>(3) 雨の日やぬかるみでの走行は控える。</p> <p>(4) 下りはスピードが出るため、ブレーキをかけ減速する。</p> <p>2 所外へは出ない。</p>
実施方法	<p>1 サイクリング倉庫前に集合する。（健康状態の把握）</p> <p>2 自転車とヘルメットを選び、試乗する。（自転車の安全点検）</p> <p>(1) 変速機（2種類ある）の使い方とブレーキのかけ方を指導する。</p> <p>(2) ズボンの裾は、靴下の中に入れる。</p> <p>3 全員でコースを走り、確認する。（危険予知トレーニング、安全指導）</p> <p>(1) カーブや下りでは、スピードを落とす。</p> <p>(2) 変速機の切り替えは早めに行う。</p> <p>(3) 車間距離は、平坦地は3m、下りは6m空ける。</p> <p>(4) 休息と水分補給を取り入れる。</p> <p>4 到着順に自転車をふかせたり、手入れをさせたりしてから納車させる。</p> <p>5 活動中に感じたことや気付いたこと等を発表し、ふりかえりを行う。</p> <p>※ 実態に応じて、クロスカントリーコースの一部をショートコースに変えて実施することもできる。</p>

# マウンテンバイク 点検表

団体名( )

良好・・・○ 不良・・・×

NO	名前	ブレーキ(前後)	サドルの高さ	ハンドル	ペダル	タイヤ	チェーン
1		ブレーキは前後とも 良くきく。握りもしっ かりしている。	またがって、両足の つま先が地面にとど く。	しっかり固定してい る。ぐらつき無し。	がたつきが無く、よ く回転する。	空気がしっかり 入っている。すり へっていない。	たるんだり、外れた りしていない。
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							

点検代表者( )

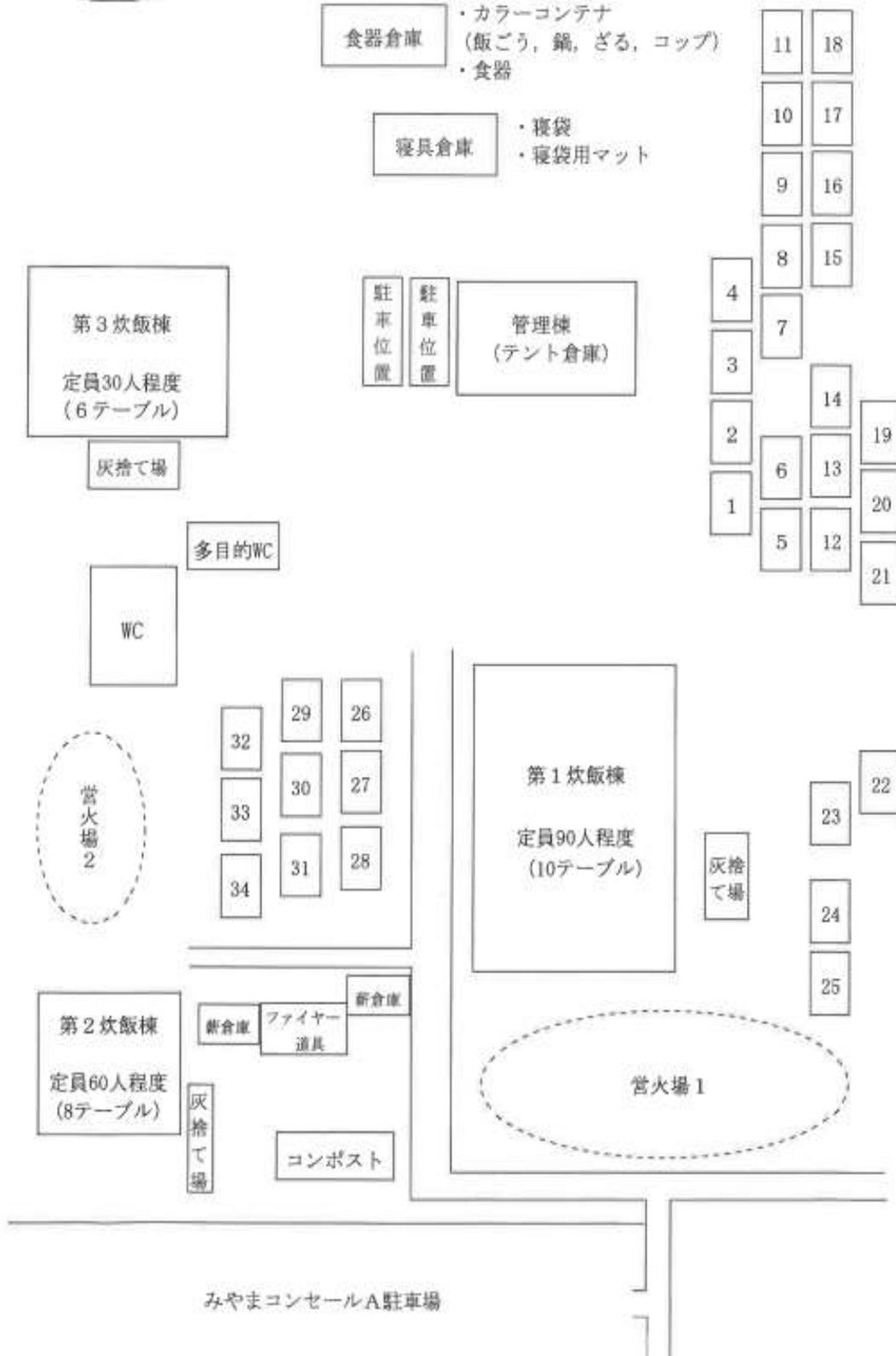


## キャンプ活動

ねらい	テント設営や野外炊飯等の活動を通して、仲間と協力する態度を育てるとともに、自然と深くふれあう機会とする。	
費用	<ul style="list-style-type: none"> <li>炊飯用薪代 1缶300円</li> <li>キャンプファイヤー用薪代 1,500円</li> </ul>	
対象・人数	<ul style="list-style-type: none"> <li>小学生以上</li> <li>野外炊飯180人程度/テント泊150人程度</li> </ul>	
場所	霧島自然ふれあいセンターキャンプ場	
準備・用具	<ul style="list-style-type: none"> <li>貸し出す用具：テント一式、寝袋、寝袋用マット、炊飯用具、洗剤、食器洗い用スポンジ、たわし、金だわし、手洗い用石けん、消毒用アルコール、台ふき、ごみ袋、ポータブルアンプ（CD可）、延長コード</li> <li>個人の準備：着替え、洗面用具、軍手（すべり止めのついていないもの）、雨具、懐中電灯、常備薬、虫除けスプレー、健康保険証（写しでも可）</li> <li>団体の準備：救急用具、ゴミ袋、トーチ6本（キャンプファイヤーを実施する団体）新聞紙、着火ライター、うちわ</li> </ul>	
留意事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>キャンプ場へ移動する前に、トイレを本館ですませる。</li> <li>グループ編成は、テント4～5人、炊飯活動は6～8人がよい。 ※ 炊飯棟の、テーブル数を確認しておく。</li> <li>各自の荷物等は全て持って行く。</li> <li>活動中は、天候の急変や事故防止に備え、対応措置を考えておく。</li> </ol>	
実施方法	<p>【内 容】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>キャンプ場オリエンテーション(10分)</li> <li>テント設営 (90分)</li> <li>炊飯活動 (90分)</li> <li>夕食(30分)</li> <li>後片付け (60分)</li> <li>キャンプファイヤー ※ 21時までに片付けまで終える。</li> <li>就寝(22:30)</li> </ol> <p>〈翌日〉</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>起床(6:30)</li> <li>朝のつどい(7:00 団体ごとに)</li> <li>朝食、後始末、清掃</li> <li>寝袋返却・テント撤収</li> <li>移動</li> </ol>	<p>【留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 危険箇所や施設等の確認をする。</li> <li>○ みんなで協力して設営する。</li> <li>○ 仕事を分担して夕食を作る。</li> <li>○ 班ごとに会食する。</li> <li>○ きれいに洗い、所定の場所に返却する。</li> <li>○ 班ごとの出し物等を準備して、楽しいつどいにする。</li> </ul> <p>※ 入浴はありません。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 利用団体ごとに健康観察等を行う。</li> <li>○ 洋食(パン・ポテトサラダ・ハム・デザート・ゆで卵・飲み物)か和食炊飯(ご飯・味噌汁、焼き魚、ふりかけ、のり、つけもの)。 和食炊飯活動を実施した時は、かまど等の後始末をする。</li> <li>○ 炊飯用具は数を確認して返却する。</li> <li>○ 片付けの点検を受ける。</li> <li>○ 寝袋を返却し、テントを撤収する。 テント、ブルーシートを乾かす。</li> </ul>

# キャンプ場

※ 1~34 は、テントサイト番号



## テント設営



●準備するもの(6点)  
インナー、支柱、フライ、ペグ箱、ほうき、オレンジシート



①オレンジシートをインナーの大きさに合わせるために、端の1列を折り込む



②インナーを広げ、9本の支柱を伸ばす。



③長い2本の支柱をインナーの対角線上の支柱入れに通す。



④棟支柱の中心を、長い2本の支柱のクロス部分に置き、フックを回して止める。



⑤4人で支柱を持ち上げ、支柱の先端をインナーの穴に差し込む。



⑥棟支柱にインナーフックを止め、マジックテープで固定する。



⑦棟支柱に横支柱4本を差し込み、湾曲させる。



⑧横支柱の先端をインナーの穴に差し込み、すべてのフックを回して止める。



⑨棟支柱に出入口の支柱を差し込み、先端をインナーの穴に差し込む。



⑩インナーの出入口ファスナーを開け、ほうきでゴミを出す。



⑪フライをかぶせ、出入口支柱にマジックテープで止める。



⑫インナーとフライをバックルで接続し、ペグで固定する。4隅を先に固定するとよい。



⑬インナー、フライ、支柱の袋は1つにまとめ、テント内に保管する。ペグ箱とほうきは、返却する。

## 気を付けてください！

- テントサイトの柵木に乗らないようにしましょう。
- テント内では、火気は使用しないでください。
- テント内で虫除けスプレーは使用しないでください。
- テント内にゴミを残さないでください。
- テント撤収時に忘れ物がないか確認してください。
- テントが破損した時は、職員に連絡してください。

## ● 撤収時のポイント！

1 ペグについた土を落とす。(図1)

2 フライを乾かした後、丸めて袋に入れる。 ※ たたむ必要はない。

3 インナーをたたむ時は、出入口側に立ち、まず2つ折りにした後(図2)、3つ折りにして(図3)、端から丸め、袋に入れる。

※ インナーがぬれている場合は、しっかり乾かしてからたたむ。

4 オレンジシートを乾かした後、ほうきで砂をしっかりと落とし、折り目にそってたたむ。



(図1)



(図2)



(図3)

# 荒天プログラム（インナーテント設営等）について

## 1 荒天時、プレイホールでのインナーテント使用について

寝袋		ステージ	
1	2	3	
4	5	6	
7	8	9	
10	11	12	
13	14	15	
16	17	18	
19	20	21	
22	23	24	
25	26	27	
	テント 入口	マット	

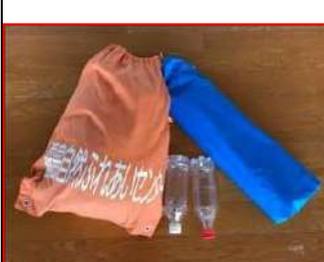
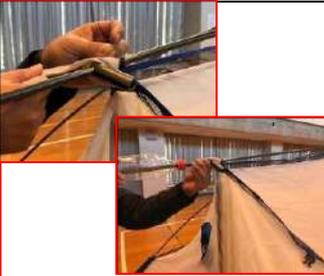
### 【配置について】

- 1 数字は、インナーテントの設置場所を表します。左列及び右列は児童生徒、中央の列は引率者用を想定していますが、複数団体が利用する場合や男女を分けて設営することも考慮し、配置してください。
- 2 非常時を想定し、プレイホール前方と後方の左右の出入口を塞がないように注意してください。

### 【設営手順等について】

- 1 時間設定
  - 13:00～13:30 テント設営・寝袋指導  
…………センター職員が説明
  - 20:30～21:30 テント設営、荷物搬入…………団体引率者が指導
  - 21:30～22:00 就寝準備、就寝…………団体引率者が指導
- 2 設営時の注意点
  - ア 狭い場所での作業です。周囲に注意して作業をしてください。特に、支柱の取扱いには注意してください。
  - イ 中央列を作業スペースとし、両サイドの列を先に設営します。
  - ウ 最前列は緑の線に合わせ、舞台との間に通路を設けます。

## 2 設営の実際

			
①インナーテント1袋、支柱1袋、ペットボトル2本を準備する。	②インナーテントを広げ、支柱を伸ばす。	③長い2本の支柱をインナーテントの対角線上の支柱入れに通す。	④棟支柱の中心を、長い2本の支柱のクロス部分に置き、フックを回して止める。
			
⑤4人で支柱を持ち上げ、支柱の先端をインナーテントの穴に差し込む。	⑥棟支柱をフックで止め、マジックテープで固定し、先端をペットボトルでカバーする。	⑦棟支柱に横支柱を差し込み、湾曲させ、支柱の先端をインナーテントの穴に差し込む。	⑧すべてのフックを回して止める。 ※ フライシートは使用しない。

- ※ 9本の支柱のうち、玄関の支柱2本(先端がJ字型)は使用しないので、支柱の袋に保管しておいてください。インナーテントと支柱の袋は、テント内に保管してください。
- ※ 棟支柱の先端が飛び出した状態では危険です。ペットボトルで先端をカバーしてください。出入りの際は、十分気を付けるように指導してください。

### 3 テント撤収

6:30~7:00 起床・洗面, シーツ, 寝袋, マット返却, テント内荷物搬出  
7:00~8:00 朝のつどい, 健康観察, テント撤収指導・・・センター職員指導

- (1) 起床後すぐに、寝袋・マットを返却する。…寝袋 舞台袖に80袋, 残りはホール後方に。  
…マット ホール後方に10枚ずつの束にして返却。
- (2) 私物等をインナーテントから出す。 ※ インナーテントの袋と支柱の袋も出しておく。
- (3) テントを撤収する。 ※ インナーテント, 支柱を袋に入れ, ホール後方に揃えて返却する。
- (4) シーツをリネン室に返却する。

#### 【インナーテント撤収の手順】

- ◇ 撤収の手順は、設営の逆です。
- ◇ 撤収を始める前に…
  - ・シーツ, マット, 寝袋は返却し, 荷物を出しておきます。
  - ・インナーテントと支柱の袋を準備しておきます。
    - ① サイドの支柱4本のフックを全て外す。
    - ② インナーテントの穴から支柱の先端を抜き, 棟支柱から取り外す。
    - ③ 棟支柱の中心のフック2個を残し, 全てのフックを外す。
    - ④ インナーテントの四隅の穴から支柱を抜き, テントを崩す。
    - ⑤ 棟支柱のフックを外す。
    - ⑥ 四隅の支柱入れから支柱を抜く。
    - ⑦ 支柱を全て分解し, 袋に入れる。
    - ⑧ インナーテントを広げ, 出入り口側を縦に2つ折りにする。
    - ⑨ さらに出入り口側を縦に3つ折りにする。
    - ⑩ 端から丸め, 袋に入れる。
    - ⑪ 元の場所に揃えて返却する。

#### 重要

※ 支柱は、4種類9本あります。

- ・テントの対角線2本
- ・棟支柱1本
- ・サイド4本
- ・玄関用2本(未使用)

※ 支柱を分解し, インナーテントの横に並べ, 本数を確認してから袋に入れてください。

### 4 朝食について

- 8:00~8:10 食材, 食器の受け取り～係の児童・生徒～  
※ 食材とゴミ袋2枚を事務室前で受け取る。  
※ ふれあい棟からプレート(1人1枚, 人数分), スプーン(班に1本), 台拭き1枚(班に1枚)を持ってくる。  
※ 係の児童・生徒以外は, 食事場所に移動する。
- 8:10~8:40 朝食
- 8:40~9:00 後片付け  
※ 食材の入っていたケースは, 事務室前に返却する。  
※ 使った食器類は, ふれあい棟で洗ってから返却する。  
※ 生ゴミとその他のゴミを分別し, レストランの下のゴミステーションに運ぶ。  
※ 台拭きでテーブルを拭く。  
※ 使用した場所を清掃し, 机や椅子を整え, 消灯の確認をする。
- 9:00~9:30 歯磨き, 移動, 研修準備

## 独り寝テント設営



●準備するもの(4点)  
独り寝テント一式、金づち、ほうき、ブルーシート  
※テント一式の種類については、右図参照

①ブルーシートをテントサイトの半分に広げる。



②ブルーシートの上にインナーを広げ、7本の支柱を伸ばす。



③1番長い支柱を出入り口側から支柱入れに通し、1番短い支柱を反対側に差し込む。



④③で通した支柱をマジックテープで止める。



⑤2番目に長い支柱2本を、1番長い支柱に取り付け、下にインナーのピンを差し込む。



⑥3番目に長い支柱2本を、反対側に⑤と同様に取り付ける。



⑦細い支柱をインナーの穴に通し、オレンジ色の袋に両端を差し込む。



⑧インナーの出入り口側に付いているフックを、出入り口側の支柱に取り付ける。



⑨インナーの出入口ファスナーを開け、ほうきでゴミを出す。



⑩フライをかぶせ、1番長い支柱の両端をオレンジ色の袋に差し込む。



⑪フライの四隅に付いているフックを、支柱の下のリングに取り付ける。



⑫ブルーシートをフライの内側に折り曲げ、ペグで7ヶ所固定する。



⑬テント、ペグの袋は1つにまとめ、テント内に保管する。金づち、ほうきは返却する。

### 気を付けてください！

- テントサイトの砕木に乗らないようにしましょう。
- テント内では、火気は使用しないでください。
- テント内で虫除けスプレーは使用しないでください。
- テント内にゴミを残さないでください。
- テント撤収時に忘れ物がないか確認してください。
- テントが破損した時は、職員に連絡してください。

## ● 撤収時のポイント！

- 1 ペグについた土を落とす（図1）。7本あるか確認し、ペグ袋に入れた後、テント袋の小さい方のポケットに入れる。
- 2 フライを乾かした後、まず2つ折りにし（図2）、3つ折りにして（図3）、端から丸め（図4）、テント袋の大きい方のポケットに入れる。
- 3 支柱を分解し、7本あるか確認した後（図5）、テント袋の小さい方のポケットに入れる。
- 4 インナーをフライと同様にたたみ、端から丸め、テント袋の大きい方のポケットに入れる。  
※ インナーがぬれている場合は、しっかり乾かしてからたたむ。
- 5 ブルーシートを乾かした後、ほうきで砂をしっかりと落とし、折り目にそってたたむ。



（図1）



（図2）



（図3）



（図4）



（図5）

# 荒天プログラム（インナーテント設営等）について

## 1 荒天時、プレイホールでのインナーテント使用について

寝袋	ステージ	
1	2	3
4	5	6
7	8	9
10	11	12
13	14	15
16	17	18
19	20	21
22	23	24
25	26	27
28	29	30
	入口	テント マット

### 【配置について】

- 1 数字は、インナーテントの設置場所を表します。左列及び右列は児童生徒、中央の列は引率者用を想定していますが、複数団体が利用する場合や男女を分けて設営することも考慮し、配置してください。
- 2 非常時を想定し、プレイホール前方と後方の左右の出入口を塞がないように注意してください。

### 【設営手順等について】

- 1 時間設定
  - 13:00～13:30 テント設営・寝袋指導  
…………センター職員が説明
  - 20:30～21:30 テント設営、荷物搬入…………団体引率者が指導
  - 21:30～22:00 就寝準備、就寝…………団体引率者が指導
- 2 設営時の注意点
  - ア 狭い場所での作業です。周囲に注意して作業をしてください。特に、支柱の取扱いには注意してください。
  - イ 中央列を作業スペースとし、両サイドの列を先に設営します。
  - ウ 最前列は緑の線に合わせ、舞台との間に通路を設けます。

## 2 設営の実際

			
<p>① 独り寝テントを準備し、インナーを広げ、7本の支柱を伸ばす。</p>	<p>② 1番長い支柱を出入口側から支柱入れに通し、1番短い支柱を反対側に差し込む。</p>	<p>③ ②で通した支柱をマジックテープで止める。</p>	<p>④ 2番目に長い支柱2本を、1番長い支柱に取り付け、下にインナーのピンを差し込む。</p>
			
<p>⑤ 3番目に長い支柱2本を、反対側に④と同様に取り付け、細い支柱をオレンジ色の袋に両端を差し込む。</p>	<p>⑥ インナーの出入口側に付いているフックを、出入口側の支柱に取り付ける。</p>	<p>⑦ フライをかぶせ、1番長い支柱の両端をオレンジ色の袋に差し込む。</p>	<p>⑧ フライの四隅に付いているフックを、支柱の下のリングに取り付ける。</p>

※ ペグは使用しないので、テントの袋に保管しておいてください。テントの袋は、テント内に保管してください。

### 3 テント撤収

6:30~7:00 起床・洗面, シーツ, 寝袋, マット返却, テント内荷物搬出  
7:00~8:00 健康観察, テント撤収……センター職員指導

- (1) 起床後すぐに、寝袋・マットを返却する。…寝袋 舞台袖に80袋、残りはホール後方に。  
…マット ホール後方に10枚ずつの束にして返却。
- (2) 私物等をインナーテントから出す。 ※ インナーテントの袋と支柱の袋も出しておく。
- (3) テントを撤収する。 ※ テントの袋に入れ、ホール後方に返却する。
- (4) シーツをリネン室に返却する。

#### 【インナーテント撤収の手順】

- ◇ 撤収の手順は、設営の逆です。
- ◇ 撤収を始める前に…
  - シーツ, マット, 寝袋は返却し、荷物を出しておきます。
  - テントの袋を準備し、ペグを入れておきます。
    - ① フライの四隅のフックを全て外す。
    - ② フライのオレンジ色の袋を支柱から外す。
    - ③ フライを取り、まず2つ折りにし、3つ折りにして、端から丸め、テント袋の大きい方のポケットに入れる。
    - ④ インナーの出入り口側に付いているフックを外す。
    - ⑤ 細い支柱、出入り口側、反対側の支柱を取り外す。
    - ⑥ 1番長い支柱のマジックテープを外し、支柱入れから抜く。
    - ⑦ 支柱を分解し、テント袋の小さい方のポケットに入れる。
    - ⑧ インナーをフライと同様にたたみ、端から丸め、テント袋の大きい方のポケットに入れる。
    - ⑨ 元の場所に返却する。

#### 重要

※ 支柱は、5種類7本あります。

- 1番長い支柱1本
- 2番目に長い支柱2本
- 3番目に長い支柱2本
- 短い支柱1本
- 細い支柱1本

※ 支柱を分解し、インナーの横に並べ、本数を確認してから袋に入れてください。

### 4 朝食について

8:00~8:10 食材, 食器の受け取り~係児童・生徒~

- ※ 食材とゴミ袋2枚を事務室前で受け取る。
- ※ ふれあい棟からプレート(1人1枚, 人数分), スプーン(班に1本), 台拭き1枚(班に1枚)を持ってくる。
- ※ 係児童・生徒以外は、食事場所に移動する。

8:10~8:40 朝食

8:40~9:00 後片付け

- ※ 食材の入っていたケースは、事務室前に返却する。
- ※ 使った食器類は、ふれあい棟で洗ってから返却する。
- ※ 生ゴミはコンポストに。その他のゴミは分別し、レストランの下のゴミステーションに運ぶ。
- ※ 台拭きでテーブルを拭く。
- ※ 使用した場所を清掃し、机や椅子を整え、消灯の確認をする。

9:00~9:30 歯磨き, 移動, 研修準備

## 野外炊飯

### 1 ねらい

自然の中で、仲間と協力して食事を作る楽しさを知るとともに、限られた条件の中で、炊飯技能を身につける。

### 2 準備・用具

- ・ 団体で準備するもの：着火ライター、新聞紙、軍手（滑り止めのゴムがついていないもの）  
うちわ
- ・ センターで準備するもの：炊飯用具、食器類、洗剤、食器用スポンジ、たわし、金たわし  
台ふき、薪、消毒用アルコール、手洗い用石けん、ゴミ袋

※ 薪代：1缶300円（炊飯活動1班につき1缶必要。薪の追加には別途料金が必要）

※ 食材は、センターのレストランに事前に注文してください。

### 3 活動可能人数

第1炊飯棟：90人程度（10テーブル） 第2炊飯棟：60人程度（8テーブル）

第3炊飯棟：30人程度（6テーブル）

### 4 所要時間

- ・ 約3時間（準備から後片付けまで） ※洋食は、約1時間

### 5 メニュー

【朝食】洋食：食パン、ポテトサラダ、ハム、果物、ゆで卵、飲み物  
和食(炊飯活動)：ごはん、みそ汁、焼き魚、ふりかけ、のり、つけもの

【昼食及び夕食】A：カレーライス B：焼きそば C：豚汁

【特別注文】バーベキュー（豚肉200g 1,000円、牛肉200g+豚肉100g 1,200円）

※ バーベキュー用炭・着火剤・バーナー等は、持参してください。

※ 木炭（3kg）1箱 600円

### 6 実践方法

内容	時間(分)	留意点
1 ご飯の炊き方とカレーの作り方について説明を聞く。	10	係分担 〈ごはん係〉2～3人 食材を取りに行く。洗米・水の計量。
2 係の分担を確認する。 ※ 事前に決めておく。	5	〈かまど係〉2人 小薪割りをする。かまどの準備をする。薪を組む。火加減をみる。
3 係ごとに準備・調理をする。	75	〈カレー係〉2～3人 道具を管理棟前と食器庫から取る。
4 班ごとに食事をする。	30	カレーを作る。
5 後片付けをする。 ・ 飯ごうやカレー鍋等を洗う。 ・ かまどの後始末をする。 ・ 用具を食器庫に片付ける。	60	後片付け ・ 飯ごう・カレー鍋・食器類・道具は洗剤できれいに洗い、元あった場所に返却する。 ・ 飯ごうは、ご飯粒がついていないか、カレー鍋にぬめりがないか、点検する。
6 活動のまとめをする。		

※ 生ゴミ（野菜くず）は水気を切り、ざるにまとめてコンポスト（堆肥をつくる容器）に持っていく。

※ 食べ残しは、水気を切り、所定のバケツに入れて管理棟前に置く。

※ かまどの燃えかすは、完全に燃焼させる。灰・燃えかすは、灰置き場に捨て、水をかける。

※ 燃えるごみ・ビニル類・紙パックは、分別してビニル袋に入れ、管理棟前に運ぶ。

## 野外炊飯で準備するもの

### 1 食器庫でカラーコンテナを取る。

(1) カラーコンテナを1つ取る。

\*\*カラーコンテナの中に入っているもの\*\*



飯ごう  
2個



ざる  
2個



ふた付き  
鍋1個



コップ  
1個

(2) カラーコンテナにカレー皿を「人数分+1枚」入れる。



- ◆食器庫、管理棟前には必ず引率者が立ち会い、貸し出し、返却の際には、数量等を確認してください。
- ◆コンテナを返却する際には、飯ごう・鍋・ざる・コップ以外のものが入っていないか確認してください。
- ◆カレー皿は、元の網かごに伏せて入れてください。

### 2 キャンプ管理棟前で調理器具等を取る。

(1) 調理器具を取る。



ピーラー2個



包丁2本



お玉1本



しゃもじ2本



まな板2枚



スプーン人数+1本



台ふき1枚



たわし2個



金たわし2個



スポンジ2個



食器用洗剤1本



手洗い用石けん1本



消毒用スプレー1本



### 3 薪庫で薪を1缶ずつ取る。

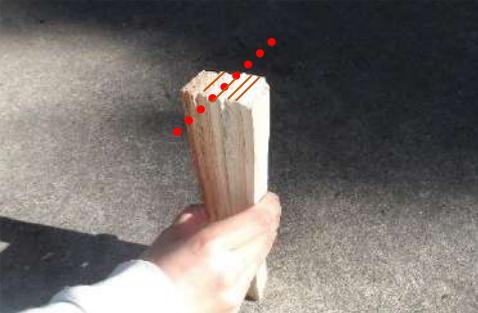
- ◆薪の追加には、別途料金(300円)が必要です。
- ◆未使用の薪は、薪倉庫に返却してください。
- ◆使いかけの薪や焦げた薪は別に処理します。
- ◆缶は、重ねないで薪小屋に返却してください。

<片付け> ◆スポンジ、台ふきは洗濯機の中に入れてください。それ以外は、もとの場所に返却してください。

◆返却数量の確認は引率者が責任をもって行ってください。

## 小薪割り体験

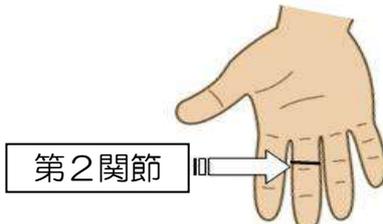
- 1 準備 薪缶（1班に1缶），小なた，かなづち，のこぎり  
 2 実施方法

小薪割りの手順	時間(分)	留意点
<p>1 かまど係は，道具（薪缶・小なた・かなづち・のこぎり）を準備して炊飯棟に集まる。</p> 	5	<p>★1 <u>割りやすい薪の選び方</u>  <u>節がない薪を選ぶ！</u></p> 
<p>2 薪缶の中から，小薪割りをするまきを1本選ぶ。（★1 選び方）</p>	2	<p>★2 <u>木目を見方</u>          のこぎりで切った断面を見ると木目（線）が入っている。線の向きに合わせてなたを置くと<u>少ない力で割ることができる！</u></p>
<p>3 のこぎりを使って薪を半分に切る</p> 	5	
<p>4 薪を立てて木目の向きに合わせてなたを置き，なたをかなづちでたたく。（★2 木目の見方・★3 安全対策）</p>	10	<p>★3 <u>小薪割りの安全対策</u></p>
 <p>5 もう一方の薪も同じように割り，細い薪ができれば完成。</p>		<p>① <u>なたを持つ手は軍手をつけない。</u>          ② <u>なたは振りかぶらない。</u>          ③ <u>刃物をあつかうので周りのひとは近づかない。</u></p>

# ご飯の炊き方

- 1 準備 飯ごう2個, 米, 軍手, 薪 (小薪・中薪・太薪), 新聞紙, 消毒用スプレー, 手洗い用石けん, 洗剤, スポンジ, たわし, 金たわし, 着火ライター

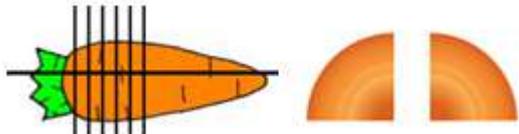
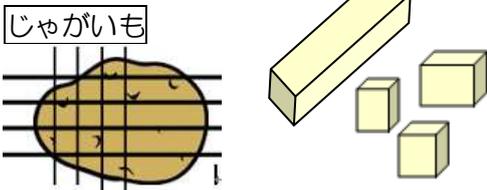
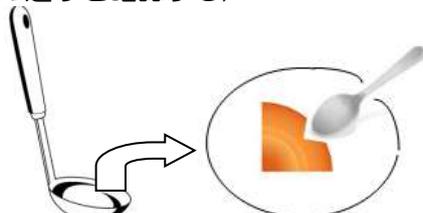
## 2 実施方法

炊き方手順	時間(分)	留意点
1 飯ごうを洗う。	5	<p>〈水の量〉 米の上に中指の先端を置き、第2関節よりも少し多めに水を入れる。</p>  <p>第2関節</p>
2 米を2つの飯ごうに等分し、研ぐ。	30	
3 水は、中指の第2関節よりも少し多めに入れる。水を入れたら、10分くらい吸水させる。		
4 10分経ったら、かまど（U字溝）にかける。		
5 小薪, 中薪, 太薪, スギの葉, 新聞紙を使ってかまどの準備をし、火をつけ、ご飯を炊く。	30	<p>〈薪の置き方と飯ごうの置き方〉 丸めた新聞紙（スギの葉等）の上に小薪を置き、新聞紙に火をつける。小薪に火がついたら、中薪を入れていき、火力が安定したら太薪を入れる。</p>  <p>小薪 新聞紙</p>
<p>〈飯ごうの様子〉 飯ごうから水が吹きこぼれたり、ふたに薪を当てると振動がしたりする。</p>		
6 吹きこぼれが止まり、振動がなくなったら、火を弱める。 ふたを開けて、スプーンで少し取って、炊けているか確認してもよい。 ※ 芯が残っていたら水を加え、再び炊く。		
7 ご飯が炊けたら、飯ごうをひっくり返して蒸らす。その際、飯ごうについたススを新聞紙でとる。 ※ やけどに注意する。	10	 <p>中薪</p>
8 一つの飯ごうからよそう。 空になった飯ごうには水を入れておく。	30	
9 片付け (1) 飯ごうを洗うときは、残菜を排水溝に流さない。生ゴミ（野菜くず）は水気を切り、ざるにまとめてコンポスト（堆肥をつくる容器）に持っていく。食べ残しは、水気を切り、所定のバケツに入れて管理棟前に置く。 (2) 飯ごうの内側に米粒やぬめりが残らないように洗い、外側のススも落とす。 (3) 飯ごうはカラーコンテナに入れ、燃えかす（灰）は、ほうきやちりとりを使って消火を確認してから灰置き場に捨てる。	60	

# カレーの作り方

- 1 準備 カレー鍋とふた、包丁2本、ピーラー2本、まな板2枚、おたま1個、コップ1個、しゃもじ2本、カレー皿人数分+1枚（果物を盛る皿）、スプーン人数分+1本（調理用）、ざる2つ、台ふき1枚、消毒用スプレー、手洗い用石けん、洗剤、スポンジ、たわし、金たわし

## 2 実施方法

炊き方手順	時間(分)	留意点
1 道具を全て洗う。	20	<p>&lt;野菜の切り方&gt; 野菜は、早く火が通るように切る。</p> <p><b>にんじん</b></p>  <p>皮をむいて、縦長に2回切り、薄いちょうちり切りにする。</p>
2 包丁、まな板はアルコール消毒をする。		
3 野菜を洗いピーラーで皮をむき、包丁でにんじんと玉ねぎは薄く、じゃがいもは小さく切る。皮はざるに入れて、コンポストに捨てる。		
4 鍋に切った野菜を入れ、コップで水を入れる。水は、人数分入れる。	10	
5 かまどにかけて、野菜を煮る。途中まぜながら、あくを取る。	35	<p><b>じゃがいも</b></p>  <p>皮をむいて、短ざく切りにした後、小さめのさいの目に切る。</p>
6 おたまでにんじんを取り、スプーンで軽く切れるか確認する。		
7 豚肉を入れて、さらに煮る。	10	
8 カレールウを入れ、焦げないように底の方から混ぜる。	5	<p>&lt;火の通りを確認する&gt;</p> 
9 果物を切って盛りつける。		
10 出来上がったごはんにかレールウをかけ、福神漬けを袋から出し、盛りつけて班ごとに食べる。	30	<p>おたまに、にんじんを入れてスプーンで火の通りを確認する。</p>
11 片付け	60	<p>&lt;注意&gt; かまどにかけた後の作業は、軍手（2枚重ね）を使い、やけどに気を付ける。</p>
(1) 生ゴミ（野菜くず）は水気を切り、ざるにまとめてコンポスト（堆肥をつくる容器）に持っていく。食べ残しは、水気を切り、所定のバケツに入れて管理棟前に置く。		
(2) 使った道具は、残菜やぬめりが残らないように洗う。		
(3) 道具の数を確認しながら、カラーコンテナに入れて、管理棟前や食器庫の元あった場所に返却する。		

## BBQの進め方

- 1 準備 BBQコンロ, 鉄板, 金網, 飯ごう2, しゃもじ2, トング, 皿人数分×2 (取り皿・ご飯), 包丁2本, ピーラー2本, まな板2枚, ざる2つ, 台ふき1枚, 消毒用スプレー, 手洗い用石けん, 洗剤, スポンジ, たわし, 金たわし

### 2 実施方法

進め方手順	時間(分)	留意点
1 道具(金網も)を全て洗う。	20	<p>&lt;野菜の切り方&gt; ○野菜は, <u>小さめに切る。</u> <u>キャベツ・タマネギ・カボチャ</u></p>  <p>※ <u>生肉は, 切らない。</u></p> <p>&lt;注意&gt; 金網は, 十分に冷えてから洗う。</p>
2 包丁, まな板はアルコール消毒をする。		
3 野菜を洗い, 包丁で適当な大きさ(小さめ)に切る。 皮はざるに入れ, コンポストに捨てる。	10	
4 BBQコンロに炭を入れ火をつけ金網をのせる。	50	
5 肉, 野菜をのせ, 焼いて食べる。		
6 片付け (1) 生ゴミ(野菜くず)は水気を切り, ざるにまとめてコンポスト(堆肥をつくる容器)に持って行く。食べ残しは, 水気を切り, 所定のバケツに入れて管理棟前に置く。 (2) 使った道具は, 残菜やぬめりが残らないように洗う。 (3) 道具の数を確認しながら, カラーコンテナに入れて, 管理棟前や食器庫の元あった場所に返却する。	30	

※ご飯の炊飯もあります。(p30-4参照)

## 焼きそばの作り方

- 1 準備 BBQコンロ, 鉄板, トング, 皿人数分×2 (取り皿・ご飯), 包丁2本, ピーラー2本, まな板2枚, ざる2つ, 台ふき1枚, 消毒用スプレー, 手洗い用石けん, 洗剤, スポンジ, たわし, 金たわし

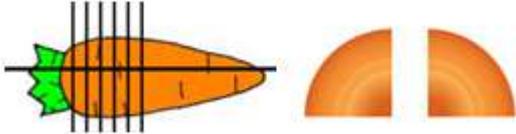
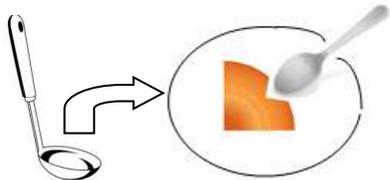
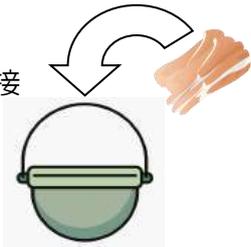
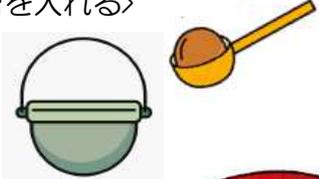
### 2 実施方法

進め方手順	時間(分)	留意点
1 道具(金網, 鉄板も)を全て洗う。	20	<p>&lt;野菜の切り方&gt; 野菜は, <u>小さめに切る。</u> <u>タマネギ・キャベツ・にんじん</u></p>  <p>※ <u>生肉は, 切らない。</u></p> <p>&lt;注意&gt; 鉄板は, 十分に冷えてから洗う。</p>
2 包丁, まな板はアルコール消毒をする。		
3 野菜を洗い, 包丁で適当な大きさ(小さめ)に切る。 皮はざるに入れ, コンポストに捨てる。		
4 BBQコンロに炭を入れ火をつけ, 鉄板をのせて温める。	10	
5 油をひき, 肉・野菜を炒める。	5	
6 麺を入れ, ほぐしながら炒める。	5	
7 焼きそばソースを入れてよく混ぜ, できあがり。	5	
8 片付け (1) 生ゴミ(野菜くず)は水気を切り, ざるにまとめてコンポスト(堆肥をつくる容器)に持って行く。食べ残しは, 水気を切り, 所定のバケツに入れて管理棟前に置く。 (2) 使った道具は, 残菜やぬめりが残らないように洗う。 (3) 道具の数を確認しながら, カラーコンテナに入れて, 管理棟前や食器庫の元あった場所に返却する。	30	

# 豚汁の作り方

- 1 準備 カレー鍋・ふた、包丁2本、ピーラー2本、まな板2枚、おたま1個、コップ1個、しゃもじ2本、カレー皿人数分+1枚（果物を盛る皿）、豚汁用お椀人数分、割箸（レストランから）、スプーン人数分+1本（調理用）、ざる2つ、台ふき1枚、消毒用スプレー、手洗い用石けん、洗剤、スポンジ、たわし、金たわし

## 2 実施方法

炊き方手順	時間(分)	留意点
1 道具を全て洗う。	20	<p>〈野菜の切り方〉 野菜は、早く火がとおるよう小さめに切る。</p> <p>にんじん・タマネギ等</p> 
2 包丁、まな板はアルコール消毒をする。		
3 野菜を洗いピーラーで皮をむき、包丁で切る。小さめに切る方が火のとおりが早い。皮はざるに入れ、ポリバケツに捨てる。		
4 鍋に切った野菜やその他の具材を入れ、水は、どんぶり（7分目）×人数分を入れる。顆粒だしは、袋の半分を目安に入れる。	10	<p>皮をむいて、縦長に2回切り、薄いちょう切りにする。</p> <p>〈火の通りを確認する〉</p> 
5 かまどにかけて、野菜を煮る。途中まぜながら、あくを取る。	35	
6 火がとおっているか確認する。おたまで大きめの野菜を取り、スプーンで切るなどするとよい。		
7 野菜に火がとおったら、豚肉を入れて、さらに煮る。	10	<p>〈豚肉を入れる〉 豚肉は、切らずに直接入れる。</p> 
8 豚肉に火がとおったら、味噌を入れる。味噌の量は、袋の分量を目安にする。お玉にみそを入れ、溶きながら入れると良い。	5	<p>〈味噌を入れる〉</p> 
9 味見をして、濃いときは水を加える。薄いときは、味噌を少しずつ足す。	30	
10 片付け	60	<p>〈注意〉 かまどにかけた後の作業は、軍手（2枚重ね）を使い、やけどに気を付ける</p> 
(1) 生ゴミ（野菜くず）は水気を切り、ざるにまとめてコンポスト（堆肥をつくる容器）に持っていく。食べ残しは、水気を切り、所定のバケツに入れて管理棟前に置く。		
(2) 使った道具は、残菜やぬめりが残らないように洗う。		
(3) 道具の数を確認しながら、カラーコンテナに入れて、管理棟前や食器庫の元あった場所に返却する。		
(4) かまどに残った灰は、燃やし尽くした後、ほうきやちりとりを使って灰捨て場に捨てる。		

## 焼き芋作り

ねらい	自然の中で、食事を作る楽しさを知るとともに、仲間と親睦を深める。
時間	1時間30分
費用	無料
対象	幼児～小学生
可能人数	100人まで
場所	霧島自然ふれあいセンターキャンプ場
準備・用具	<p>【参加者が用意する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・芋（人数分）</li> <li>・新聞紙</li> <li>・アルミホイル</li> <li>・着火ライター</li> <li>・軍手（滑り止めのゴムがついていないもの）</li> <li>・落ち葉（キャンプ場にある落ち葉や木の枝を集める）</li> </ul> <p>【ふれあいセンターが準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・手洗い用石けん</li> <li>・消毒用アルコール</li> </ul>
展開	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 用具の準備</li> <li>2 集合，人数確認</li> <li>3 作り方の説明，注意事項，用具の配布</li> <li>4 活動開始             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) キャンプ場にある落ち葉や木の枝を集める。</li> <li>(2) 芋を水で洗い，新聞紙を巻く。</li> <li>(3) 芋に巻いた新聞紙を水で濡らす。</li> <li>(4) 新聞紙の上にアルミホイルを巻く。</li> <li>(5) 集めた落ち葉や木の枝に火を着け，芋を入れて焼く。 ※ 焼き時間（30～40分）の間に，野外活動やクラフト活動を準備しておくとい。</li> <li>(6) 芋が柔らかくなったら出来上がり。</li> </ol> </li> <li>5 後始末と用具の返却</li> <li>6 活動のまとめ</li> <li>7 解散</li> </ol>
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ アルミホイルを巻く際に，新聞紙がはみ出さないように巻く。</li> <li>○ 芋を焼いた後は，軍手を使い，やけどに気をつける。</li> <li>○ 灰・燃えかすは，灰置き場に捨て，水をかける。</li> </ul>

1 落ち葉や木の枝を集める。



2 芋を水で洗い、新聞紙を巻く。



3 芋を巻いた新聞紙を水で濡らす。



4 新聞紙の上にアルミホイルを巻く。



※新聞紙がはみ出さないように巻く。

5 集めた落ち葉や木の枝に火を着け、芋を入れて焼く。(30~40分)



6 芋が柔らかくなったら出来上がり。



※軍手を使い、やけどに気をつける。

# キャンプファイヤー

ねらい	営火を囲んで火と夜の神秘さにひたり、清らかな心を養うとともに参加者の連帯感を高め、親睦を図る。	
費用	キャンプファイヤー用薪代 1,500円	
対象・人数	小学生以上（150人まで）	
場所	霧島自然ふれあいセンターキャンプ場（営火場）	
準備・用具	<ul style="list-style-type: none"> <li>貸し出す用具：火床、CD、トーチ消火用バケツ、ポータブルランプ（CD可）、灯油、延長コード、着火ライター</li> <li>団体の準備：トーチ6本、セリフのカード、懐中電灯</li> </ul> ※ 営火入場から退場までのリハーサルを当日の炊飯活動後半に実施する。	
必要な係	営火長1人、親火1人、子火4人、進行係 ※ 必ず事前に役割分担をする。	
隊形		
実施方法	<p>【内 容】</p> 関係者リハーサル(20分程度) <第1部 迎え火のつどい・15分> (静) 1 開会のことば 2 営火入場 (BGM) <選曲自由> 3 ともしびに捧げることば(親火) 4 誓いのことば(親火から子火へ) 5 迎え火のことば(営火長) 6 点火 (親火, 子火, 営火長) 7 歌「燃えろよ 燃えろ」<選曲自由> <p>&lt;第2部 交歓のつどい・45分&gt; (動)                  班別の出し物                  レクリエーション・ゲーム・ダンス等</p> <p>&lt;第3部 送り火のつどい・10分&gt; (静)                  1 採火 (営火長, 親火, 子火)                  2 送り火のことば(営火長)                  3 歌「今日の日はさようなら」&lt;選曲自由&gt;                  4 営火退場                  5 閉会のことば</p> <p>※ 火床, トーチ等の後始末</p>	<p>【留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>音楽に合わせて、親火、子火4、子火3、営火長、子火2、子火1の順で入場する。</li> <li>親火がともしびを営火長と子火に分火する。</li> <li>営火長の合図で、火床に点火する。</li> <li>みんなで楽しく活動し、交流を深める。</li> <li>火床からトーチに採火する。</li> <li>3番まで歌った後、ハミングで火の係が退場する。</li> </ul> <p>※ 火床の火は、ホースの水で確実に消火し、燃え残った薪や灰の後始末を行う。</p>

## キャンプファイヤー（展開例）

第一部 展開	演出ポイント
<p>&lt;第1部 迎え火のつどい&gt;</p> <p>※ 参加者入場（静，動，静の流れについて，事前に十分指導しておく）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>参加者は，静かに火床を囲む形で席に着く。</li> <li>電気係は，炊飯棟と営火場周辺の外灯の電気を消す。</li> <li>火の係は，トーチを持ち，営火場待機場所に親火，子火4，子火3，営火長，子火2，子火1の順番で整列し，静かに待機する。</li> <li>着火消火係は，<b>親火だけ火をつける。</b></li> </ul>	
<p><b>1 開会のことば</b></p> <p>・音楽係 CD1番「遠き山に日は落ちて」を流す。🎵 🔊</p> <p>進行「ただいまから，（ ）のキャンプファイヤーを始めます。」</p>	<p>音楽：CD1番 「遠き山に日は落ちて」</p>
<p><b>2 営火入場</b></p> <p>進行「営火入場」（<b>強くはっきりとした声で</b>）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>火の係は，親火，子火4，子火3，営火長，子火2，子火1の順に入場する。</li> <li>音楽係 入場が終わったら音楽を徐々に小さくして消す。🔊✖</li> </ul>	<p>火の係：堂々と胸を張って入場し，決して笑わない。</p> <p>音楽係：音楽を消すときは，少しずつ小さくして消す。</p>
<p><b>3 ともしびに捧げることば</b></p> <p>進行「親火の方は，ともしびにささげることばをお願いします。」</p> <p><b>親火のことば</b></p> <p>「わたしたち（ ）の（ ）人は，ここ霧島自然ふれあいセンターにおいて，キャンプファイヤーを行うことができ，うれしく思います。（間）自然の中で共に活動し，寝食をともにする中で，今まで気付かなかった友達のすばらしい姿を発見し，（間）自分の姿を見直しながら，さらに，友情を深めたいと思います。（間）今夜は，仲良く，楽しく心に残るつどいにし，これを機会に明日からの生活に役立てることを誓い，ともしびにささげることばとします。」</p> <p style="text-align: center;">令和〇〇年〇月〇日    〇〇代表    〇〇 〇〇</p>	<p>親火：大きな声で堂々と言葉を述べる。</p>
<p><b>4 誓いのことば</b></p> <p>進行「親火の方は，子火に呼びかけて，ともしびを分けてあげてください。」（<b>はっきりとした声で</b>）</p> <p><b>子火1へ分火</b> 🔥</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>親火 子火1の前まで歩き，<b>向かい合って一礼</b></li> <li>親火 「強い心と体の持ち主になるために」</li> <li>子火1 「わたしたちは，心と体をきたえ，どんな苦しみにも負けず，最後までやりぬく強い心と体の持ち主になるよう努めます。」</li> <li>親火 <b>子火1へ火を分ける</b></li> <li>親火・子火1 <b>火がついたら一礼をする</b></li> </ul>	<p>親火・子火：大きな声で堂々と言葉を述べる。</p>

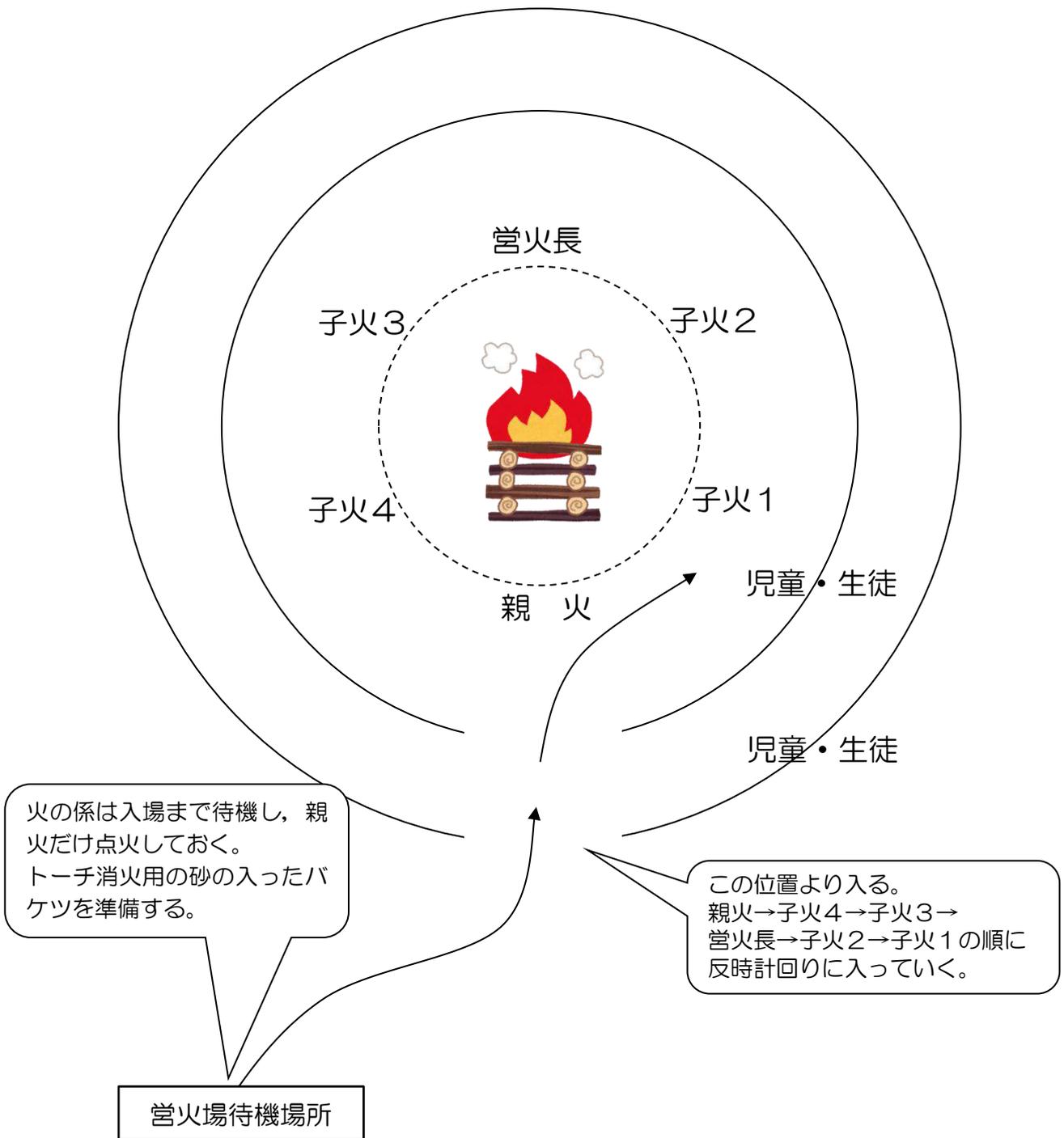
第一部 展開	演出ポイント
<p><b>子火2へ分火</b> </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>親火 子火2の前まで歩き、<b>向かい合って一礼</b></li> <li>親 火 「豊かな心の持ち主になるために」</li> <li>子火2 「わたしたちは、自分のことだけでなく、いつも他人の立場を考え、親切で思いやりのある温かい人間になるよう心がけます。」</li> <li>親火 <b>子火2へ火を分ける</b></li> <li>親火・子火2 <b>火がついたら一礼をする</b></li> </ul> <p><b>営火長へ分火</b> </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>親火 営火長の前まで歩き、<b>向かい合って一礼</b></li> <li>親火 <b>営火長に火を分ける</b></li> <li>親火・営火長 <b>火が付いたら一礼</b></li> </ul> <p><b>子火3へ分火</b> </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>親火 子火3の前まで歩き、<b>向かい合って一礼</b></li> <li>親 火 「いつまでも変わらない友情のために」</li> <li>子火3 「わたしたちは、このすばらしい友情をさらに深め、これからの人生を共に助け合い、励まし合っていくことを誓います。」</li> <li>親火 <b>子火3へ火を分ける</b></li> <li>親火・子火3 <b>火がついたら一礼</b></li> </ul> <p><b>子火4へ分火</b> </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>親火 子火4の前まで歩き、<b>向かい合って一礼</b></li> <li>親 火 「一日一日に全力を尽くすために」</li> <li>子火4 「わたしたちは、一日一日を反省し、明日に向かって全力を尽くし、悔いのない毎日を過ごすように努めます。」</li> <li>親火 <b>子火4へ火を分ける</b></li> <li>親火・子火4 <b>火がついたら一礼</b></li> </ul>	
<p><b>5 迎え火のことば</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>進行 親火が元の位置に戻ったら、進行を始める。</li> <li>進行「営火長は、迎え火のことばをお願いします。」</li> </ul> <p><b>営火長のことば</b></p> <p>「今夜は、皆さんとこうしてキャンプファイヤーを行うことができ、うれしく思います。みなさんひとりひとりの胸に、情熱の炎が力強く燃えています。今夜のキャンプファイヤーがさらに友情を深め、今後の生活の向上につながることを期待します。そして、いつまでも心のアルバムに残るつどいになることを希望して迎え火のことばとします。」</p>	<p>営火長：大きな声で堂々と言葉を述べる。</p>
<p><b>6 火床の薪へ点火</b></p> <p>進行「営火長は点火の合図をお願いします。」</p> <p>営火長「点火」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>火の係は、中央の火床の薪に点火する。</li> </ul>	
<p><b>7 歌「燃えろよ燃えろ」</b></p> <p>進行「さあ、みんなで『燃えろよ燃えろ』を歌いましょう。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>音楽係は、CD2番「燃えろよ燃えろ」を流す。🎵🔊</li> <li>歌が終わったら、</li> <li>進行「営火退場」</li> <li>火の係は、親火を先頭に退場する。</li> <li>着火消火係は、トーチの火を消火する。</li> </ul>	<p>音楽：CD2番「燃えろよ燃えろ」</p>

第二部 展開	演出ポイント
<p>&lt;第2部 交歓のつどい&gt;</p> <p>進行「静かな中で第1部のセレモニーが終わりました。これからレクリエーションに入ります。歌やゲームを大いに楽しみましょう。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ファイヤーキーパーは、第三部まで火床の火が消えないように火の様子を見て適宜薪を追加する。</li> </ul>	レクリエーションや出し物を準備していると盛り上がる。

第三部 展開	演出ポイント
<p>&lt;第3部 送り火のつどい&gt;</p> <p><b>1 採火</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>火の係はトーチを持ち、火床の所定の場所で待機する。</li> </ul> <p>進行「ただ今から第3部『送り火の式』を始めます。」</p> <p>進行「係のみなさんは、採火してください。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>火の係は中央の火床から自分のトーチに採火する。</li> </ul>	静かな雰囲気をつくる。
<p><b>2 送り火のことば</b></p> <p>進行「営火長は、送り火のことばをお願いします。」</p> <p><b>営火長のことば</b>      (ゆっくりと噛みしめながら)</p> <p>「今夜は、楽しくキャンプファイヤーを行うことができました。(間)それは、みなさんの一人一人の心が一つになった証拠だと思います。(間)このキャンプファイヤーの炎のように、いつまでも変わらぬ情熱と友情の炎を燃やし続け、これからの学校や家庭、地域での生活に生かしていくことを期待して、送り火のことばとします。」</p>	
<p><b>3 歌「今日の日はさようなら」</b></p> <p>進行「最後にみんなで『今日の日はさようなら』を歌いましょう。3番まで歌ったら、ハミング(ラララ)で続けてください。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>音楽係は、CD3番「今日の日はさようなら」を流す。🎵🔊</li> </ul>	音楽：CD3番 「今日の日はさようなら」
<p><b>4 営火退場</b></p> <p>3番まで歌い終わった後、</p> <p>進行「営火退場」 ハミングで係が退場する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>退場後、着火消火係は、トーチの火を消火する。</li> </ul>	
<p><b>5 閉会のことば</b></p> <p>火の係全員が退場後、</p> <p>進行「以上で( )のキャンプファイヤーのすべてを終わります。」</p>	

※ キャンプファイヤー終了後、炊飯棟の水道からホースを伸ばし、火床の薪に水をかけ、火を完全に消す。燃え残った薪や灰は、灰捨て場に捨てる。

# 入場時会場図および係員入場方法



## キャンプファイヤー台本（子火用）

親 火 強い心と体の持ち主になるために。

子火1 わたしたちは、心と体をきたえ、どんな苦しみにも負けず、最後までやりぬく強い心と体の持ち主になるよう努めます。

親 火 豊かな心の持ち主になるために。

子火2 わたしたちは、自分のことだけでなく、いつも他人の立場を考え、親切で思いやりのある温かい人間になるよう心がけます。

親 火 いつまでも変わらない友情のために。

子火3 わたしたちは、このすばらしい友情をさらに深め、これからの人生を共に助け合い、<sup>はげ</sup>励まし合っていくことを誓います。

親 火 一日一日に全力を尽くすために。

子火4 わたしたちは、一日一日を反省し、<sup>あす</sup>明日に向かって全力を尽くし、<sup>く</sup>悔いのない毎日を過ごすように努めます。

## キャンプファイヤー台本（営火長用）

### 営火長（迎え火のことば）

「今夜は、みなさんとこうしてキャンプファイヤーを行うことができ、うれしく思います。みなさん一人一人の胸に、情熱の炎が力強く燃えています。今夜のキャンプファイヤーがさらに友情を深め、団結を強め、今後の生活の向上につながることを期待します。そして、いつまでも心のアルバムに残るつどいになることを希望して迎え火のことばとします。」

### 営火長（点火の合図）

「点火」

### 営火長（送り火のことば）

「今夜は、楽しくキャンプファイヤーを行うことができました。それは、皆さんの一人一人の心が一つになった証拠だと思います。このキャンプファイヤーの炎のように、いつまでも変わらぬ情熱と友情の炎を燃やし続け、これからの学校や家庭、地域での生活に生かしていくことを期待して、送り火のことばとします。」

## キャンプファイヤー台本（親火用）

### 親火（ともしびにささげることば）

「わたしたち〇〇〇の〇〇は、ここ霧島自然ふれあいセンターにおいて、キャンプファイヤーを行うことができ、うれしく思います。自然の中で共に活動し、寝食を共にする中で、今まで知らなかった友達のすばらしい姿を発見し、自分の姿を見直しながら、さらに、友情を深めたいと思います。今夜は、仲良く楽しく、いつまでも心に残るつどいにし、これを機会に明日からの生活に役立てることを誓い、ともしびにささげることばとします。」

令和〇〇年〇月〇〇日      〇〇代表〇〇 〇〇

### 親火→子火（誓いのことば）

親 火 強い心と体の持ち主になるために。

子火1 わたしたちは、心と体をきたえ、どんな苦しみにも負けず、最後までやりぬく強い心と体の持ち主になるよう努めます。

親 火 豊かな心の持ち主になるために。

子火2 わたしたちは、自分のことだけでなく、いつも他人の立場を考え、親切で思いやりのある温かい人間になるよう心がけます。

親 火 いつまでも変わらない友情のために。

子火3 わたしたちは、このすばらしい友情をさらに深め、これからの人生を共に助け合い、励まし合っていくことを誓います。

親 火 一日一日に全力を尽くすために。

子火4 わたしたちは、一日一日を反省し、明日に向かって全力を尽くし、悔いのない毎日を過ごすように努めます。

<第1部 迎え火のつどい>

※ 参加者入場

1 開会のことば (CDデッキスイッチONしてから～「遠き山に日は落ちて」～)

「ただいまから、( ) のキャンプファイヤーを始めます。」

2 営火入場

「営火入場」 親火, 子火4, 子火3, 営火長, 子火2, 子火1の順

3 ともしびに捧げることば

「親火の方は、ともしびにささげることばをお願いします。」

親火のことば 「わたしたち～とします。」 令和〇〇年〇月〇日 〇〇代表 〇〇 〇〇

4 誓いのことば

「親火の方は、子火に呼びかけてともしびを分けてあげてください。」

親火と子火の誓いのことば 親火→子火1→親火→子火2→親火→子火3→親火→子火4

5 迎え火のことば

「営火長は、迎え火のことばをお願いします。」

営火長のことば 「今夜は、～迎え火のことばとします。」

6 点火

「営火長は、点火の合図をお願いします。」 営火長「点火」

7 歌「燃えろよ燃えろ」

「さあ、みんなで『燃えろよ燃えろ』を歌いましょう。」

「営火退場」

<第2部 交歓のつどい>

「静かな中で第1部のセレモニーが終わりました。これからレクリエーションに入ります。出し物やゲームを大いに楽しみましょう。」

<第3部 送り火のつどい>

1 採火

「ただ今から、第3部送り火の式を始めます。」

「係の皆さんは、採火してください。」

2 送り火のことば

「営火長は、送り火のことばをお願いします。」

営火長のことば 「今夜は、～迎え火のことばとします。」

3 歌「今日の日はさようなら」 (3番まで歌った後、ハミングで火の係が退場する。)

「最後にみんなで『今日の日はさようなら』を歌いましょう。3番まで歌ったら、ハミング（ラララ）で続けてください。」

4 営火退場 (親火を先頭に退場し、ぬれぞうきんで火を消す。)

「営火退場」

5 閉会のことば

「以上で（ ）のキャンプファイヤーのすべてを終わります。」

## キャンドルファイヤー

ね ら い	ろうソクの炎を眺めながらテーマを決めて会話をしたり、静かな時間を過ごしたりすることで、友達の考えを知り、自己を見つめるとともに、参加者の連帯感を高める。	
費 用	無料	
対象・人数	小学生以上（150人まで）	
場 所	霧島自然ふれあいセンターキャンプ場（炊飯棟）	
準備・用具	<p>【参加者が用意する物】</p> <p>なし</p> <p>【ふれあいセンターが用意する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ろうソク</li> <li>・着火ライター（マッチ）</li> </ul>	
留 意 事 項	<p>(1) 参加者がスムーズに会話ができるようにテーマを事前に決めておく。</p> <p>(2) 参加者全員が会話に入ることが出来るように代表者はサポートを行う。</p> <p>(3) 衣類等に火が燃え移らないように十分注意する。</p>	
実 施 方 法	<p>【内 容】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>事前準備 <ul style="list-style-type: none"> <li>・会話のテーマを決めておく。</li> <li>・テーブル中央にろうソクを設置する。</li> </ul> </li> <li>各テーブルのろうソクに火をつける。</li> <li>参加者にテーマを伝え、会話を楽しむ。</li> <li>活動の最後にふりかえりを行う。</li> <li>片付け <ul style="list-style-type: none"> <li>・ろうソクの火を消す。</li> <li>・貸出し物を返却する。</li> </ul> </li> </ol>	<p>【留 意 点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ テーマは学校の実態に応じて決めておく。</li> <li>○ ろうソクはテーブル毎に1個ずつ配置する。</li> <li>○ テーマに合った内容の会話が出来ているかを確認する。</li> <li>○ ろうソクは熱くなっている為、火を消した後にすぐ触らないようにする。</li> <li>○ 全てのろうソクの火が消えているかを確認する。</li> <li>○ 全ての貸出し物は活動後に管理棟へ返却する。</li> </ul>

(会話テーマ例)

- 家族のこと（家族の紹介，最近起きた出来事等）
- 好きなこと（スポーツ，教科，場所等）
- 友達のこと（友達の良いところ，他己紹介等）
- 学級での課題など

※ 内容は学校の実態に応じて決める



準備物



キャンドル



活動の様子①



活動の様子②

(ふりかえりの視点例)

- 人の話をしっかり聞くことができたか
- 活動前よりも友達のことを知ることができたか
- 普段と違う環境の中で語り合った中でどのような事を感じたか

## ニュースポーツ

### 〈カローリング〉

概要 氷上のスポーツ（カーリング）からヒントを得て誕生した、新しいスポーツである。

1チーム3人のプレイヤーが6個のカラフルなジェットローラーを、コート先端にある直径90cmのポイントゾーンに向けて相手チームのプレイヤーと交互に走行してぶつけ合い得点を競う。

対象 小学生以上

時間 約1時間

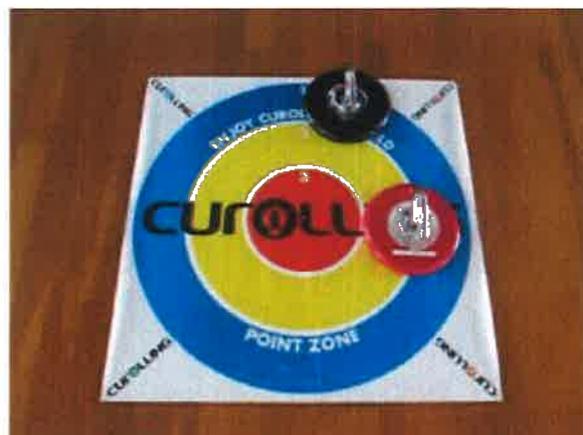
人数 1チーム3人（2チーム対抗）

準備物 ジェットローラー6個、ポイントゾーン1枚、テープ、マット

- 進め方
- ① ジャンケン等で先攻・後攻を決める。
  - ② 先攻の1番、後攻の1番、先攻の2番という順に6名がローラーを押し出す。
  - ③ 最後にポイントゾーンの中心の近くにローラーのあるチームが勝利となる。



準備物



中心に近い赤の勝利



投げ方



コートの様子

## 〈シャッフルボード〉

概要 木製の棒（キュー）で円板（ディスク）を押して区画した得点圏に入れ、得点を競うゲームである。

対象 小学生以上

時間 約1時間

人数 シングルス（1対1）とダブルス（2対2）、4対4の対抗戦

準備物 シャッフルボード用の棒（キュー）、円板（ディスク）、マット

- 進め方
- ① 円板は黄4個、黒4個で黄組から始め、交互にキューで円板を押し出す。
  - ② 8個の円板を押し終わる半ラウンド終了で得点を計算する。次に逆の方向から黒組より始める。
  - ③ 往復して得点の高い方が勝利となる。
  - ④ 線上の得点は無効となる。



準備物



合計14点



押し方



コートの様子

## 〈ストラックアウト〉

概要 ドッジビーをサイドスローで投げて、的を打ち抜き得点を競うゲームである。

対象 幼児から高齢者まで

時間 約1時間

人数 チーム（1～9人）×チーム数（不特定多数で実施可能）

準備物 ストラックアウトセット（1セット有り）、ドッジビー、スコアシート

- 進め方
- ① 手持ちのドッジビーは5個あり、5回連続して投げる。
  - ② ドッジビーは片手で持ち、両足は地面から離れないように投げる。
  - ③ 数字が得点になる。



ストラックアウトセット



ドッジビー



投げ方



合計15点

## 〈輪投げ〉

概要 輪をアンダーハンドで弧を描くように投げて、ポールに入れ得点を競うゲームである。

対象 幼児から高齢者まで

時間 約1時間

人数 1チーム(1~9人)×チーム数(不特定多数で実施可能)

準備物 輪投げ・座板セット(3セット有り)、スコアシート、

- 進め方
- ① 座板と投輪ラインの距離は、団体の判断により任意の距離で行う。
  - ② 9本の輪(赤4・黄4・青1)を続けて投げる。
  - ③ 輪は片手で持ち、両足は地面から離れないように投げる。
  - ④ 台のポールの下にある数字が得点になる。縦横斜めのいずれかの1列がそろうごとに10点加算される。



輪投げ・座板セット



投げ方



合計11点



合計26点

## 〈グラウンド・ゴルフ〉

**概要** ポールをホールポスト目指してクラブで打ち、何打でホールポストに入れるかを競うゲームである。敷地内に設置された8つのホールをクリア（ホール下部の輪の中に入れる）し、すべてのホールスコア（ホールに入れるために打った回数）の合計が少ない人（団体では個人のスコアの合計）が上位になる。

**対象** 小学生以上

**時間** 約2時間（人数による）

**人数** 1チーム（4～6人） ※ 各ホールで同時にスタートする。

**準備物** 筆記用具（各グループに1本）、グラウンドゴルフ用ボール・クラブ（人数分：6人×3チーム分有り）、スコアシート、ボールマーク

- 進め方**
- ① 打順をジャンケン等で決め、最後まで変更しない。
  - ② 2打以降はゴールに遠い人から打つ。
  - ③ ホール毎にスコアを記録する。8ホールを2回行う。



準備物



ホールクリア



打ち方

- 打つときは周りに人がいないか確認しましょう。
- 自分のボールにはマークをしましょう。
- 前のチームが終わったのを確認してから打ちましょう。
- 1回でいった場合（ホールインワン）は「マイナス3打」になります。

## 〈パークゴルフ〉

**概要** ボールを転がしてカップインを目指してクラブで打ち、何打でカップに入れるかを競うゲームである。敷地内に設置された9つのホールをクリア（ホールのカップに入れる）し、すべてのホールスコア（ホールに入れるために打った回数）の合計が少ない人（団体では個人のスコアの合計）が上位になる。

**対象** 小学生以上

**時間** 約1時間（人数による）スタートティーグラウンドよりスタート

**人数** 1チーム（3～4人）

**準備物** 筆記用具（各グループに1本）、クラブ・パークゴルフ用ボール・スコアシート・ボールマーカー

- 進め方**
- ① 打順をジャンケン等で決める。
  - ② 2打目はカップから遠い順に打つ。
  - ③ 次ホールからは前ホールの成績が良かった順に打つ。
  - ④ ホール毎にスコアを記録する。9ホールでパー30（全2コース）



準備物



カップに入れてゴール



打ち方

- 打つときは周りに人がいないか確認しましょう。
  - 自分のボールにはマークをしましょう。
  - 前のチームが終わったのを確認してから打ちましょう。
  - ボールの位置を勝手に変えたりコースを外れたりした時は全て2打付加とします。
- ※ ふれあいセンターで決められたルールがあるので事前に確認しましょう。

## 〈フライングディスクゴルフ〉

**概要** ディスクをゴール目指して投げ、何投でゴールに入れるかを競うゲームである。9ホールをクリア（ゴールのかごにディスクを入れる）し、すべてのホールのスコア（ゴールまでに投げた回数）の合計が少ない人（団体では個人のスコアの合計）が上位になる。

**対象** 小学生以上

**時間** 約2時間

**人数** 1チーム（4～6人） ※ 各ホールで同時にスタートする。

**準備物** 筆記用具（1グループに1本）、フライングディスク（人数分：100枚程度有り）、ゼッケン、スコアシート、

- 進め方**
- ① 投げる順番をジャンケン等で決め、最後まで変更しない。
  - ② 2投以降はゴールに遠い人から投げる。
  - ③ ホール毎にスコアを記録する。9ホールを2回行う。



スタート



ゴール（ホールクリア）



投げ方

- ふれあい棟や創作の館の屋根にディスクが乗らないように気を付けましょう。特に風が強い日は注意しましょう。
- 前のチームが終わったのを確認してから投げましょう。
- 1回でいった場合は「マイナス3投」になります。

## 〈ゲーゴルゲーム〉

**概要** ゲーゴルスティックとゲーゴルボールを使い、1m×5mの長方形の競技マットの上に2種類の「得点ゾーン」を設け、個人あるいは団体による競技者で対抗形式によって行われる。四角得点ゾーンに1回、変形得点ゾーンに1回の計2回のゲームを行い、総得点の多い者（チーム）の勝ちとなる。

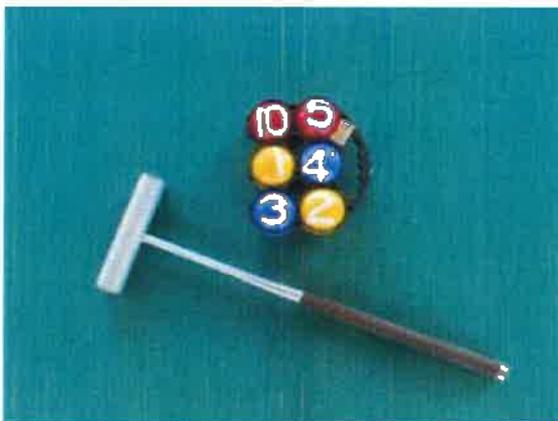
**対象** 小学生以上

**時間** 約1時間（人数による）

**人数** 1人以上、団体戦1チーム5人以内

**準備物** スティック、ボール6個、マット

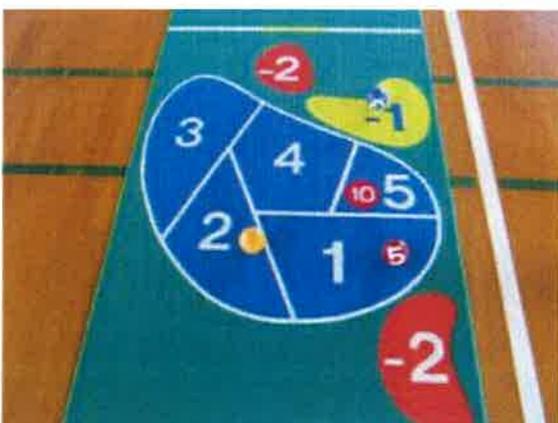
- 進め方**
- ① ジャンケン等で先攻、後攻を決める。
  - ② 先攻の1番がスタートラインから6個の球を打ち、続けて第2ゲームを行う。2ゲーム終了後、得点を確認する。
  - ③ 次に後攻の1番が第1ゲーム、第2ゲームを行い、次に先攻の2番というように交互に行う。合計得点の高い者（チーム）が勝利となる。



ゲーゴルスティックとゲーゴルボール



打ち方



得点ゾーン完全に入っていれば得点



得点ゾーンと同じ番号のボールで得点が2倍

## 〈羽根っこゲーム（七福神ゲーム）〉

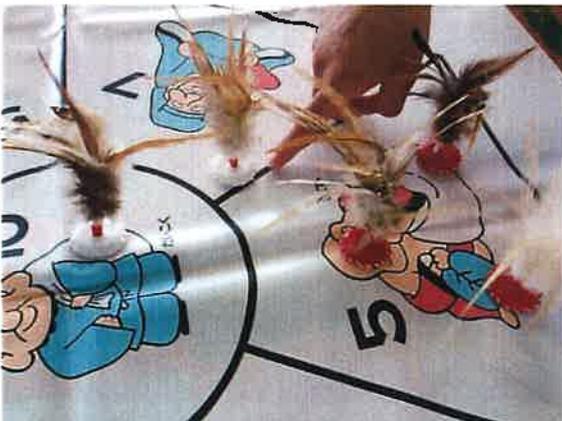
- 1 概要 羽根を持って、アンダーハンド（下手投げの要領）で、弧を描くように投げると地面にきちんと立つようになっている。
- 2 対象 子どもから高齢者まで
- 3 時間 約1時間
- 4 人数 1対1～10対10
- 5 準備物 シート、羽根（5セット有り）
- 6 進め方
  - ① 赤白の2チームに分かれて、ジャンケンで先攻・後攻を決め、交互に羽根をアンダーハンドで投げる。
  - ② 全ての羽根を投げ終わったら、得点を集計する。さらに七福神の全てにチームの羽根が入っていたらボーナス点として50点を加算する。
 ※ 先に200点に達したチームの勝ちや、七福神の全てにチームの羽根を入れることを目標にするなどオリジナルルールを決めてもよい。
- 7 留意事項
  - ・ シートまでの距離は2～3mが適当であるが、参加者によって調整してもよい。
  - ・ 投げた羽根がわくの中に完全に入れば得点になるが、羽根の台の部分が線にかかったり、羽根が倒れたりした場合は得点にならない。



準備物



赤・白交互にアンダーハンドで投げる



線にかかったり、倒れたりした羽根は無得点

- 交互に投げ、線にかかったり、倒れたりした羽根はすぐ取り除く。
- 全て投げ終わり、七福神全部に入っていたらプラス50点。
- 参加者によってシートまでの距離を調整してもよい。

## 〈羽根っこゲーム（陣とりゲーム）〉

- 1 概要 羽根を持って、アンダーハンド（下手投げの要領）で、弧を描くように投げると地面にきちんと立つようになっている。
- 2 対象 子どもから高齢者まで。
- 3 時間 約1時間
- 4 人数 1対1～10対10
- 5 準備物 シート、羽根（5セット有り）
- 6 進め方
  - ① 赤白の2チームに分かれて、ジャンケンで先攻・後攻を決め、交互に羽根をアンダーハンドで投げる。
  - ② 全ての羽根を投げ終わったら、羽根の入ったマス目の数で競う。同じマス目に羽根が2個以上入っても、得点となるマス目は1個のみ。ただし、真ん中のマス目だけは、どちらもチームが入れても有効となる。※ 赤白マスに関係なく一列そろそろまで投げ続けるピンゴ形式のルールや、ハサミ取り（オセロのようなルール）など、オリジナルルールを決めてもよい。
- 7 留意事項
  - ・ シートまでの距離は2～3mが適当であるが、参加者によって調整してもよい。
  - ・ 投げた羽根がわくの中に完全に入れば得点になるが、羽根の台の部分がかかったり、羽根が倒れたりした場合は得点にならない。
  - ・ 相手の色のマス目に入れても自分の得点にはならない。



準備物



赤・白交互にアンダーハンドで投げる



相手のマス目に入っても得点にならない

- 交互に投げ、線にかかったり、倒れたりした羽根はすぐ取り除く。
- 参加者によってシートまでの距離を調整してもよい。

## ＜チームワークゲーム＞

- 1 概要 参加者どうしが協力して課題を解決する活動。声をかけ合い、楽しみながら、創意工夫して課題を解決していく喜びを味わうことができる。いくつかの種類があり、目的に応じて組み合わせることで、グループ内の人間関係を深めることができる。
- 2 対象 小学校3年生以上
- 3 時間 1種類につき15分～20程度
- 4 人数 1グループ5～10人程度
- 5 準備物 運動のできる服装、靴（室内の場合、体育館シューズ等）  
【ふれあいセンターで準備する物】 各種用具、ストップウォッチ等
- 6 実施場所 つどいの広場・プレイホール
- 7 留意事項 (1) 引率者は事前に、参加者の実態や目的についてセンター職員と話し合い、行うゲームの種類を決定する。  
(2) 目的に応じて、グループ分けを行う。事前にグループを決めておき、当日、レクリエーションを進めながらグループをつくる。
- 8 進め方 チームワークゲームは、設定された課題に対して参加者一人一人の持ち味や能力を出し合い、グループで協力して解決するプログラムである。
  - 課題の解決方法には正解がない。参加者全員がそれぞれの持ち味を出し合い、一つになって取り組むことが大切である。
  - 課題解決の過程においてグループ内でのコミュニケーションが活発になり、信頼感や協調性が生まれ、仲間づくりに大変効果的である。
  - 自然の中で行うことにより、参加者の冒険心をそそり、変化に富んだ内容になる。
- 9 支援のポイント
  - ・ 各課題の目的、やり方、ルール等について熟知しておきます。
  - ・ 自然環境やグループの特徴等の状況に対応できるように、やり方やルールの応用型を準備しておきます。
  - ・ 参加者自身が自分たちの力だけで挑戦できるように、参加者のレベル（年齢、体力、男女比経験等）に配慮した課題を選びます。
  - ・ 出来る限り、最後までやりとげるようにします。
  - ・ 課題は、「易しい」から「難しい」、「単純」から「複雑」という具合に配列します。

- ・ 時間制限を設けたり、ストーリーを作ったり、他のグループの解決時間を紹介する等、課題解決に対する参加者の意欲を高めるように工夫します。引率者（スタッフ）は、見守る立場にあります。行き過ぎた助言は、参加者のユニークなアイデアや好ましい人間関係、課題を達成したときの満足感等を奪ってしまうこととなります。
- ・ 引率者（スタッフ）は、常に安全面について配慮します。
- ・ 課題を解決したら、その成功を喜んであげます。なぜ成功したのか、他に方法はなかったのか、全員が協力していたか等のふり返りの時間を設けます。

## 10 活動の流れ（例）

- (1) 課題の認知，受容…グループに対して課題を提示します。
- (2) 課題の分析，思考…課題解決の方法をグループで考えます。
- (3) 課題解決の計画……参加者のアイデアを持ち寄り，解決方法を決定します。
- (4) 課題解決の実施……解決方法に従って解決していきます。うまく解決できないときは，(2)に戻ります。
- (5) 課題解決……課題が達成されます。
- (6) ふりかえり……グループがどのように動いたかを振り返ります。

## 11 チームワークゲームの例

（★…活動の導入向き / ★★…活動の中盤向き / ★★★…活動の終末向き）

### (1) UFO着地（★）

竹輪を全員の指先（第一関節のあたり）で支え，指をはなさず地面に着陸させる。

【ポイント】誰かの指がはなれてしまったら，最初からやり直す。（指はピストルの形）  
輪を下げる方法について話し合い・工夫する。  
5人以上がよい。大人数が面白い。

【準備】竹輪（各グループ1本）



### (2) トランポリン（★）

シートのはしをみんなで持って引っ張り，その中心にボールを乗せる。このシートをトランポリンの代わりにして，ボールを高く飛ばす。

【ポイント】みんなの息を合わせないとうまく飛ばない。  
10回飛ばせたらクリア。  
落ちてしまったら最初からなどルールを決める。

【準備】シート，柔らかいボール

(3) 硫酸の川 (★)

グループに与えられた足場（段ボール片）だけを使って、メンバー全員が川（川に想定した部分・10メートル程度）を渡る。

【ポイント】足場（段ボール片）は体から離れると流されてしまう。

足場は人数よりもちょっと少なめがよい。

誰かが落ちてしまったら、最初からやり直し。

※ 対象年齢に合わせて変えてよい。

【準備】段ボール片（数枚）



(4) パイプライン (★★)

1人1つずつパイプを持ち、スタートからゴールまで協力してボールを運ぶ。

【ポイント】途中でボールが落ちてしまうと、最初からやり直し。

ボールを持ったまま移動してはいけない。

状況に応じて、話し合う短い時間を設定する。

【準備】パイプ、ピンポン球、ゴール（空き缶等）



(5) フラフープリレー (★★)

手をつなぎ、大きな円をつくって、1カ所にフラフープをいれる。手を離さずに、フラフープを一周させる。

【ポイント】時間を計り、タイムをどこまで縮めることができるか挑戦させる。

どうすれば早く1周させることができるか話し合わせる。

【準備】フラフープ

※ ロープの輪で行うと、難易度が上がる。



(6) 人間知恵の輪 (★★)

まず6~8人名程度の人数で円になる。両隣の人以外の人と手をつなぎます。ただし、同じ人とつないではいけない。手をつなぐとき、順序よく直前の上でつなぐようにしていくと、ほどけやすくなる。みんなの手がからまっている状態なので、お互いに声をかけあって、くぐったり、またいだりしながら、1つの大きな円にする。 ※ 内向き、外向きの人がいる。

【ポイント】スタート時点で、円がふたつになっていないかを確認する。

例：誰かが1回つないでいる手をギュっとにぎり、握られた人はその反対の手をギュっとにぎって伝えていく。

全員の手をまわって最初に握った人に帰って来たら、円が1重であるとわかる。

手は離さない。ねじれた場合、つなぎ替えるのはよい。

【準備】特になし



(7) 日本列島 (★★★)

狭い土地(新聞紙)の上に、メンバー全員が乗り10秒数える。

【ポイント】みんなで話し合い、地面に足がつかないように工夫する。

※ 新聞紙大→小へ変え、課題を難しくする。

【準備】新聞紙1枚



(8) 一本橋 (★★★)

二組に分かれ、一本橋の両端に立ち、橋から落ちないように移動して入れ替わる。

【ポイント】入れ替わる方法について工夫する。

一列で橋に立ち、誕生日や名前順に並びかえるバリエーションなどもある。

【準備】一本橋(角材2本を並べたもの)



(9) ムカデ競争 (★★)

スタートラインを背にして縦一列に、膝を立てて班で一列になって座り、それぞれ背中を向けている人の足首をしっかり握って競走する。

【ポイント】足首を離してムカデが切れたら、スタート地点に戻って再スタートする。みんなで声を合わせてリズムを取ることが大切。「前進のみ (S→G)」や「周回 (目印を回ってくる)」「バックで戻ってくる」などのバリエーションで楽しめる。

【準備】 笛、折り返し用のコーン (パイプいす)



(10) タグマッチ (★)

タグ (布) を腰にはさみ、左 (右) 手どうしをつなぐ。合図と同時に、相手のタグを取り合う。早く取った人の勝ちとなる。

【ポイント】腰にはさむタグの長さをそろえる。手を放してはいけない。

【準備】 笛、ストップウォッチ、タグ (布)



(11) ネットパスラリー (シートで遊ぶ) (★★)

ネットにボールを載せて持ち、ペア2組で向かい合い、ネットの上のボールを交換する。

【ポイント】ニュートラルゾーンに踏み入らないようにする。ネット (シート) の大きさに合わせて人数を調整する。人数が多くなるほど難易度が上がる。

【準備】 ネット (シート)、ボール、ストップウォッチ



(12) リングテニス (★★)

向かい合ったペアがリングを1個ずつ持ち、かけ声をあわせ、全員でリングをスローイングし、お互いのパートナーが投げたリングをキャッチする。(リングの交換)

【ポイント】アンダーハンドでスローイングする。

スローイングとキャッチングは必ず片手で行う。

掛け声に合わせて一斉に行う。

リングが1個でも地面に落ちたらアウトとなる。

全員がミスなくキャッチできた時にカウントする。

【準備】 リング



## オリエンテーリング

ね ら い	地図とコンパスを使ってポストを探しながら、霧島の大自然に親しむ。また、グループ活動を通して協調性を養い、達成の喜びを味わう。	
時間・費用	・ 2時間程度 ・ 無料	
対象・人数	・ 小学生以上 ・ 100人程度	
場 所	霧島自然ふれあいセンター周辺（オリエンテーリングコース）	
準備・道具	<p>【参加者が準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 運動のできる服装</li> <li>・ 水筒</li> <li>・ 帽子</li> </ul> <p>【ふれあいセンターで準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 地図、コンパス、ゼッケン、筆記用具、紙ばさみ、記録用紙、引率者巡視マップ</li> <li>・ 引率用自転車（必要に応じて貸出可能）</li> </ul>	
コ ー ス	<p>1 Aコース 小学生向き</p> <p>2 Bコース 中学生以上向き</p>	
留 意 事 項	<p>1 センター職員は事前事後の指導を行うが、原則として同行しない。</p> <p>2 グループ編成は4～6人とする。</p> <p>3 グループから離れた行動をとらないように注意する。</p> <p>4 活動中は、天候の急変や事故防止に備え、対応措置を考えておく。</p>	
実 施 方 法	<p>【内 容】</p> <p>1 集合</p> <p>2 人数の確認，健康観察</p> <p>3 実施方法，地図の見方，コンパスの使い方の説明</p> <p>(1) オリエンテーリングとは</p> <p>(2) 地図の説明</p> <p>(3) コンパスの使い方の説明</p> <p>(4) 競技上の注意</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ チームはそろって行動する。</li> <li>・ 自然愛護，安全に気を付ける。</li> </ul> <p>4 オリエンテーリングの実施</p> <p>(1) スタート</p> <p>(2) ポストを探す</p> <p>(3) ゴール</p> <p>5 人員及び健康状態の確認とふりかえり</p> <p>6 用具の後始末</p>	<p>【留 意 点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ トイレをすませチームごとに整列する。</li> <li>○ 参加できない者への活動を配慮する。(用具の集配，スタート・ゴールのチェック等)</li> <li>○ 制限時間内に，ポストの配点を考慮しながらできるだけ多くのポストを回り，なるべく多くの得点を集めてゴールする。</li> <li>○ 地図の見方，コンパスの使い方を実習する。</li> <li>※ 地図，コンパスの使い方は別紙参照。</li> <li>○ 徒歩を原則として，グループで協力しながらポストを探す。</li> <li>○ 交通ルールを守り事故に気を付ける。</li> <li>○ もし道に迷ったら元にもどる。</li> <li>○ 事故等が発生した場合，直ちに事務室へ連絡する。</li> <li>○ 超過時間1分につき5点減点する。</li> <li>○ 全員の帰着を確認し，健康観察をする。</li> <li>○ 答え合わせをする。</li> </ul>

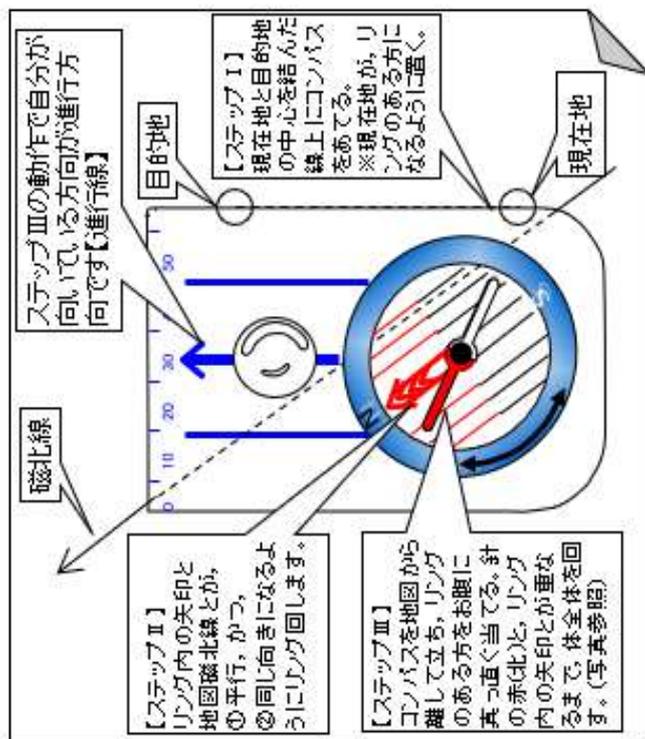
# オリエンテーリング【Aコース】(主に小学生以上用)

県立霧島自然ふれあいセンター

78-2815

チーム名	ゼッケン番号	人数								
名前										
制限時間	時間	分	秒	→	時刻	時	分	秒	→	A
スタート時刻	時	分	秒	→	ゴール時刻	時	分	秒	→	B

- ※ 制限時間を過ぎたら減点されます。また、終了時刻までコは必ずセンターに戻りましょう。
- ※ コニハスの進行線が進む方向です。コニハスのリング内の針と間違えないようにしましょう。
- ※ グループ長はゼッケンを着用し、必ずグループごとに協力して行動しましょう。
- ※ 交通ルールを守り、他の交通の邪魔にならないよう注意し、事故に気を付けましょう。
- ※ 民家や他の施設の敷地には入りません。(兼馬クラブ、みやまコンセル、自然教育の森は除く)
- ※ もし道に迷ったら、地域の方に助けを求めましょう。



番号	2	4	6	11	13	15	18	19	20	22	28	29	30
記号													
得点	25	15	20	10	30	25	20	25	20	25	25	15	5
課題得点	260点												
合計	260点												



※ ゴール予定時刻を過ぎてゴールした場合

ロスタイム減点	B - A =	分	秒	-	点
ロスタイム減点					

課題得点		順位
ロスタイム減点	-	
合計得点		

# オリエンテーリングコース指導者巡視マップ



- A**・・・立哨指導ポイント
- P**・・・駐車場または駐車可能な場所
- 2**・・・ポスト (Aコース)
- 7**・・・ポスト (Bコース)
- 13**・・・ポスト (A・B共通)
- 自動車巡視ルート
- - - 徒歩巡視ルート

## 周辺施設地との連携を図ったプログラム

霧島自然ふれあいセンターの周辺には多種多様な施設があります。これらの施設との連携を図ることでさらに充実した研修を行うことができます。

プログラム	場 所	対 象	時 間	費 用	備 考
ミニコンサート	みやまコンセール (徒歩 10 分) Tel0995-78-8000	幼児以上	約 1 時間 30 分	大人 500 円 高校生以下 300 円	午前 10:30～ 午後 13:30～ 20 名以上
乗馬体験	霧島高原乗馬クラブ (徒歩 5 分) Tel0995-78-3455	幼児以上		1 人 600 円	一周 3～4 分の引き馬 ※ センターのプログラムの場合の費用
野外彫刻鑑賞	霧島アートの森 (車 40 分) Tel0995-74-5945	幼児以上	約 1 時間	小・中学生 160 円 高校・大学生 220 円 一般 320 円	学校行事の場合は 入場料免除 20 名以上で団体割引
発電所見学	九州電力大霧地熱発電所 (車 35 分) Tel0995-74-1185	小学生以上	約 2 時間	無料	要予約 ※ 1 回の見学につき 30 名程度
クロスカントリー	柳平の 1 周約 2.4 km の林道周回コース。	小学生以上	1～2 時間	無料	
水 泳	霧島市牧園町 B & G (徒歩 5 分) Tel0995-78-3770	幼児以上	幼児 無料 児童生徒、65 歳以上 120 円 一般 240 円		7 月～8 月営業
屋内スポーツ	牧園アリーナ (車 10 分) Tel0995-76-2500	幼児以上	1 時間 1 面	バレーボール コート 1 面 280 円	バレーボールコート 4 面可 ※ 月曜日休館
テ ニ ス	霧島市牧園町 テニスコート (徒歩 5 分) Tel0995-78-2004	小学生以上	1 時間 1 面	270 円 (1 面) 貸しラケット・ ボール有	テニスコート 3 面
ス ケ ー ト	えびの高原 アイススケート場 (車 30 分) Tel0984-33-0161	小学生以上		小学生 600 円 中学生 800 円 貸し靴代 800 円	12 月～2 月営業 20 名以上で団体割引
歴史資料等見学	上野原縄文の森 Tel 0995-48-5701 埋蔵文化財センター Tel 0995-48-5811	小学生以上	約 2 時間	小 中 学 生 1 人 150 円 ※埋文センターは無料	団体割引 (20 人) 小・中学生 120 円 ※ 埋文センターは無料

※ ミニコンサート・乗馬体験は、霧島自然ふれあいセンターで予約の手続きを行います。希望する団体は、2ヵ月前の 15 日までに連絡してください。

※ その他の活動については、団体で各施設へ連絡を取り、予約・交渉等を行ってください。予約ができたものについては、研修計画に入れてください。

# 創作活動を効果的に行うために

## 【活動前】

- 1 団体のねらいが達成できる創作活動にしましょう。
- 2 引率者は、創作活動についての事前研修をしましょう。
- 3 引率者の役割分担を決めましょう。
- 4 活動についてふれあいセンター職員と最終打合せをしましょう。
- 5 活動に必要な用具等の貸し出しを受けましょう。(数量等の確認)

## 【活動中】

- 1 常に人数や健康・安全の状況を把握しましょう。
- 2 必要に応じ、適当な休憩をとりましょう。(夏場は水分をこまめにとりましょう。)
- 3 火の取り扱いに注意しましょう。
- 4 内線電話の場所を確認し、事務室と連絡がとれる体制にしましょう。 緊急の場合は速やかに事務室に連絡しましょう。

## 【活動後】

- 1 活動で出たゴミは所定の場所に捨てましょう。それ以外の物は持ち帰りましょう。
- 2 借用品の数を確認し、所定の場所へ確実に返却しましょう。
- 3 活動後のふりかえりをしましょう。

### <ポイント>

- ① 相互鑑賞
  - ② 作るに当たってのデザインの理由
  - ③ うまくできたところ、難しかったところ
  - ④ 次に作る時、気を付けるところなど
- 4 諸点検を済ませ、事務室へ連絡しましょう。(事務室：304, 305, 306)

## 創作活動プログラム一覧

番号	プログラム	概要	対象	時間	費用	可能人数
①	焼き板	杉板をバーナーで焼いて磨き、木の実や枝等で飾り付けをしたフォトフレームを作る。	小学生以上	2時間	200円	50人
②	塗り箸	5色の漆が重ねてある箸をサンドペーパーで研ぎ、オリジナル模様の箸を作る。	幼児以上	1～2時間	450円	100人
③	ガラス工芸	ガラスコップの表面に、ルーターを使って絵や模様を彫る。	小学生以上	2時間	200円	40人
④	レザークラフトキーホルダー	牛革に刻印やペンで絵や文字を描き、染色とコーティングをして、ストラップをつけ、キーホルダーを作る。	小学生以上	2時間	300円	120人
⑤	プラホビー	プラスチック板に絵や文字を描き、オーブンで加熱し、ストラップをつけキーホルダーを作る。	幼児以上	1～2時間	100円	60人
⑥	水ロケット	ペットボトルと厚紙でロケットを作り、発射台を使って飛ばす。	小学生以上	2時間 30分	紙・テープ 各50円	50人
⑦	コルク工芸コースター	原画をコルクに転写し、それを彫り上げながら切り絵風の模様のコースターを作る。	小学生以上	2時間	150円	50人
⑧	バルーンモデリング	ペンシルバルーンを膨らまし、ひねりながら動物等を作る。	小学生以上	1～2時間	1本 20円	50人
⑨	洋  凧	ポリ袋と竹ひごを使って、洋凧を作り、揚げる。	小学生以上	2時間 30分	200円	50人
⑩	桜チップキーホルダー	桜の木の枝を使い、削ったり磨いたりしながら、キーホルダーを作る。	小学5年生以上	1時間 30分	100円	40人
⑪	もりのおはなしキーホルダー	自然物を人や生き物に見立てることや、想像を膨らませることを楽しむ。	幼児～小学4年生まで	1時間	200円	40人
⑫	切り絵	台紙をカッターで切り、裏から色画用紙等を貼って仕上げ、最後に色紙等に貼り作品にする。	小学5年生以上	2時間 30分	120円	100人

⑬	アイロンビーズ	アイロンでビーズに熱を加え、アクセサリーやキーホルダーを作成。	小(幼児) 中(小学) 大(中学)	小 60分 中 90分 大 2時間	小 50円 中 100円 大 200円	40人
⑭	霧ふれオリジナル缶バッジ作り	絵や写真を選び、マシーンに台紙を乗せて記念の缶バッジを作成する。	幼児 以上	1時間	1個 100円	50人

※ これらの他に、団体で材料等を持ち込んで独自の創作活動を行うこともできます。創作に必要な道具についてはセンターから貸し出します。センター職員と十分な打合せを行ってください。

## 焼き板

ねらい	杉板の全面をバーナーで焼き、木の実や枝などで飾り付け、フォトフレーム等を作る活動を通して、創作の楽しみを味わうとともに、用具の安全な使い方を知る。 また、飾りに自然物を使うことで、自然に関心を持ち、自然を愛する心を養う。
時間	2時間
費用	200円
対象	小学生以上
可能人数	50人程度
場所	創作の館
準備・道具	【参加者が用意する物】 ・どんぐりなどの木の実、木の枝、葉っぱ、小石などの自然物等 【ふれあいセンターが準備する物】 ・杉板(1枚) ・麻ひも(1本) ・ヒートン(2個) ・はさみ ・バーナー ・火ばさみ ・たわし ・きり ・接着剤 ・新聞紙 ・軍手 ・油性ペン(必要に応じて)
展開	1 用具の準備 2 集合, 人数確認 3 作り方の説明, 注意事項, 用具の配布 4 創作開始 (1) どんぐりや木の枝, かれ葉などを拾う。 (2) 軍手をして火ばさみで板を持ち, バーナーで板全体を焼く。 (3) 木目に沿って, たわしでこすり, すずを落とした後, 新聞紙でこすり「つや」を出す。 (4) きりで少し穴を開けて, ヒートンと麻ひもを付ける。 (5) 接着剤を使ってどんぐり等の飾りを付ける。 5 後始末と用具の返却 6 まとめ(相互鑑賞等) 7 解散
留意事項	○ 安全・健康面には十分気を付ける。 ・バーナーが固定されているか確認する。 ・バーナーを扱うときは軍手をつける。 ・バーナーは人に向けない。 ・焼いた板をたわしでこするときは, 屋外で行う。 ○ 用具等は大切に扱い, 元の場所に確実に返却する。 ○ ゴミなどの後始末や研修室の清掃を行う。

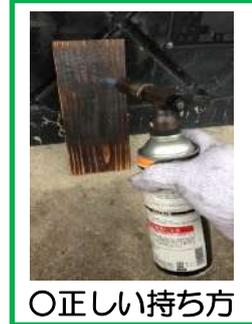
# 焼き板

1 どんぐりや木の枝、かれ葉などを拾っておく。



- |      |       |       |
|------|-------|-------|
| ・杉板  | ・軍手   | ・バーナー |
| ・たわし | ・火ばさみ |       |
| ・きり  | ・ヒートン | ・新聞紙  |
| ・麻ひも | ・接着剤  | ・はさみ  |

2 軍手をして、火ばさみで板を持ち、バーナーで全体を焼く。



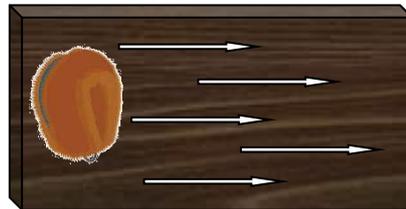
○正しい持ち方



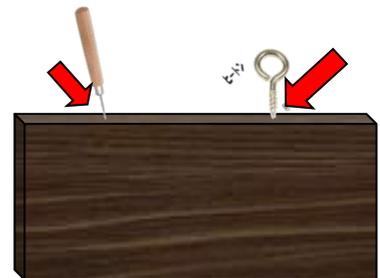
×悪い持ち方

- バーナーが固定されているか確認する。
- 必ず軍手を着用し、点火の際は周囲に気を付ける。
- ガス栓を開き、点火ボタンを押す。
- ※ バーナーの先は、冷えるまで触らない。

3 木目に沿って、たわしでこすり、すすを落とした（屋外で行う）あと、新聞紙で磨く。



4 きりで2カ所、穴をあけ、ヒートンと麻ひもを付ける。



5 接着材を使って、周囲にどんぐり等で飾りを付ける。



6 フォトフレーム完成！



## 塗り箸

ねらい	5色の漆が重ねてある箸をサンドペーパーで磨き、模様を描き出す活動を通して、創作の楽しみを味わう。
時間	1～2時間
費用	450円
対象	幼児以上
可能人数	100人程度
場所	創作の館，多目的ホール
準備・道具	<p>【参加者が用意する物】 特になし</p> <p>【ふれあいセンターが準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・塗り箸(1組)</li> <li>・サンドペーパー(1枚)</li> <li>・白布(1枚)</li> <li>・台ふき</li> <li>・洗面器</li> </ul>
展開	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 用具の準備</li> <li>2 集合，人数確認</li> <li>3 作り方の説明，注意事項，用具の配布</li> <li>4 創作開始             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 模様を決める。</li> <li>(2) 箸に水を少しつけて研磨する。</li> <li>(3) 表面の色の下には，黄，緑，白，赤と色が出てくるので，研磨しながら模様を作る。</li> <li>(4) 白布で，箸についた削り粉を拭き取る。</li> </ol> </li> <li>5 後始末と用具の返却</li> <li>6 まとめ（相互鑑賞等）</li> <li>7 解散</li> </ol>
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 塗り箸は研磨を進めると，下地の黒色（朱色）が出てくるので，それ以上は磨かないようにする。（下地の下は木です。）</li> <li>○ 水を少しつけて研磨することで，作業がしやすく，削り粉が立ちにくい。</li> <li>○ 用具等は大切に扱い，元の場所に確実に返却する。</li> <li>○ ゴミなどの後始末や研修室の清掃を行う。</li> </ul>

# 塗り箸

## 1 模様を決める。



## 2 箸に水を少しつけて研磨する。

表面の黒色（朱色）の下には，黄，緑，白，赤と色が出てくるので，研磨しながら模様を作る。研磨を進めると，下地の黒色（朱色）が出てくるので，それ以上は磨かないようにする。

（下地の下は木です。）



## 3 白布で，箸についた削り粉を拭き取る。



上端から1cm程度は削らない。

口に入れる部分は、削らない。  
（指3本分程度）

## 4 もう片方を同様に作る。



## ガラス工芸

ねらい	ルーター(ガラス彫刻機)を使って、ガラスコップの表面に絵や模様を彫ることで、創作の楽しみを味わうとともに、用具の安全な使い方を知る。
時間	2時間
費用	200円
対象	小学生以上
可能人数	40人程度
場所	創作の館
準備・道具	<p>【参加者が用意する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・筆記用具</li> <li>・下絵(下絵の大きさ 10 cm×18 cm)</li> </ul> <p>【ふれあいセンターが準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ガラスコップ(1個)</li> <li>・ルーター(ガラス彫刻機)</li> <li>・ぞうきん</li> <li>・セロテープ</li> <li>・油性ペン(必要に応じて)</li> <li>・けがきペン</li> <li>・黒紙</li> </ul>
展開	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 用具の準備</li> <li>2 集合, 人数確認</li> <li>3 作り方の説明, 注意事項, 用具の配布</li> <li>4 創作開始             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 紙に下絵を描く。(事前に準備しておくが良い)</li> <li>(2) ガラスコップの内側に下絵を貼り付ける。</li> <li>(3) ルーターの先端に芯を取り付ける。</li> <li>(4) ルーターを使い, 下絵に沿って線を彫る。</li> <li>(5) 細かい線や文字は, けがきペンを使って彫る。</li> <li>(6) 黒い紙をコップの内側に入れてデザインを確認する。</li> <li>(7) コップ表面のガラスの粉を, 濡れぞうきんで拭き取る。</li> <li>(8) 色をつける場合は, 線に沿って油性ペンで色を塗る。</li> </ol> </li> <li>5 後始末と用具の返却</li> <li>6 まとめ(相互鑑賞等)</li> <li>7 解散</li> </ol>
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 安全面には十分気を付ける。             <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ルーターの先端工具はしっかり固定する。</li> <li>・ ルーターの芯はコップに押しつけない。</li> <li>・ ルーターの芯に髪の毛が絡みつかないように気を付ける。</li> <li>・ ガラスの粉がついた手で目をこすらない。</li> <li>・ 濡れぞうきんの上で削ると, コップがすべりにくい。</li> <li>・ 削る時に粉が飛ぶので, 顔を近づけすぎない。</li> <li>・ ガラスの粉を息を吹きかけて飛ばさない。</li> </ul> </li> <li>○ 用具等は大切に扱い, 元の場所に確実に返却する。</li> <li>○ ゴミなどの後始末や研修室の清掃を行う。</li> </ul>

# ガラス工芸

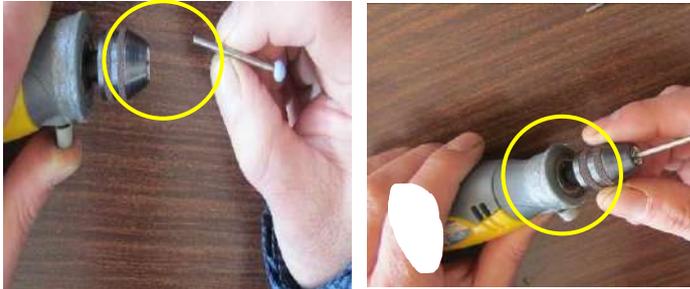
1 コップのサイズにあわせた紙に下絵を描く。



2 コップの内側に下絵をはりつける。



3 ルーター（ガラス彫刻機）に芯を取り付ける。（固定式の彫刻機もある）



ロックボタンを押しながらルーターの根元を左に回し、芯を先端に差し込む。まっすぐ差し込まれていることを確認してから、根元を右に回して固定する。

4 ルーターを使い、下絵にそって線を彫る。



- 細い線や文字は、けがきペンを使って彫る。
- ぞうきんの上で削ると、すべりにくい。
- コップ表面のガラスの粉を、濡れぞうきんで拭き取る。
- 色をつける場合は、線に沿って油性ペンで色を塗る



「ガラス工芸完成!」

## <注意>

- ガラスの粉を吸い込まないように、時々ぬれ雑巾で拭く。
- ガラスの粉がついた手で、目をこすらないようにする。
- 髪の毛が長い人は、ルーターの先端に髪が巻き込まれないようゴムで束ねるなど注意する。

## レザークラフトキーホルダー

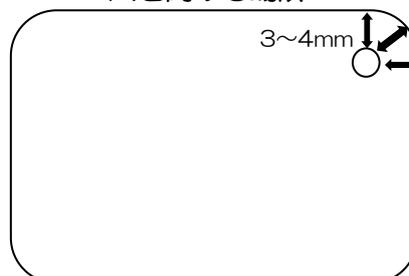
ねらい	革に刻印やペンで絵等を描き、ストラップをつけ、キーホルダーを作る活動を通して、創作の楽しみを味わうとともに、牛革を使うことで、命を大切に作る心を養う。
時間	2時間
費用	300円
対象	小学生以上
可能人数	120人程度
場所	創作の館, 多目的ホール
準備・道具	<p>【参加者が用意する物】 特になし</p> <p>【ふれあいセンターが準備する物】 ・レザー（牛革） ・刻印 ・油性ペン ・木づち ・フェルト ・ゴム板 ・ストラップ</p>
展開	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 用具の準備</li> <li>2 集合, 人数確認</li> <li>3 作り方の説明, 注意事項, 用具の配布</li> <li>4 創作開始             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) レザー（革）に穴を開ける。</li> <li>(2) レザー（革）に刻印やペンで絵などを描く。</li> <li>(3) ストラップを付ける。</li> <li>(4) 茶色の液につける。（着色）</li> <li>(5) 乾いたら白い液につける。（コーティング）</li> <li>(6) つるして乾かす。（2時間程度）</li> </ol> </li> <li>5 後始末と用具の返却</li> <li>6 まとめ（相互鑑賞等）</li> <li>7 解散</li> </ol>
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 安全面には十分気を付ける。 ※ 木づちを使う際は、自分の手や周りに気を付ける。</li> <li>○ 刻印を使い終わったら、同じ番号の元の場所に返却する。</li> <li>○ 用具等は大切に扱い、元の場所に確実に返却する。</li> <li>○ ゴミなどの後始末や研修室の清掃を行う。</li> </ul>

# レザークラフトキーホルダー

## 1 レザー（革）に穴を開ける（ストラップ用）



### 穴を開ける場所



刻印を打つときは、穴が開いている方を自分に向けて打つ

## 2 刻印やペンで描く



## 3 ストラップを付ける



## 4 茶色の液につけて（着色），乾かす（15分程度）



## 5 乾いたら白い液につける（コーティング）



## 6 つるして乾かし（2時間程度），乾いたら完成！



## プラホビー

ね ら い	<p>プラスチック板の特性を生かして、絵や文字を描き、オープンで縮め、キーホルダーにする活動を通して、創作の楽しみを味わうとともに、用具の安全な使い方を知る。</p> <p>加熱によって素材が縮む現象を通して、科学への関心を高める。</p>
時 間	1～2時間
費 用	100円
対 象	幼児以上
可能人数	60人程度
場 所	創作の館，多目的ホール
準備・道具	<p>【参加者が用意する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・筆記用具</li> <li>・下絵</li> </ul> <p>【ふれあいセンターが準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プラスチック板(1人白と透明の2枚)</li> <li>・ストラップ(2個)</li> <li>・オープン</li> <li>・軍手</li> <li>・ピンセット</li> <li>・はさみ</li> <li>・油性ペン</li> <li>・押し板</li> <li>・パンチ</li> <li>・アルミはく</li> </ul>
展 開	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 用具の準備</li> <li>2 集合，人数確認</li> <li>3 作り方の説明，注意事項，用具の配布</li> <li>4 創作開始             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) プラ板にストラップを通す穴を，パンチで開ける。</li> <li>(2) プラ板に油性ペンで絵を描く。(下絵等を持参し，その上にプラ板をのせ，写してもよい)</li> <li>(3) オープンのアルミはくの上にプラ板をのせ，加熱する。</li> <li>(4) 縮んだプラ板が平らになったらピンセットで取り出し，押し板にはさみ軽く押さえ，形を整える。</li> <li>(5) ストラップを付け，完成。(大きさは元の約1/4になる。)</li> </ol> </li> <li>5 後始末と用具の返却</li> <li>6 まとめ(相互鑑賞等)</li> <li>7 解散</li> </ol>
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ オープンや中のプラ板は高温なので，必ず軍手で作業する。(幼児等の場合は引率者が行うことが望ましい。)</li> <li>○ 縮んだプラ板が平らになったら，ピンセットで取り出す。(幼児等の場合は引率者が行うことが望ましい。)</li> <li>○ 用具等は大切に扱い，元の場所に確実に返却する。</li> <li>○ ゴミなどの後始末や研修室の清掃を行う。</li> </ul>

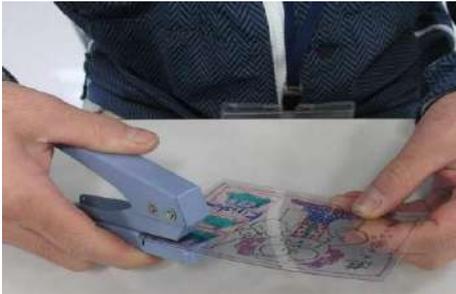
# プラホビー



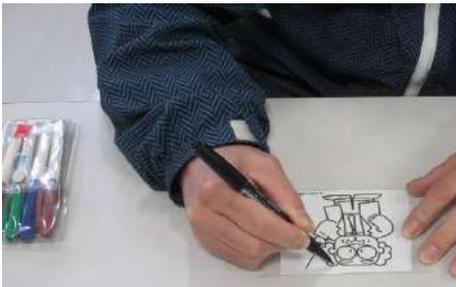
## <道具>

- プラスチック板（1人2枚）  
サイズ：透明9cm×13cm, 白色10cm×10cm
- ストラップ      • オープン      • アルミはく
- 軍手            • ピンセット      • 油性ペン
- 押し板            • パンチ            • はさみ

1 プラ板にストラップを通す穴を、パンチで開ける。



2 プラ板に油性ペンで絵を描く。  
(下絵等を持参し、写してもよい)



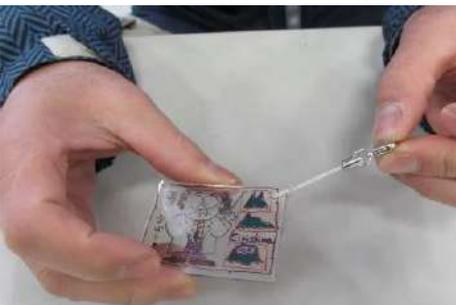
3 オープンのアルミはくの上にプラ板をのせ、  
加熱する。



4 縮んだプラ板が平らになったらピンセットで取り出し、押し板にはさみ軽く押さえ、形を整える。



5 ストラップを付け、完成！（大きさは元の約1/4になる。）

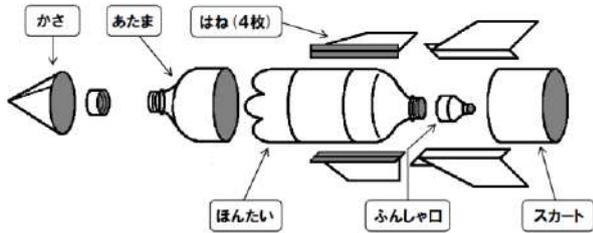


## 水ロケット

ねらい	<p>ペットボトルの特性を生かし、水ロケットを作って、飛ばす活動を通して、創作の楽しみを味わうとともに、用具の安全な使い方を知る。</p> <p>空気圧を推進力に変える現象を通して、科学への関心を高める。</p>
時間	2時間30分（発射実験までを含む）
費用	厚紙50円 ビニルテープ50円
対象	小学生以上
人数	50人程度
場所	創作の館，多目的ホール，つどいの広場
準備・道具	<p>【参加者が用意する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ペットボトル（炭酸系のくびれていない円筒形のもので500mlを2本または2ℓを1本）</li> </ul> <p>【ふれあいセンターが準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ビニルテープ ・工作用カッター ・はさみ</li> <li>・定規 ・油性ペン ・ホッチキス ・厚紙(型つき)</li> <li>・噴射口 ・空気入れ ・発射台</li> </ul>
展開	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 用具の準備</li> <li>2 集合，人数確認</li> <li>3 作り方の説明，注意事項，用具の配布</li> <li>4 創作開始             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) ペットボトルを頭とスカートの部分に分ける。</li> <li>(2) 本体に頭とスカートをつける。</li> <li>(3) 厚紙ではねとかさを作り，模様などを描き，本体につける。</li> <li>(4) 完成したロケットを飛ばす。                 <ol style="list-style-type: none"> <li>ア ペットボトルに，水を半分ぐらい入れる。（250ml 程度）</li> <li>イ 本体に噴射口を取り付け，発射台にセットする。</li> <li>ウ 空気入れで空気を入れて発射する。（15回程度）</li> </ol> </li> </ol> </li> <li>5 後始末と用具の返却</li> <li>6 まとめ（相互鑑賞等）</li> <li>7 解散</li> </ol>
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 安全面には十分気を付ける。             <ul style="list-style-type: none"> <li>・カッターの取り扱いに注意する。</li> <li>・水ロケットを発射する際は，大人の人と一緒に飛ばし，人に向けて飛ばさない。また，障害物のない広い場所で飛ばす。</li> </ul> </li> <li>○ 用具等は大切に扱い，元の場所に確実に返却する。</li> <li>○ ゴミなどの後始末や研修室の清掃を行う。</li> </ul>

# 水ロケット (500ml ペットボトル 2 本)

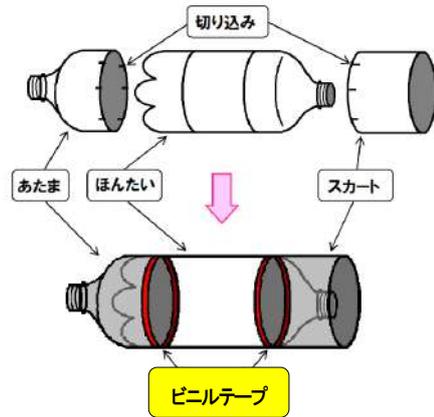
## 【分解図と部品の名称】



## 【準備するもの】

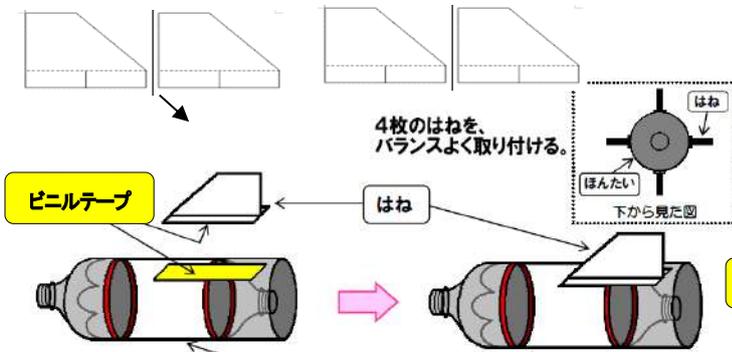
- 500ml ペットボトル(炭酸系) × 2 本
- ビニルテープ      • 工作用カッター
- はさみ      • 定規
- 油性ペン      • ホッチキス      • 厚紙 (型つき)
- 空気入れ(発射口付き)      • 発射台

- 1 ペットボトルを頭とスカートの部分に分ける。
- 2 本体に頭とスカートを付ける。  
※ 接着剤やホッチキスで接着した後、  
ビニルテープで補強する。

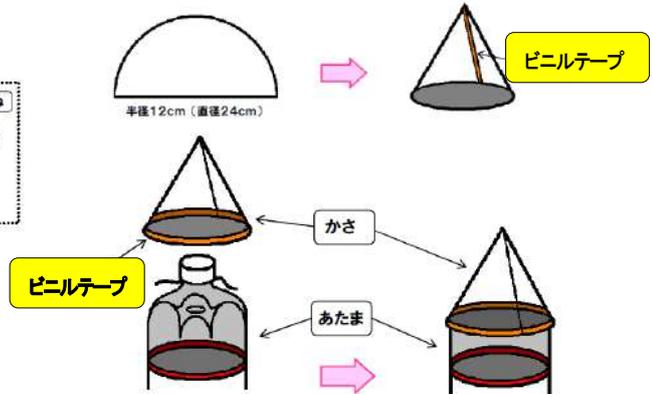


- 3 厚紙からはねとかさの型を切り抜き、模様などを描き、本体に取り付ける。

### ① はねの取り付け



### ② かさの取り付け



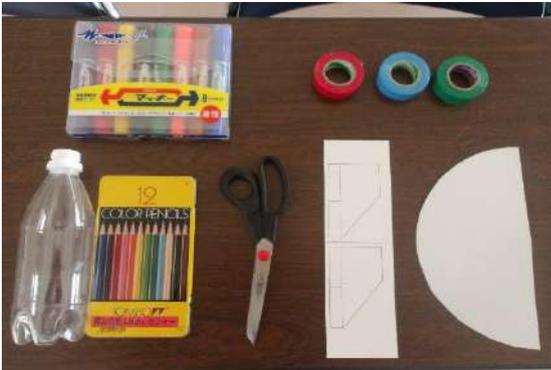
- 4 水ロケット完成！ 噴射口を取り付け、発射台に置いたら、ロケット発射！

- ① 水を入れ、発射口を付ける。
- ② 空気入れで空気を入れる。
- ③ 安全を確認して発射する。



# 水ロケット (2ℓペットボトル 1本)

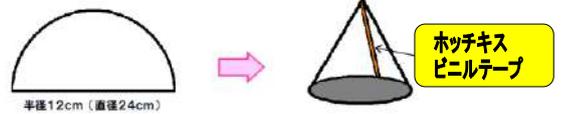
## 【準備するもの】



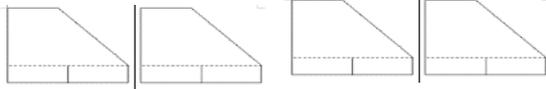
- 2ℓペットボトル (炭酸系) ×1本
- ビニルテープ      • ホッチキス
- はさみ      • 油性ペン      • 厚紙 (型つき)
- 空気入れ (発射口付き)      • 発射台

- 1 厚紙からはねとかさの型を切り抜き、かさを三角すい状にホッチキスで接着した後、ビニルテープで補強する。
  - 2 ペットボトルの底の部分に、切り抜いたかさの部分を取り付ける。
- ※ ビニルテープや油性ペンで模様を付ける。

## かさの取り付け



## はね (4枚)



- 3 はねは切り込みを入れ、ビニルテープでペットボトルに取り付ける。

- 4 水ロケット完成！ 噴射口を取り付け、発射台に置いたら、ロケット発射！

- ① 水を入れ、発射口を付ける。      ② 空気入れで空気を入れる。      ③ 安全を確認して発射する。

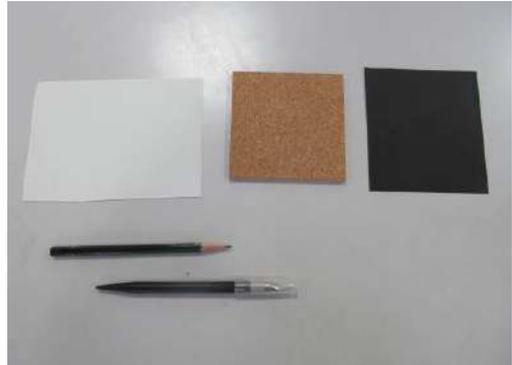
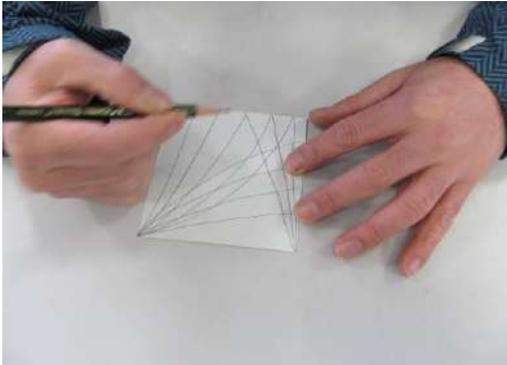


## コルク工芸コースター

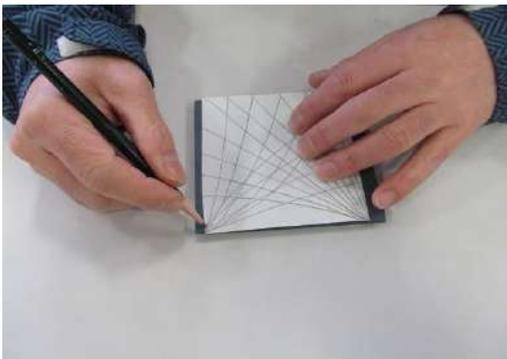
ねらい	下絵をコースター表面のコルク部分に写し、白い部分を切り取り、コースターを作ることによって、創作の楽しみを味わうとともに、用具の安全な使い方を知る。
時間	2時間
費用	150円
対象	小学生以上
人数	50人程度
場所	創作の館、多目的ホール
準備・道具	<p>【参加者が用意する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・筆記用具</li> <li>・下絵</li> </ul> <p>【ふれあいセンターが準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・コルク工芸コースター一式</li> <li>・テープ</li> <li>・クラフト用カッター</li> <li>・カーボン紙</li> <li>・油性ペン（必要に応じて）</li> </ul>
展開	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 用具の準備</li> <li>2 集合、人数確認</li> <li>3 作り方の説明、注意事項、用具の配布</li> <li>4 創作開始             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 紙に下絵を描く。</li> <li>(2) コースターの上に下絵をのせてテープで固定し、その間にカーボン紙をはさみ、下絵を写す。見えにくい線や細かい線は、油性ペン等ではっきり書く。</li> <li>(3) 写した下絵の黒い部分に沿って、カッターで切りこみを入れる。はがし取る部分を黒く塗っておくとよい。</li> <li>(4) コルクボードの黒い部分をはがし取る。</li> </ol> </li> <li>5 後始末と用具の返却</li> <li>6 まとめ（相互鑑賞等）</li> <li>7 解散</li> </ol>
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 安全面には十分気を付ける。             <ul style="list-style-type: none"> <li>・ カッターの取り扱いに注意する。</li> </ul> </li> <li>○ カッターは傾けず、コルクに対して垂直に持って切りこむ。</li> <li>○ コルクは切りこみ線が見えにくいので、早めにはがす。</li> <li>○ 用具等は大切に扱い、元の場所に確実に返却する。</li> <li>○ ゴミなどの後始末や研修室の清掃を行う。</li> </ul>

# コルク工芸コースター

- 1 紙に下絵を描く。

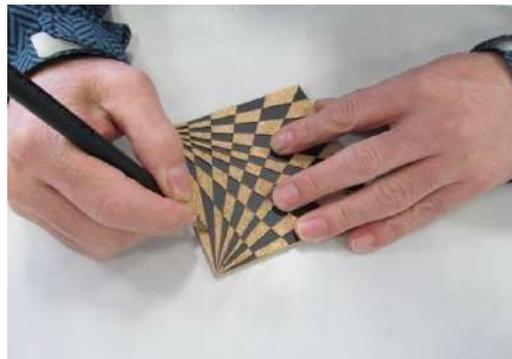


- 2 コースターの上に下絵をのせ、  
カーボン紙をはさみ下絵を写す。



※ テープで固定するとずれない。

- 3 写した下絵の黒い部分に沿って、  
カッターで切りこみをしっかり入れる。



- 4 コルクボードの黒にしたい部分をはがす。



コルク工芸コースター完成！

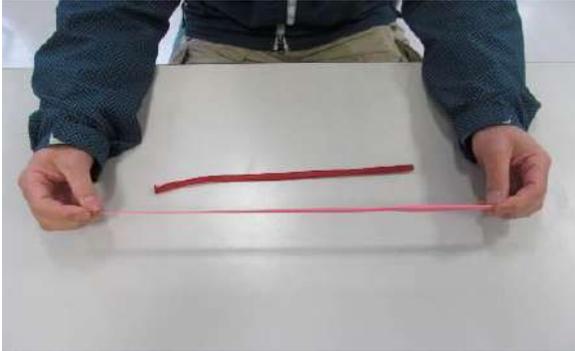


## バルーンモデリング

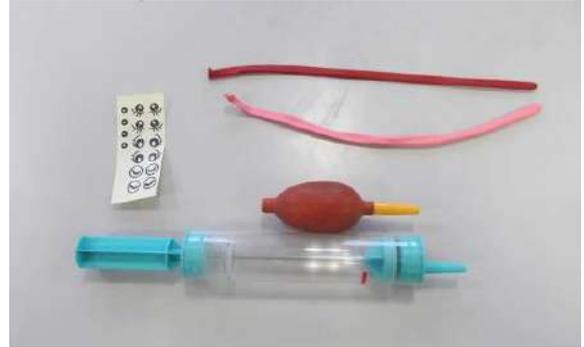
ねらい	ペンシルバルーンから、動物等のオブジェを作る活動を通して、創作活動の楽しさを知るとともに、仲間と作品作りをすることの喜びを知る。
時間	1～2時間
費用	1本20円
対象	小学生以上
可能人数	50人程度
場所	創作の館、多目的ホール
準備・道具	【参加者が用意する物】 特になし 【ふれあいセンターが準備する物】 ・ペンシルバルーン ・ハンドポンプ
展開	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 用具の準備</li> <li>2 集合、人数確認</li> <li>3 作り方の説明、注意事項、用具の配布</li> <li>4 創作開始             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 膨らませる前に風船を両腕が広がる幅に数回引っ張る。</li> <li>(2) 風船を10cmほど残してポンプで膨らませる。 (ねじる部分の空気の逃げ場を確保する)</li> <li>(3) ねじる長さやねじる箇所を工夫して動物等を作る。</li> </ol> </li> <li>5 後始末と用具の返却</li> <li>6 まとめ（相互鑑賞等）</li> <li>7 解散</li> </ol>
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 安全面には十分気を付ける。</li> <li>○ 基本的には頭→両耳→両前足→胴体→両後足→尾の順で作る。</li> <li>○ 風船をねじるときは必ず同じ方向にねじる。（4回程度）</li> <li>○ 耳や足は同じ長さになるように気を付ける。</li> <li>○ 同じ作り方でも長さを変えると違う動物ができあがる。</li> <li>○ 風船が破裂しないために             <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 空気の入れすぎに気を付ける。</li> <li>・ 膨らました風船が机などに触れないように気を付ける。</li> </ul> </li> <li>○ 用具等は大切に扱い、元の場所に確実に返却する。</li> <li>○ ゴミなどの後始末や研修室の清掃を行う。</li> </ul>

# バルーンモデリング

1 膨らませる前に風船を引っ張る。



<道具>



2 風船を 10 cm ほど残してポンプで膨らませる。(ねじる部分の空気の逃げ場を確保する)



3 ねじる長さやねじる箇所を工夫して動物を作る。



<例：犬の作り方>

頭→両耳→両前足→胴体→両後足→尾の順

- 風船は同じ方向にねじる。(4回程度)
- 耳や足は同じ長さになるように



バルーンモデリング(例：犬)の完成!

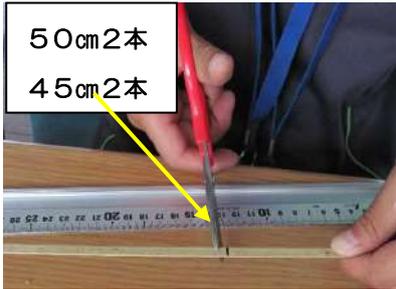


## 洋凧

ねらい	ポリ袋と竹ひごの特性を生かし、洋凧を作って、飛ばす活動を通して、創作の楽しみを味わうとともに、用具の安全な使い方を知る。
時間	2時間30分
費用	200円
対象	小学生以上
人数	50人程度
場所	創作の館，多目的ホール，プレイホール
準備・道具	<p>【参加者が用意する物】 特になし</p> <p>【ふれあいセンターが準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ポリ袋 ・竹ひご ・たこ糸 ・セロテープ ・工作用カッター</li> <li>・はさみ ・キリ ・型板 ・竹尺（1m）</li> <li>・カッターマット ・油性ペン</li> </ul>
展開	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 用具の準備</li> <li>2 集合，人数確認</li> <li>3 作り方の説明，注意事項，用具の配布</li> <li>4 創作開始             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) はさみで竹ひごを切り，竹骨を作る。</li> <li>(2) ポリ袋を型紙に合わせ，線を引く。 (ポリ袋の向きに注意する)</li> <li>(3) ポリ袋の線に沿ってカッターで切り，本体と鼻部分をセロテープで接着する。</li> <li>(4) 本体に竹骨を付ける。</li> <li>(5) キリで鼻部分に糸目を開け，たこ糸を取り付ける。</li> <li>(6) 油性ペンで本体に絵を描き，洋凧完成！</li> </ol> </li> <li>5 後始末と用具の返却</li> <li>6 まとめ（相互鑑賞等）</li> <li>7 解散</li> </ol>
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 安全面には十分気を付ける。             <ul style="list-style-type: none"> <li>・ カッターの取り扱いに注意する。</li> <li>・ キリの取り扱いに注意する。</li> </ul> </li> <li>○ 飛ばしてみて，よく揚がらないときはしっぽを付け，調整する。</li> <li>○ 用具等は大切に扱い，元の場所に確実に返却する。</li> <li>○ ゴミなどの後始末や研修室の清掃を行う。</li> </ul>

# 洋風

1 はさみで竹ひごを切り、竹骨を作る。



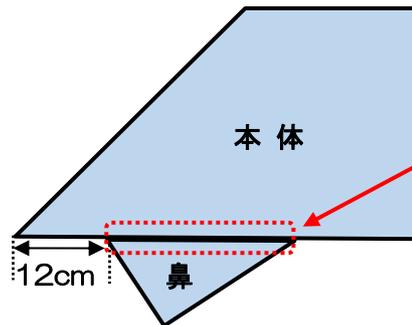
<道具・材料>

- ・ポリ袋 ・竹ひご
- ・たこ糸 ・セロテープ
- ・工作用カッター
- ・カッターマット
- ・はさみ ・キリ
- ・竹尺 (1m)
- ・油性ペン

2 ポリ袋を型板に合わせ、線を引く。(ポリ袋の向きに注意する)

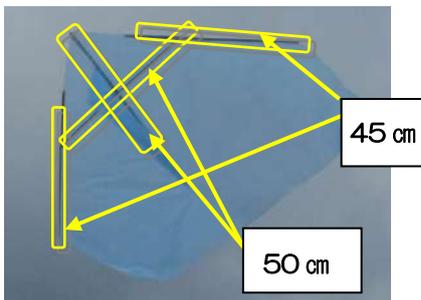


3 ポリ袋の線に沿ってカッターで切り、本体と鼻部分をセロテープで接着する。

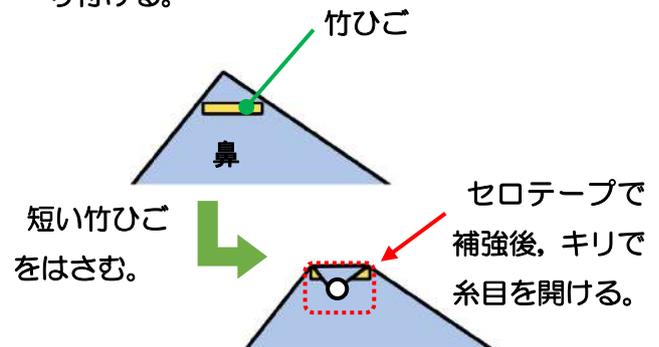


セロテープ位置  
本体と鼻が重な  
らないように接  
着する。

4 本体を広げ、鼻が付いていない面に竹骨を付ける。



5 鼻の先にキリで糸目を開け、たこ糸を取り付ける。



6 油性ペンで絵を描き、洋風完成!



## 桜チップキーホルダー

ねらい	身近な親しみのある桜の枝を使って、キーホルダーを作成する。 普段、目にする桜の枝も工夫によって味わいのあるキーホルダーにできることの楽しさを実感させる。
時間	1時間30分
費用	100円(1個)
対象	小学校5年生以上
可能人数	40人程度
場所	創作の館, キャンプ場
準備・道具	【参加者が用意する物】 ・軍手 ・タオル等 【ふれあいセンターが準備する物】 ・桜の枝 ・のこぎり ・バーナー ・ワックス ・はさみ ・工作用ナイフ ・サンドペーパー ・ペンチ ・ミニヒートン ・ストラップ ・新聞紙 ・火ばさみ
展開	1 用具の準備 2 集合, 人数確認 3 作り方の説明, 注意事項, 用具の配布 4 創作開始 (1) 桜の枝を選ぶ(太さ2cm×長さ6cm程度) (2) ナイフで枝の表皮を剥ぐ。 (3) 白い幹が出てきたら, サンドペーパーで軽く磨く。 (4) バーナーで, 全面を黒くなるまで焼く。 (5) 新聞紙で表面を磨き, ある程度ツヤを出す。 (6) ワックスを塗る。 (7) ミニヒートン, ストラップを付けて完成。 5 後始末と用具の返却 6 まとめ(相互鑑賞等) 7 解散
留意事項	○ 安全・健康面には十分気を付ける。 ・バーナーが固定されているか確認する。 ・バーナーを扱うときは軍手を着ける。 ・バーナーは人に向けない。傾けすぎない。 ・工作ナイフは削る場所によって刃の先端や根元を使い分ける。 ○ 桜の枝は焼くと縮むので, 細すぎず, 太すぎない部分をのこぎりで切り取る。 ○ ヒートンの取り付けは, 枝自体が細いので, キリは不適であるため, ペンチを使ってねじ込むように取り付ける。

# 桜チップキーホルダー

○ 道具等準備するもの（センターにあります）

- 1 工作用ナイフ、はさみ
- 2 ラジオペンチ
- 3 サンドペーパー
- 4 トーチ
- 5 新聞紙
- 6 ストラップ、ヒートン
- 7 ワックス
- 8 桜の小枝（材料）

研修生が用意するのは  
タオル、手袋等（軍手）  
のみ



1 桜の小枝を選び、表皮をナイフで剥ぐ（白色の芯の部分がでるまで）



- けがをしないように十分気を付ける。
- 枝の股の部分は無理をせず、サンドペーパー等で削り取る。

2 サンドペーパーで全面を削り、磨く。



3 トーチで全面を焼き（ヒートンをつける端の部分はあまり焼かない）さらに新聞紙で磨き、ある程度ツヤを出す。

※ トーチ使用時は火の扱いに注意（火ばさみ、手袋（軍手）の使用）。

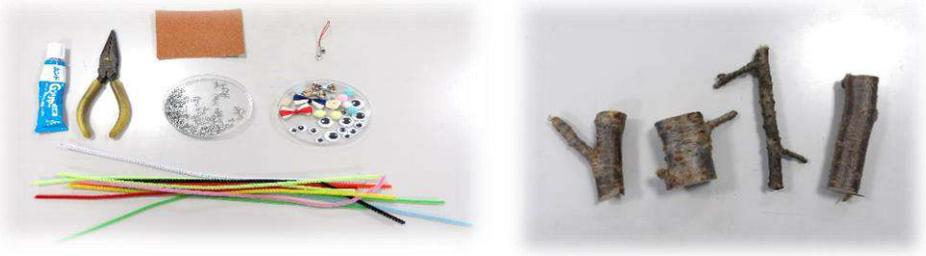


4 ストラップ装着後、ワックスを指でなでるようにつけて完成。



【色々なタイプの桜チップキーホルダー】

## もりのおはなしキーホルダー

ねらい	枝をさわったり見つめたりすることを通して、木の特徴や温かみを感じる。自然物を人や生き物に見立てることや想像をふくらませることを楽しむ。
時間	1時間
費用	200円（1個）
対象	幼児～小学校4年生
可能人数	40人程度
場所	多目的ホール，創作の館，キャンプ場
準備・道具	<p>【参加者が用意する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・なし</li> </ul> <p>【ふれあいセンターが準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・枝 ・サンドペーパー ・ペンチ ・押しピン</li> <li>・ヒートン ・ストラップ ・油性ペン</li> <li>・かざり（目玉・モール・リボンなど） ・ボンド ・はさみ</li> </ul> 
展開	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 用具の準備</li> <li>2 集合，人数確認</li> <li>3 作り方の説明，注意事項，用具の配布</li> <li>4 創作開始             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 枝を選ぶ</li> <li>(2) サンドペーパーで磨く。</li> <li>(3) ヒートンを付ける。</li> <li>(4) 油性ペンで絵や文字を描いたり，かざりをボンドでつけたりする。</li> <li>(5) ストラップを付けて完成。</li> <li>(6) 作品を主人公としたお話を考える。</li> </ol> </li> <li>5 後始末と用具の返却</li> <li>6 まとめ（作品を主人公とした【もりのおはなし】を語り合う）</li> <li>7 解散</li> </ol>
留意事項	○ 指でヒートンを付けづらいときには，ペンチを使う。ヒートンをペンチで持って枝を回してねじ込む。

1 枝をひとつ選ぶ



2 サンドペーパーでみがく。



3 枝についた穴にヒートンをつける。



★ 指で付けづらいときは、ペンチを使う。  
ペンチで付けるときは、ヒートンをペンチで持って枝を回す。

4 ペンで色をつけたり、かざりをボンドでつけたりする。(かざりは5つまで)



5 ストラップをつけて完成。(作品を主人公としたお話を語り合ってみよう)



## 切り絵

ねらい	切り絵をすることにより、創造力や根気を育て、自分で一つの作品を作り上げることの達成感・成就感を味わわせる。
時間	2時間30分～3時間
費用	120円
対象	小学5年生以上
可能人数	100人程度
場所	多目的ホール，創作の館
準備・道具	<p>【参加者が用意する物】 特になし</p> <p>【ふれあいセンターが準備する物】</p> <p>・デザインカッター ・カッターマット ・はさみ ・のり ・原画 ・台紙 ・色画用紙 ・色紙 ・千代紙 ・ごみ袋 ・セロテープ</p>
展開	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 用具の準備</li> <li>2 集合，人数確認</li> <li>3 作り方の説明，注意事項，用具の配布</li> <li>4 創作開始             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 作りたい絵を選ぶ。</li> <li>(2) 用具を準備する。(デザインカッター，カッターマット)</li> <li>(3) 台紙を切る。 ※ 細かいところから広いところへ。</li> <li>(4) 台紙に色画用紙を貼る。(のり，はさみ，色画用紙)</li> <li>(5) 色紙に作品を貼る。 ※ 時間が余ったらペンで文字を書く。</li> </ol> </li> <li>5 後始末と用具の返却</li> <li>6 まとめ(相互鑑賞等)</li> <li>7 解散</li> </ol>
留意事項	<p>○ 安全の確保，材料の特性，道具の特性と使い方，他者との関わり方を指導する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 紙を押さえる手の位置に十分気を付ける。</li> <li>・ カッターナイフ等を使う際は，安全面に十分配慮する。</li> <li>・ 活動中は，引率指導者は個別に安全指導にあたる。</li> </ul> <p>○ 用具等は大切に扱い，元の場所に確実に返却する。</p> <p>○ ゴミなどの後始末や研修室の清掃を行う。</p>

# 「切り絵」

◇ 必要な道具と材料を確認する。

- 道具：デザインカッター（カッターナイフ）、カッターマット、セロテープ、はさみ、のり、ごみ袋
- 材料：台紙、原画、色画用紙、色紙、千代紙

## 1 原画を台紙に張る。



(1) 原画を選ぶ。

- 曲線や細かい部分が多いものは、カットも裏張りも時間がかかるのでデザインカッター（カッターナイフ）の使い方の習熟度合いに応じて選ぶようにする。

(2) セロテープで原画を台紙に張る。（四隅をしっかり留める。）

- 台紙は黒以外の色でもよいが、裏張りする色とのバランスを考えて選ぶようにする。
- セロテープで数箇所を留めて原画がズれないようにする。

## 2 台紙にそって切る。



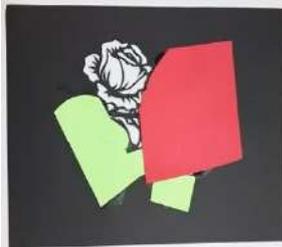
(1) 原画と台紙を重ねて、同時にカットする。

- 「細かい箇所」からカットする。また、「中心部」からカットし、「外側」は最後にカットする。
- 「外側」からカットすると、切り絵がバラバラになりやすく、紙の強度も落ちる。
- 原画の線とズれても構わない。切りすぎた場合は、

裏からテープを貼って修正する。



## 3 切り終わった台紙の裏から色画用紙を貼る。



⇒



⇒



< 「葉」 → 「大輪の花」の順に色画用紙を貼る。 >

< 残りの花に色画用紙を貼る。 >

(1) 完成したときに、最前面となる部分から貼る。

- のり付けする前に色紙を当てて、配色等の重なりがないかを確認する。
- 色紙は、必要に応じてハサミで切る。
- のりは、台紙の方に延ばしながらつける。色紙につけると、表にのりがはみ出し汚くなる。

## 4 作品の周囲を大まかに切り取り、輪郭に沿ってカットし、原画を丁寧にはがす。



5 色紙に貼る。

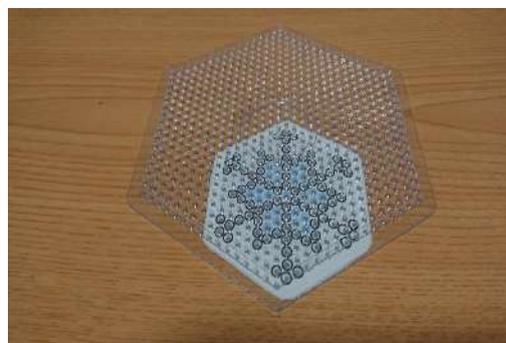
- のりをつけすぎるとしわが寄ったりするので、のりは少なめにする方がきれいな仕上がりになる。

## アイロンビーズ

ねらい	アイロンビーズの活動を通して、手先を使った細かい作業の中で集中力を養い、作成・完成させるという喜びを味わいながら、用具の安全な使い方を知る。
時間	小→幼児，小学1～2年生（1時間） 中→小学3～6年生（1時間30分）大→中学生（2時間）
費用	小 50円 中 100円 大 200円
対象	幼児以上
可能人数	40人程度
場所	創作の館，多目的ホール
準備・道具	【参加者が用意する物】 ・作りたいモチーフのイメージ 【ふれあいセンターが準備する物】 ・アイロンビーズ ・プレート ・ピンセット ・アイロン ・アイロンシート ・毛糸
展開	1 用具の準備 2 集合，人数確認 3 作り方の説明，注意事項，用具の配布 4 創作開始 (1) 下絵の上にプレートを乗せる。 (2) 好きな色のビーズをプレートに乗せる。 (3) アイロンシートをビーズの上に乗せる。 (4) 中温にしたアイロンでビーズをくっ付ける。（複数回） (5) アイロンシートはゆっくりはがす。 (6) くっ付いた作品をプレートからはがす。 5 後始末と用具の返却 6 まとめ（相互鑑賞等） 7 解散
留意事項	○ アイロンを使用する場合など，安全面には十分気を付ける。 ※ アイロンを使用するので，幼児等の場合は引率者が行うことが望ましい ※ アイロンは中温に設定して，複数回に分けてアイロンをかけるのが望ましい。 ○ アイロンをかけ終わったら，モチーフの温度まで下がるのを待つ。 ○ 用具等は大切に扱い，元の場所に確実に返却する。

# アイロンビーズ

1 下絵の上にプレートを乗せる



2 好きな色のビーズをプレートに乗せる



3 透明なフィルムを上に乗せる



4 中度に温めたアイロンを乗せる



5 フィルムをはがす



6 固まった作品をプレートからはずす



7 紐を付けて、完成！！



- ※ アイロンは、複数回に分けてアイロンをかけるのが望ましい。
- ※ アイロンを使用するので、幼児等の場合は、引率者が行うことが望ましい。
- ※ フィルムは、ゆっくりはがす。

## 霧ふれオリジナル缶バッジ作り

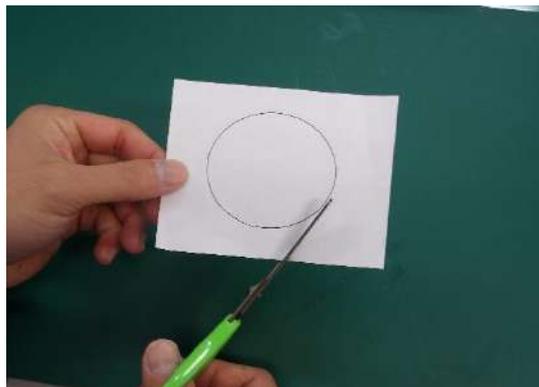
ね ら い	マジックペンで絵や文字を書いたり，活動の思い出や，霧島の風景写真を選んだりして記念に残る缶バッジを制作する。
時 間	1時間
費 用	100円（1個）
対 象	幼児～大人まで
可能人数	50人程度
場 所	多目的ホール，創作の館
準備・道具	<p>【参加者が用意する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・なし（持ち込み可能：台紙に沿って準備する）</li> </ul> <p>【ふれあいセンターが準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・バッジ ・缶バッジマシーン ・用紙 直径6cmの丸形</li> <li>・台紙保護シート（直径7cm） ・クリップ ・マジックペン</li> <li>・下書き・カッターマット ・はさみ</li> </ul> 
展 開	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 用具の準備</li> <li>2 集合，人数確認</li> <li>3 作り方の説明，注意事項，用具の配布</li> <li>4 創作開始             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 台紙にマジックペンを使用し，好きな絵や文字を書く。 ※ 台紙の描く範囲から，はみ出さないようにする。</li> <li>(2) はさみで台紙を円形に切る。</li> <li>(3) 台紙，保護シート，バッジを缶バッジマシーンにセットしプレスする。 ※ 台紙及びバッジの向き（上下）に注意する。</li> <li>(4) クリップを缶バッジの裏に装着する。 ※ 缶バッジ及びクリップの向き（上下）に注意する。</li> </ol> </li> <li>5 後始末と用具の返却</li> <li>6 まとめ</li> <li>7 解散</li> </ol>
留意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 缶バッジをプレスする際に，指を挟まないように注意する。</li> <li>○ 活動をふり返り，感じたことや学んだことなど文字や絵で表現するように指導する。</li> </ul>

1 好きな絵や文字を書く。



※ バッジのサイズ（直径6cm）

2 台紙を円形に切る。



3 台紙、保護シート、バッジを缶バッジマシーンにセットする。



4 缶バッジマシーンにセットしたらプレスする。



※ 指を挟まないように注意する。  
※ 台紙及びバッジの向き（上下）に注意する。

5 クリップを缶バッジの裏に装着する。



※ 缶バッジ及びクリップの向き（上下）に注意する。

6 完成。



## ともしびのつどい

ねらい	(1) セレモニーやレクリエーションに集団の一員としての自覚を持って参加させることにより、けじめや連帯感を身につけさせるとともに、参加者一人一人に自己を見つめさせ、希望を持たせる。 (2) ゲームやし物を通して、レクリエーションの楽しさを味わう。	
費用	1回 500円	
対象・人数	小学生以上・200人程度	
場所	プレイホール	
準備・用具	<ul style="list-style-type: none"> <li>・借用する用具：燭台、ろうそく（大）（小：人数分）、ブルーシート、着火ライター、CDデッキ、CD</li> <li>・団体の準備：セリフのカード、懐中電灯</li> </ul> ※ 営火入場から退場までのリハーサルを当日の夕食前に実施する。 <ol style="list-style-type: none"> <li>① 電動カーテンを閉める。</li> <li>② シートを中央に置き、燭台を置く。</li> <li>③ ろうそく（大）（小：人数分）を確認する。</li> </ol>	
必要な係	営火長1人、親火1人、子火4人、進行係、音楽係 ※ 必ず事前に役割分担をする。	
隊形		
実施方法	<p>【内 容】</p> <p>〈第1部迎え火のつどい・20分〉（静）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 開会のことば</li> <li>2 営火入場（BGM）〈選曲自由〉</li> <li>3 ともしびに捧げることば（親火）</li> <li>4 誓いのことば（親火から子火へ）</li> <li>5 燭台へ点火（親火、子火）</li> <li>6 迎え火のことば（営火長）</li> <li>7 分火（係から全員へ）</li> <li>8 司会者からよびかけ（ともしびを消す）</li> </ol> <p>〈第2部交歓のつどい・45分〉（動）</p> <p>班別やし物 レクリエーション・ゲーム・ダンス等</p> <p>〈第3部送り火のつどい・15分〉（静）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 送り火のことば（営火長）</li> <li>2 納火</li> <li>3 司会者からのよびかけ</li> <li>4 閉会のことば</li> </ol>	<p>【留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 引率者と係の研修生は、指導員と事前リハーサルを行う。</li> <li>○ 音楽に合わせて、親火、子火4、子火3、営火長、子火2、子火1の順で入場する。</li> <li>○ 床にろうそくが垂れないように留意する。</li> </ul> <p>（※ レクリエーションでホールを広く使う場合は、中央の燭台をプレイホールの隅に移動する。）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ みんなで楽しく活動し、交流を深める。</li> </ul> <p>（※ 燭台を中央に移動し、ろうそくに火をつける。）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自己を見つめさせる機会にする。</li> <li>○ 閉会后、燭台等を片付ける。</li> </ul>

## 《 ともしびのつどいの進め方（引率者用）》

★マーク：引率者へのお願い

### 1. ともしびのつどいの全体について

- ★ 第1部・第3部は静かな式（自分を見つめ直す式）です。  
しゃべったり、笑ったりしないよう指導をお願いします。
- ★ 第2部では、レクリエーションや出し物の準備をお願いします。
- ★ 団体の思いを入れた展開やセリフを考えて団体オリジナルのともしびのつどいをつくると、より心に残る有意義なつどいになります。

### 2. 本番までの準備

① 係決め …親火、子火1、子火2、子火3、子火4、営火長、進行係1人、音楽係1人

#### ② 役割確認や練習

【入場順】 親火、子火4、子火3、営火長、子火2、子火1

【各係の主な役割】

- ・親火 火をつけて入場。参加者に火を分ける係。
- ・子火 誓いのことばを言って親火から火を分けてもらう。
- ・営火長 迎え火・送り火のことばを伝え、火の点火の合図を出す。
- ・進行係 マイクを使って司会進行をする。本番は暗いので懐中電灯を使い原稿を読む。
- ・音楽係 BGMの音楽を流したり、音を調整したりする。

#### ③ 第2部のレクリエーションや出し物などの準備

### 3. 本番での引率者の役割

#### ① ともしび運営係

- セリフカードの準備（暗記している場合は不要。セリフカードの貸出あり）
- ともしびのつどいリハーサルは、係の研修生と一緒に参加
- 入場前に音楽（CD1番）を流し、入場する際に音楽を消す
- 入場前に親火だけ火をつける（ライターの貸出あり）



写真1

#### ② 全体指導係

- 始まる前に参加者全員へ小さいろうそくを配る（写真1）
- 第1部と第3部が静かな式【自分を見つめ直す式】であることを伝え、しゃべったり笑ったりしないよう指導

#### ③ 電気・カーテン係

- 第1部では電気を消し、カーテンを閉めてから式を始める  
（カーテンは自動開閉。スイッチは舞台下右側）
- 第2部では電気をつけ、第3部では電気を消す  
（電気のスイッチは舞台下右側と出入り口右側に2カ所）

### 5. 第一部の流れ（20分）

- ① 参加者は静かに燭台しょうだいを丸く囲んで間隔をとって座る。
  - ・50人未満は1列の円、50人以上は2列の円をつくって座る。
- ② 係は器具庫1からゆっくり歩き、反時計回りで入場。
  - ・係は器具庫1で待つ。
  - ・入場では親火だけに火がついている状態。
  - ・2.5～3mくらい離れて入場。
  - ・背筋をのばしてゆっくりと歩く。
  - ・キャンドルスティックはカップを目の高さに合わせて右手で垂直に持つ。

- ③ 燭台の周りに円をつくる（親火と営火長が真正面に来るように立つ）
  - ④ 親火の点火（親火が燭台の一番上のろうそく一本に火をつける。）
  - ⑤ 誓いの言葉（言葉の後に親火が各係へ火を分ける。火をもらう人がろうそくを傾げる。）
  - ⑥ 燭台への点火（係全員で燭台の奥のろうそくから火をつける。）
  - ⑦ 参加者への分火（参加者が立ってから火を分ける。火をもらう人がろうそくを傾げる。）
  - ⑧ ともしびを消す（司会者のよびかけの後に、全員ろうそくに息を吹きかけて火を消す。）
- ★第一部が終わったら、参加者全員のろうそくを集めて、次の指示をお願いします。

## 6. 第二部の流れ（45分）

- ★レクリエーションの時間は、準備してきた出し物で自由に楽しんでください。
- ★燭台は、邪魔にならない場所へ火をつけたまま移動させてください。

## 7. 第三部の流れ（15分）

始まる前に電気を消してください。

- ① 納火（ともしびを消す）
    - ・係は一番上のろうそくの火は残して、そのほかの火をカップを使って消す。（消すときには、手前のろうそくから火を消す。）
  - ② 司会者のよびかけ
    - ・よびかけの後に、親火が一番上のろうそくの火を消す。
- ★第三部終了後は、電気をつけてカーテンを開け次の指示を出してください。

## 8. 後片付け（★使用した道具にアルコールをかけてから片付けをお願いします。）

★器具庫 1 の中に片付けるもの（写真 2・3）

- 燭台（そうじ道具横）  ブルーシート（棚上段・左）  係のろうそく（棚前・左）
- 参加者のろうそく（棚上段・中央）

★CDデッキとマイクはプレイホール入口に置いていてください



★事務室に返却するもの（写真4）

- ライター  貸出用セリフカード  CD

★戸締まりや消灯の確認

- 窓しめ  電気を消す（自動スイッチは舞台下右側または出口左側）
- カーテンを開ける（自動スイッチは舞台下右側）
- プレイホール入口の活動チェックリストにチェック

## ともしびのつどい（展開例）

第一部 展開	演出ポイント
<p>&lt;第1部 迎え火のつどい&gt;</p> <p>※ 参加者入場（静，動，静の流れについて，事前に十分指導しておく） 静かに燭台を丸く囲む形で入場する。一重く50人く二重円 係は器具庫1で待機。親火だけ火をつける。電灯を消す。</p>	<p>電気・カーテン：電 気は消して，カー テンは閉めて，ス タートする</p>
<p><b>1 開会のことば</b> </p> <p>・音楽係 音楽が流す 進行「ただいまから，（ ）のともしびのつどいを始めます。」</p>	<p>音楽：CD1番</p>
<p><b>2 営火入場</b></p> <p>進行「営火入場」（強くはっきりとした声で）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親火，子火4，子火3，営火長，子火2，子火1の順に入場</li> <li>・音楽係 入場が終わったら音楽を徐々に小さくして消す </li> </ul> <p><b>点火</b> </p> <p>進行「営火長は，点火の合図をお願いします。」 営火長「点火」（ゆっくり）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親火 頂上の一本に火をつける。</li> </ul>	<p>入場者：堂々と 胸を張って入 場し，決して 笑わない</p> <p>音楽：音楽を消 すときは， 少しずつ小さく して消す</p>
<p><b>3 ともしびに捧げることば</b></p> <p>進行「親火の方は，ともしびにささげることばをお願いします。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・音楽係 CD2番を小さい音量でつける </li> </ul> <p><b>親火のことば</b></p> <p>「わたしたち（ ）の（ ）人は，ここ霧島自然ふれあいセ ンターにおいて，ともしびのつどいを開くことができ，うれしく思い ます。（間）ひとつ屋根の下で共に語り，共に寝起きする中で，今まで 気付かなかった友達のすばらしい姿を発見し，（間）自分の姿を見直しな がら，さらに，友情を深めたいと思います。（間）今夜は，仲良く，楽し く心に残るつどいにし，これを機会に明日からの生活に役立てることを 誓い，ともしびにささげることばとします。」</p> <p style="text-align: center;">令和〇〇年〇月〇日    〇〇代表    〇〇 〇〇</p>	<p>音楽：係の言葉が 参加者に聞こえ るように気をつ けて音量を調整 する</p> <p>親火：大きな声で 堂々と言葉を述 べる</p>
<p><b>4 誓いのことば</b></p> <p>進行「親火の方は，子火に呼びかけて，ともしびを分けてあげてください。」 （はっきりとした声で）</p> <p><b>子火1へ分火</b> </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親火 子火1の前まで歩き，向かい合って一礼</li> <li>親火 「強い心と体の持ち主になるために」</li> <li>子火1 「わたしたちは，心と体をきたえ，どんな苦しみにも負けず， 最後までやりぬく強い心と体の持ち主になるよう努めます。」</li> <li>・親火 子火1へ火を分ける</li> <li>・親火・子火1 火がついたら一礼をする</li> </ul>	<p>子火：大きな声で 堂々と言葉を述 べる</p>

第一部 展開	演出ポイント
<p><b>子火2へ分火</b> </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親火 子火2の前まで歩き, <b>向かい合って一礼</b></li> <li>親 火 「豊かな心の持ち主になるために」</li> <li>子火2 「わたしたちは, 自分のことだけでなく, いつも他人の立場を 考え, 親切で思いやりのある温かい人間になるよう心がけま す。」</li> <li>・親火 <b>子火2へ火を分ける</b></li> <li>・親火・子火2 <b>火がついたら一礼をする</b></li> </ul> <p><b>営火長へ分火</b> </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親火 営火長の前まで歩き, <b>向かい合って一礼</b></li> <li>・親火 <b>営火長に火を分ける</b></li> <li>・親火・営火長 <b>火が付いたら一礼</b></li> </ul> <p><b>子火3へ分火</b> </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親火 子火3の前まで歩き, <b>向かい合って一礼</b></li> <li>親 火 「いつまでも変わらない友情のために」</li> <li>子火3 「わたしたちは, このすばらしい友情をさらに深め, これから の人生を共に助け合い, 励まし合っていくことを誓います。」</li> <li>・親火 <b>子火3へ火を分ける</b></li> <li>・親火・子火3 <b>火がついたら一礼</b></li> </ul> <p><b>子火4へ分火</b> </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親火 子火4の前まで歩き, <b>向かい合って一礼</b></li> <li>親 火 「一日一日に全力を尽くすために」</li> <li>子火4 「わたしたちは, 一日一日を反省し, 明日に向かって全力を尽 くし, 悔いのない毎日を過ごすように努めます。」</li> <li>・親火 <b>子火4へ火を分ける</b></li> <li>・親火・子火4 <b>火がついたら一礼</b></li> </ul>	
<p><b>5 燭台へ点火</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親火は元の位置へ戻る</li> <li>・親火が元の位置へ戻ったら, 進行を始める</li> </ul> <p>進行「係の方は, 全員で燭台のろうそくに点火してください。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・係は燭台のろうそくに点火する</li> <li>・音楽係 音量を少しずつ上げる</li> </ul> <p>ろうそくに全て火が灯ったら, 音量は大きいままにする</p> <p>係が元の位置に戻ったら, 音量を徐々に小さくする</p> 	<p>音楽：係が全ての ろうそくに火を灯 したときに, 音量 が大きくなるよう にする</p>

第一部 展開	演出ポイント
<p><b>6 迎え火のことば</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・進行 係が元の位置に戻ったら、進行を始める</li> </ul> <p>進行「営火長は、迎え火のことばをお願いします。」</p> <p><b>営火長のことば</b></p> <p>「燭台のともしびは、わたしたちに何かを語りかけているようです。何かを求めているようです。このセンターでの生活を通して、皆さん一人一人が、これまでの自分、これからの自分を考えようとしていることでしょう。ここでの生活の中で、あらためて人の和の大切さや尊さを見つけることと思います。そして、このともしびのつどいの中で、自分をさらに見つめることにし、迎え火のことばとします。」</p>	<p><b>営火長</b>：大きな声で堂々と言葉を述べる</p>
<p><b>7 分火</b></p> <p>進行「それでは、このともしびを周りにいる皆さんにも分けてあげましょう。営火長、親火、子火の皆さんは、自分の近くの人にともしびを分けてください。また、周りの皆さんも、もらったともしびを、周りの人に分けてあげましょう。<b>みなさん立ってください。</b>」</p> <p><b>全員へ分火</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・営火長・親火・子火は、周りの人に火を分ける</li> <li>・全員のろうそくに火がともったら、元の位置へ戻る</li> </ul>	<p><b>親火・子火・営火長</b>：回れ右</p>
<p><b>8 司会者からのよびかけ</b> 10秒後ゆっくりと気持ちを込めて読み始める</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・進行 全ての参加者のろうそくに火が灯ったら、進行を始める</li> <li>・音楽 CD3番を小さく流す</li> </ul> <p>進行「一本の小さな親火から、今（ ）本の美しい光の輪ができました。美しい光の輪をつくっている小さなともしび、これは人間だけが使うことのできる火です。わたしたちの祖先がはるか昔から絶えることなく、大切に守り続けてきた火です。文化の火ともいえるともしびです。</p> <p>そのともしびを目の高さまで上げて、じっと見つめてみましょう。今ごろはきっとみなさんの家族が、あなたのことを考えていることでしょうか。友達と仲良くできているだろうか。けがはしていないだろうか。病気はしていないだろうか。みなさんはそのような家族の気持ちを理解できるでしょうか。</p> <p>今まで、わがままを言って困らせたり、口ごたえをしたりしたことはなかったでしょうか。家族に対して今まで自分はどうであったか。今しばらく考えてみましょう。自分の身をすり減らしながら、周りを温かく、明るく照らすろうそくは、子どもを育てる親の姿に似てはいないでしょうか。</p> <p>子どものために尽くしながら、一日一日歳を重ねてゆく親を大切に、思いやりのある子どもであって欲しいと思います。親のことを考えるとき、人の心は最も素直になると言われます。</p> <p><b>(曲をしばらく聴く)</b></p> <p>その気持ちを心の奥深くしまう意味で静かに、ともしびを消してください。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者のともしびが消えたら、進行を始める</li> </ul> <p>進行「これで迎え火の式を終わります。」(ゆっくりと)</p> <p>(※ 出し物等で大きくホールを使う場合は、燭台の火を消し、プレイホールのすみに移動する。)</p>	<p>音楽：進行の言葉が参加者に聞こえるように音量を調整する</p> <p><b>進行</b>：みんなに語りかけるように、ゆっくり優しく話す</p> <p><b>音楽</b>：だんだん大きく</p> <p><b>音楽</b>：ともしびを消し始めたら、徐々に小さくして消す</p>

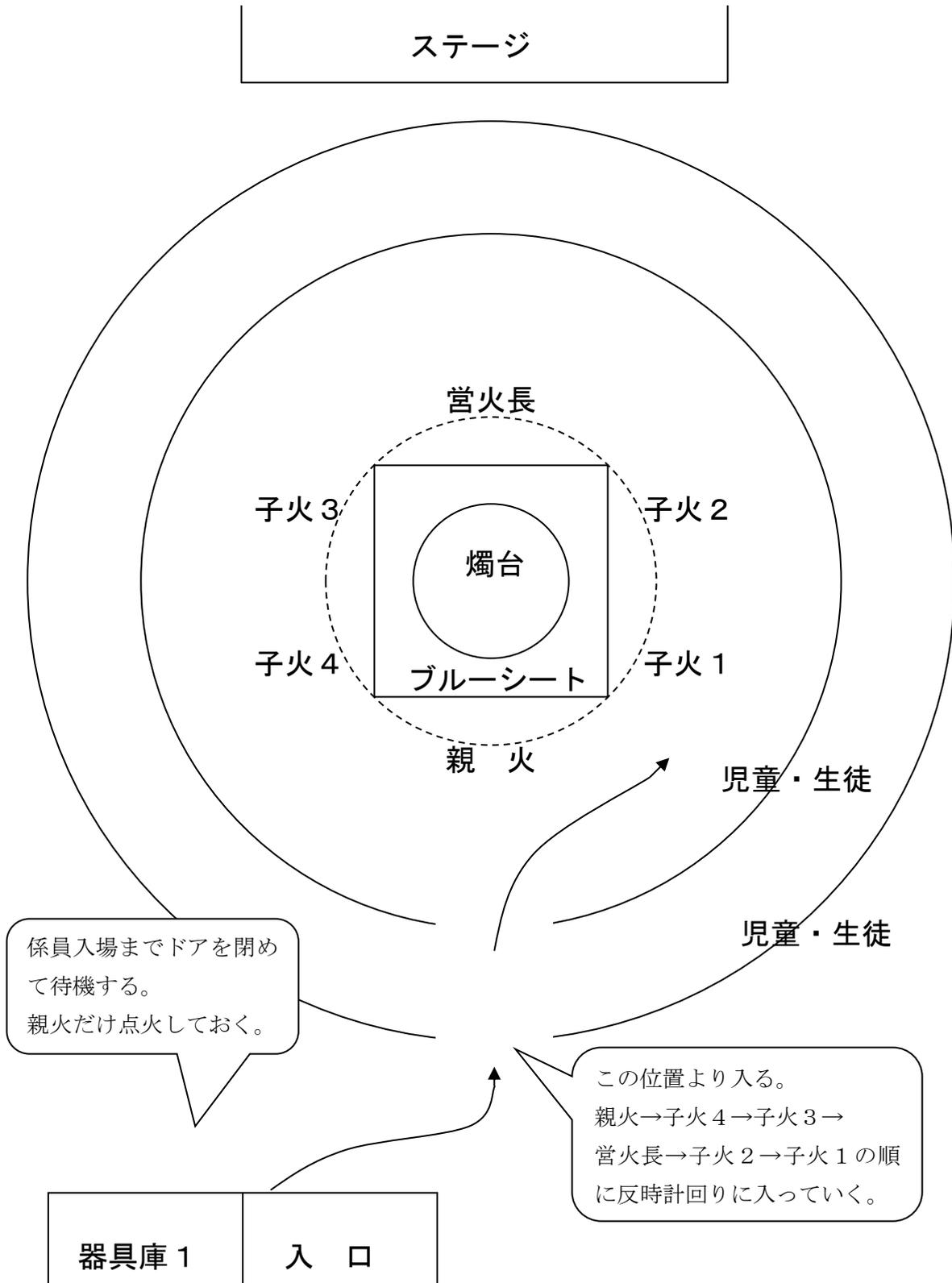
第二部 展開	演出ポイント
<p>&lt;第2部 交歓のつどい&gt;  進行「静かな中で第1部のセレモニーが終わりました。これからレクリエーションに入ります。歌やゲームで大いに楽しみましょう。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・係のろうそくと参加者のろうそくを片付ける</li> </ul> <p>※ 第3部の前に燭台を中央に移動する</p>	<p>レクリエーション  や出し物を準備していると盛り上がる</p>

第三部 展開	演出ポイント
<p>&lt;第3部 送り火のつどい&gt;  <b>1 送り火のことば</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・電気・カーテン 電気を全て消し、カーテンを閉める</li> <li>・音楽 第二部が終わったら CD4番を流す  参加者や係が第一部と同じ隊形に戻ったら、音量を小さくする</li> <li>・進行 電気が消されカーテンが閉まったことを確認する  参加者や係が第一部と同じ隊形に戻ったら、進行を始める</li> </ul> <p>進行「ただ今から第3部『送り火の式』を始めます。」  進行「営火長は、送り火のことばをお願いします。」</p> <p><b>営火長のことば</b> (ゆっくりと噛みしめながら)  「楽しかったつどいも、いよいよ終わりの時がやってきました。(間) 静かな中に自分を見つめたり、生活の反省をしたりしました。(間) このつどいで深められた友情と感動をいつまでもよい思い出として、明日からの生活にいかしていくことを期待し、送り火のことばとします。」</p>	<p>電気・カーテン：  電気を消しカーテンを閉めることで、静かな雰囲気をつくる</p> <p>音楽：CD4番を小さい音で流すことで落ち着いた雰囲気をつくる</p> <p>音楽：営火長の言葉が終わったら、音楽をだんだん大きくする。しばらく聞いてだんだん小さくする</p>
<p><b>2 納火</b> (曲が聞こえなくなったら)</p> <p>進行「係の方は、燭台の最上段の一本を残して、他のともしびを消してください。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・音楽 音量を少しずつ大きくして、ともしびが最後の1本になったら少しずつ小さくする</li> <li>・親火・子火・営火長 カップを使って燭台のともしびを全て消す</li> </ul>	
<p><b>3 司会者からの呼びかけ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・係が元の位置に戻ったら、進行を始める</li> </ul> <p>進行「ホール内に広がったともしびは、今、私たち全員の心をまとめて中央の燭台の1本にかえり、一段と輝きを増したかのようです。このともしびのように、仲良く団結して、それぞれの目標に向かって、挑戦のともしびを燃やし続けていきましょう。そして、ここ霧島自然ふれあいセンターで、体験を通して学んだことを生かし、学校や家庭、地域をともしびのように明るく温かく照らせる一人ひとりになっていましょう。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・進行 5秒くらい間を空ける</li> </ul> <p>進行「親火の方は、最後の一本のともしびを消してください。」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・親火 カップを使って残りのともしびを消す</li> </ul>	

#### 4 閉会のことば

- ・進行 親火が元の位置へ戻ったら、進行を始める  
進行「以上で（ ）のともしびのつどいのすべてを終わります。」  
**全員で拍手**
- ・電気・カーテン係 電気をつけて、カーテンを全て開ける

### 入場時会場図および係員入場方法



## ともしびのつどい台本（子火用）

★ 向かい合って礼 (セリフは大きな声で堂々と)

親 火 強い心と体の持ち主になるために

子火1 わたしたちは、心と体をきたえ、どんな苦しみにも負けず、最後までやりぬく強い心と体の持ち主になるよう努めます。

★ 向かい合って礼 (セリフは大きな声で堂々と)

親 火 豊かな心の持ち主になるために

子火2 わたしたちは、自分のことだけでなく、いつも他人の立場を考え、親切で思いやりのある温かい人間になるよう心がけます。

★ 向かい合って礼 (セリフは大きな声で堂々と)

親 火 いつまでも変わらない友情のために

子火3 わたしたちは、このすばらしい友情をさらに深め、  
これからの人生を共に助け合い、<sup>はげ</sup>励まし合っていくことを誓います。

★ 向かい合って礼 (セリフは大きな声で堂々と)

親 火 一日一日に全力を尽くすために

子火4 わたしたちは、一日一日を反省し、<sup>あす</sup>明日に向かって  
全力を尽くし、<sup>く</sup>悔いのない毎日を過ごすように努めます。

## ともしびのつどい台本（営火長用）

営火長（点火の合図）

（セリフは大きな声で堂々と）

「点火」

営火長（迎え火のことば）

（セリフは大きな声で堂々と）

<sup>しよくだい</sup>  
「燭台のともしびは、わたしたちに何かを語りかけている  
ようです。何かを求めているようです。このセンターでの生  
活を通して、皆さん一人一人が、これまでの自分、これからの  
自分を考えようとしていることでしょう。ここでの生活の中  
で、あらためて人の和の大切さや<sup>とうと</sup>尊さを見つけることと思  
います。そして、このともしびのつどいの中で、自分をさらにみ  
つめることにし、迎え火のことばとします。」

営火長（送り火のことば）

（セリフはやさしく語りかけるように）

「楽しかったつどいも、いよいよ終わりの時がやってきまし  
た。静かな中に自分を見つめたり、生活の反省をしたりしま  
した。このつどいで深められた友情と感動をいつまでもよい  
思い出として、明日からの生活にいかしていくことを期待し、  
送り火のことばとします。」

## ともしびのつどい台本（親火用）

営火長（点火の合図）→ 《親火：頂上の一本につける。》

親火（ともしびにささげることば）

（セリフは大きな声で堂々と）

「わたしたち（ ）の（ ）人は、ここ霧島自然ふれあいセンターにおいて、ともしびのつどいを開くことができ、うれしく思います。ひとつ屋根の下で共に語り、共に寝起きする中で、今まで気づかなかった友達のすばらしい姿を発見し、自分の姿を見直しながら、さらに、友情を深めたいと思います。今夜は、仲良く、楽しく心に残るつどいにし、これを機会に明日からの生活に役立てることを誓い、ともしびにささげることばとします。」

令和〇〇年〇月〇日 〇〇代表 〇〇 〇〇

親火→子火（誓いのことば）

**親 火 強い心と体の持ち主になるために**

子火1 わたしたちは、心と体をきたえ、どんな苦しみにも負けず、最後までやりぬく強い心と体の持ち主になるよう努めます。

**親 火 豊かな心の持ち主になるために**

子火2 わたしたちは、自分のことだけでなく、いつも他人の立場を考え、親切で思いやりのある温かい人間になるよう心がけます。

**親 火 いつまでも変わらない友情のために**

子火3 わたしたちは、このすばらしい友情をさらに深め、これからの人生を共に助け合い、励まし合っていくことを誓います。

**親 火 一日一日に全力を尽くすために**

子火4 わたしたちは、一日一日を反省し、明日に向かって全力を尽くし、悔いのない毎日を過ごすように努めます。

## ともしびのつどい台本（進行用）

### <第1部 迎え火のつどい>

※ 参加者入場

#### 1 開会のことば（CDデッキスイッチONしてから～「遠き山に日は落ちて～」）

**「ただいまから、( )のともしびのつどいを始めます。」**

#### 2 営火入場

**「営火入場」** 親火，子火4，子火3，営火長，子火2，子火1の順

**「営火長は、点火の合図をお願いします。」** 営火長「点火」

親火：頂上の本に火をつける。

#### 3 ともしびに捧げることば

**「親火の方は、ともしびにささげることばをお願いします。」**

親火のことば 「わたしたち～とします。」 平成〇〇年〇月〇日 〇〇代表 〇〇 〇〇

#### 4 誓いのことば

**「親火の方は、子火に呼びかけて、ともしびを分けてあげてく**

**ださい。」**

親火と子火の誓いのことば 親火→子火1→親火→子火2→親火→子火3→親火→子火4

#### 5 燭台へ点火

**「係の方は、全員で燭台のろうそくに点火してください。」**

#### 6 迎え火のことば

**「営火長は、迎え火のことばをお願いします。」**

営火長のことば 「燭台のともしびは、～迎え火のことばとします。」

#### 7 分火

**「それでは、このともしびを周りにいる皆さんにも分けてあげ**

**ましょう。営火長，親火，子火の皆さんは，自分の近くの人にと**

もしびを分けてください。また、周りの皆さんも、もらったとも  
しびを、周りの人に分けてあげましょう。」

8 司会者からのよびかけ

(セリフはやさしく語りかけるように)

「一本の小さな親火から、今( )本の美しい光の輪ができました。美しい光の輪をつくっている小さなともしび、これは人間だけが使うことのできる火です。わたしたちの祖先がはるか昔から絶えることなく、大切に守り続けてきた火です。文化の火ともいえるともしびです。

そのともしびを目の高さまで上げて、じっと見つめてみましょう。今ごろはきっとみなさんの家族が、あなたのことを考えていることでしょうか。友達と仲良くできているだろうか。けがはしていないだろうか。病気はしていないだろうか。みなさんはそのような家族の気持ちを理解できるでしょうか。

今まで、わがままを言って困らせたり、口ごたえをしたりしたことはなかったでしょうか。家族に対して今まで自分はどうかであったか。今しばらく考えてみましょう。自分の身をすり減らしながら、周りを温かく、明るく照らすろうそくは、子どもを育てる親の姿に似てはいないでしょうか。

子どものために尽くしながら、一日一日歳を重ねてゆく親を大切に  
する、思いやりのある子どもであって欲しいと思います。親

のことを考えるとき、人の心は最も素直になると言われます。その気持ちを心の奥深くしまう意味で静かに、ともしびを消してください。」

「これで迎え火の式を終わります。」

(※ 出し物等で大きくホールを使う場合は、燭台の火を消し、プレイホールのすみに移動する。)

### <第2部 交歓のつどい>

「静かな中で第1部のセレモニーが終わりました。これからしクリエーションに入ります。歌やゲームで大いに楽しみましよう。」

(※ 第3部の前に燭台を中央に移動し、ろうそくに火をつける。)

### <第3部 送り火のつどい>

#### 1 送り火のことば

「ただ今から第3部『送り火の式』を始めます。」

「営火長は、送り火のことばをお願いします。」

営火長のことば 「楽しかったつどいも～送り火のことばとします。」

#### 2 納火

「係の方は、燭台の最上段の一本を残して、他のともしびを消してください。」

### 3 司会者からよびかけ

「ホール内に広がったともしびは、今、私たち全員の心をまとめ  
て中央の燭台の 1 本にかえり、一段と輝きを増したかのよう  
です。このともしびのように、仲良く団結して、それぞれの目標に  
向かって、挑戦のともしびを燃やし続けていきましょう。そして、  
ここ霧島自然ふれあいセンターで、体験を通して学んだことを生  
かし、学校や家庭、地域をともしびのように明るく温かく照らせ  
る一人ひとりになっていきましょう。」

「親火の方は、最後の一本のともしびを消してください。」

### 4 閉会のことば

「以上で（ ）のともしびのつどいのすべてを終わります。」

# ふりかえりシート

年 月 日 グループ名:

名前:

---

今のグループでの活動を思い出し、1人で考えて書きましょう。

1. あなたは、すすんで考えを言えましたか。

すすんで言えた 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1 言えなかった

2. 友だちの考えを、すすんできけましたか。

すすんできけた 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1 きけなかった

3. みんなは、あなたの考えをきいてくれましたか。

きいてくれた 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1 きいてくれなかった

4. 今の話し合いの中で、うれしかったことにどんなことがありましたか。(誰のどんな言葉や行動を具体的に書いてください。)

5. そのほかに、思ったこと、気づいたこと感じたことがあったら書いてください。

# 霧島連山登山届

# Notification of hiking

<small>departure time</small> 入山日時 月 日 :		<small>estimated time of climedown</small> 下山予定日時 月 日 :	
<small>name</small> 名前	<small>phone number</small> 電話番号		<small>affiliation</small> 所属団体
<small>age</small> 年齢	<small>address</small> 住所		
<small>fellow hiker</small> 同行者			<small>number of people</small> 合計人数
<small>destination route</small> 目的地・予定のルート			<small>emergency contact number</small> 緊急連絡先

# 霧島連山登山届

# Notification of hiking

<small>departure time</small> 入山日時 月 日 :		<small>estimated time of climedown</small> 下山予定日時 月 日 :	
<small>name</small> 名前	<small>phone number</small> 電話番号		<small>affiliation</small> 所属団体
<small>age</small> 年齢	<small>address</small> 住所		
<small>fellow hiker</small> 同行者			<small>number of people</small> 合計人数
<small>destination route</small> 目的地・予定のルート			<small>emergency contact number</small> 緊急連絡先

## 動物の痕跡探し

ねらい	霧島自然ふれあいセンターの敷地内をお散歩して、野生動物の痕跡を探す。センターの敷地内を使って野生動物はどんな食事をしているのか、どんな痕跡を残しているのか。想像力を膨らませながら実際に歩き、発見してみる。	
時間・費用	・ 1時間 ・ 無料	
対象・人数	・ 幼児～小学校 ・ 100人程度	
場所	つどいの広場	
準備・道具	<p>【参加者が準備する物】</p> <p>※ 必要に応じて虫よけスプレー、かゆみ止め等を準備する。</p> <p>【ふれあいセンターで準備する物】</p> <p>・ 無線機 ※ 団体の希望に応じて貸出可能 ・ コース図 ・ 動物写真</p>	
留意事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 事前踏査を十分に行い、参加者に適したコースを選定する。</li> <li>2 安全対策には万全を期す（引率者による立哨指導等を行う）。</li> <li>3 参加者の実態や希望を考慮して活動内容を考える。</li> <li>4 沈砂池には立ち入らない。</li> </ol>	
実施方法	<p>【内 容】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 整列、あいさつ</li> <li>2 動物の痕跡探しについての説明。</li> <li>3 地図、動物資料、鉛筆を渡す。</li> <li>4 動物資料を見ながら、敷地内にどんな動物がいるのか予想を立てる。</li> <li>5 本館玄関入り口をスタート・ゴール</li> <li>6 ふり返しを行う。</li> </ol>	<p>【留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ コース上の危険箇所を確認・指導</li> <li>○ 走ることは禁止する。班でまとまって行動する。</li> <li>○ 2～3分おきに出発する。</li> <li>○ センター敷地内から出ないように指導する。</li> </ul>



# 動物のこんせき探し

きりしましぜんふれあいセンター



イノシシ



シカ



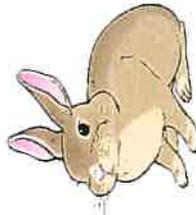
ネコ



たぬき



イタチ



ウサギ



リス



テン



アナグマ



# 動物のこんせき探し

きりしましぜんふれあいセンター



イノシシ



シカ



ネコ



たぬき



イタチ



ウサギ



リス

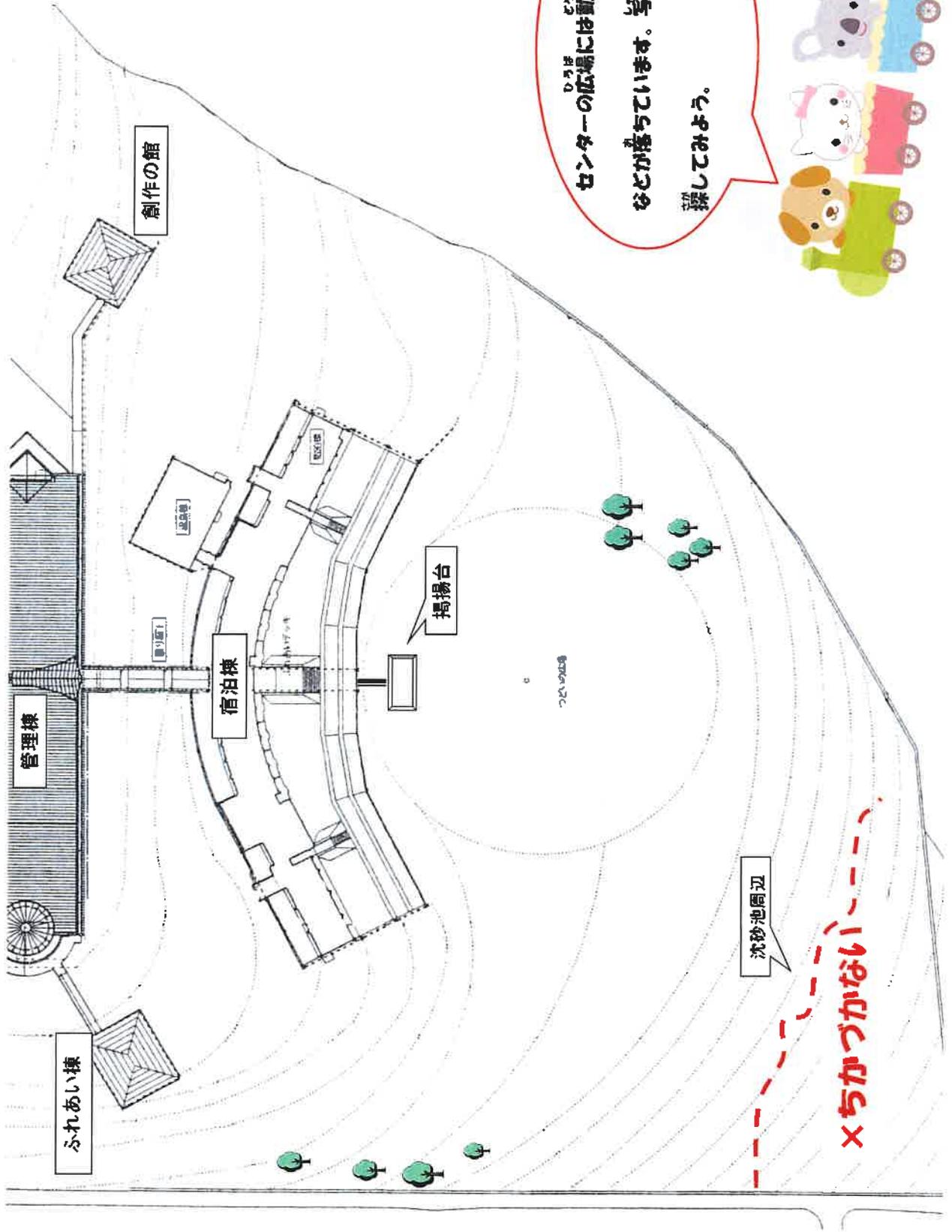


テン



アナグマ

# 動物のこんせき探しマップ



ふれあい棟

管理棟

信泊棟

創作の館

清掃台

沈砂池周辺

センターの広場には動物のうんち

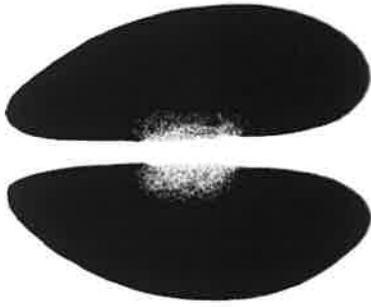
などが落ちています。写真を撮る前から

さが探してみよう。

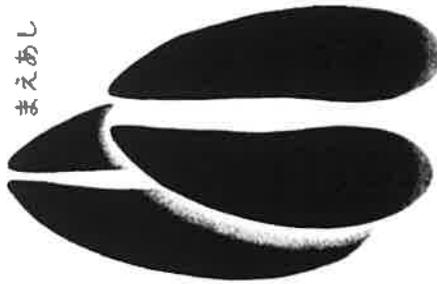
×ちかづかない



カモシカ  
六



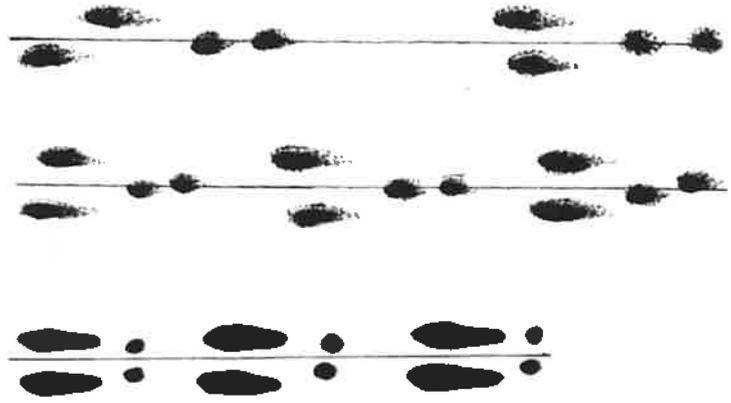
まえあし



うしろあし



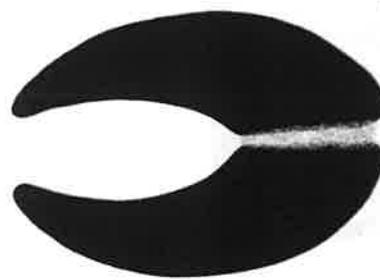
ニホンジカ  
★★★



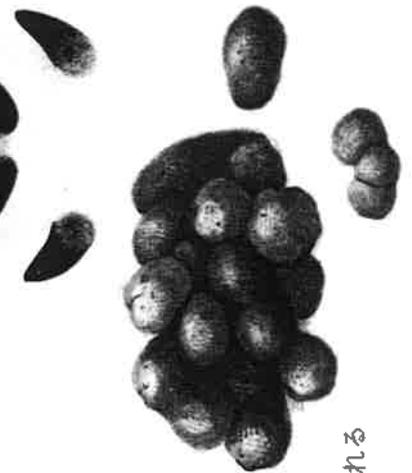
ノウサギ  
★★



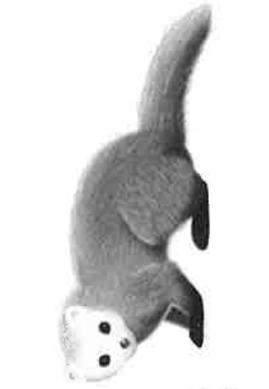
おおさは10ばいぐらい



イノシシ  
★★



ふるくなるとくずれる



テン★



イタチ★



ニホンリス★



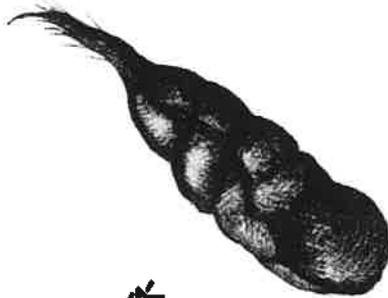
ニホンザル☆



タヌキ★



キツネ☆



アナグマ★



## レイニーレクリエーション

ねらい	雨の中でのレクリエーションや自然体験活動を通して、雨のよさを五感で味わったり、自然に対する観察力を高めたりする。	
時間・費用	2時間30分～3時間 無料	
対象・人数	小学生以上 120人程度まで（班編制は20グループまで）	
場 所	霧島自然ふれあいセンターつどいの広場・中庭等	
準備・道具	<p>【参加者が準備する物】</p> <p>運動に適した服装（長袖長ズボン）、タオル、雨具、着替え1組、替えの靴</p> <p>【ふれあいセンターで準備する物】</p> <p>① 草スキー：ソリ30枚</p> <p>② 草スキーリレー：ブルーシート（各グループに1枚）</p> <p>③ つるつるスライダー：ブルーシート（大5枚）、ホース</p> <p>④ レイニーミッション009：ミッションカード（各グループに1枚）、ファイル、筆記用具</p>	
コース等	<p>① 草スキー…つどいの広場 階段横の斜面</p> <p>② 草スキーリレー…つどいの広場 平らな場所</p> <p>③ つるつるスライダー…中庭斜面</p> <p>④ レイニーミッション009…つどいの広場や本館周辺</p>	
留意事項	<p>1 生きているものを採らない。</p> <p>2 活動する前に必ず活動する範囲を確認する。茂みや林の中には入らない。</p> <p>3 濡れていて滑りやすいので、野外でもゆっくり歩くようにする。</p> <p>4 雷が鳴る場合は、中止する。</p>	
実施方法	<p>【内 容】</p> <p>1 指導</p> <p>2 草スキー</p> <p>3 草スキーリレー 練習 ⇒ 作戦タイム ⇒ 本番</p> <p>4 つるつるスライダー 練習 ⇒ 作戦タイム ⇒ 本番</p> <p>5 レイニーミッション009 道具配布 ⇒ 予想 ⇒ スタート</p> <p>6 ふり返り</p> <p>7 後片付け等</p> <p>8 シャワー、着替え</p> <p>9 洗濯・乾燥</p>	<p>【留 意 点】</p> <p>○ コース上の危険箇所の確認・指導</p> <p>○ 草スキーリレーとつるつるスライダーでは、練習をして、各グループでの作戦タイムをとり、どのように工夫すればタイムを縮められるか考えられるようにする。</p> <p>○ レイニーミッション009では、各グループでどのようなものが見つかりそうか予想を立てる。</p>

### ① 草スキー（30分）

【内 容】 速さなどは競わずに、交代しながら草スキーを楽しむ。センターにはソリが30枚ある。

- 【注 意】 (1) 滑る前は、前や周りに人がいないか確認をして滑る。  
(2) 横の人と2m程間隔をあけて滑る。  
(3) ソリをしっかりと握り、手を離さない。



写真：滑る様子

### ② 草スキーリレー（30分）

【内 容】 グループ内で3人組をつくる。1人がブルーシートにのり、2人がブルーシートを引っ張る。コーンの場所まで到着したら、ブルーシートを持って3人で元の位置に戻る。次の3人組にブルーシートを渡す。

- 【注 意】 (1) 乗っている人は、しっかりブルーシートをつかむ。手を離さない。  
(2) 引っ張る人は、乗る人が落ちないようにスピードを調整する。



写真：3人組でリレーをする様子

【採点例】

1位 10点, 2位 5点, 3位 3点, 4位 2点, 5位 1点

### ③ つるつるスライダー（30分）

【ルール】 濡れたブルーシートにうつ伏せになり、1人ずつ滑る。滑った長さを各班で競う。

- 【注 意】 (1) 滑るときは、しゃがんだ体勢から勢いをつけて滑る。助走をつけない。  
(写真1)  
(2) 滑るときには、手は前に伸ばし、握りこぶしをつくる。(写真2)  
(3) 滑るのがこわい子には、仰向けに寝そべて進行方向に足を伸ばすようにし、後ろから押す。



写真1：スタート姿勢



写真2：滑るときの姿勢

【採点例】

1位 10点, 2位 5点, 3位 3点, 4位 2点, 5位 1点

④ レイニーミッション009 (45分)

【内容】 グループごとにミッションカード(資料1)を持って野外にでかけ、9つのミッションを行う。

- ミッション1 水たまりの中を歩け
- ミッション2 屋外でぬれていないところを見つけよ
- ミッション3 どろをさわってみよ
- ミッション4 まっすぐ落ちる雨つぶとななめに落ちる雨つぶを見つけよ
- ミッション5 雨の音をひとりずつ重ならないように擬音語で表せ
- ミッション6 手のひらに雨粒を10粒当てよ
- ミッション7 鳥の姿や鳴き声を見つけよ
- ミッション8 雨の飛の思い出をひとりずつ紹介せよ
- ミッション9 葉から落ちる雨のしずくを見つけよ



写真1：水たまりの中を歩く様子



写真2：葉から落ちるしずくを観察する様子

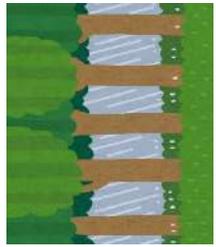
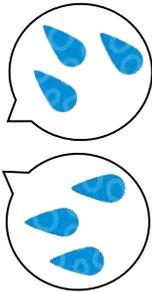
【注意】

★ 点数をつけたり勝敗を競ったりせず、雨を各々で楽しむようにする。



# レイニーミッション009

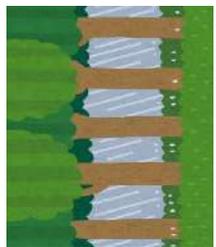
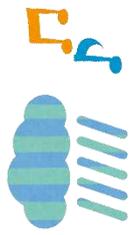
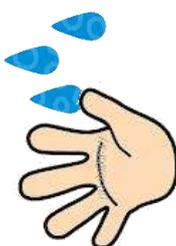
( ) 班 霧島自然ふれあいセンター  
★ 達成したミッションの口に✓をつける。

<input type="checkbox"/> ミッション1 水たまりの中を歩け 	<input type="checkbox"/> ミッション2 屋外でぬれていない ところ見つけよ 	<input type="checkbox"/> ミッション3 ドロを見つけて さわってみよ 
<input type="checkbox"/> ミッション4 まっすぐ落ちる雨つぶと ななめに落ちる雨つぶを 見つけよ 	<input type="checkbox"/> ミッション5 雨の音をひとりで 重ならないように 擬音語で表せ  例. ぽちよ ぽちよ	<input type="checkbox"/> ミッション6 手のひらに雨つぶを 10つぶ当てよ 
<input type="checkbox"/> ミッション7 鳥の姿や鳴き声を 見つけよ 	<input type="checkbox"/> ミッション8 雨の日の思い出を ひとりで紹介せよ 	<input type="checkbox"/> ミッション9 葉から落ちる しずくを見つけよ 



# レイニーミッション009

( ) 班 霧島自然ふれあいセンター  
★ 達成したミッションの口に✓をつける。

<input type="checkbox"/> ミッション1 水たまりの中を歩け 	<input type="checkbox"/> ミッション2 屋外でぬれていない ところ見つけよ 	<input type="checkbox"/> ミッション3 ドロを見つけて さわってみよ 
<input type="checkbox"/> ミッション4 まっすぐ落ちる雨つぶと ななめに落ちる雨つぶを 見つけよ 	<input type="checkbox"/> ミッション5 雨の音をひとりで 重ならないように 擬音語で表せ  例. ぽちよ ぽちよ	<input type="checkbox"/> ミッション6 手のひらに雨つぶを 10つぶ当てよ 
<input type="checkbox"/> ミッション7 鳥の姿や鳴き声を 見つけよ 	<input type="checkbox"/> ミッション8 雨の日の思い出を ひとりで紹介せよ 	<input type="checkbox"/> ミッション9 葉から落ちる しずくを見つけよ 

きもだめし

ねらい	暗闇の中で友達と協力しながら課題をクリアし、ゴールを目指すことで、恐怖心に打ち勝ち、信頼関係を深める。	
時間・費用	1時間30分 無料	
対象・人数	小学生～中学生 50人程度（2人1組のグループ）	
場所	霧島自然ふれあいセンター周辺・つどいの広場	
準備・道具	【参加者が準備する物】 懐中電灯 【ふれあいセンターで貸し出しする物】 コース図、筆記用具、紙芝居等	
コース等	①記念碑コース （センター→みやまコンセールC 駐車場→記念碑→歩道橋→センター） ②ふれあいセンターコース （玄関→創作の館→ふれあいの杜→沈砂池前→ふれあい棟→機械棟裏→玄関） （玄関→機械棟裏→ふれあい棟→沈砂池前→ふれあいの杜→創作の館→玄関）	
留意事項	1 事前に児童のグループ分けをする。 2 引率者は下見を行い、危険箇所を把握する。 3 引率者は緊急時に直ぐ連絡が取れるようにする。 4 活動エリア以外に立ち入らない。	
実施方法	<p>【内 容】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 集合する</li> <li>2 活動説明</li> <li>3 出発前の雰囲気作り （紙芝居の読み聞かせ等）</li> <li>4 出発 ※ 間隔を空けて出発する</li> <li>5 答え合わせ・振り返り</li> </ol>	<p>【留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 交通ルールを守る。</li> <li>○ 1人で行動をしない。</li> <li>○ 走らない。</li> <li>○ 答えを友達に教えない。</li> <li>○ コースから外れない。</li> <li>○ 活動終了後に人数確認をする。</li> </ul>

きねんひ  
 きもだめし〜記念碑コース〜 地図



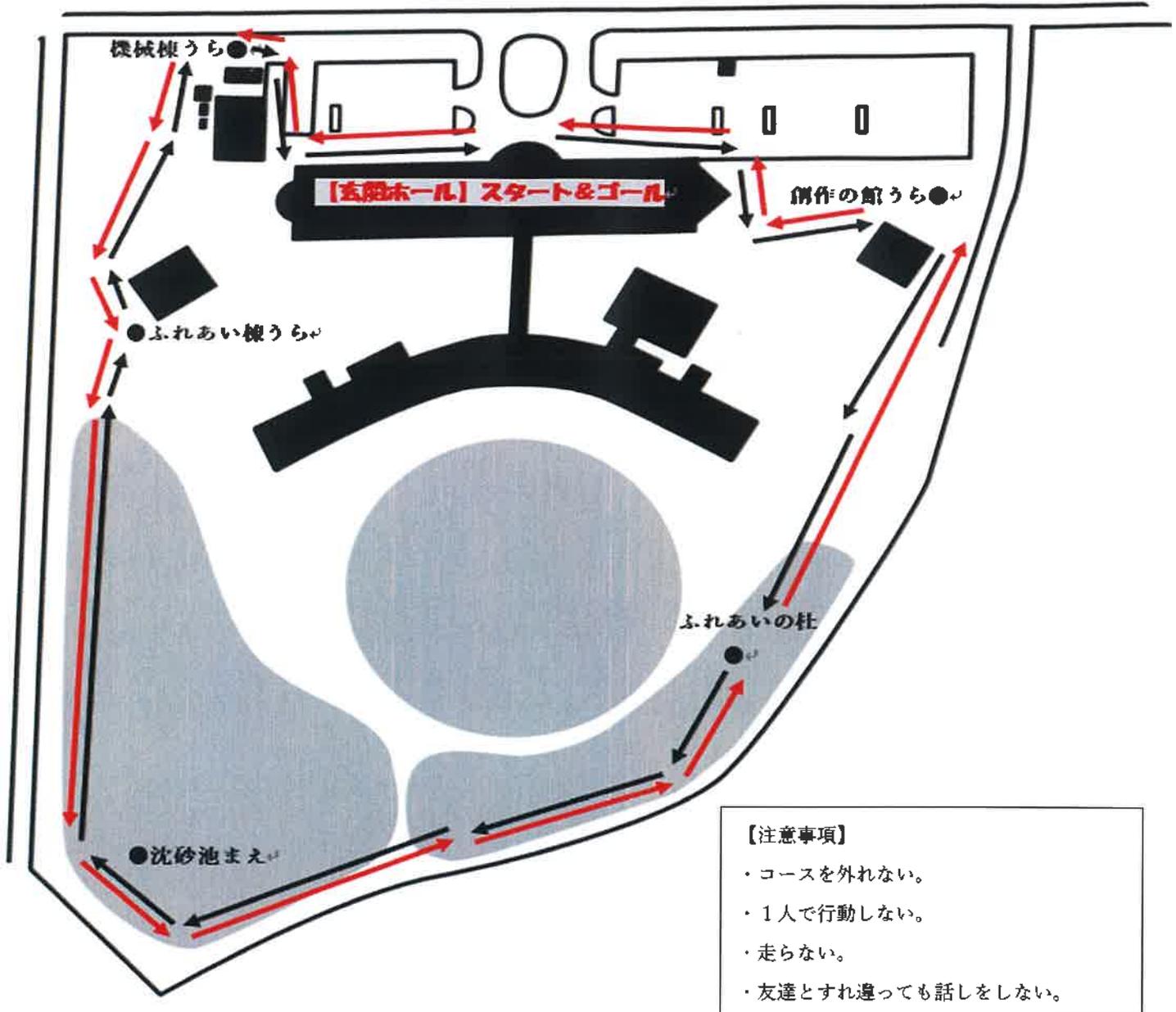
【問題】

記念碑の裏に記載されている鹿児島県知事の名前を書きなさい。

【注意事項】

- ・ 交通ルールを守る
- ・ 1人で行動をしない
- ・ 走らない
- ・ 友達と会っても話しをしない。

# きもだめし～ふれあいセンターコース～ 地図



## 【創作の館うら】

部屋の中を覗いて椅子の上に置いてある物を書きなさい。

## 【ふれあいの杜】

木につるしてあるモノを書きなさい。

## 【沈砂池まえ】

沈砂池の柵に付いている看板の文字を書きなさい。

## 【ふれあい棟うら】

人形の数を書きなさい。

## 【機械棟うら】

おりんを鳴らして椅子に書いてある文字を書きなさい。

## 霧島神宮探検！

ねらい	霧島神宮境内の地図に書かれた番号の場所に関わる問題をグループで解く活動を通して、霧島神宮の歴史や文化を学習すると共に、お互いの絆を深め、郷土への理解と誇りを持つ。	
時間・費用	・ 2時間 ・ 無料	
対象・人数	・ 小学生以上 ・ 100人程度	
場 所	霧島神宮境内	
準備・ 道具	<p>【参加者が準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 筆記用具</li> </ul> <p>【ふれあいセンターで準備する物】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 霧島神宮探検学習用地図 ・ 解答用紙 ・ 解答 ・ 紙バサミ</li> </ul>	
留意事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 センター職員は事前の指導を行うが、原則として同行しない。</li> <li>2 グループ編成は4～6人とする。</li> <li>3 グループから離れた行動をとらないように注意する。</li> <li>4 活動中は、天候の急変や事故防止に備え、対応措置を準備しておく。</li> <li>5 近隣施設内に立ち入らない。</li> <li>6 境内には一般の参拝客がいるので大声を出したり走り回ったりしないようにすることや、交通安全に気をつけるよう指導しておくようにする。</li> </ol>	
実施方法	<p>【内 容】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 集合する。</li> <li>2 説明と注意を聞く。             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 探検の方法                 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 歩く速さで進む。</li> <li>・ 番号の場所で課題を解決する。</li> </ul> </li> <li>(2) 霧島神宮探検学習用地図の使い方                 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 一斉に出発する。</li> <li>・ どの番号からでも行って良い。</li> <li>・ スタート場所がゴールになる。</li> </ul> </li> <li>(3) 競技上の注意                 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ グループはそろって行動する。</li> <li>・ 自然愛護、安全、他の来場している人に気をくばる。</li> </ul> </li> </ol> </li> <li>3 スタート             <ul style="list-style-type: none"> <li>・ グループでどの順番で行くか話し合わせる。</li> <li>・ 終了予定時刻を使える。</li> </ul> </li> <li>4 ゴール             <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 用具の後始末をする。</li> </ul> </li> <li>5 活動のまとめ             <p>解答をし、まとめとふり返しをする。 神宮での新しい発見や素晴らしいと思ったことについて話題にし、神宮への理解を深め、郷土への誇りを感じさせる。 また、活動をふり返ってお互いの良さについても気付かせる。</p> </li> </ol>	<p>【留意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ トイレをすませチームごとに整列する。</li> <li>○ 参加者の確認と健康観察をする。</li> <li>○ 参加できない者の活動を配慮する。 (用具の集配やスタート・ゴールのチェック等)</li> <li>○ どの番号から行くか十分にグループで話し合うように伝える。</li> <li>○ 全員で話し合って答えを書くように伝える。</li> <li>○ 一斉にスタートする。</li> <li>○ 全員の帰着を確認する。</li> <li>○ 解答をする。</li> <li>○ ふりかえりの視点(例) 問題以外に神宮について新しい発見や素晴らしいと思ったことを、グループで発表させるようにする。 仲間の協力、気付きなどについてもその良さを話題にさせる。</li> </ul>

# 日本の宝！ 私たちの霧島の宝！ 国宝霧島神宮探検！！地図



**ミッション①** 番号のある場所に行って、表示してあるものを見てクイズを解こう！

**ミッション②** 周りの状況をみたり誰かに聞いたり実際にやったりしてクイズを解こう！

**ミッション③** みる気でみる！きく気できく！やる気でやる！五感をとぎずましてクイズを解こう！



- ⑥ 矢印の場所から見えてね！
- ⑪ 境内を歩いて数えよう！遠くもみまわして！
- ⑫ 敷地内いろんな場所で見えてね！

**楽しむためのルール！**

- ☆ 必ずグループで一緒に行動し、力をあわせてクイズを解こう！
- ☆ 境内には一般の参拝客(お祈りに来られた方々)がいることを忘れないようにしよう！特に、大声で話したり走り回ったりしないようにしましょう。
- ☆ 車が通る場所もあるよ。十分気をつけよう！
- ☆ クイズ以外の場所でも新しい発見をしてみよう！(すばらしい彫刻・きれいな花・珍しい植物・動物など)



# 日本の宝！ 私たちの霧島の宝！ 国宝霧島神宮探検！！



Mみるき  
みよう！

Kきくきで  
まこう！

Yやるきで  
やろう！

① この神社の「御祭神(ごさいじん)」、お祭りしている神様の名前をひらがなで書いてみよう。

解答( )

② 参拝する勅使殿の彫刻は素晴らしいですね。「あうん」の姿の獅子！他にも、現在の日本の自然では見ることのない動物が立派な姿で彫られています。何の動物でしょう？次の3つから選んでください。

⑦ サル ⑧ バク ⑨ ウマ 解答( )

③ みんなで一緒に数えてみよう！参拝所に続く階段の数は何段あるかな？

解答( )段

④ 手水の作法をやってみよう！

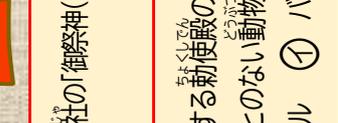
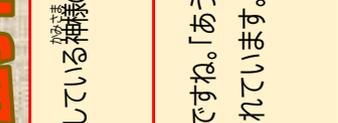
- ・ ひしゃく(イ)手の水をくみます。まず(ア)手を清めます。
- ・ つぎに(イ)手を清めます。
- ・ 次に左の手のひらに水を受け、口をすすぎ清めます。
- ・ 次にもう一度左手を清めます。
- ・ 最後にひしゃくの柄を洗い流します。

解答 ア( )手 イ( )手

⑤ 「さざれ石」は、私たちが誰でも知っている歌に歌われています。

行事等で歌われるその歌は何でしょう？ 解答

⑥ ご神木に神職が祈る姿に見える枯れ枝で「祈りの枝」と名前がついた枝があります。見つけてその形を描いてみよう！



⑧ 神宮ではいけないことが三つあると書かれていますね。

- ①車( )の乗り入れ ②魚鳥をとること。
  - ③竹や木をばっさいすること。
- ( )の中の動物の名前は何でしょう。 解答( )



⑨ この建物の名前が入口に大きく書かれています。漢字で書きましよう。 解答( )

⑩ 展望台には新婚旅行記念の写真撮影板があります。( )とおりようの新婚旅行記念の写真撮影板ですか？ 解答( )

⑭ 二の鳥居から展望台に続く表参道にはいくつの石灯籠があるでしょう？ 解答( )



⑦ 石つみ灯籠  
この大きな石積み灯籠は、どんな目的で使われていたでしょう？  
ア お祭りの時のあかりとして使った。  
イ 遠くから「ここに神宮がある」という道しるべとして使った。  
エ 天上の神様の目印にした。 解答( )



⑩ この樹木(紙垂(しで)が飾られている)の名前は何という名前ですか？  
解答 ○○○○のき [しで]



⑪ 霧島神宮には10人以上の人が一度に通れるほどの大きな鳥居はいくつありますか？ 解答( )

⑬ ここは霧島七不思議の一つ。自然の石が何かの動物に見えます。さてその動物は何でしょう？ 解答( )

⑮ 展望台は錦江湾が見えるように作られています。錦江湾のほぼ中央には鹿児島を象徴する火山があります。さてその火山の名前は？ 解答( )



# 日本の宝！ 私たちの霧島の宝！！ 国宝霧島神宮探検！！



Mみるまで  
みよう！

Kきくまで  
きこう！

Yやるまで  
やろう！

① この神社の「御祭神(ごさいじん)」, お祭りしている神様の名前をひらがなで書いてみよう。

解答( **ににぎのみこと** )

② 参拝する勅使殿の彫刻は素晴らしいですね。「あうん」の姿の獅子！他にも、現在の日本の自然では見ることのない動物が立派な姿で彫られています。何の動物でしょう？ 次の3つから選んでください。

⑦ サル ① バク ② ウマ 解答( **①** )

③ みんなで一緒に数えてみよう！参拝所に続く階段の数は何段あるかな？

解答( **35 または 36** )段

④ 手水の作法をやってみよう！

- ・ ひしゃく(イ)手の水をくみます。まず(ア)手を清めます。
- ・ つぎに(イ)手を清めます。
- ・ 次に左の手のひらに水を受け、口をすすぎ清めます。
- ・ 次にもう一度左手を清めます。
- ・ 最後にひしゃくの柄を洗い流します。

解答 ア(左)手 イ(右)手

⑤ 「ざざれ石」は、私たちが誰でも知っている歌に歌われています。

行事等で歌われるその歌は何でしょう？ 解答( **国歌(君が代)** )

⑥ ご神木に神職が祈る姿に見える枯れ枝で「祈りの枝」と名前がついた枝があります。見つけてその形を描いてみよう！



⑭ この鳥居から展望台に続く表参道にはいくつの石灯笼があるでしょう？

解答( **12** ) [石灯笼]



⑦ 石づみ灯笼

この大きな石積み灯笼は、どんな目的で使われていたでしょう？

- ア お祭りの時のあかりとして使った。  
イ 遠くから「ここに神宮がある」という道しるべとして使った。  
エ 天上の神様の目印にした。 解答( **イ** )

⑧ 神宮ではいけないことが三つあると書かれていますね。

- ①車( )の乗り入れ ②魚鳥をとること。  
③竹や木をばっさいすること。  
( )の中の動物の名前は何でしょう。  
解答( **馬** )



⑩ この樹木(紙垂(しで)が飾られている)の名前は何という名前ですか？

解答 **お(か)た(ま)のき** [しで]

⑪ 霧島神宮には10人以上の人が一度に通れるほどの大きな鳥居はいくつありますか？ 解答( **3つ** )

⑬ ここは霧島七不思議の一つ。自然の石が何かの動物に見えます。さてその動物は何でしょう？ 解答( **亀** )

⑮ 展望台は錦江湾が見えるように作られています。錦江湾のほぼ中央には鹿児島を象徴する火山があります。さてその火山は？

解答( **桜島** )

霧島自然ふれあいセンター

# 日本の宝！私たちの霧島の宝！ 国宝霧島神宮探検！！資料



霧島神宮しっちょいどん！（なんでも知ってるんだよ！）になろう！

## ☆神話から

神々が天上界の天の浮橋から下の世界をのぞくと、霧にけむる海のなかに島のようにみえるものがありました。神々は一本の銚を取り出し、その島にしるしをつけました。それが霧島の名の由来だといわれています。



その時、神々が逆さに落としたりとした銚は、見事に山の頂上に突き刺さりました。

今も高千穂の山頂に残る天の逆銚は、その時の銚だともいわれています。

あるとき、天照大神（アマテラスオオミカミ）の神勅を受けて、孫神・瓊瓊杵尊（ニニギノミコト）が三種の神器を手に、7人の神様と道案内の猿田彦命（サルタヒコノミコト）とともに、高天原（タカマガハラ）から地上に降り立ちます。天上界から神が地上に降り立ったといわれる「天孫降臨」の第一歩を記した高千穂峰から、日本の建国神話とその歴史が始まったと伝えられています。

## ☆国宝

令和4年2月9日、霧島神宮本殿、幣殿、拝殿入り口手前までが「国宝」に指定されました。その手前の神せん所、登廊下、勅使殿は平成元年国の重要文化財に指定されました。現在の建物が創建されたのは約300年前。鶴丸城から鬼門の方向にある高千穂峰との間に建てられています。

## ☆手水舎

手水舎の流水口は、甲突川に昔あったいくつもの石橋を作った、素晴らしい技術者の石工「岩永三郎」の作といわれています。他にも境内にはいくつかこの人の作ったものがあります。



## ☆九面をよく見てみよう！

高い鼻 曲がった鼻

白い顔

緑色の顔

それは、昔々

世界中から来た人々が

みたこともない

技術や文化を伝え

「神」と呼ばれたことから

は？と言われています。



## ☆溝の玉石

表参道の両側の溝に埋められている玉石は、昭和の初めに参拝用の道路（表参道）を建設する時、奉仕団と呼ばれる小中学生などが下流の河原から玉石を拾ってきたものです。※奉仕団は神宮に宿泊してご飯を戴くことができたから県内外からたくさん集まったと伝えられています。



## ☆七不思議

霧島神宮の周辺には「七不思議」といわれるものがあります。その一つ「亀石」は境内に向かって左手横から亀石坂の階段を下りていくと左手にみることができます。