

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	まいざ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

しりすべり

ねらい

肥料用袋を使用することで身近なもので遊べることを知り、雪面を勢い良く滑る爽快感や、仲間と共に雪で遊ぶ楽しさを味わう。



期 間	12月～3月	雨天時	実施可
所要時間	2時間～	対 象	幼 児～
当施設が貸し出せるもの	しりすべりシート		
各団体で持参するもの	帽子、スキーウェア、手袋、長靴		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) 施設職員が指定する場所で活動を実施すること。
- (2) 指導者が滑走面の終着点に立ち、活動者の安全確保を行うこと。

チューブそりすべり

ねらい

ゴム製のチューブそりを用いて、雪面を勢い良く滑る爽快感を味わい、仲間と共に滑り方を工夫しながら遊ぶ楽しさを味わう。



期 間	12月～3月	雨天時	実施可
所要時間	2時間～	対 象	幼 児～
当施設が貸し出せるもの	チューブそり		
各団体で持参するもの	帽子、スキーウェア、手袋、長靴		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) 施設職員が指定する場所で活動を実施すること。
- (2) 指導者が滑走面の終着点に立ち、活動者の安全確保を行うこと。

かんじき・スノーシューハイク

ねらい

新雪の感触を感じながら歩く気持ちよさを味わい、足が沈まないように考えられた原理を理解するとともに、人間の知恵を知る。



期 間	12月～3月	雨天時	実施可
所要時間	1.5時間～	対 象	小学校低学年～
当施設が貸し出せるもの	かんじき、スノーシュー		
各団体で持参するもの	帽子、スキーウェア、手袋、長ぐつ		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) かんじきやスノーシューは施設職員が指定する場所で装着すること。
- (2) サイズ合わせや履き方は施設職員に確認すること。
- (3) 施設職員が指定するコース以外へは立ち入らないこと。

クロスカントリースキー

ねらい

雪上を歩きながら自然観察等も行い、雪に親しむ。仲間と試行錯誤しながら活動することで、技能の習得だけでなくあきらめない心を育み、協力性や連帯感を味わう。



期 間	12月～3月	雨天時	実施可
所要時間	1.5～2時間	対 象	小学校高学年～
当施設が貸し出せるもの	スキー板、ストック、ブーツ		
各団体で持参するもの	帽子、スキーウェア、手袋、長靴、ゴーグル		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) スキー板、ブーツ、ストックの借用を希望する場合は、「用具借用申込書」の下部に記載し提出すること。
- (2) サイズ合わせや履き方は施設職員に確認すること。
- (3) 施設職員が指定するコース以外へは立ち入らないこと。

アルペンスキー

ねらい

仲間と試行錯誤しながら活動することで、技能の習得だけでなくあきらめない心を育み、協力性や連帯感を味わう。



期 間	12月～3月	雨天時	実施可
所要時間	半日～	対 象	小学校高学年～
当施設が貸し出せるもの	ゼッケン		
各団体が持参するもの	帽子、スキーウェア、手袋、ゴーグル		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) 「立山山麓スキー場」または「あわすのスキー場」をご利用ください。
 - (2) 各スキー場の指定コース以外へは立ち入らないこと。
- ※ 「あわすのスキー場」と自然の家間はデマンドバスがあります。
詳しくは職員又は「あわすのスキー場」までお尋ねください。

雪の造形活動

ねらい

どのようなものを作るかを考えることで創造力を養い、仲間と創意工夫しながら作成することで協力性や達成感を味わう。



期 間	12月～3月	雨天時	実施可
所要時間	2時間～	対 象	幼 児～
当施設が貸し出せるもの	スコップ、雪工作用ヘラ・コテ、バケツ、ブロック作成用コンテナ、スノーソー（雪のこぎり）、霧吹き		
各団体が持参するもの	帽子、スキーウェア、手袋、長靴		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) 施設職員が指定する場所で活動を実施すること。
- (2) 活動後は造形物を崩し、雪面をならすこと。

かまくらづくり

ねらい

仲間と協力して作成することで連帯感が生まれ、創意工夫しながら作ったかまくらに実際に入ることによって充実感や達成感を味わう。



期 間	12月～3月	雨天時	実施可
所要時間	2時間～	対 象	小学校高学年～
当施設が貸し出せるもの	スコップ、工作用ヘラ・コテ、バケツ、ブロック作成用コンテナ		
各団体が持参するもの	帽子、スキーウェア、手袋、長靴		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) 施設職員が指定する場所で活動を実施すること。
- (2) 積み上げた雪が崩れないように、固めながら作成すること。
- (3) 活動後は造形物を崩し、雪面をならすこと。

イグルーづくり

ねらい

仲間と協力して一つひとつのブロックを作り積み重ねていくことで、持続力やあきらめない心、協力性や協調性を養い、完成時の達成感や充実感を味わう。



期 間	12月～3月	雨天時	実施可
所要時間	2時間～	対 象	小学校高学年～
当施設が貸し出せるもの	スコップ、工作用ヘラ・コテ、バケツ、ブロック作成用コンテナ スノーソー（雪のこぎり）		
各団体が持参するもの	帽子、スキーウェア、手袋、長靴		
注文品	なし		

実施上の留意点

- (1) 施設職員が指定する場所で活動を実施すること。
- (2) 活動後は造形物を崩し、雪面をならすこと。