

7. 活動プログラム

■プログラム作成にあたって

「何の活動をするのか」の前に「何のためにするのか」を考えて、無理のない活動プログラムを組み立ててください。また、荒天時の場合の予備のプログラムも計画に入れてください。

■準備物・注文品

活動プログラムによっては、事前に団体側で準備・持参していただくものや教材注文、講師依頼をいただく必要があるものがあります。詳細については各プログラムの紹介ページにてご確認ください。

■活動プログラム

主な活動プログラムをご紹介します。ここにはない活動プログラムについては、ホームページにある活動資料集をご覧ください。不明な点がございましたら、自然の家までお気軽にお問い合わせください。

	活 動 名	ポ イ ント	要注文	頁
登 山 活 動	来拝山登山	宿泊学習の定番		20
	大辻山登山	富山百名山のひとつ		20
	大丸山登山	幼児向け軽登山		21
	前谷沢歩き	幼児に大人気		21
	立山（雄山）登山	3,000mの本格登山		22
	室堂周辺散策	高原散策		22
キ ャ ン プ 活 動	ドームテント設営	テントの貸出無料		23
	森小屋づくり	森小屋で宿泊体験	○	23
	森の遊び場づくり	森の中で遊具づくり	○	24
	キャンプファイヤー	楽しい思い出づくり	○	24
	キャンドルサービス（館内実施可）	ろうそくを用いたセレモニー	○	25
仲 間 づ く り 活 動	立山ジョイフレンド（館内実施可）	人間関係づくりプログラム		26~29
	ポイントさがし	オリエンテーリング		30
	森の宝さがしビンゴゲーム	自然の中でビンゴゲーム		30
学 習	大日の森 植物探検	葉をヒントに植物探し		31
	夜空の観察（要講師依頼）	天体観測とプラネタリウム	○	31

	活 動 名	ポ イ ント	要注文	頁
炊 事 活 動	野外炊事	大自然の中でクッキング	○	32
	ピザづくり	おすすめの炊事メニュー	○	32
	うどんづくり	上級者向け炊事メニュー	○	33
	火おこし体験	まいぎり式火おこし器にて	○	33
創 作 活 動	焼 板	思い出をかたちに	○	34
	マイフォーク・スプーンづくり	見つけた枝を柄として加工	○	34
	メッセージカードづくり	お手軽紙すき体験	○	35
	木の葉のしおりづくり	花や葉をシート加工		35
雪 上 活 動	しりすべり	ビニールシートを用いて		36
	チューブそりすべり	幼児から大人まで大人気		36
	かんじき・スノーシューハイク	降り積もった雪の上を颯爽と		37
	クロスカントリースキー	歩くスキーを体験		37
	アルペンスキー	近隣スキー場まで車で 20 分		38
	雪の造形活動	雪と想像力で色々な表現を		38
	かまくらづくり	積み上げた雪に穴を掘る		39
	イグルーづくり	雪のブロックを組んで建造		39
館 内 プ ロ グ ラ ム	館内オリエンテーリング	館内で隠された記号を探す		40
	ビジュアル館内オリエンテーリング	館内でキーワードを探す		40
	立山遊びリンピック	荒天時のプログラムとして		41
	ボッチャ・立少ボッチャ	パラリンピックスポーツに挑戦		42
	カプラ	積み木で創作活動		42
	自然の家たんけんゲーム	館内でイラストさがし		43
	立少たんけんパズルゲーム	協力してパズルを完成させる		43

焼板

ねらい

自然の家での活動の思い出や風景を描き、形に残すことで、仲間と作成物を鑑賞しながら思い出を共有する。



期 間	通 年	雨天時	実施可
所要時間	半日	対 象	小学校低学年～
当施設が貸し出せるもの	ワイヤーブラシ、きり、はさみ、のこぎり 火ばさみ、缶かまど（ハーフドラム）、ガスバーナーの口		
各団体で持参するもの	雑巾、軍手、筆記用具、新聞紙、ゴミ袋		
注文品	生板、カラーテックス ※ 板を焼くために、ガスバーナーボンベまたは薪が必要		

実施上の留意点

カラーテックスを注文せずに絵の具やペイントマーカー（ポスカ等）を持参してもよい。

マイフォーク・マイスプーンづくり

ねらい

持ち手となる木の枝を自分で探すことから創作意欲を掻き立て、同じ形のないオリジナルフォーク・スプーンを作る楽しさを味わう。



期 間	5～11月 (自然の家で枝を採取する場合)	雨天時	実施可
所要時間	1時間～	対 象	小学校中学年～
当施設が貸し出せるもの	電動ドリル、のこぎり、万力、小刀、きり、クラフト用シート		
各団体で持参するもの	木工用ボンド、軍手、紙やすり、マジック（記名や色を塗る場合）		
注文品	フォークまたはスプーンの先		

実施上の留意点

- (1) 柄の部分となる木の枝は事前に準備しておくとし季節を問わず実施が可能。
- (2) フォークやスプーンの前を入れるための枝の穴あけは、必要に応じて指導者が行うこと。

メッセージカードづくり

ねらい

紙すき体験を通じて伝統文化の理解を深めるとともに、原料にシュレッダー紙を使用し、リサイクル等のエコ活動についても考える。



期 間	通 年	雨天時	実施可
所要時間	半日	対 象	小学校中学年～
当施設が貸し出せるもの	ボウル、デジタル計り、計量カップ、ミキサー、バット、型枠、網、アイロン、アイロン台、はさみ		
各団体で持参するもの	1人分：さらし30cm×30cm（布きれ）3枚程度、新聞紙2日分、下敷き、でんぷんのり、マジック		
注文品	原料のシュレッダー紙（当施設が無料で提供します。）		

実施上の留意点

- (1) 施設職員から渡される説明資料を基に指導する。
- (2) 作ったカードに宛名を書き切手を貼ることではがきとして使用することが可能。
- (3) 木の葉等でカードに模様をつけてもよい。

木の葉のしおりづくり

ねらい

自然物を用いてオリジナルのしおりを作ることで創造力や自然に対する観察力を養い、仲間と作成物を見せ合いながら思い出などを共有する。



期 間	通 年	雨天時	実施可
所要時間	2時間	対 象	小学校低学年～
当施設が貸し出せるもの	はさみ、カッター、ものさし、小型ラミネーター2台、作業用ベニヤ板		
各団体で持参するもの	台紙（画用紙等）、ラミネートフィルム（はがきサイズの大きさ）、ひも		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) 自然物は押し花・押し葉にするとラミネートしやすくなる。
- (2) 自然物は「台紙」に乗せてラミネートすること。
- (3) ラミネーターを借りる場合は、職員に確認の上、正しく使用すること。