

# 令和7年度 中津川野外教育センター 利用の手引き

## 資料編

第二本館・おむすび山



木曾五木



にゃかつがわくん



ほたる橋



名古屋市中津川野外教育センター

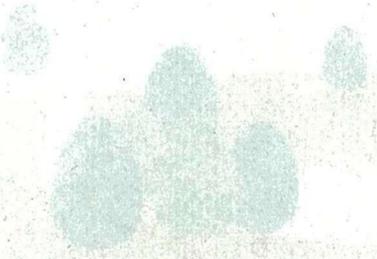
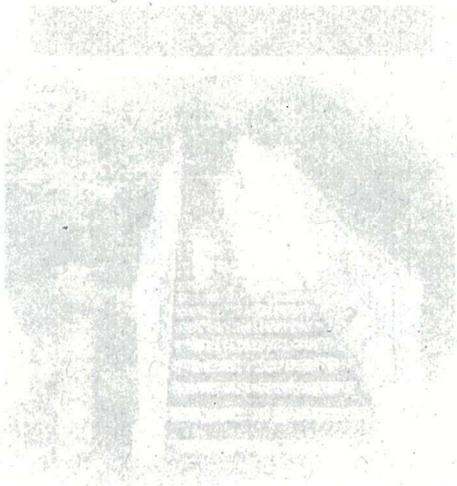
(公財) 名古屋市教育スポーツ協会 野外教育課

命の味を学ぶ

中載川校養育院のベビー

味付けの手紙

賞味期限



## 1 令和7年度版改訂の内容

### (1) 手引きの内容全般について

令和7年度より、資料編の内容を大きくリニューアルしました。しおりや指導用資料として、そのまま使用することができるように、児童にも読みやすい内容にしました。

### (2) 手引きの変更点・留意点について

令和7年度加筆・変更点は青字で、特に留意していただきたい点等を赤字で強調しています。実施予定の活動については、全て熟読をお願いします。

## 2 各資料の内容

### (1) 資料1「下見説明会」について

「下見のポイント」を記載しましたので、こちらを参考にして下見を行ってください。

### (2) 資料4-1「飯ごう炊さん・カレー作り 活動の流れ」について

飯ごう炊さん、カレー作りの役割分担、作業内容等の流れを例示しました。班編成や活動計画を立てる際の参考にしてください。

### (3) 資料4-2「飯ごう炊さん・カレー作りの進め方」について

飯ごう炊さん、カレー作りの進め方を、係別に例示しました。

### (4) 資料7～12「ハイキングコース」について

「夜明けの森コース」「城山コース」「知原橋コース」を、詳細図・概略図として例示してあります。用途に合わせて使い分けてください。

### (5) 資料25～28「ウォークラリー」「グリーンウォッチング」「スコアオリエンテーリング」「ネイチャービンゴ」について

チェック用カードを改良しましたので、ぜひ今年度のものを使用してください。

### (6) 資料33「給食献立表」について

給食献立を、写真付きで示しています。配膳時の参考にしてください。

### (7) 資料34「給食献立成分表」、資料35「アレルギー対応代替食」について

資料に書かれているアレルギー物質は、「食品衛生法」におけるアレルギー表示対象28品目に「米」「粟」を加えたものです。表示対象ではないもの、「そば」等センターで提供されないアレルギー物質については記載してありません。

食物アレルギーをもつ児童の保護者に内容を確かめていただき、対応を共有して、誤食等の事故が起きないように、万全の準備をお願いします。

※ 詳しい成分表が必要な場合には、あいあいシステムで取り出すことができます。

## 3 印刷について

### (1) この「資料編」はEXCEL2007以降の保存形式(.xlsx)で提供しています。

### (2) ブック全体を一度に両面印刷する場合は、印刷プレビュー画面で、全てのシートを確認し、両面印刷を設定する必要があります。

### (3) データ容量が大きいので、一度に印刷しようとする、フリーズすることがあります。多くのページを印刷する場合は、PDFファイルから印刷してください。

## 4 その他の留意点

### (1) 児童配布用のしおりに、古いセンター図などが掲載されているケースがよく見られます。必ず、本年度の資料編の図に差し替えてください。

### (2) 目次には、各項目のシートにリンクがあります。欄外にある「目次へ」アイコンで目次に戻ります。

### (3) その他、不明な点があれば、センターに問い合わせてください。

# 中津川野外教育センター利用の手引き 資料編

## 目次

資料1	下見説明会の内容	1
資料2	持参品・服装・保健等	2
資料3	はじめの集い・おわりの集い	5
資料4	飯ごう炊さん・カレー作り	7
資料5	キャンプファイヤー	16
資料6	ハイキング	22
資料7	夜明けの森コース(概略)	24
資料8	夜明けの森コース(詳細)	25
資料9	城山コース(概略)	26
資料10	城山コース(詳細)	27
資料11	知原橋コース(概略)	28
資料12	知原橋コース(詳細)	29
資料13	苗木公園コース	30
資料14	センター周遊コース	31
資料15	火起こし体験	32
資料16	ペンダント(キーホルダー)づくり	36
資料17	クラフトづくり	37
資料18	ふれあいの丘施設配置図	42
資料19	フィールドアスレチック	43
資料20	ミニモトクロス	45
資料21	グランドゴルフ	47
資料22	川遊び	51
資料23	茶つみ	53
資料24	栗拾い・魚釣り	55
資料25	ウォークラリー	56
資料26	グリーンウォッチング	66
資料27	スコアオリエンテーリング	72
資料28	ネイチャービンゴ	76
資料29	スターウォッチング(星の観察)	88
資料30	寝具の取り扱い	93
資料31	気象情報	96
資料32	児童の活動に伴って出るごみの処理	97
資料33	給食献立表	99
資料34	給食献立成分表(アレルギー物質記載)	101
資料35	アレルギー対応代替食	104

## 資料1 下見説明会の内容

研修会・英語・品参拝 S株資

下見では、次のような内容をご説明いたします。この内容について、「利用の手引き」をお目通しいただき、計画づくりに生きて働く下見になるよう、ご協力ください。下見での説明会は、主に指導部が行います。1時間ぐらいを予定しています。なお、施設の見学、ハイキングコースの確認などができるよう、時間の余裕をもっておいでください。**説明会は必ずご参加ください。**

### 【説明の内容】

- 1 飯ごう炊さん・カレー作りについて
- 2 キャンプファイヤーについて
- 3 センター内での活動について
  - ・火起こし体験、ペンダント作り、ナイトハイク、スターウォッチング等
- 4 ふれあいの丘等、センター敷地内での野外活動について
  - ・フィールドアスレチック、ミニモトクロス、グランドゴルフ等
  - ・ウォークラリー、グリーンウォッチング、スコアオリエンテーリング等
- 5 ハイキングについて
- 6 季節に応じた活動について
  - ・川遊び、茶つき(製茶)、栗拾い、魚釣り
- 7 クラフトについて
  - ・ウグイス笛、竹とんぼ、マイ箸、バターナイフ
- 8 その他の工作活動について
  - ・パウチ、写真立てづくり等
- 9 配慮が必要な児童について
  - ・食物アレルギー児童、歩行が難しい児童、活動上配慮が必要な児童、保護者等の宿泊等
- 10 病気やけがへの対応について
  - ・受診・送迎の方法、発熱した場合の対応、保険証等
- 11 その他
  - ・熱中症警戒アラートが出ている時の対応等

### 【下見のポイント】

- 本館内施設の確認
  - ・宿泊室・教員室・洗面所・浴室等の設備、靴箱・ロッカー等の位置確認
- トイレの場所・数の確認
- ごみ捨て場の確認
  - ・センターごみ捨て場、厨房ごみ捨て場の位置確認
- 食事場所の確認
  - ・1日目・2日目の昼食場所の確認、食堂の確認
- 備品が置いてある場所の確認
  - ・飯ごう倉庫、備品倉庫等の場所、置いてある備品の確認
- 動線の確認
  - ・バス駐車場から各本館への行き方、ふれあいの丘・川遊び場への行き方、避難経路の確認
  - ・スコアオリエンテーリングのチェックポイント、ハイキングコースの確認等
- 危険個所の確認
  - ・×マークの看板の位置、段差がある場所の確認
- 配慮が必要な児童の対応についての確認
  - ・エレベーター、スロープ、別室等の場所の確認 など



### 【その他】

- ・下見会場に、火起こしセットが用意されていますので、火起こしを計画している学校は、ぜひ練習をしてください。
- ・下見の際に「昼食弁当注文票(教員用)」「お茶・スポーツドリンク注文書」を配付しますので、ディア中津川に注文を予定している学校は、お取り忘れのないようにしてください。

## 資料2 持参品・服装・保健等

容内の会則規見不「詳資

### 1 必ず学校から持参するもの

① 校旗	② 児童の保険証のコピー※	③ 救急用品・非接触型体温計
④ 保護者の連絡先	⑤ ビニル袋(ごみ持ち帰り用)	⑥ 宿泊室掲示用名簿
⑦ 給食用エプロン	⑧ 食卓用ふきん(学校または児童が用意)	
⑨ 携帯電話(学校用)	⑩ 各種活動に必要な用品(資料編の各ページを参照)	

※ マイナンバーカードの場合は、保険証の情報が表示されたものをプリントアウトして持参。

### 2 必要に応じて学校から持参したほうがよいもの

① ビニル手袋(カレー作り用)	② ハンドマイク	③ 懐中電灯・乾電池(予備)
④ 紙コップ・紙皿・割り箸	⑤ 裁縫箱・はさみ	⑥ セロハンテープ・ガムテープ類
⑦ 洗濯ロープ・タフロープ	⑧ ポイズンリムーバー	⑨ 消毒液・除菌シート
⑩ 新聞紙	⑪ USBデッキ(USBを使用する場合のみ・CDデッキは貸出可)	

### 3 児童が用意するもの

① 弁当(1日目の昼食・捨てられる容器で)	② 水筒	
③ 着替え(上下・下着)	④ 寝間着	⑤ 防寒具(季節に合わせて)
⑥ 帽子	⑦ 名札	⑧ マスク
⑨ 洗面用品(歯ブラシ等)	⑩ タオル類	⑪ ハンカチ・ティッシュ
⑫ 洗濯ばさみ	⑬ しおり	⑭ 筆記用具
⑮ 上靴	⑯ しきもの	⑰ ビニル袋(ごみ持ち帰り用)
⑱ 雨具	⑲ 軍手(ゴム付きでないもの)	⑳ ビニル袋(2日目弁当受取用)
㉑ リュックサック(ナップサック)	㉒ 大きいバック	㉓ 各種活動に必要な用品

### 4 係・必要に応じて児童が用意するもの

① うちわ	② 新聞紙	③ 時計・腕時計
④ 懐中電灯	⑤ 薬(必ず学校で把握する)	⑥ 虫よけ(スプレータイプは避ける)
⑦ トランプ類	⑧ シャンプー・リンス(石けんはセンターにあります)	

### 5 持参品・服装等についての注意事項

#### (1) 持参品

- ① 持ち物、衣服には必ず「学校名・氏名」を記入してください。無記名では手元に返りません。
- ② 荷物は一つにまとめ、肩にかけたり、背負ったりして、両手があくようにしてください。
- ③ 活動中に濡れたり、破れたりすることもあるので、着替え用の予備(特に下着)を持たせてください。
- ④ 活動中は、学校名の分かる名札を必ず着用させてください。
- ⑤ 教員用の荷物には、荷物タグなど、校名の分かるものを付けてください。
- ⑥ 教員等引率者も、保険証情報の分かるものを持参してください。
- ⑦ すべり止めゴム付きの軍手・化繊の軍手は熱で溶けて危険なので、火を使う場面では、綿製の軍手を用意してください。
- ⑧ 体調への配慮等の理由でドライヤーを使用したい場合は、コンセントを使用しない充電式ドライヤーを持参してください。(センターで充電することはできません。)



#### (2) 服装

- ① 長そで、長ズボンといった肌の露出の少ない服の方が、虫刺され・擦り傷等の防止に効果的です。
- ② 名古屋との寒暖の差を考え(資料31参照)、上着を用意し、衣服の脱ぎ着で対応させてください。
- ③ 黒い服や、香料の強い洗剤・柔軟剤を使用した服は、スズメバチの攻撃を受けやすいので、避けてください。



※ 教員等引率者は香水を使用しないでください。整髪料や制汗剤を使用する場合は無香料の物を使用してください。

④ 靴は履きなれたものがよいですが、底がすり減った靴は滑りやすいので注意してください。

⑤ 児童および教員等引率者は、上靴を持参してください。

(床面が汚れやすいため、児童の上靴は体育館シューズを推奨します。)

⑥ 5～6月、10～11月ごろは朝が冷え込んだり、10～11月頃は夜が冷え込んだりする場合があるので、薄手の寝間着は避けた方がよいです。

## 6 保健等

### (1) 保健室の使用について

① ベッドで休養させるときは、事務室へ連絡の上、入り口横のホワイトボードに学校名を書いてください。退室するときには、学校名を消し、事務室へ連絡してください。

② 発熱児童は保健室を使用せず、別室にて待機し、原則保護者の迎えをお願いします。別室を使用する際は、必ず事務室に連絡してください。

※ 別室: 第一本館…各階看護室、第二本館…小会議室・カウンセラー室

### (2) 医療機関への受診について

① 医療機関への搬送は、タクシーまたは救急車を原則とします。

② 近隣病院の連絡先や、搬送方法の詳細等については、次ページの「令和7年度 中津川野外教育での救急対応について(義務教育課発出文書)」を参照してください。

③ 救急車が必要な場合は、校長先生の判断で躊躇なく出動要請をしてください。救急車の出動要請をした場合は、必ずセンター職員に伝えてください。

### (3) 感染症対応について

① 学校生活同様にマスクの着用は求めませんが、急な発熱や体調不良に備え、マスクは持参させてください。

② 施設の消毒、入所時児童・教員の手洗いについては、学校生活と同様の対応をお願いします。



### (4) 保護者迎えについて

① 保護者が迎えに来る場合は、児童名と到着予定時刻を事務室へ連絡してください。

② 第二本館入所の場合、保護者の方は第一本館駐車場でお待ちいただきます。保護者が到着次第、センター職員が児童を第一本館まで送迎しますので、学校から1名付き添いをお願いします。

※ 児童が発熱している場合は、保護者が直接第二本館に来れるように、センター職員が誘導します。

### (5) 嘔吐物等の処理について

① 館内で嘔吐があった場合に備えて、保健室に「嘔吐処理セット」が用意されています。ノロウイルス感染を疑って、処理をしてください。

② 嘔吐や出血、排泄等で寝具が汚れてしまった場合は、各教員宿泊室やリネン室に設置してある「寝具が汚れた場合の対処」を参照してください。

③ 教員室から出た汚物は、教員室の便所にある黒いゴミ袋に集めて、ゴミ置場の「汚物入れ」のバケツの中へ捨ててください。

④ 児童用女子便所の汚物は職員が片付けます。そのままにしておいてください。

⑤ 使用済みの紙おむつは新聞紙などに包み、教員室の便所にある黒いゴミ袋に入れて、ゴミ置場の「汚物入れ」のバケツの中へ捨ててください。

### (6) その他

① AEDは、第一本館・第二本館とも事務室内に設置してあります。緊急時には持ち出してもらって構いません。

② 教員室備え付け備品として、机、湯沸かしポット、冷蔵庫、エアコン、テレビ(第一本館各階A室・第二本館各階C室)があります。個人使用のコップ、湯飲み等のご持参ください。

1 体調不良・けがの対応について

- ・ 発熱した児童は別室で待機し、保護者の迎えを待つ。
- ・ 高熱が出るなど、緊急を要する場合は、躊躇なく救急車の搬送を依頼する。  
(救急車要請時、通常、センターまで約1.5分で到着)
- ・ 体調不良(発熱を除く)・けがの生徒についての近隣病院への搬送は、基本的にタクシーを利用する。
- ※ 旅行傷害保険の関係で、発熱者を中津川野外教育センターの近隣病院で受診させたい場合は、副所長にご相談ください。

2 体調不良・けがの生徒を搬送が可能なタクシー・近隣病院一覧

利用できる タクシー	近鉄東美タクシー中津川営業所 電話：0573-66-1221 ※午前2時～午前5時は対応不可	
	東鉄タクシー東部営業所 電話：0573-78-2135 (フリーダイヤル0120-882-135) ※午前0時～午前6時はつかまりにくい	
利用できる 近隣病院	<b>通常診療</b>	
	<b>中津川市民病院 (内科・外科・整形外科・眼科・歯科など)</b> 電話：0573-66-1251 住所：中津川市駒場1522-1 受付時間：8:15～11:30 (土・日・祝は休診)	<b>夜間対応</b> 夜間対応可能 (事前に要相談) 0573-66-1251
	<b>城山病院 (内科・整形外科・外科など)</b> 電話：0573-66-1334 住所：中津川市苗木字那木3725-2 診察時間：内科 月～金 9:00～12:00 15:00～18:00 土 9:00～12:00 整形外科 月 9:00～12:00 木 9:00～12:00 15:00～18:00 外科 火 9:00～12:00 15:00～18:00 金 9:00～12:00 15:00～18:00 土 9:00～12:00 (土の午後、第2土、日・祝は休診)	夜間対応不可
	<b>深谷医院 (内科・外科など)</b> 電話：0573-72-2009 住所：中津川市福岡1068 受付時間：8:30～12:00 15:30～18:00 (土午後、第2・4土、日・祝は休診)	夜間対応不可
	<b>ハナノキ内科クリニック (内科など)</b> 電話：0573-76-3145 住所：中津川市高山1916-2 診療時間：8:30～12:00 15:30～18:00 (木・土の午後、日・祝は休診)	夜間対応不可
	<b>本町整形外科 (整形外科)</b> 電話：0573-65-5766 住所：中津川市本町4-2-15 診療時間：整形外科 8:30～11:30 14:30～18:00 (土午後、水・日・祝は休診)	夜間対応不可
	<b>木村眼科 (眼科)</b> 電話：0573-65-7880 住所：中津川市手賀野400-1 診療時間：8:40～12:00 15:00～18:30 (木・土の午後、日・祝は休診)	夜間対応不可
	<b>水野歯科医院 (歯科)</b> 電話：0573-66-4618 住所：中津川市苗木4936-1 診療時間：9:00～12:30 14:30～18:30 (木・日・祝は休診)	夜間対応不可

- ※ どの病院も事前に症状を連絡して対応可能かどうか確認が必要
- ※ 上記近隣病院で受け入れが不可の場合は、救急車での搬送を依頼
- ※ 判断に迷う場合は、「救急安心センターぎふ」(#7119)に相談

3 タクシーの利用について

- ・ 各校はタクシーでの搬送が必要になった場合、野外教育センター所員からタクシーチケット(往復分)を預かり、乗車後、領収証(レシート)とタクシーチケット利用票を、所員に渡す。
- ・ 救急車で搬送後、付添者がセンターへ戻る際、タクシーを利用することは可能。

4 令和7年度の保険証の対応について ※ 変更があり次第、随時お知らせいたします。

- ・ 下記三点のいずれかを持参する。
  - 「健康保健証」のコピー
  - マイナポータルに表示される「被保険者資格情報」のPDFファイルを印刷したもの
  - 「健康保険資格確認書」のコピー

## 資料3 はじめの集い・おわりの集い

### はじめの集い

各館ごとに、入所校合同で行います。

#### 1 時刻と場所

	第一本館	第二本館
開始時刻	11:20	11:20
場 所	多目的ホール	川岸の森
雨天時の場所	多目的ホール	集会室

※ 開始時刻は状況によって変わることもあります。

#### 2 はじめの集い 式次第(例)

- (1) 一同礼
- (2) 校長先生のあいさつ
- (3) センター所長・副所長のあいさつ
- (4) 児童代表の言葉
- (5) 「友情の鐘」の鳴鐘 (第一本館のみ)  
※ (4)・(5)では、所長・副所長の登壇はありません。
- (6) 歌
- (7) 一同礼
- (8) センター所員からの連絡  
※ 司会・進行を行う学校は、「同時入所校連絡会」の際にお決めください。  
※ 式の進行について、事前に関係校で打ち合わせをお願いします。



#### 3 はじめの集い 留意事項

- (1) 開始前
  - 会の前に進行や機器の準備等について、センター職員から説明があります。到着後、センター職員が、担当者に声をかけさせていただきます。
  - **給食担当者は、会の前に、入所する本館の事務室で事務手続きを行います。**はじめの集いが始まるまでに手続きが終わるように、**到着後できるだけ早く事務室においでください。また、給食担当者が、はじめの集いの担当を兼ねることは避けてください。**
  - 前入所校がなく、はじめの集いまで時間がある場合は、到着後すぐ宿泊室に入ることができます。
  - 第二本館入所校は、はじめの集いが終わるまで、川岸の森C3～C6のテーブルに荷物を置かないでください。
  - 入所校以外の児童は、11:00から、はじめの集いが終わるまで、会場に入らないようにしてください。
- (2) 式の進行中
  - 式の進行中は、会場の向かって右側にセンター職員が整列します。各学校の先生方は、向かって左側に整列してください。
  - 式の進行中は、児童・教員ともに脱帽してください。(酷暑日を除く)
  - 式の進行中は、司会の先生の指示で、児童を適宜座らせてください。
- (3) 終了後
  - 各校代表者の打ち合わせを、各館の事務室で行います。
  - 校長打ち合わせを、第一本館は別館応接室で、第二本館は館内の会議室で行います。

#### 4 その他

- 今年度最初の入所校は、6校合同で「開所式」を行います。会の進行方法等については、センターから該当校に連絡いたします。

## 終わりの集い

各館ごとに、入所校合同で行います。

### 1 時刻と場所

	第一本館	第二本館
開始時刻	13:00	12:50
場 所	多目的ホール	川岸の森
雨天時の場所	多目的ホール	食堂

※ 開始時刻は状況によって変わることもあります。

### 2 おわりの集い 式次第(例)

- (1) 一同礼
- (2) 校長先生のあいさつ
- (3) センター所長・副所長のあいさつ
- (4) 児童代表の言葉
- (5) 歌
- (6) 一同礼

※ 所長・副所長の登壇はありません。

※ 司会・進行を行う学校は、「同時入所校連絡会」の際にお決めください。

※ 式の進行について、事前に関係校で打ち合わせをお願いします。



### 3 おわりの集い 留意事項

#### (1) 開始前

- 会の前に進行や機器の準備等について、センター職員から説明があります。担当者の方は、開始10分前を目途に、会場にお越しください。
- 第一本館入所校は、**12:40以降**に学校・教員の荷物を、帰りのバスに積み込んでください。**(12:40より前に積み込むことはできません)**
- 第二本館入所校は、児童の荷物をテント下等に置いてください。置き場所は、3日目朝の打ち合わせで確認してください。(雨天時は玄関ホールに荷物を置いてください。)
- 第二本館入所校の荷物は、センター職員がバスまでトラックで運びます。11:00までに所定の場所へ出しておいてください。(CD等おわりの集いで使用するものは、必ず手元に出しておいてください。)
- 退所校以外の児童は、12:40から、おわりの集いが終わるまで、会場に入らないようにしてください。

#### (2) 式の進行中

- 式の進行中は、会場の向かって右側にセンター職員が整列します。各学校の先生方は、向かって左側に整列してください。
- 式の進行中は、児童・教員ともに脱帽してください。(酷暑日を除く)
- 式の進行中は、司会の先生の指示で、児童を適宜座らせてください。

#### (3) 終了後

- 会終了後、すみやかにバスに乗車し、**13:30までに**出発できるようにしてください。

### 4 その他

- 今年度最後の入所校は、6校合同で「閉所式」を行います。会の進行方法等については、センターから該当校に連絡いたします。

# 資料4-1 飯ごう炊さん・カレー作り 活動の流れ(例)

飯ごう炊さん、カレー作りの役割分担、作業内容等の流れを示しました。参考にしてください。  
(時間・係分担等は目安ですので、学年・学級の実態に応じて計画してください。)

時間	飯ごう係	かまど係	カレー係	配ぜん係
0:00				(他の係と兼ねてもよい)
0:05	飯ごう、米を取りに行く	うちわ・新聞紙等を準備する	カレー鍋セットと食材を取りに行く (自分たちで食材を切る場合)	食堂に食器、ヨーグルトを取りに行く
0:10		まきを太さ別に分ける	食材を洗って切る	テーブルや周囲をきれいにする
0:15	米をとぐ	新聞紙を丸め、かまどに置く		
0:20	米はザルにあけず、飯ごうの中で米をと	細いまきをかまどにおく	包丁は正しく安全に使おう	
0:25		中くらいのまきをかまどに置く		各係の手伝いをする
0:30	水の量は、必ず先生にチェックしてもらう			
0:35			水の量は、必ず先生にチェックしてもらう	
0:40	水を入れる	飯ごう、カレー鍋の準備ができるまでは、着火しない	鍋に食材と水を入れる	1日目にキャンプファイヤーを行う場合は、待ち時間にキャンプファイヤーの準備を進めて
0:45	かまどに飯ごうをかける		かまどに鍋をのせる	
0:50		着火!		
1:00				
1:05		火の調整をす	鍋の様子をチェックする	
1:10	吹きこぼれの様子をチェックす			
1:15		炊きあがり近づいたら、強火にする必要はない	かまどの周りで暴れたり、走ったりしない	
1:20	吹きこぼれが終わったら、ふたを取って炊きあがり確かめる			
1:25	炊きあがったら、しばらくむらす	燃え残ったまきを固め、燃えつきさせる	カレールウを入れ、とろみが出るまでかきまぜる	飯ごう置場にしゃじを取りに行く (かごと持っていく)
1:30			グリーンピースを入れて、火から下ろす	食堂にお茶を取りに行く
1:35		余ったまきを集める	残飯、ざる、包丁等を片づける	ごはん、カレーをつけ分け、各テーブルに配る
1:40	飯ごうが冷めてから、飯ごうについたすすを取る			
1:45				
1:50	みんなでそろって「いただきます！」			
1:55				
2:00	みんなで作ったカレーはおいしいね!			
2:10				
2:15	飯ごう・しゃもじを洗う	かまどの清掃	カレー鍋を洗う	テーブル付近の清掃
2:20	飯ごう・しゃもじを飯ごう倉庫に返却	灰・燃え残りはくん炭器へ入れ	鍋セット・包丁返却	
2:30			カレー皿・スプーン・残飯などを、厨房ごみ置場へ	

# 資料4-2 飯ごう炊さん・カレー作りの進め方

## 1 飯ごう係の仕事① (持ち物:軍手など)

① 飯ごう置場に飯ごうを取りに行く。



「使用禁止」の飯ごうは使わない

決められた数よりも多く持っていけない

② 食堂前にあるライスボックスから、必要な米を出す。



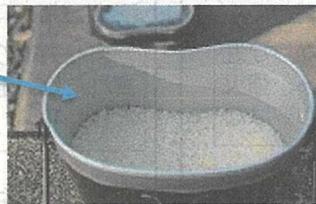
途中でレバーを離すと、正しい量の米が出ないので注意!

1つの飯ごうで4合炊きが基本です。  
(6人分・米600g)  
4合…2合×2 または3合+1合

③ 受け皿を引き出して、飯ごうに米を入れる。



人数の多い学校は、事前にビニル袋などに分けておくと、時間短縮になります

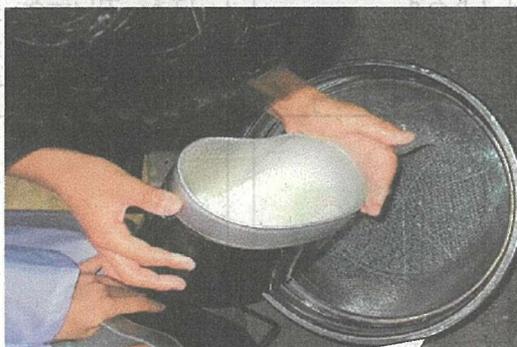


④ 米をとぐ。

水は少なめに、やさしく



⑤ 米つぶが流しに入らないようにザルで受けて、水を切る。



米をザルにあけてしまうと、米つぶを取るが大変です!

⑥ 決められた量の水を入れる。

飯ごうの内側

↓ふたの線

○ ← 4合

○ ← 3合

○ ← 2合

ふたの線まで水を入れて  
しまうまちがいが多いです!

3合炊きの場合、目もりの  
中間まで水を入れる

水を入れた後は、必ず先生が  
水の量を確認

## 2 かまど係の仕事① (持ち物:軍手・うちわ・新聞紙など)

- ① まき置場に飯ごうを取りに行く。 ② まきを分ける。
- 【第一本館:別館西側】



【第二本館:各使用かまど近辺】



【まきの数】  
飯ごう用: 飯ごう数÷5  
カレー用: 鍋の数



細いまき: 火起こしのたき付け用  
中くらいのまき: 火力を強める用  
太いまき: まくらの木・火力維持用

まきのたが(ひも)は、  
所定の場所にかける

- ③ まくらの木(一番太いまき)を置く。

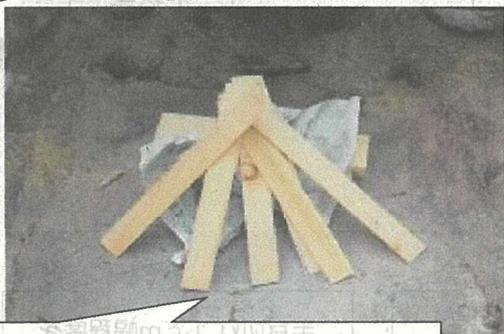


- ④ 新聞紙を軽く丸めて置く。



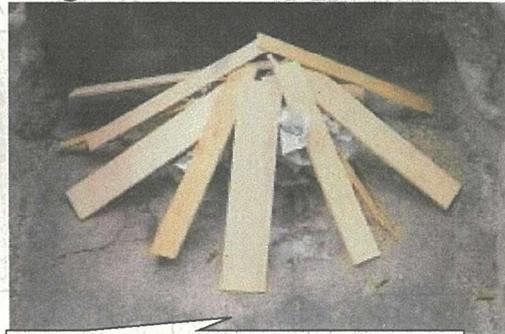
1~2枚でよい

- ⑤ 細いまきを置く



新聞紙が燃えつきたあと、まきの先が  
まくらの木に乗るように置く

- ⑥ 中くらいのまきを置く



このまきに火が移ったら着火成功!

### 着火に苦労する例



井げたに組む



新聞紙を固く丸める



バラバラに組む

### 3 カレー系の仕事① (持ち物:軍手など)

#### ① 飯ごう倉庫にカレー鍋セットを取りに行く。



- カレー鍋セット
- 倉庫に予備あり
- カレー鍋 1個
  - 計量カップ 1個
  - ボウル 2個
  - まな板 2枚
  - ざる 2個
  - おたま 1本

切れ味が悪いものは交換します



- 後片付けセット
- ナイロンたわし 3枚
  - ふきん 2枚
  - クレンザー 1本
  - バケツ 1個
  - シリコンへら 1本



- 包丁
- 学校に1箱 (15本入り)
  - ※ 学校規模で調整がある。

#### ② 食堂に食材を取りに行く。



- 食材
- じゃがいも
  - たまねぎ
  - グリーンピース
  - にんじん
  - 豚肉
  - カレールウ (粉末)
- ※ 具材の量は人数に合わせて厨房で調節する。

#### ③ 食材を洗って切る。

じゃがいも

みじん切り 1cm幅程度

にんじん

みじん切り 5mm幅程度

玉ねぎ

半月切り 1cm幅程度を

#### ④ 鍋に水を入れ、切った食材を入れる。

水を入れる

はじめは少なめに水を入れて、ルウを入れてから、徐々に水を足すとよい

鍋が複数ある場合は、食材や水を均等に入れるとよい

ビニル手袋を使うと、手早く食材を分けることができる

#### 4 配ぜん係の仕事① (持ち物:ふきんなど)

⑤ 専士の役割

① 食堂に食器・ヨーグルトを取りに行く。

② テーブルや周囲をきれいにする。

バナナを夜食にしない場合は、



ふきんは学校から持参したものを使う



飯ごう・カレーができるまで、各係の手伝いをする。

#### 5 配ぜん係の仕事②

① 飯ごう置場にしゃもじを取りに行く。

② 食堂にお茶を取りに行く。



返却も飯ごう置場へ



お茶つめ用のやかんを

③ ごはん・カレーをつける。



空になった飯ごう・カレー鍋に



【雨天時】

雨天時は、食堂で



食卓がよごれないように、ゴムシートと

④ 配ぜんをする。



バナナを夜食にしない場合は、

## 6 かまど係の仕事②

### ① 飯ごうをかまどにかける。

#### 【屋外かまど】



かまどの奥に飯ごうを  
かけるとよい

へこみを向かい合わせて  
かける

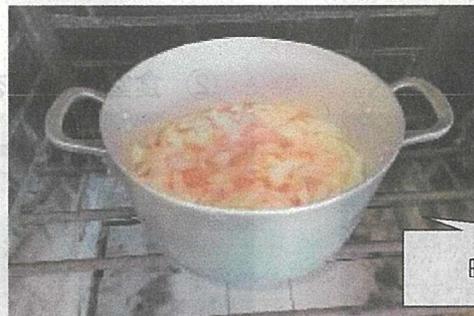
#### 【雨天かまど】



鉄棒は使用しなくてもよい

一つのかまどに飯ごう  
4つが基本

### ② カレー鍋をかまどにかける。



晴れているときも、

### ③ 着火する。



火は先生がつける

飯ごう・カレーの準備ができる前から  
着火すると、まきが足りなくなります！

### ④ うちわで空気を送る。



下から空気を送り込むようにあおぐ  
(強くあおぐと灰が舞い上がるので注意)

### ⑤ 中くらいのまきに火が移ったら、あおぐのをやめて、様子を見る。



### ⑥ 順次、太い木を入れ、かまど全体に火を回す。



まきが足りない場合は、センター所員に  
ご相談ください

## 7 飯ごう係の仕事②

① 吹きこぼれを確認する。



吹きこぼれが出るまでは、中火～強火

吹きこぼれが出た後は、弱火～中火

吹きこぼれの早い飯ごうは、吹きこぼれていない飯ごうと、場所を入れかえるとよい

② まきで炊き上がりの状態を確かめる。



まきをふたに当てると「ぐつぐつ」という感触が手に伝わってくる  
「ぐつぐつ」がなくなれば、炊き上がり寸前

ここで火を強めると、こげつきます！

③ 火からおろし、炊き上がりを確かめる。



火からおろすときは、やけどに注意！  
(軍手を二重にする、木片を使うなど工夫を)

飯ごうをかたむけて、水分が残っているようなら、もう一度ふたをして、かまどにかける

水分がなくなれば、できあがり！

④ 炊きあがったら、しばらく蒸らす。



5～10分程度蒸らす

飯ごうは、さかさまにしても、そのまま置いて、どちらでもよい

⑤ 飯ごうが冷めてから、飯ごうについたすすを取る。



新聞を丸めて、飯ごうの底や側面についたすすを取る

まきで飯ごうの底をたたかないように！

※ あいあいシステムで飯ごう炊さんの動画を見ることができます。事前に動画を見て、指導にお役立てください。

8 カレー係の仕事②

① 食材の様子を確認しながら煮る。



ふたを開けているときに、うちわであおぐと  
灰が鍋の中に入るので注意！

② 野菜がやわらかくなったら、カレー  
ルーを入れる。



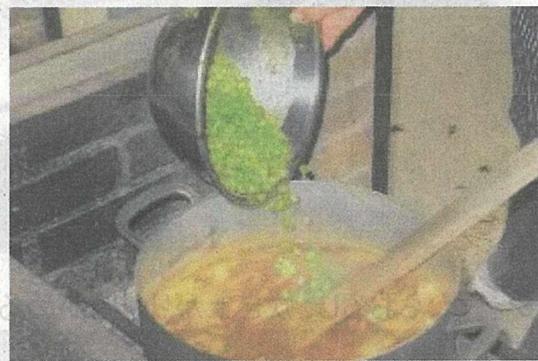
鍋が複数ある場合は、  
均等にルーを入れる

③ とろみが出るまで、かきまぜ棒で混ぜる。



少なめに水を入れた場合は、  
ここで水を加える

④ 味見をして、おいしくなったら、  
グリーンピースを入れる。



⑤ 火からおろして、できあがり！



いただきます！



みんなで作ったカレーは  
おいしいね！



## 9 片付けの仕事

洗い方が足りない場合は、やり直しを

飯ごう・カレー鍋・しゃもじ

お願いすることがあります

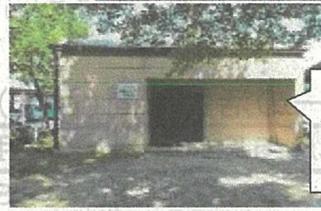
- ① すす・ぬめりを完全に落とし切る。こげがあるときは、できるかぎり取る。

- ② 洗い終わったら、先生に点検してもらい、所定の場所に返却する。



飯ごう

飯ごうは、亀の子たわしで洗う



飯ごう倉庫へ(しゃもじも)

どうしてもこげが取れない飯ごうは、分けて置いておく



カレー鍋

カレー鍋は、ナイロンたわしで洗う

第一本館：野外食卓へ

第二本館：カレー用具置場へ



かきませ棒は、水につけておく



カレー作りを厨房に依頼した場合は、厨房へ鍋を返却

かまど

- ① かまどのまきは、食事中も消さずに燃やし切るようにする。

- ② 灰や残り木を取り出し、穴あきバケツに入れ、くん炭器をかぶせる。



水をかけないように注意!

すすで汚れた新聞紙も、残り火で燃やし切るとよい



くん炭器

熱くなるのでさわらない!

余ったまきは、キャンプファイヤーで使用してもよい

カレー皿・容器等

- ① 捨てるものをごみ袋に入れ、口をしぼる。

- ② 厨房ごみ置き場に捨てる。



残飯は、黄色いバケツのごみ袋に入れる

紙コップ・ビニル手袋を使った場合も、ごみ袋に入れてよい

センターごみ捨て場に捨てないように注意

【第一本館】

【第二本館】



黄色いバケツ・やかん・ヨーグルトのケースは、食堂の返却口へ返す

## 資料5 キャンプファイヤー

### 1 キャンプファイヤーについて

キャンプファイヤーは、仲間と火を囲んで歌やゲームで楽しんだり、静かに語り合ったりすることで、友情を深めることができるプログラムです。また、燃え上がる火を前にして、火と人間の関わりや、火や自然のすばらしさを感じることができる活動です。

### 2 キャンプファイヤーの活動時間(目安)

	5月・6月・7月	8月・9月	10月・11月
開始時間	19:00	18:30	18:00
終了時間	20:45 (21:00までに完全に終了する)		



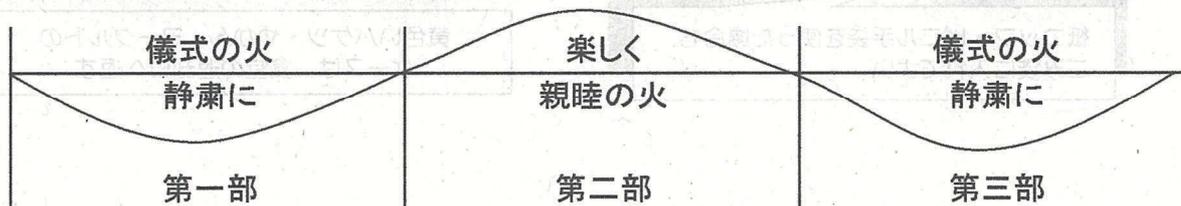
- ・夏至前後は、19時でも明るさが残ることがあります。
- ・10月・11月は、急激に気温が下がることがあるので、早めに終了できるように計画してください。
- ・終了時刻が遅れると、近隣に迷惑が掛かるので、**21:00には完全に終了してください。**
- ・多目的ホールで、同じ日に2校が交代してキャンプファイヤーを行わないでください。  
(2校合同で行うことは可)

### 3 キャンプファイヤーの係分担(例)

係名	活動内容
火の神 (営火長)	・火に関する講話 ・ファイヤーへの点火 ・火の守への分火
火の守 (トーチ係)	・火の神からトーチへの分火 ・火の神とともに、ファイヤーに点火 ・「誓いの言葉」の宣言 (友情・協力・絆・情熱等)
エールマスター (司会者)	・キャンプファイヤーの司会 ・ゲームのルール説明 ・着席・退場等の指示
ファイヤーキーパー	・火の維持 ・児童の安全確保(火に近づけさせない)
音響係	・曲の放送、マイク準備・確認、CDの確認
誘導係	・参加者の誘導、ファイヤーロード準備・片付け

### 4 キャンプファイヤーの流れ (60分~90分程度で)

	セレモニア ファイヤー	ボン ファイヤー	セレモニア ファイヤー
活動	・入場 ・火の神登場、分火 ・ファイヤー点火	・スタンツ ・ゲーム ・フォークダンス	・トーチサービス ・火文字 ・退場、ファイヤーロード
歌	・遠き山に火は落ちて ・燃えろよ燃えろ など	・猛獣狩り ・こげよマイケル ・マイムマイム など	・今日の日はさようなら ・星かげさやかに (一日の終わり) など



### 5 キャンプファイヤーの準備

## (1) 井桁組み

【センターに用意されているもの】

- ・ まき
- ・ もや（焚き付け用）
- ・ なた（必要があれば借りる）

【学校で用意するもの】

- ・ 軍手
- ・ 着火ライター



### 【手順】

- ① まきを太い順に並べる。
- ② 太いまきから順に2本ずつ平行に組み上げる。
  - ・ 上に行くほど、まきの直径の半分くらいずつ内側に積んでいくとよい。
  - ・ 安定するように、まきの方向を変えたり、まきを入れ替えたりするとよい。
- ③ 5～7段程度組み上げる。
  - ・ 余ったまきは、支えのまきや、活動の境目のまきとして使い、後から火に入れるとよい。
- ④ (まきが不安定な時のみ)なたで切り込みを入れる。
  - ・ なたが必要な場合は、事務室で借りることができる。
  - ・ なたを持つ手には、軍手をしない。
- ⑤ 井桁にもやを入れる
  - ・ ロープをほどいて、井桁の中心に入れる。
  - ・ もやのまわりに新聞紙を入れ、着火用とする。
- ⑥ 水を入れたバケツを、井桁の近くに置く



### 【留意事項】

- ・ まきやもや、新聞紙には、灯油をかけないようにする。  
(灯油はトーチ棒用です。)
- ・ 雨が心配なときは、井桁に防水シートをかけておく。
- ・ 配付された薪で、最後までキャンプファイヤーを行うようにする。  
※ ファイヤーキーパーは、予定時間を考えて、最後までもつように火の大きさを調整する。



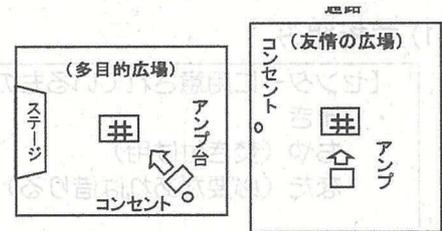
## (2) ざら板

- ・ 各キャンプファイヤー場の所定の場所からざら板を運び、設置する。
- ※ 井桁を中心に円形に並べるのが基本だが、風向きや人数によって、U字型や二重円にしてもよい。
- ・ ざら板1枚につき、児童3～4人をめどにするとうい。
- ・ 雨が予想される場合は、実施直前まで待った方がよい。



## (3) アンプ、ワイヤレスマイク

- ・ アンプ、ワイヤレスマイク等運び、各ファイヤー場の所定の位置にセットする。
- ・ アンプの向き、音量等、他の学校の活動を妨げないように配慮する。特に、第一本館「多目的広場」「友情の広場」は民家が近いので、民家の方には絶対に向けない。



#### (4) トーチ棒

- ・ 点火用のトーチ棒は7本まで用意している。8本以上必要などときは、事前にセンターに相談する。
- ・ 灯油をトーチに染みこませる。トーチ棒を持ったとき、棒を灯油が伝わるほど灯油を染みこませると非常に危険なので、数秒浸すぐらいでよい。



#### (5) トーチトワリング

- ・ トワリング棒、ケミカルライトは学校で準備する。
- ・ 棒に取り付けたケミカルライトが外れるなどの事故が起きないように、必ずトワリング棒の安全点検をする。
- ・ トワリング棒が当たる事故が起きないように、演技者同士、演技者と鑑賞者との間隔を十分に取る。
- ・ 児童、教職員ともに、火を使ったトワリングは行わない。



#### (6) ファイヤーロード

【センターに用意されているもの】

- ・ ロード缶

【学校で用意するもの】

- ・ 固形燃料

- ・ 固形燃料は、2kg以内であればバスの手荷物として運んでもらうことができる。  
(バスの座席下のトランクには、絶対に固形燃料を入れない)
- ・ 後の片付けがしやすいので、アルミホイルの受け皿のない固形燃料の方がよい。  
(アルミホイルは持ち帰りになります。)
- ・ 道幅2~2.5m程度、ロード缶の間隔は、3~5m程度に並べる。
- ※ 他の学校でナイトハイク等の活動がある場合は、動線が重ならないよう、配慮する。
- ・ 点火用トーチ棒を使うと、素早く点火ができる。



#### (7) 火文字

【センターに用意されているもの】

- ・ 灯油
- ・ 灯油をかける容器

【学校で用意するもの】

- ・ 荒縄
- ・ 針金
- ・ 新聞紙 または ブルーシート

【手順】

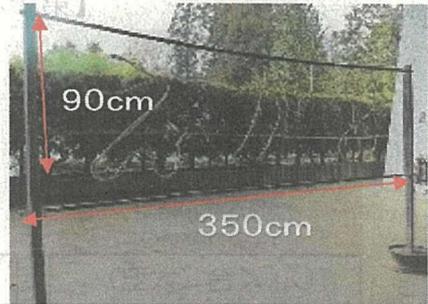
① 荒縄を二重にして文字を作る。(事前に準備して持参)

- ・ 針金で二重にした荒縄をくくりつけて太くする。
- ・ 文字の交点も針金でくくりつける。
- ・ 網に取り付ける用に、針金を少し余らせておく。



② 荒縄を針金でネットにくくりつける。

- ・ 1~2回ひねる程度にしておく。
- ・ バーベキュー用の網を文字数分用意し、事前にくくりつけておいてもよい。
- ・ 枠の大きさは約90×350cm。3文字ぐらいがバランスがいい。



③ 荒縄に灯油をかける。(事前に灯油をよくかけておく)



※ 荒縄をくくりつける前に灯油にひたしておいてもよい。

④ 新聞紙やブルーシートで、ネットを隠しておく。

【留意事項】

- ・ 着火前に灯油の状態を確かめる。乾いているようなら、再度灯油をかける。
- ・ 点火は、ライターでは苦勞するので、点火用のトーチを使うとよい。
- ・ 着火は1文字に1人付き、同時に行うとよい。



## 6 キャンプファイヤーの片付け

(1) キャンプファイヤーの燃えがらは、まとめて寄せて、くん炭器をかぶせて朝まで置いておく。

朝、くん炭器を外し、燃えがらを灰置場に運ぶ。火が残っていても水はかけない。

(くん炭器をかぶせるまで、その場を離れないようにする。)



(2) 火文字の燃えがらから針金を外しておく。火文字の荒縄の燃え残りは、くん炭器の中へ入れる。針金は、網から外し、学校に持ち帰る。

(3) 延長コードは、コードについた土をよく落としてから返却する。

(4) ファイヤーロードの燃え残り(アルミの容器など)は、学校へ持ち帰る。

## 7 キャンドルファイヤー

注意の土

容内

間

天候が悪く、キャンプファイヤーができないときには、キャンドルファイヤーを行うとよい。  
同日入所校で、場所・用具・時間帯等の調整をしておく。

### (1) 実施場所

- ◇ 第一本館……1F 集会室(パーティションをセットすれば、室内を暗くできる)  
別館学習室
- ◇ 第二本館……集会室

### (2) センターで用意している用具

- しょく台…第一本館(大型1基 電気式小型1基)、第二本館(大型1基)

【第一本館】

【第二本館】



しょく台 (大型)



しょく台 (電気式小型)



しょく台 (大型)

- ろうそく …… しょく台用、点火用(営火長、代表児童用)
  - ・ ろうそくを児童全員に持たせる場合は学校から持参する。
  - ・ ろうそくを児童全員に持たせる場合は、アルミホイルで「受け皿」を作るとよい。  
(使用後のアルミホイルは持ち帰る。)

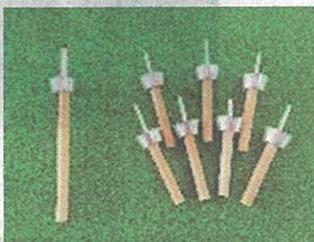


アルミホイルを適当な大きさにカットする



アルミホイルの中心にろうそくをのせ、ろうそくの3分の1程度を包み、残りのアルミホイルで受け皿を作る

- 点火用ろうそく台 …… 営火長用1本、児童用7本



### (3) 進行について

- プログラムはキャンプファイヤーと同じでよい。
- スタンプを行う際に、照明をつけて明るくするなど、室内で行う良さも生かしたい。
- キャンドルファイヤーならではの演出を工夫することで、キャンプファイヤーとは違った感動を呼ぶことができる。

(例)

- ・ 暗闇の中、少しずつ増えていくろうそくの火
- ・ ペンライト、ケミカルライトを利用した光の演出
- ・ プロジェクターを使った映像による演出 (HDMI接続はできません。)

## 8 キャンプファイヤー プログラム例

時間	活動内容	指導上の留意点
----	------	---------

開始前	<input type="checkbox"/> 井桁組み・ざら板並べ <input type="checkbox"/> 火文字準備 <input type="checkbox"/> トーチ棒・トーチトワリング準備 <input type="checkbox"/> アンプ・ワイヤレスマイク準備	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 飯ごう炊さん準備中に準備を進めてもよい。</li> <li>・ 雨が心配な場合は、井桁に防水シートをかけておく。</li> <li>・ トーチ棒への灯油は、数秒浸すぐらいでよい。</li> <li>・ アンプは民家の方には絶対に向けない。</li> </ul>
0分	<input type="checkbox"/> 入場前整理 <input type="checkbox"/> 入場	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ キャンプファイヤーのルールについても、事前に説明しておく。</li> <li>・ BGMが流れたら、入場を始める。</li> <li>・ 誘導係が座る場所を示す。(ざら板1枚につき、3~4人)</li> </ul>
<b>セレモニア ファイヤー</b>		
3分	<input type="checkbox"/> 歌「遠き山に火は落ちて」 <input type="checkbox"/> 火の神入場 <input type="checkbox"/> 火の神の話・分火  <input type="checkbox"/> ファイヤー点火  <input type="checkbox"/> 歌「燃えろよ燃えろ」	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 静かに、穏やかな気持ちで歌うようにする。</li> <li>・ 火の神は、トーチ棒を持って入場する。</li> <li>・ 火の神の話が終わったら、火の守が入場する。</li> <li>・ 火の守は、火の神の近くに立って分火してもらう。</li> <li>・ 火の神・火の守は、井桁を囲み、点火口(新聞紙)に点火する。</li> <li>・ 点火が成功したら、大きな拍手をする。</li> <li>・ 燃え上がる火を見守りながら歌う。</li> </ul>
<b>ボン ファイヤー</b>		
10分	<input type="checkbox"/> ゲーム①「落ちた 落ちた」	・ スタンプ前の雰囲気づくりなので、時間を掛けすぎないようにする。
15分	<input type="checkbox"/> ダンス①「タタロチカ」	・ 火に近づきすぎないように、活動場所を指示する。
22分	<input type="checkbox"/> スタンプ①「5年1組 ○○」 歌「こんばんは どなたです」	・ 見ている児童も、拍手や掛け声で、スタンプを盛り上げるようにする。
29分	<input type="checkbox"/> ゲーム②「猛獣狩り」	・ 火に近づきすぎないように、活動場所を指示する。
36分	<input type="checkbox"/> スタンプ②「5年2組 △△」 歌「こんばんは どなたです」	・ 見ている児童も、拍手や掛け声で、スタンプを盛り上げるようにする。
43分	<input type="checkbox"/> ダンス②「マイムマイム」	・ トーチトワリング(ケミカルライト)の準備をする。
50分	<input type="checkbox"/> トーチトワリング	・ 火に近づきすぎないように、活動場所を指示する。 ・ 見ている児童は、トーチトワリングが見やすい場所へ移動する。 ・ ファイヤーロード・火文字の準備をする。
<b>セレモニア ファイヤー</b>		
60分	<input type="checkbox"/> 火文字	・ 静かな気持ちに切り替えるように促す。 ・ 1文字につき1本のトーチ棒で点火するようにする。
67分	<input type="checkbox"/> トーチサービス 歌「今日の日はさようなら」	・ 営火長が、残り火からトーチ棒に点火し、火の守に分火する。 ・ ファイヤーロードに点火する。
75分	<input type="checkbox"/> 退場	・ 今日の活動を振り返らせ、一日の充実感を味わわせる。 ・ ファイヤーロードの準備ができたなら、BGMを流し、退場する。
終了後	<input type="checkbox"/> 片付け	・ キャンプファイヤーの燃えがらは、まとめて寄せて、くん炭器をかぶせて朝まで置いておく。 ・ 火文字の針金や、ファイヤーロードの燃え残りは、学校へ持ち帰る。

**【キャンプファイヤーのゲーム例】**

- |           |            |
|-----------|------------|
| ◇ 進化じゃんけん | ◇ みんなでいっしょ |
| ◇ じゃんけん列車 | ◇ 木の中のリス   |
| ◇ 命令ゲーム   | ◇ など       |

**【キャンプファイヤーのダンス例】**

- |          |           |
|----------|-----------|
| ◇ シンギスカン | ◇ アブラハムの子 |
| ◇ コロブチカ  | ◇ ソーラン節   |
| ◇ ジェンカ   | ◇ など      |

**○ 進行上の留意点**

- ・ 「火の神」の演出は、宗教上の問題について、十分な配慮をしてください。
- ・ 近隣住民の迷惑にならないよう、音量、内容等には十分な配慮をお願いします。
- ・ 第二本館の「川岸の広場」でキャンプファイヤーを実施しているときは、宿泊室の照明を消したり、宿泊室以外で活動したりするなど、実施校への十分な配慮をしてください。
- ・ ナイトハイク等、夜間の活動を行う場合は、キャンプファイヤーの邪魔にならないような配慮をお願いします。(事前打ち合わせで、場所・時間等の確認を)

## 資料6 ハイキング

### 1 ハイキングについて

- ・ 楽しく歩く中で、付知川の水の流れや周りの山の木々や草花に触れ、自然を理解したり、苗木地区の町並み、里山の風景、史跡などに触れ、体験を深めたりすることができます。
- ・ 長い距離を歩くことで、耐える力を高め、歩ききった達成感を味わい、自信を深めることができます。

### 2 ハイキングの持ち物

児童が用意するもの	センターから借りられるもの	学校で用意するもの
・水筒 ・帽子 ・タオル ・雨具 ・リュックサック ・弁当受け取り用のビニル袋	・トランシーバー ・熊鈴	・救急用品 ・ごみ袋

- 熱中症対策のため、帽子は必ずかぶりましょう。
- 雨具は、天候が急変することがあるため、晴れていても持っていきましょう。
- 服装は、虫さされなどに備えて、長そで・長ズボンが望ましいですが、その日の気温などで決めましょう。(先生の指示にしたがう)
- 持ち物は、リュックサックなどにひとつにまとめましょう。



### 3 ハイキングの注意

- ・ ハイキングコースの大部分は、一般の道路です。地元の方も利用する道路ですので、学校外の方に迷惑がかからないよう、広がらず静かに歩きましょう。
- ・ 交通量の多いところもあるので、交通ルールをしっかり守り、車に十分注意しましょう。
- ・ 石を投げたり、植物をむやみに取ったりしないようにしましょう。
- ・ 昼食を受け取る時は、「弁当受け取り用のビニル袋」に入れて持ち運びましょう。手に持って歩くと、食材を落としやすいです。
- ・ 昼食のごみは、センターまで全部持ち帰ります。休憩場所にごみを置いていかないようにしましょう。(弁当受け取り用のビニル袋を、ごみ入れとして活用してください。)
- ・ ハイキングコースに、ハチ・ムカデ・ヘビ等が出ることがありますので、十分注意しましょう。
- ・ ハイキングコースには、どのコースにも道しるべが立っています。必ず道しるべにしたがって歩き、コースを外れることがないようにしましょう。
- ・ 途中で体調不良になったり、歩くのが難しくなったりしたときは、早めに先生に申し出ましょう。  
(センターからのお迎えをお願いすることができます。)



#### 4 指導上の留意点

##### (1) 出発前

- ・ 参加する児童の健康観察を十分に行ってください。
- ・ トランシーバーをセンター事務室で受け取って携帯してください。また、通信状況を確認してから出発してください。(はじめに「学校名・名前」を言ってから要件を話す。)
- ・ 朝の打ち合わせで、昼食を受け取る時刻・場所をセンターと打ち合わせてください。
- ・ **熊よけのため、必ず熊鈴をつけてください。**事務室でお渡しします。  
(熊の出没状況によっては、ハイキングを中止する場合があります。)
- ・ 当日の天気が悪い場合や、**暑さ指数(WBGT)が、31℃以上になった場合など、**ハイキングに適さない気候と判断される場合は、中止を含めて検討してください。

##### (2) ハイキング中

- ・ 気温の高い日は、無理をせず、適宜休憩を取りながら歩いてください。
- ・ 朝食で提供される麦茶を、ハイキングに持っていくことができます。また、追加の飲料が必要な場合は、事前にディア中津川に注文してください。
- ・ 途中で体調の悪い児童が出たら、トランシーバー(または携帯電話)で、センターに連絡をしてください。センター職員が公用車で迎えに行きます。
- ・ 決められた時間までに、昼食を受け取る場所に到着できない場合は、トランシーバー(または携帯電話)でセンターに連絡してください。
- ・ 弁当のごみはセンターに持ち帰り、厨房ごみ置き場に捨ててください。弁当が入っていた発泡スチロールの箱は、センター職員が回収しますので、現地にそのまま置いておいてください。
- ・ 決められたコースを外れないようにしてください。やむを得ずコースを外れる事情がある場合は、センターまで連絡をしてください。

##### (3) 到着後

- ・ **15:30**までに、おやつを受け取ってください。

#### 5 ハイキングの計画

ハイキングコースを検討する際は、実施時期や児童の実態等を考慮し、下の表を参考にコースを選択してください。

コース名	所要時間 (およそ)	適切な時季	ポイント
夜明けの森コース	4時間	春・秋	・自然豊かな「どうだんの道」を通ります。 ・鉱物博物館では、「ストーンハンティング」ができます。
城山コース	4時間	春・秋	・古い町並みが残る、苗木城下を通ります。 ・苗木城や苗木遠山史料館で歴史を感じることができます。
知原橋コース	1時間30分	全期間	・田んぼ道や川原を通ります。 ・高山大橋や知原橋から、川の様子を見ることができます。
苗木公園コース	1時間	全期間	・田んぼ道や坂道を通ります。 ・苗木公園で、みんなで遊ぶことができます。(遊具は禁止)
センター周遊コース	1時間	全期間	・センター内の冒険コースやふれあいの丘を通ります。 ・気軽に出かけることができます。

※ センター周遊コースは、他校がスコアオリエンテーリング等の活動でも利用するので、計画段階で活動場所等の調整をしておく。

## 資料7 夜明けの森コース(概略) 【10.4km】

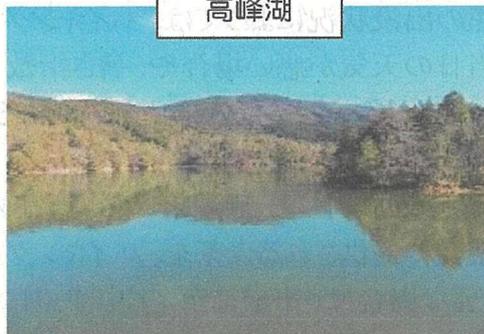
○ このコースは、町並みを抜けると田園風景と山道が広がります。関戸橋から高峰湖周辺は、環境保全林として整備され、「夜明けの森」と名付けられています。休憩場所も多くあり、目的地近くには中津川市鉱物博物館の施設もあります。

どうだんの道



関戸橋から高峰湖へ向かう関戸川と平行した道には、中津川市の花「サラサドウダン」を始め、いろいろな木が植えられている。  
春には、赤・橙色の可愛らしい花が美しく咲き、秋にはカエデがハイキングコースを彩る。

高峰湖



中津川市鉱物博物館



ストーンハンティング

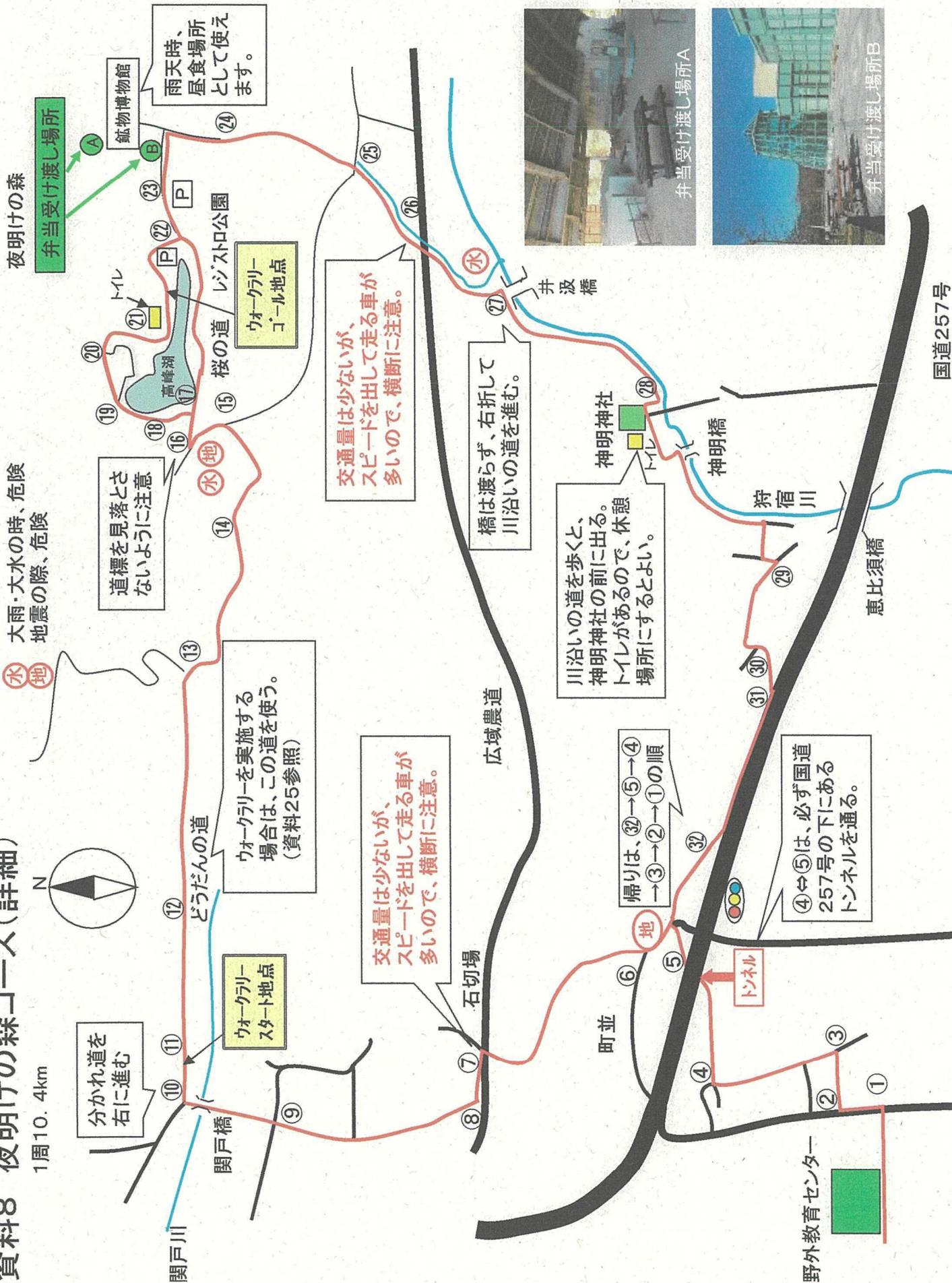
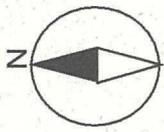


「苗木地方の鉱物と花崗岩」等、鉱物や岩石に関する7つのテーマからなる常設展示室や、水晶を探すストーンハンティング、石の楽器や結晶の積み木等で岩石に触れることができる活動ができる。

- ※ 雨天時の昼食場所としても使うことができる。
- ※ 減免申請をすれば無料になる。

# 資料8 夜明けの森コース(詳細)

1周10.4km



交通量は少ないが、スピードを出して走る車が多いので、横断に注意。

交通量は少ないが、スピードを出して走る車が多いので、横断に注意。

川沿いの道を歩くと、神明神社の前に出る。トイレがあるので、休憩場所にするるとよい。

橋は渡らず、右折して川沿いの道を進む。

④⇄⑤は、必ず国道257号の下にあるトンネルを通る。

帰りは、③②→①の順



弁当受け渡し場所A



弁当受け渡し場所B



## 資料9 城山コース(概略)【9.5km】

○ このコースは、旧苗木城下をのんびりと歩きながら、歴史を感じることができます。約200mの絶壁にある苗木城天守閣跡は展望台として整備され、中津川市街や恵那山が一望できます。苗木城跡一帯は公園として整備されており、春には桜が美しい「さくら公園」や「苗木遠山史料館」があります。

中津川市苗木遠山史料館



さくら公園



戦国時代から明治初期にいたる、苗木遠山家の資料を中心に、苗木領と苗木藩にかかわる貴重な資料が展示してある。最近になって苗木城が注目を浴び、観覧する観光客が急増している。  
※ 減免申請をすれば、入場無料になる。

約千本のソメイヨシノが植えられ、桜の名所となっている。また、展望台からは苗木地域が一望できる。  
トイレも完備され、ハイキング途中の休憩場所として最適である。



展望台から見た中津川市街



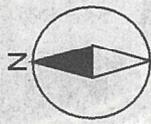
苗木城跡



立派な石垣が残る三の丸大矢倉跡や二の丸跡礎石群等、往時をしのばせる苗木城跡。  
展望台や門なども整備され、数十人規模で訪れても、十分活動できる。360度たいへんすばらしい眺望である。

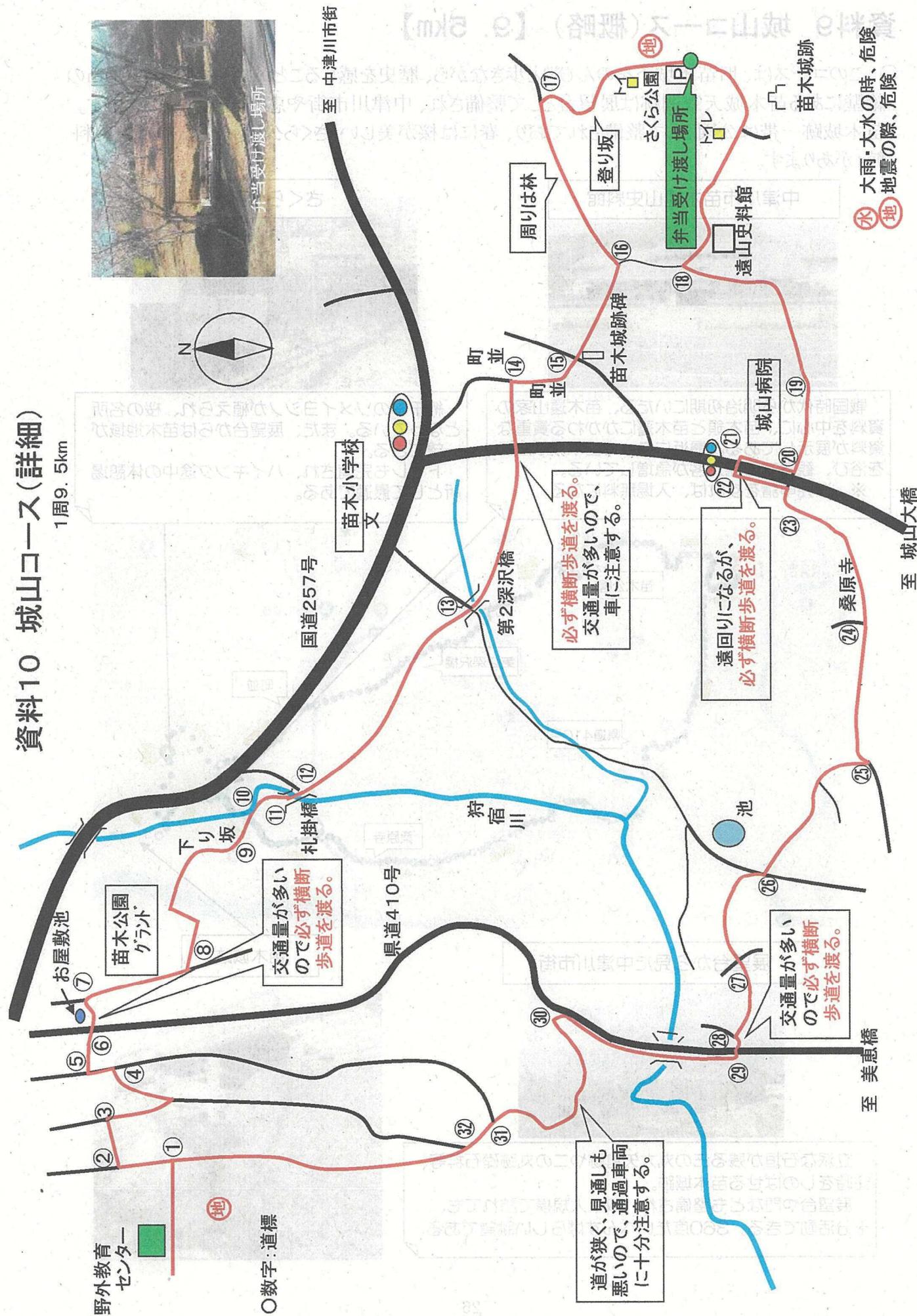
# 資料10 城山コース(詳細)

1周9.5km



野外教育センター

○数字:道標



交通量が多いので必ず横断歩道を渡る。

必ず横断歩道を渡る。交通量が多いので、車に注意する。

遠回りになるが、必ず横断歩道を渡る。

交通量が多いので必ず横断歩道を渡る。

道が狭く、見通しも悪いので、通過車両に十分注意する。

水 大雨・大水の時、危険  
地 地震の際、危険

## 資料11 知原橋コース(概略)【4.1km】

○ このコースは、付知川にかかる二つの橋(知原橋・高山大橋)を渡ります。橋の上から付知川上流、センター近くの付知川の様子を見ることができます。また、知原橋付近には川原へ下りる道があり、川原で遊ぶこともできます。

知原橋



付知川にかかる橋。川から6.7mと比較的低いため、魚影が観察できる。昔の木造の吊り橋の架橋跡が残っており、当時をしのぶ歌碑が立っている。

下島遺跡



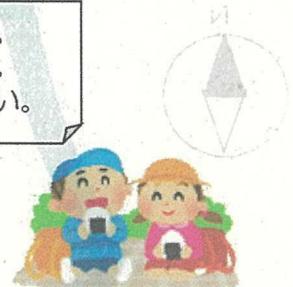
知原橋コースの途中にある。高山大橋をくぐり、付知川の川原に下りる辺りが遺跡があったところである。縄文時代中期から晩期初期の遺跡で、土器片、石剣、御物石器、独鈷石などが出土している。



高山大橋



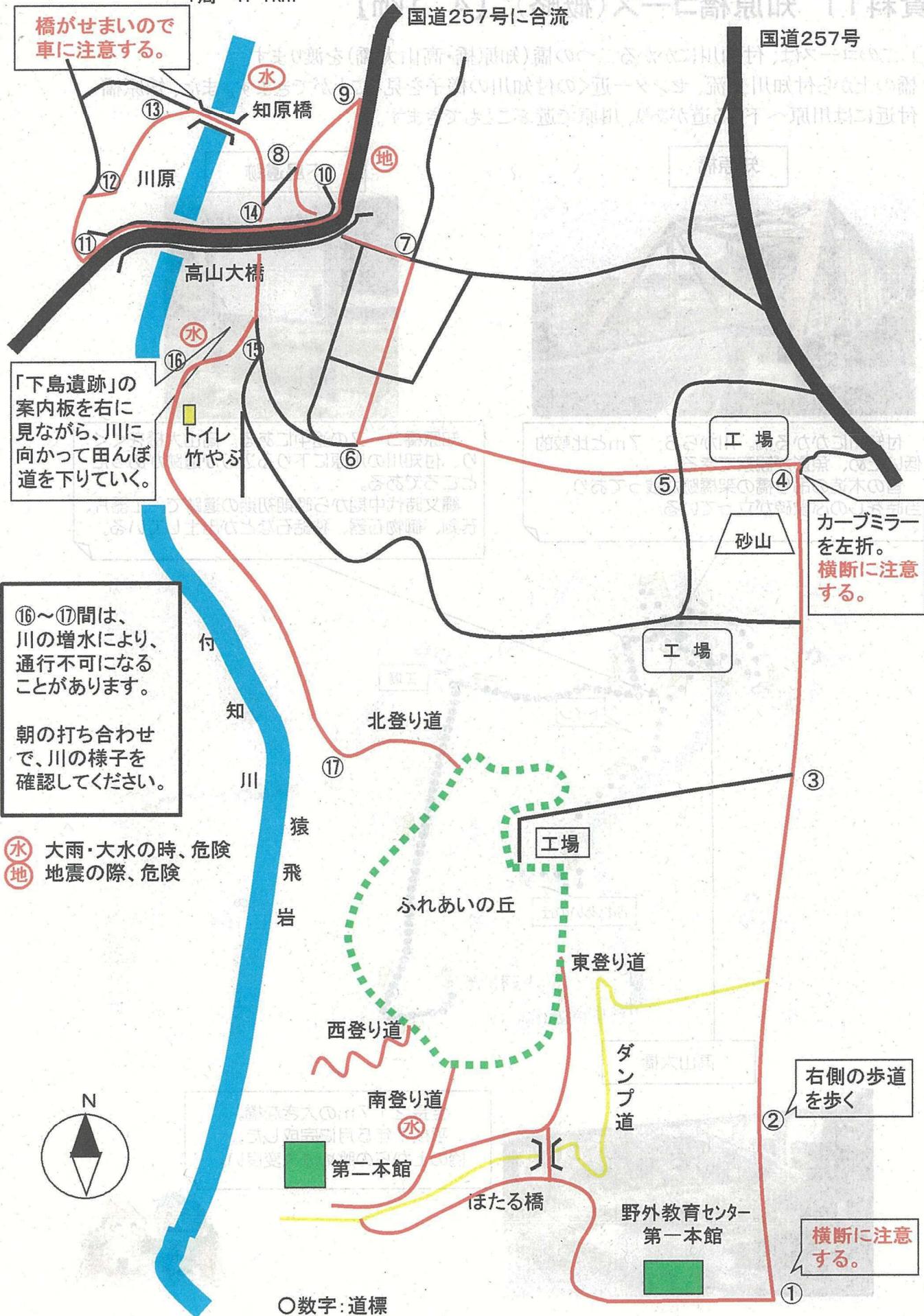
全長217mの大きな橋。平成7年5月に完成した。橋の上からの眺めは大変良い。



# 資料12 知原橋コース(詳細)

※ 今年度より、昼食配達は行いません。

1周 4.1km



橋がせまいので  
車に注意する。

国道257号に合流

国道257号

「下島遺跡」の案内板を右に見ながら、川に向かって田んぼ道を下りていく。

カーブミラーを左折。  
横断に注意する。

⑬～⑭間は、川の増水により、通行不可になることがあります。  
朝の打ち合わせで、川の様子を確認してください。

水 大雨・大水の時、危険  
地 地震の際、危険

右側の歩道を歩く

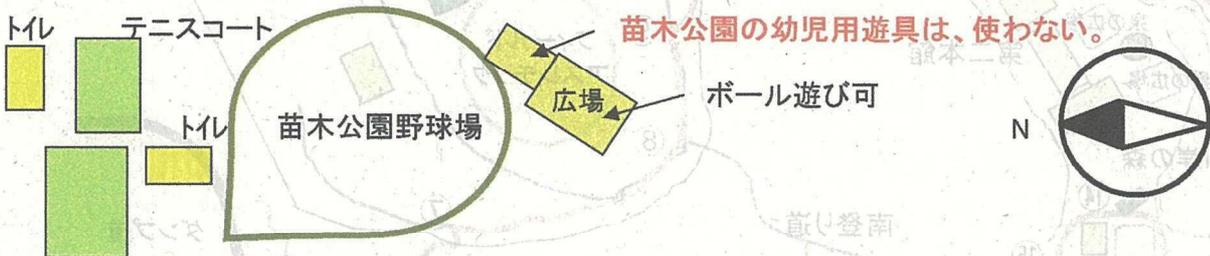
横断に注意する。

○数字:道標

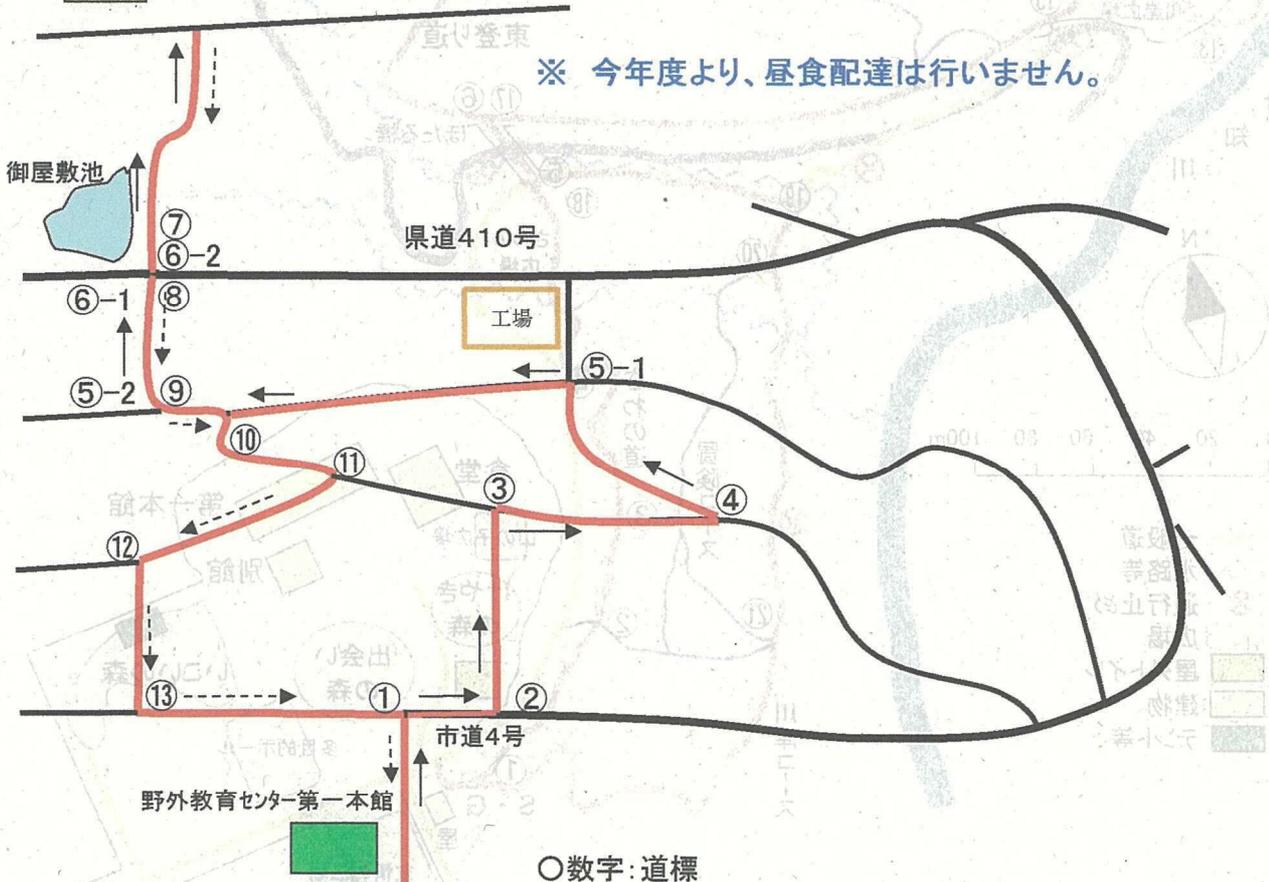
# 資料13 苗木公園コース

往復 2.3km(往路1.3km、復路1.0km)

○ センターを出て、市道4号から坂を登って城山コースに合流し、県道410号を横断するコースです。苗木公園に到着し、野球場の外側を右回りに進むと広場があります。テニスコート付近には、トイレが2か所あります。



※ 今年度より、昼食配達は行いません。



○数字:道標

# 資料14 センター周遊コース

1周 1.3km

○ ふれあいの丘から付知川を経てセンターへ戻るコースです。ふれあいの丘の活動と組み合わせるなど、ゆったりとした計画の中で自然に親ませることができます。



# 資料15 火起こし体験

## 1 火起こしについて

原始的な火起こしの方法「まいきり式」で火を起こす活動です。単独のプログラムとして行うだけでなく、起こした火を使って、飯ごう炊さんやキャンプファイヤーを行うなど、他の活動へつなげることができます。

簡単に火は起きませんが、成功したときは大きな達成感や感動を味わうことができます。また、一人だけの力ではなく、複数人で行うことによって、協調性や積極性を育むことができます。

## 2 火起こしの活動時間(目安)

1時間程度(準備・片付けの時間を含む)

## 3 火起こしの活動場所

	晴天時		雨天時・日差しの強い時	
第一本館	・多目的ホール ・友情の広場	・山の子広場 ・第一本館玄関前	・多目的ホール ・別館前駐車場	・食堂軒下 ・雨天かまど
第二本館	・川岸の広場 ・泉の広場	・星の広場 ・宿泊棟前通路	・集会室軒下	・雨天かまど

## 4 火起こしの準備

① 火起こしセットを倉庫に取りに行く。(第一本館:別館倉庫、第二本館:集会室横倉庫)

【火起こしセットに入っているもの】 ※ 第二本館は違う色の箱に入っている場合があります。



- ② 火起こしセットをグループ別に分ける。
- ・ 火起こしセットを事前に活動する場所に並べておくと、その後の活動がスムーズに進む。
  - ・ 松の葉は松の葉入れに、もぐさは竹皿に入れておく。
- ③ 使い終わった火吹き棒を入れるかごを用意する。
- ④ 燃えがらを捨てるためのバケツを用意する。(2~3個)



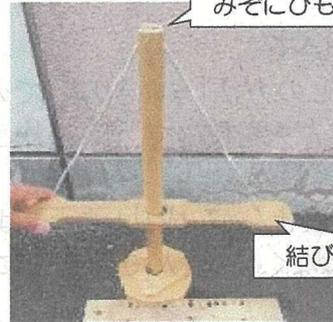
## 5 火起こしの手順

① 火起こしセットを組み立てる。



みぞを合わせる

火きり棒に、はずみ車を取り付ける



みぞにひもをかける

結び目を下に

火きり棒に、すべり板を取り付ける

② 火きり棒の軸を、火きり板の穴に当て、すべり板のひもを火きり棒に巻き付ける。



すべり板は、地面と平行に

火きり棒を回転させると、索にひもが巻き付く

すべり板をすばやく下まで押し、すぐに力をゆるめると、すべり板が自然に上がってくる

火きり板を足や手で押さえておく

③ すべり板をまっすぐ下に押す。



すべり板を下に押し付けると、うまく回りません

火きり棒がななめになると、穴から外れてしまいます

④ ③の動きを何度も繰り返す。



もぐさは入れなくてよい

けむりが出始めてから、50数えるくらいで火種ができて始める

### 【火種ができない原因と対応】

- ① すべり板を上下させる速度が遅い。  
→ 「ボールをドリブルするように」リズムよく、すべり板を動かしてみよう。
- ② 火きり板の穴がかたい。  
→ 軸を立てる穴を変えるか、火きり板を変えてみよう。
- ③ 火きり棒の軸がやわらかい。  
→ 軸を交換してみよう。

⑤ 溝に黒いくずがたまってきたら、赤いかたまりができたか確認する。



赤いかたまりが見えなくても、けむりが出ているれば、火種ができていたこともあります

この赤いかたまりが「火種」

⑥ 竹皿に置いたもぐさの上に火種を落とす。



もぐさは少し広げておく

もぐさの量は、ピンポン玉より少し小さいくらい

⑦ 火吹き棒を使って、火種を大きくする。



竹皿は、手で持たずに地面に置く

【火種を大きくするポイント】

- ① ゆっくり長く吹き続ける  
→ リコーダーの低い『ド』を出すように！  
※ 強く吹くと、火種が飛んでしまいます。
- ② 友達と交互に吹き続ける
- ③ 竹皿のかべに空気が当たるように吹く



火吹き棒について

口につける方 (穴が大きい)

火に向ける方 (穴が小さい)

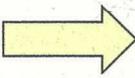
このようににぎり、火吹き棒を直接口につけないようにする

⑧ 火種が大きくなってきたら、松葉を乗せて、さらに吹き続ける。



松の葉は、竹皿に対してたて向きに置く

もぐさとのすまができないように、始めに入れる松の葉は、折って入れるとよい



けむりが出てきたら、あと一息！

⑨ 点火！



松葉を追加したり、吹き続けたりしない

点火したら、竹皿にはさわらず、火が消えるまでそのまましておく

⑩ 火が消えたら、燃えがらを消火バケツに入れる。



竹皿は先生に運んでもらおう

【その他の注意】

- 活動の時は、軍手を着ける。
- できるだけ、平らな場所で活動を行う。
- 火切り棒が回転しているところに、顔を近づけすぎない。
- もぐさや軸を、むだづかいしないようにする。(センター職員の手作りです)

## 6 火起こし道具のメンテナンス



## 7 キャンドルホルダーについて

- 火起こし器で起こした火を、飯ごう炊さんやキャンプファイヤーで使う場合は、「キャンドルホルダー」を使用してください。大切な火を消さずに、安全にキープしておくことができます。(各館1日20個まで)

### 【使い方】

- ① 火起こし器で起こした竹皿の火を、ろうそくに移してキャンドルホルダーに立てる。
- ② ろうそくに風よけ用の缶をかぶせ、必要な時間、火をキープする。



ろうそくは、学校から持参する(1.5号)



- ③ 使用する場所に持って行き、ろうそくの火を、丸めた新聞紙等に移す。
- ④ この火を、かまどやトーチ等に移動して利用する。



新聞紙に火を移し終わったら、すぐに火を消してください

皿にたまったらろうは、きれいに取ってください。



## 8 片付け

- ① 火起こし器は、入っていた箱やケースに入れる。(壊れた火起こし器は、箱に入れず別にしておく)
- ② 使用しなかったもぐさはプラスチック容器に、松の葉はビニル袋に戻す。
- ③ 使用した道具を備品庫へ運ぶ。(消火バケツは軒下へ)
- ④ 使用した場所を掃除する。

## 9 その他留意事項

- ・ 道具のメンテナンスが必要なため、使用できるのは、同日入所校あわせて**各本館1日につき30セットまで**です。
- ・ 火起こしは、1日目または2日目に計画してください。**3日目は次の入所校の準備のため、使用できません。**
- ・ 火起こしの説明は、実際に火をつけるところまで示範してください。
- ・ 火がつかない場合でも、火を起こすことの大変さを実感させる声掛けをしてください。

# 資料16 ペンダント(キーホルダー)づくり

## 1 ペンダントづくりについて

ペンダントを実施する場合は、事前に基本編・様式7で必要数を注文してください。

## 2 ペンダント作りの活動時間(目安)

1.5時間程度(準備・片付けの時間を含む)

※ 時間内に終わらなかった場合は、学校に持ち帰って続きを行うとよい。

## 3 ペンダント作りの活動場所

	晴天時	雨天時・日差しの強い時
第一本館	・野外食卓	・集会室 ・多目的ホール ・学習室 ・ワークスペース
第二本館	・野外食卓	・集会室

- ・ 食堂は、ペンダント作りの活動場所として使用しないようにしてください。
- ・ 同日入所校との重なりがなければ、晴天時に雨天時の活動場所を使用することも可能です。
- ・ 室内で実施する場合は、床にブルーシートを敷いてください。
- ・ 次の入所校がある場合は、はじめの集いとペンダント作りの活動場所が重ならないようにご配慮ください。

## 4 ペンダント作りの準備

センターに用意されているもの	学校・児童で用意するもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>・木片(事前に様式7で注文)</li> <li>・きり</li> <li>・ラジオペンチ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・画材(サインペン、マーカーペン、色鉛筆など) ※ ペンは油性がよい。水性はにじみやすいです。</li> <li>・ひも(くさりやキーホルダーなどもよい)</li> <li>・洗濯ロープなど(乾燥用)</li> <li>・ヒートン ・速乾性木工用ボンド</li> <li>・サンドペーパー(180番程度、大きさ115×140程度)</li> <li>・実験用ゴーグル(学校が必要と判断した場合のみ)</li> </ul>

## 5 ペンダントの作り方

- ① サンドペーパーで木片の表面をきれいに磨く。



磨くとヒノキのよい香りがします

ヤニやバリがでていることがあるので、しっかり磨く

- ③ きりで穴を開け、ヒートンを取り付けひもなどを通す。



きりは、先生が扱う

- ② 周りの景色や心に残ったことなどを絵や文字で表す。



日付や名前も入るとよい

- ④ 表面に速乾性の木工用ボンドを薄く塗って乾かす。



洗濯ロープなどを張って、ペンダントをぶらさげるとよい

## 資料17 クラフトづくり

### 1 クラフトづくりについて

「A:ウグイス笛」「B:マイ箸」「C:竹とんぼ」「D:バターナイフ」は、雨天時等、外での活動が難しい場合、2つまで選択できます。

### 2 クラフト作りの活動場所

ペンダント作りと同様です。

※ 作業中のけが防止のため、できるだけ児童同士の間隔を広くとってください。

### 【A:マイ箸】

#### 1 マイ箸の活動時間(目安)

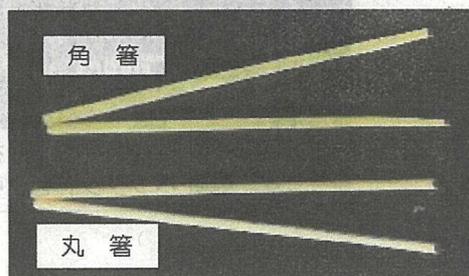
2時間程度(準備・片付けの時間を含む)

#### 2 マイ箸の準備

センターに用意されているもの	学校・児童で用意するもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>竹の棒 1本(割り箸状)</li> <li>小刀</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>厚い布又は雑巾</li> <li>軍手(片手分) ※ 小刀は素手で持ちます</li> <li>サンドペーパー(180番程度、大きさ115×140程度)</li> <li>油性ペン(グループに1本)</li> <li>実験用ゴーグル(学校が必要と判断した場合のみ)</li> </ul>

#### 3 マイ箸の作り方

- (1) 竹の棒を手で割り、できあがりの太さの位置に油性ペンでしるしを付ける。
- (2) 膝の上に布(雑巾)を敷く。
- (3) 箸の材料をその上に置く。
- (4) ももの上にしっかりナイフを固定して持つ。
- (5) ナイフの刃を竹に当て、竹を引いて削る。
- (6) 竹の角を削り取り、順番に丸みを持たせる。
- (7) 竹を細くして、物を挟みやすくする。
- (8) サンドペーパーでなめらかにする。



## 【B:ウグイス笛】

【おもしろ竹】

### 1 ウグイス笛の活動時間(目安)

1時間程度(準備・片付けの時間を含む)

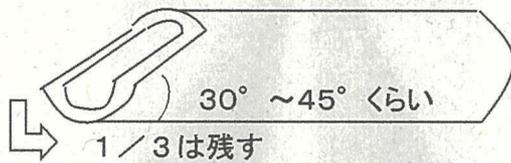
### 2 ウグイス笛の準備

センターに用意されているもの	学校・児童で用意するもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>竹(穴を開けた胴竹と吹き口の竹)</li> <li>小刀</li> <li>敷き板</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>サンドペーパー(180番程度、大きさ115×140程度)</li> <li>軍手(片手分) ※ 小刀は素手で持ちます</li> <li>瞬間接着剤(ゼリー状のものが安全で、早く接着する)</li> <li>実験用ゴーグル(学校で必要と判断した場合のみ)</li> </ul>

### 3 ウグイス笛の作り方

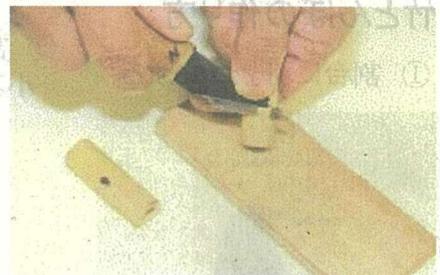
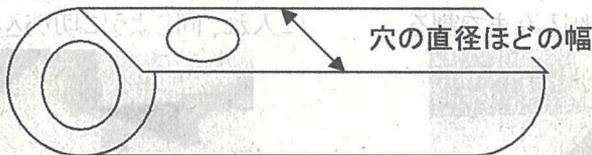
#### (1) 吹き口の加工

吹き口を $30^{\circ} \sim 45^{\circ}$ の角度で斜めに削る。



#### (2) 胴の加工

小刀で穴の直径ほどの幅で表面を平らにする。

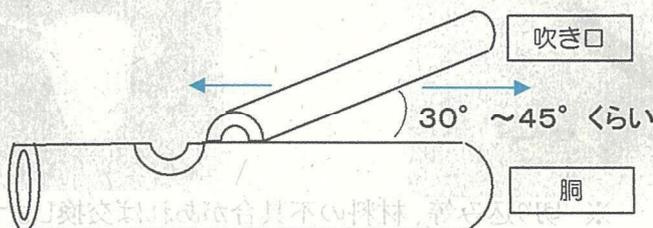


#### (3) ペーパーがけ

吹き口、胴のどちらも、小刀で削ったところを、接着しやすいようにサンドペーパーで磨く。  
また、安全のため、竹の切り口の面取りをする。

#### (4) 調整と接着

胴の竹の穴付近に吹き口の竹を組み合わせ、吹きながら穴に近づけたり遠ざけたりして、一番音色のよい位置を探して印をつけ、接着剤で固定する。



※ 太い竹の両端を指でふさいだり、はなしたりして音色を確かめ、ウグイスのまねをしてみましょう。

※ 太い竹の下面を削っておくと、笛を置くとときに倒れません。

## 【C:竹とんぼ】

### 1 竹とんぼの活動時間(目安)

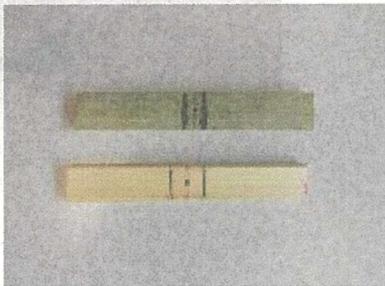
2.5～3時間程度(準備・片付けの時間を含む)

### 2 竹とんぼの準備

センターに用意されているもの	学校・児童で用意するもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>・羽用の竹</li> <li>・小刀</li> <li>・木づち</li> <li>・きり</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・竹軸</li> <li>・割台</li> <li>・敷板</li> <li>・厚い布又は雑巾</li> <li>・軍手(片手分) ※ 小刀は素手で持ちます</li> <li>・サンドペーパー(180番程度、大きさ115×140程度)</li> <li>・油性ペン(グループに1本)</li> <li>・実験用ゴーグル(学校が必要と判断した場合のみ)</li> </ul>

### 3 竹とんぼの羽について

羽の表裏に切り込みが入っています。  
また、軸を入れる穴も開けてあります。

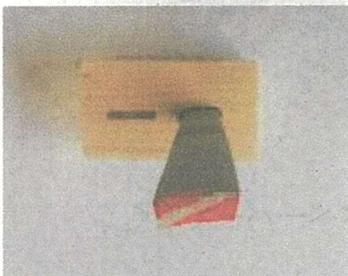


羽の左右に、割り込みの目安が  
マジックで塗ってあります。



### 4 竹とんぼの作り方

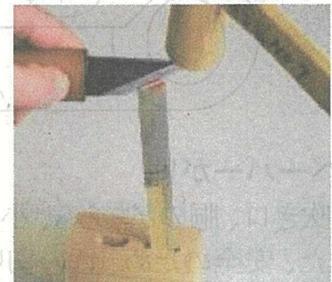
① 割台に羽をセットする。



② 割台の大きい方の穴に羽を入れ、  
小刀と木づちで切り込みまで割る。



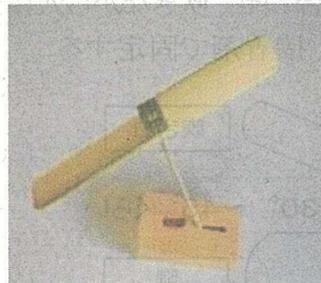
③ 羽を逆さまにして割台の小さい方  
に入れ、同じように切り込みまで割る。



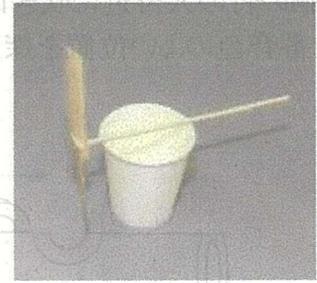
④ 羽を敷板の上に斜めに置き、  
小刀で薄く削る。角を取り、  
サンドペーパーで仕上げる。



⑤ 羽に竹軸を取り付ける。竹軸  
の先は、穴の大きさに合わせて  
削る。



⑥ コップなどの上に乗せて、竹軸の  
左右のバランスを確認し、調整して  
完成。



※ 切り込み等、材料の不具合があれば交換します。

### 5 竹とんぼを飛ばす時の注意

- ・ 竹とんぼがぶつかってけがをすることがありますので、広い場所で飛ばしてください。
- ・ 実験用ゴーグルを着用しておくと、竹とんぼが目当たる事故を防ぐことができます。

## 【D:バターナイフ】

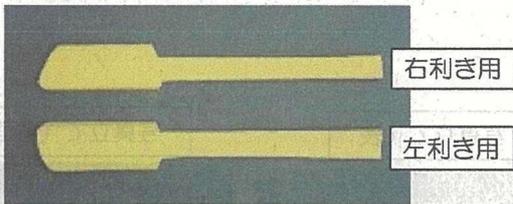
1 バターナイフの活動時間(目安)  
2時間程度(準備・片付けの時間を含む)

2 バターナイフの準備

センターに用意されているもの	学校・児童で用意するもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>竹材料 (長さ165mm、持ち手等一部加工済み)</li> <li>小刀</li> <li>敷板</li> <li>サンドペーパーで磨く時の木片</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>軍手(片手分) ※ 小刀は素手で持ちます</li> <li>タオル(ひざなどの保護のため)</li> <li>サンドペーパー(180番程度、大きさ115×140程度)</li> <li>実験用ゴーグル(学校が必要と判断した場合のみ)</li> </ul>

3 バターナイフについて

- 材料は、竹の内側だけを削るので、右利き用、左利き用がある。
- 小刀は、刃の後ろに添えた親指で押すようにする。



4 バターナイフの作り方

① 持つ部分を削る



はじめは、敷板の上で削る



次に、細かく角を削る

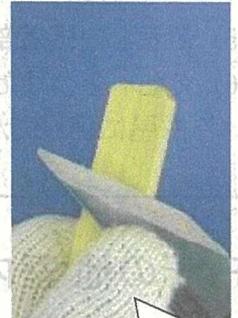


仕上げは、サンドペーパーで削る

② ナイフ部分を加工する

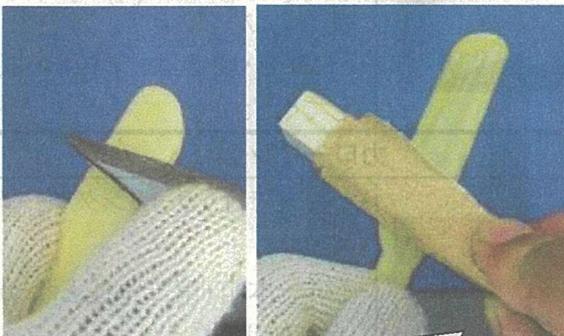


竹の内側の部分だけを削る



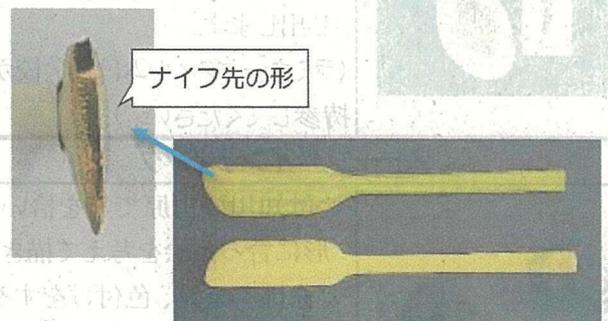
一度に削らず、少しずつ削る

③ 全体の形を整え、ペーパーで磨く



木片にサンドペーパーを巻いたり、板の上にサンドペーパーを置いたりして削ってもよい

④ 完成



※ 材料の不具合があれば交換します。

## 【E:写真立て・壁掛け】

### 1 写真立て・壁掛けの活動時間(目安)

1時間程度(準備・片付けの時間を含む、木の実・枝を採取する時間を除く)

### 2 写真立て・壁掛けの準備

センターに用意されているもの	学校・児童で用意するもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>・支えの木</li> <li>・小刀</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・厚紙(白ボール、段ボールなど)</li> <li>・接着剤(ゼリー状の瞬間接着剤またはグルーガン)</li> <li>・貼り付ける物(木の実、枝、流木、枯葉など:現地で採集)</li> <li>・サンドペーパー(180番程度、大きさ115×140程度)</li> <li>・軍手(片手分) ※ 小刀は素手で持ちます</li> <li>・実験用ゴーグル(学校で必要と判断した場合のみ)</li> </ul>

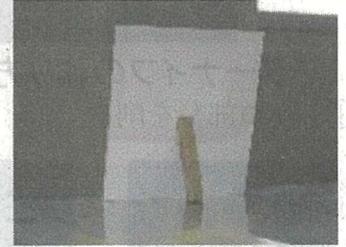
### 3 写真立て・壁掛けの作り方

- (1) 好みのサイズに切った厚紙を準備する。
- (2) 木の実、枝などを採集する。
- (3) 木の実・枝などの接着部分にサンドペーパーをかける。
- (4) 接着剤で材料をつける。写真立てを作る場合は、写真を貼るスペースを空けておく。
- (5) 支え木の接着部分を削る。
- (6) 支え木をついたら完成。  
名古屋に帰ってからお気に入りの写真を貼ろう。

写真立て(表)



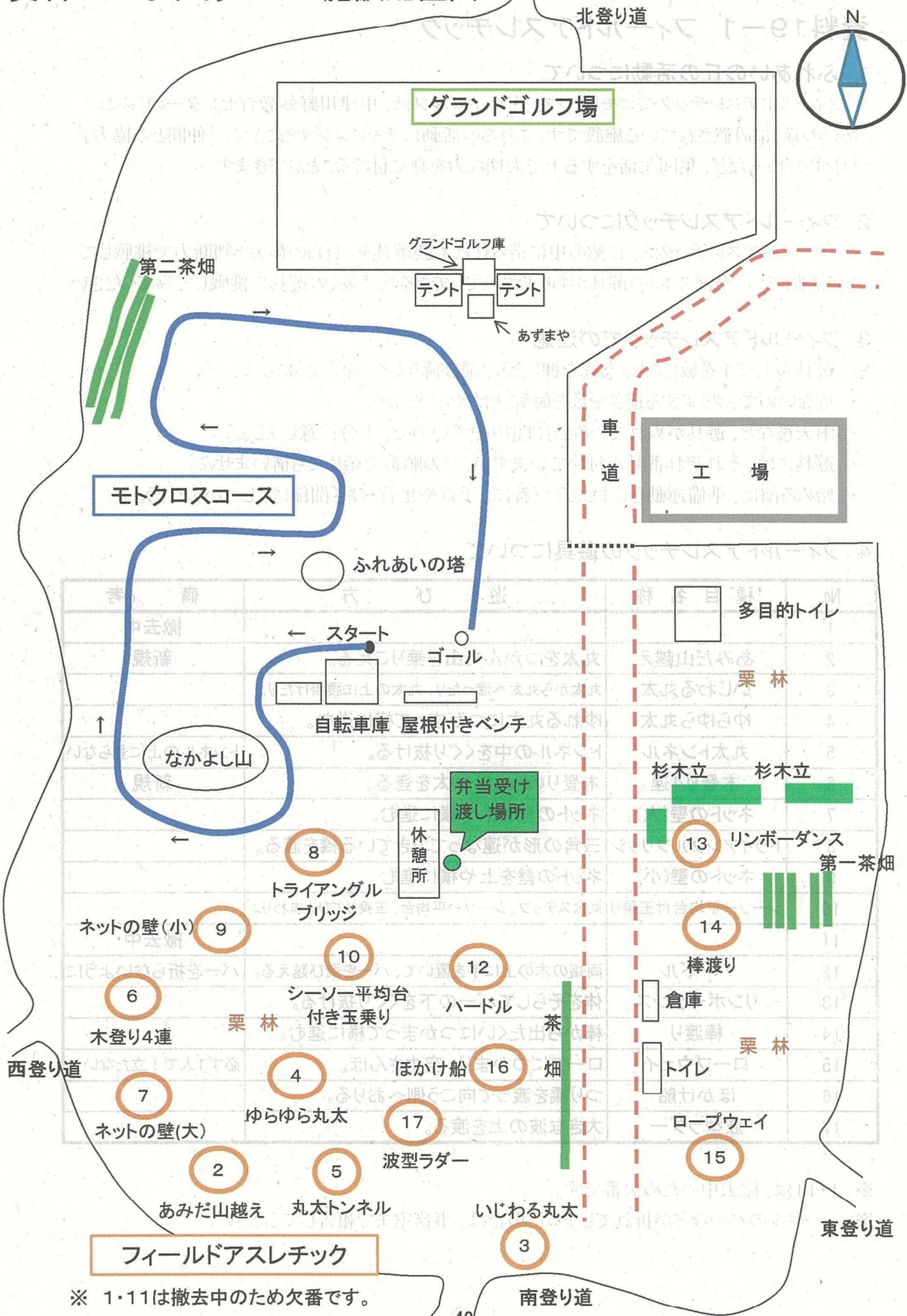
写真立て(裏面)



## 【F:その他 室内活動】

<p><b>パウチ</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 落ち葉や花びらなどをラミネートして、しおり等を作ります。</li> <li>・ ラミネート機は、センターから貸し出します。 (ラミネートフィルムは、学校から持参してください。)</li> </ul>	<p><b>はがき書き</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 中津川の思い出や、家族へのメッセージをはがきに書きます。</li> <li>・ 投函は、センター職員に依頼することができます。</li> <li>・ はがき・切手は、学校から持参してください。</li> </ul>
<p><b>ストーンペインティング</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 付知川の川原で石を拾い、その形に合った絵を考えて描きます。</li> <li>・ 油性ペン等、色付けをするものは、学校から持参してください。</li> </ul>	<p><b>カローリング</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 室内で行うカーリングゲームです。</li> <li>・ 第一本館・第二本館とも、集会室で使用してください。</li> </ul>

# 資料18 ふれあいの丘施設配置図



※ 1・11は撤去中のため欠番です。

## 資料19-1 フィールドアスレチック

### 1 ふれあいの丘の活動について

フィールドアスレチック・ミニモトクロス・グランドゴルフは、中津川野外教育センターの「ふれあいの丘」に設置されている施設です。これらの活動にチャレンジすることで、「仲間との協力」「ゆずり合い」など、集団生活をする上で大切な力を身に付けることができます。

### 2 フィールドアスレチックについて

フィールドアスレチックは、自然の中に造られた木製遊具を、自らの体力と判断力で挑戦していく活動です。全部で15の遊具がありますので、できるだけ多くの遊具に挑戦してみてください。

### 3 フィールドアスレチックでの注意

- ・ 遊具の上で手を放したり、友達を押したり、飛び降りたりしないようにしましょう。
- ・ 危ないので、クリアする速さや数を競うことはやめましょう。
- ・ 雨天後など、遊具がぬれているときは滑りやすいので、十分注意しましょう。
- ・ 遊具には、それぞれ番号が付いていますが、どの順番で始めても構いません。
- ・ 始める前に、準備運動をしましょう。(特に、手首や足首・ひざ関節は、しっかりと行う。)

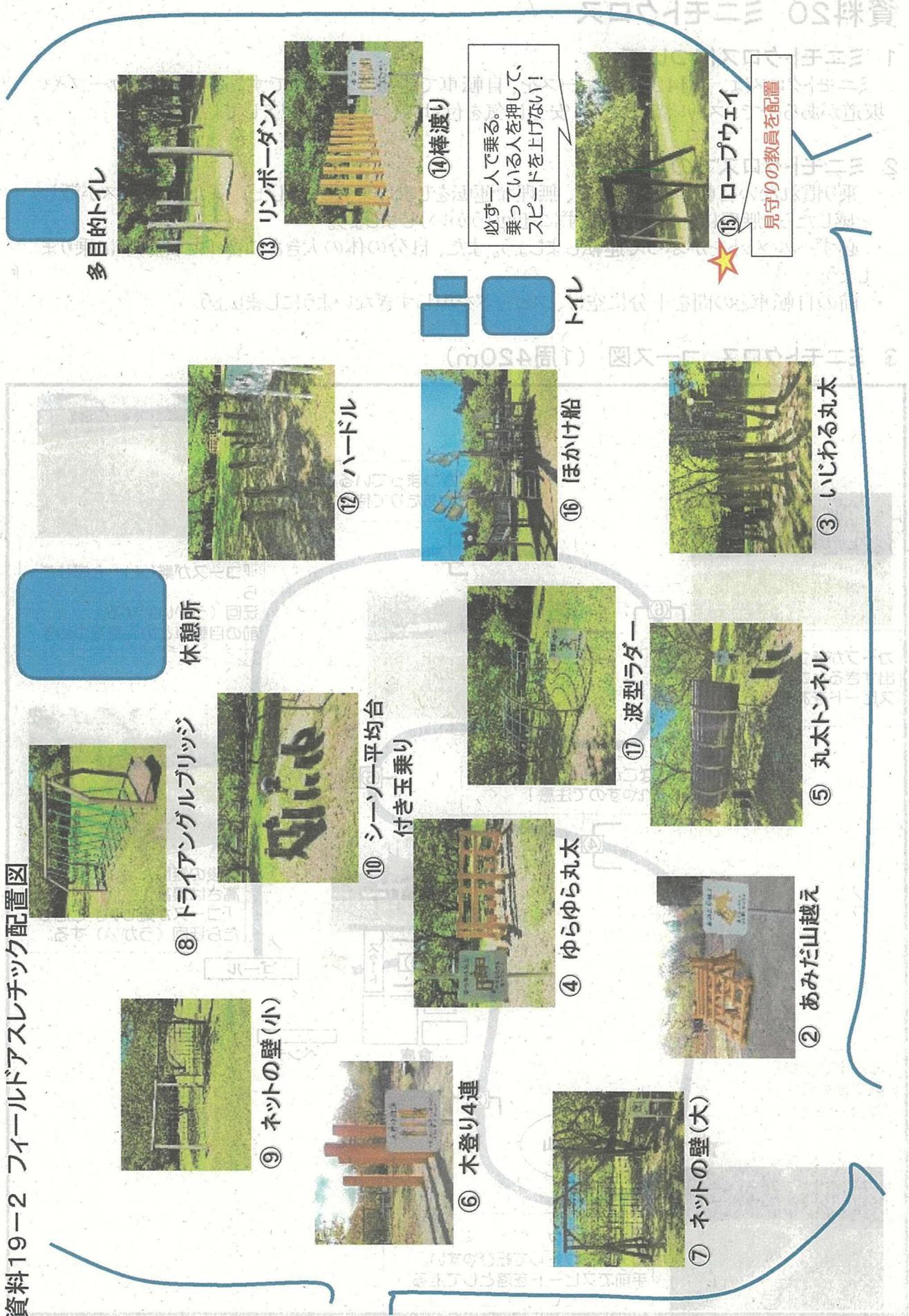
### 4 フィールドアスレチックの遊具について

No.	種目名称	遊び方	備考
1			撤去中
2	あみだ山越え	丸太をつかんで山を乗り越える。	新規
3	いじわる丸太	丸太から丸太へ渡ったり、丸太の上に腰掛けたり。	
4	ゆらゆら丸太	ゆれる丸太につかまって横に進む。	
5	丸太トンネル	トンネルの中をぐり抜ける。	トンネルの上に登らない
6	木登り4連	木登りのように丸太を登る。	新規
7	ネットの壁(大)	ネットの壁を上や横に進む。	
8	トライアングルブリッジ	三角の形が連なってできている橋を渡る。	
9	ネットの壁(小)	ネットの壁を上や横に進む。	
10	シーソー平均台付玉乗り	丸太ステップ、シーソー平均台、玉乗りでひとまわり。	
11			撤去中
12	ハードル	両端の木の上に手を置いて、バーを飛び越える。	バーを折らないように
13	リンボーダンス	体をそらしてバーの下をぐり抜ける。	
14	棒渡り	棒から出たきいにつかまって横に進む。	
15	ロープウェイ	ロープにつかまり、空中さんぽ。	必ず1人で！立たない！
16	ほかけ船	つり橋を渡って向こう側へおる。	
17	波型ラダー	大きな波の上を渡る。	

※ 1・11は、撤去中のため欠番です。

※ ハードルのバーなどが折れてしまった場合は、事務室まで報告してください。

資料19-2 フィールドアスレチック配置図



## 資料20 ミニモトクロス

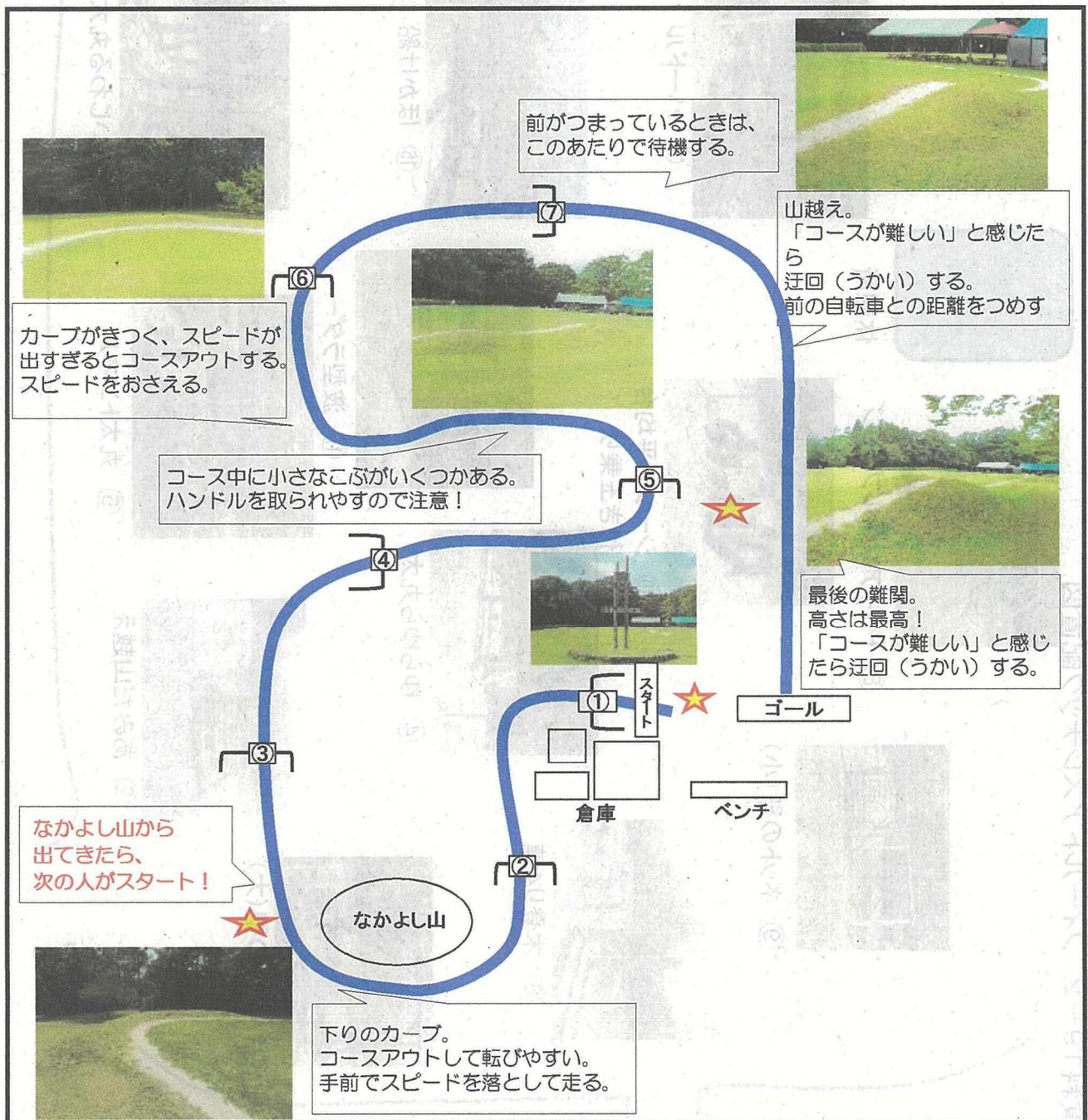
### 1 ミニモトクロスについて

ミニモトクロスは、1周420mのコースを、自転車で走破する活動です。途中には、カーブや坂道があるので、スリル満点です。安全に気を付けて、コースをクリアしてください。

### 2 ミニモトクロスでの注意

- 乗り慣れない自転車を使うので、無理な運転をしないようにしましょう。また、「コースが難しい」と感じたら、無理にコースを通らずに迂回(うかい)しましょう。
- 必ずヘルメットをかぶって運転しましょう。また、自分の体の大きさに合った自転車に乗りましょう。
- 前の自転車との間を十分に空け、スピードを出しすぎないようにしましょう。

### 3 ミニモトクロス コース図 (1周420m)



#### 4 指導上の留意点

- ・ コース図★の地点に教員を配置するとよい。  
(スタートの指示、自転車のメンテナンス、コース上のサポート等)
- ・ 安全確保のため、**コース上の自転車は8台まで**にしてください。  
(コース上のゲートを目安にするとよい)
- ・ **自転車に乗る経験の少ない児童は、無理にコースを走らせないようにしてください。**  
(特に山越えは転倒の危険性が高いので、スピードが出せない児童は迂回させてください。)
- ・ はじめに全員でコースを歩き、危険個所を確かめ、気を付けることを確認してください。
- ・ 教員自身も事前に自転車に乗って、試走するとよい。
- ・ ヘルメットは、自転車に乗る前からかぶっておくとスムーズに進みます。

#### 5 自転車の点検・メンテナンスについて

- ・ 使用前に、「ブレーキの効き」「タイヤの空気」「チェーンのゆるみ」「ハンドル」「サドルのゆがみ」等について、異常がないか点検してください。
- ・ 不具合があれば、倉庫内の道具でメンテナンスを行ってください。できないような故障については、倉庫内にある**荷札に故障個所を記入し、自転車につけて倉庫に戻してください。**  
(修理のための荷札をつけた場合は、必ず事務所に連絡をする。)

##### 【参考】 サドルの調整(児童の体格に合わせる)



##### サドルの調節レバー

- ・ このレバーで締め具を緩め、サドルを上下させる。
- ・ 高さが決まったら、しっかり締めなおし、サドルが動かないか、傾いていないかを確認する。
- ・ レバーは確実に倒しておく。
- ・ 固くて動かない場合は、荷札をつけ、事務室に連絡をする。



##### 安全なサドルの高さ

- ・ 両足のつま先が軽く地面につくくらいの高さに合わせる
- ・ ハンドルを持ったとき、やや前傾姿勢になると、自転車はより安定する。

※ サドルの調整は、必ず教員が行ってください。

#### 6 その他

- ・ 自転車は24インチが10台、20インチ・22インチが各1台、変速器なしが2台、**合計14台**あります。
- ・ その日の最後の学校は、自転車とヘルメットを自転車倉庫に片付けてください。
- ・ センター職員が、倉庫を解錠する前(8:50より前)にミニモトクロスを利用したい場合は、事務室で鍵を借りてから、ふれあいの丘に向かってください。

# 資料21 グランドゴルフ

## 1 グランドゴルフについて

グランドゴルフは、スティックでボールを打ち、ボールがカップに入るまでの打数の少なさを競うゲームです。個人やグループで打数を競うのも楽しいです。目指せホールインワン！

## 2 グランドゴルフの流れ

### (1) プレー前

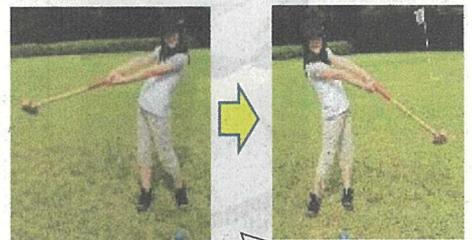
- ・ 2～4人グループを作ります。(5人以上のグループは作らない)
- ・ 一人につき一つずつ、ボールとスティックを持ちます。
- ・ スコアを付ける場合は、スコア表を持ちます。(スコアを付けなくても、十分楽しめます。)
- ・ 最初のホールで、ボールを打つ順番を決めます。(次のホールからは、スコアの良かった人から順番に打つようにすると、スムーズです。)
- ・ どのホールから始めるか、先生の指示を聞きます。



### (2) プレー中

- ・ 最初のホールに移動します。
- ・ 一番目に打つ人は、人工芝の上にあるティーにボールを置きます。
  - ・ **二番目以降の人は、絶対に人工芝の中に入らない！**
  - ・ **半径2m以内に近づかない！**
  - ・ **打つ人の真後ろに立たない！**
  - ・ **スティックを振る高さは「腰から腰まで！」**
- ・ 周りに人がいないことを確かめ、スティックを使ってボールを打ちます。
- ・ 二番目以降の人も、同じように順番に打ちます。
- ※ 周りの人は、打った人のボールの行方を見ておく。
- ・ 二打目以降は、カップから遠い人から順に打ちます。
- ・ 全員がカップにボールを入れることができれば、次のホールに移動します。(数字順にホールを回るのが原則ですが、先生の許可があれば、だれもプレーしていないホールに移動しても構いません。)
- ・ 全ホール回るか、制限時間が来たら、プレー終了です。

人工芝の外で待つ



この高さよりもスティックを高く上げない

### (3) プレー後

- ・ スティックとボールを、取った時と同じ番号のペール缶に返します。(スティックとボールの数が合っているか、必ず確認を。)
- ・ カップの旗は抜かずに、そのままにしておいてください。

## 3 グランドゴルフのスコアについて

- ・ スコアをつけると、自分の成績を確かめ、友達と競うことができるので、楽しさが倍増します。
- ・ 各ホールの看板に、目標打数(Par○)が書かれています。打数とPar○との差を+-で記録します。

#### 【参考】

±0:パー    -1:バーディ    -2:イーグル  
+1:ボギー    +2:ダブルボギー

- ・ スコア表は、事前に学校で用意するか、グランドゴルフ場の倉庫にあるものを使用してください。(筆記用具は、学校で持参してください。)



#### スコア表の書き方

おれおれグランドゴルフ場 スコア表					
コース		子館 (中津川あい)			
ホール	長さ	Par	打数	打数-Par	
1	20m	4			
2	25m	5			
3	15m	3			
4	20m	4	5	+1	
5	25m	5	4	-1	
6	15m	3	3	0	
7	20m	4	5	+1	
8	20m	4			
9	20m	4	4	0	
合計	100m	36			
途中で終わった人			21	+1	

## 4 指導上の留意点

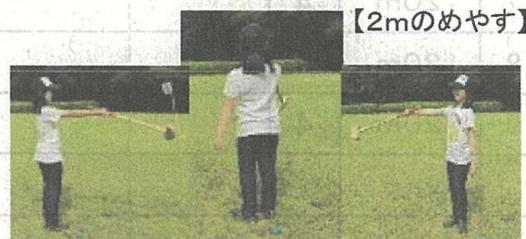
### (1) 定員について

- ・ 4人1組で、9組36人までを目安にしてください。  
(予備ホール(10番)と予備セットを使用することで、最大10組40人までは対応可能。)
- ・ 5人以上の組は作らないでください。人数が多いほど危険度が増します。



### (2) スティックの取り扱いについて

- ・ 事前に適正なスティックの振り幅を示範するなど、スティックを振りすぎないような指導をしてください。(スティックを振る高さは「腰から腰まで！」)
- ・ 1打目は特に児童が近づきやすいので、ティーショットを打つときは、人工芝に入らないことを徹底してください。
- ・ 2打目以降も、ボールを打つ人を中心に、半径2m以内には近づかないようにしてください。  
(打つ人の後ろには絶対に立たない。)
- ・ ボールを打つ人は、周りに人がいないことを確かめてから打つようにしてください。
- ・ 2打目以降は、カップから遠い人から打ち、待つ人は打つ人よりも前に立たないようにしてください。
- ・ 同じグループで、同時にボールを打つことがないようにしてください。
- ・ 待つ時間が長くなると、事故が起こりやすくなるので、空いているホールがあれば、そちらにプレーしていないグループを誘導するようにしてください。
- ・ 次のホールに移動する際も、スティックを振り回しながら移動することがないようにしてください。



スティックをまっすぐ前に出し、体を軸に1周した範囲

### (3) 道具の準備・片付けについて

- ・ 道具の入ったペール缶に番号が付いていますので、グループの番号と同じ道具を貸し出してください。
- ・ グループ内で道具の貸し借りはせず、1人1つずつスティックとボールを持たせてください。
- ・ プレー終了後は、スティックとボールを、取った時と同じ番号のペール缶に返してください。
- ・ その日の最後の学校は、スティックとボールの数を確かめ、ペール缶を倉庫にしまってください。
- ・ カップの旗は抜かずに、そのままにしておいてください。



## 5 プレー時間の目安 (4人×9組:36人の場合)

- ・ 30分以内: 児童がやり方を理解できたころに終了します。3~4ホールぐらいはできます。
- ・ 40分程度: 児童は慣れ、要領がよくなり、5~6ホールは回れます。
- ・ 60分程度: 全ホール回れます。

※ 学校規模、他の学校との関わり等を考慮して、工夫してお楽しみください。

※ 40~60分程度確保することをお勧めします。

## 6 グランドゴルフ スコア表

- ・ 事前指導の際にスコア表が必要な場合は、次ページの表を学校で印刷してお使いください。  
(スコア表はグランドゴルフ場の倉庫にもあります。)
- ・ 人数の関係で、10番ホールを使う場合は、空欄をご利用ください。長さは15m、Par3です。

**ふれあいグランドゴルフ場 スコア表**

コース			名前 ( )	
ホール	長さ	Per	打数	打数-Per
1	20m	4		
2	25m	5		
3	15m	3		
4	20m	4		
5	25m	5		
6	15m	3		
7	20m	4		
8	20m	4		
9	20m	4		
合計	180m	36		
途中で終わったとき				

**ふれあいグランドゴルフ場 スコア表**

コース			名前 ( )	
ホール	長さ	Per	打数	打数-Per
1	20m	4		
2	25m	5		
3	15m	3		
4	20m	4		
5	25m	5		
6	15m	3		
7	20m	4		
8	20m	4		
9	20m	4		
合計	180m	36		
途中で終わったとき				

**ふれあいグランドゴルフ場 スコア表**

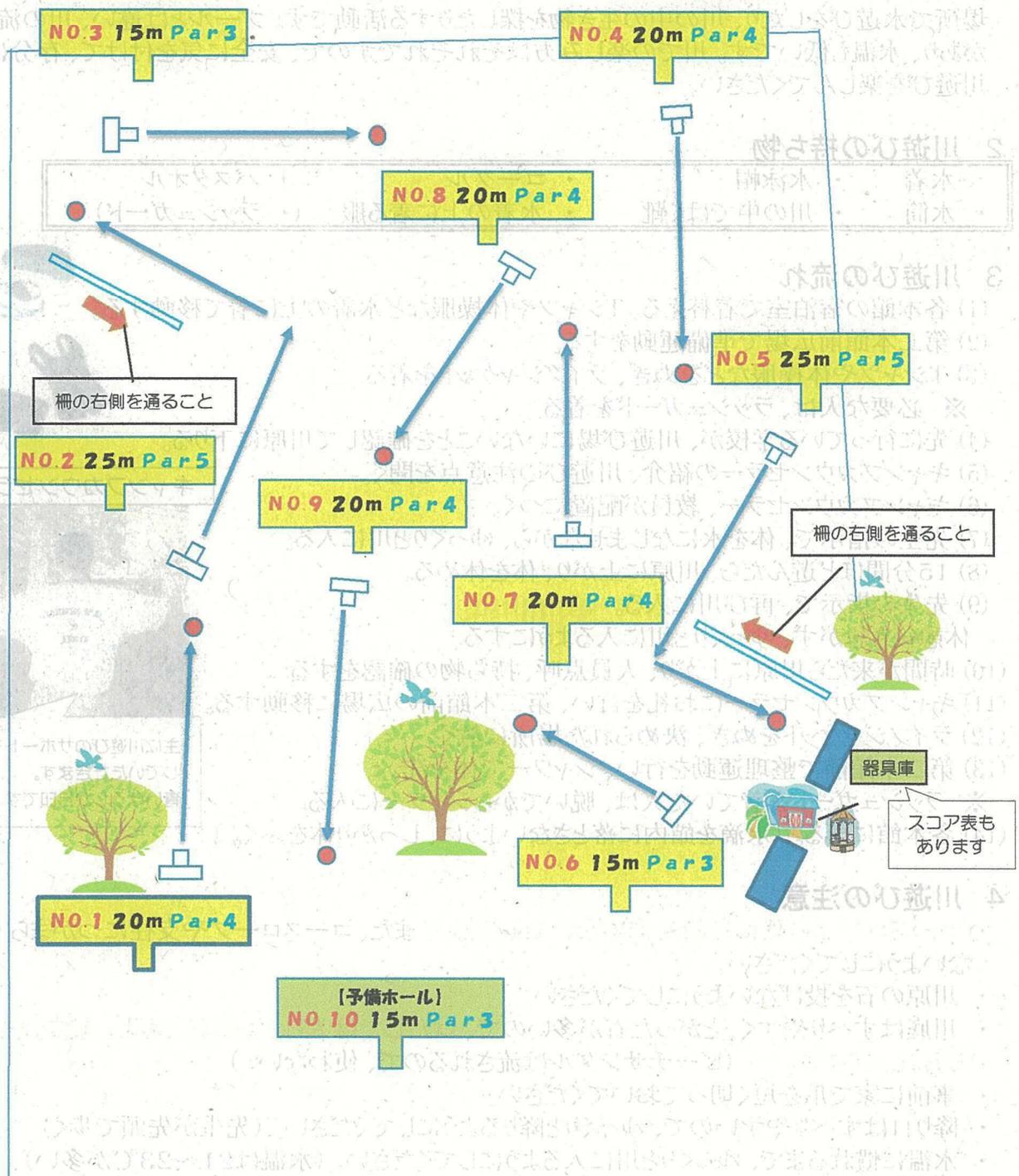
コース			名前 ( )	
ホール	長さ	Per	打数	打数-Per
1	20m	4		
2	25m	5		
3	15m	3		
4	20m	4		
5	25m	5		
6	15m	3		
7	20m	4		
8	20m	4		
9	20m	4		
合計	180m	36		
途中で終わったとき				

**ふれあいグランドゴルフ場 スコア表**

コース			名前 ( )	
ホール	長さ	Per	打数	打数-Per
1	20m	4		
2	25m	5		
3	15m	3		
4	20m	4		
5	25m	5		
6	15m	3		
7	20m	4		
8	20m	4		
9	20m	4		
合計	180m	36		
途中で終わったとき				

## 7 グランドゴルフ コース図

【中業村季夏】ひびき川 SS採資



### 【プレー上の注意】

- 周りに人がいないことを確かめてから、打ちましょう。
- スティックをむやみに振り回さないようにしましょう。
- 数字順にホールを回るのが原則ですが、先生の許可があれば、だれもプレーしていないホールに移動しても構いません。
- No.10は、予備のホールです。先生の許可があるときのみプレーできます。
- プレー後は、スティックとボールを、取った時と同じ番号のペール缶に返しましょう。

## 資料22 川遊び【夏季休業中】

### 1 川遊びについて

川遊びは、中津川野外教育センターの近くを流れる「付知川」の一部を区切り、決められた場所で水遊びをしたり、川の中の生き物を探したりする活動です。プールとは違い、川の流れがあり、水温も低いです。川での楽しみ方はそれぞれですので、安全に気を付けて、存分に川遊びを楽しんでください。

### 2 川遊びの持ち物

- |      |           |            |             |
|------|-----------|------------|-------------|
| ・ 水着 | ・ 水泳帽     | ・ ゴーグル     | ・ バスタオル     |
| ・ 水筒 | ・ 川の中ではく靴 | ・ 水着の上に着る服 | (・ ラッシュガード) |

### 3 川遊びの流れ

- (1) 各本館の宿泊室で着替える。Tシャツや体操服など水着の上に着て移動する。
- (2) 第二本館前広場で準備運動をする。
- (3) Tシャツや体操服などをぬぎ、ライフジャケットを着る。

※ 必要な人は、ラッシュガードを着る。

- (4) 先に行っている学校が、川遊び場にはないことを確認して川原に下りる。
- (5) キャンプカウンセラーの紹介、川遊びの注意点を聞く。
- (6) キャンプカウンセラー、教員が配置につく。
- (7) 先生の指示で、体を水になじませながら、ゆっくりと川に入る。
- (8) 15分間ほど遊んだら、川原に上がり、体を休める。
- (9) 先生の指示で、再び川に入る。

休憩後も急がず、ゆっくりと川に入るようにする。

- (10) 時間が来たら川原に上がり、人員点呼、持ち物の確認をする。
  - (11) キャンプカウンセラーにお礼を言い、第二本館前の広場に移動する。
  - (12) ライフジャケットをぬぎ、決められた場所に置く。
  - (13) 第二本館前で整理運動を行い、シャワーで体を洗う。
- ※ ラッシュガードを着ていた人は、脱いでからシャワーに入る。
- (14) 各本館に戻る。(水滴を館内に落とさないように、しっかり体をふく。)



キャンプカウンセラー



主に川遊びのサポートをしていただきます。青いぼうしが目印です。

### 4 川遊びの注意

- ・ コースロープの外には絶対に出ないでください。また、コースロープや支柱につかまらないようにしてください。
- ・ 川原の石を投げないようにしてください。
- ・ 川底はすべりやすく、とがった石が多いので、はだしでは入らず、ぬれてもよい靴をはくようにしてください。(ビーチサンダルは流されるので、使わない。)
- ・ 事前に家で爪を短く切っておいてください。
- ・ 降り口はすべりやすいので、ゆっくりと降りるようにしてください。(先生が先頭で歩く)
- ・ 水温に慣れるまで、ゆっくりと川に入るようにしてください。(水温は21~23℃が多い)
- ・ 付知川は、一般のつり人や地域の人にも利用しますので、学校外の方の迷惑にならないように活動してください。

### 5 川遊びでできること

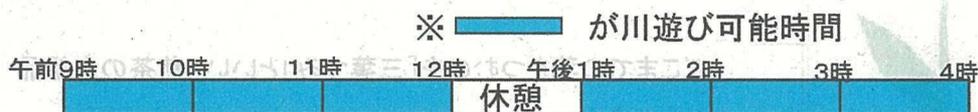
- ・ 川の中をのぞき、水中の生き物を探す。
- ・ 川底の石をひっくり返し、裏に付いている生き物を探す。(観察後は、石を静かに戻す)
- ・ 白い布を使い、川の中で泳ぐ魚を観察する。
- ・ 思いっきり水をかけあう。



## 6 指導上の留意点

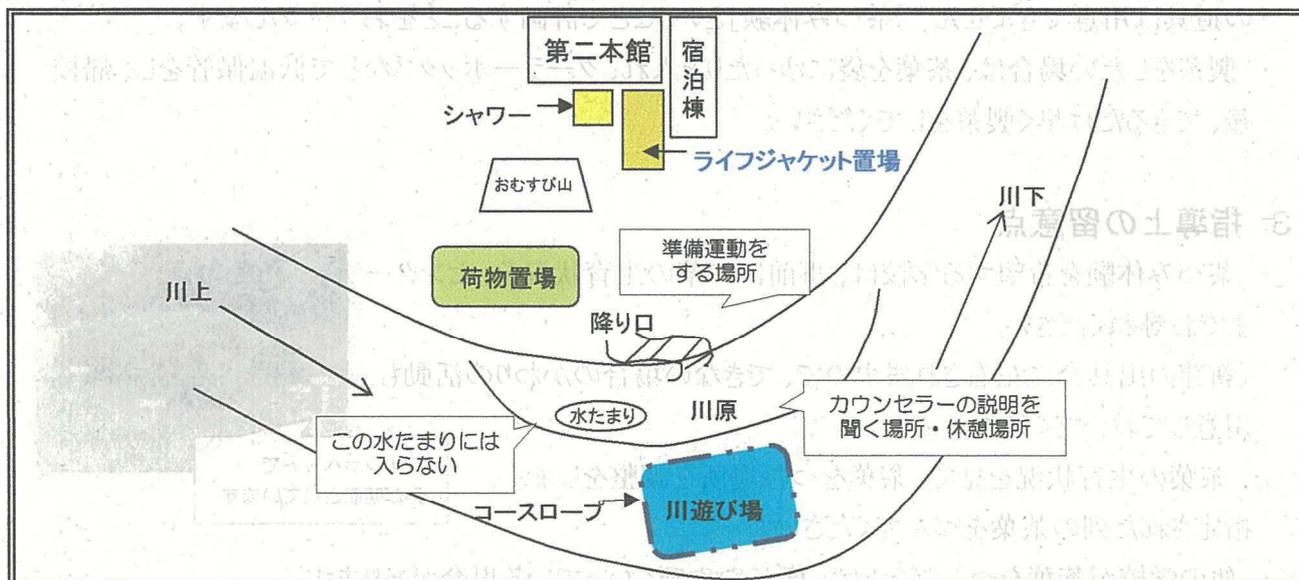
- 今年度より、川に入る児童・教員は全員ライフジャケットを着用します。ライフジャケットはセンターにあります。持参したものを使用しても構いません。
- 事故防止のため、教員は全員水着・ライフジャケットを着用してください。教員は川に入り、コースロープ付近に立って指導をしてください。(1名は全体の安全を確認するために、川に入らず指導する。)
- 水筒やナップサックなどの荷物は、川岸の森に置かず、川に降りる手前のスペースや川原に置くようにしてください。(川岸の森は、第二本館入所校が使用場合があります。)
- キャンプカウンセラーがコースロープを張って、川遊びの範囲を確保します。児童がコースロープの外に出ないように指導してください。(近くの水たまりにも入らない。)
- ライフジャケットを着て体を浮かせ続けると、流される危険性があります。
- 川に深く潜ると、顔などが岩にぶつかり、けがをすることがあります。
- シャワーは第二本館前しかありませんので、第一本館の入所校も、第二本館前シャワーを使用してください。
- キャンプカウンセラーは、あくまでも活動の補助員であるため、児童への指導は、学校が責任をもって行ってください。
- 付知川での水泳は、地元の小中学校では禁止されています。川遊びの危険性について十分理解させてから、活動に臨んでください。

## 7 川遊びの計画



- 同日入所校(第一・第二本館を合わせ原則6校)で調整の上、1時間程度の計画を立ててください。(人数の少ない学校は、2校合同で実施しても構いません。)
- 1日目は実施できません。必ず2日目に計画してください。
- 3日目は、2日目の予備日として確保するので、当初からは計画しないでください。
- 安全のため、児童数の多い学校は、2グループ以上に分けて行ってください。
- 当日の水温や天候・川の流れの状態を確認し、川遊びの実施・中止を決定します。天候が良くても、川の水が多かったり、雷雲が近づいたりするなど、危険が予想される際は、センター職員・キャンプカウンセラーと協議の上、所長・副所長が中止と判断する場合があります。
- 川遊びは各学校、1回までとします。時間があっても、1つの学校が2回実施することがないようにしてください。

## 8 川遊びの場所



## 資料23 茶つみ【5月中旬～6月上旬】

### 1 茶つみについて

「夏も近づく八十八夜」と、歌に歌われているように、茶つみと八十八夜は深い関係にあります。八十八夜とは、立春から数えて88日目ということで、5月2日前後です。このころから、各地で新茶がつまれます。もちろん、土地によって成長が違うので、茶つみの時期は多少ずれますが、昔から、八十八夜につんだ新茶は縁起がよいとされ、茶つみ行事が各地で行われます。

センターで茶つみができるのは、その年の生育状況によって変わりますが、一番茶は5月中旬ぐらいで、6月上旬ぐらいまでできます。

### 2 茶のつみ方について



この部分をつむのを「一芯二葉つみ」といい、玉露や煎茶の最高級品に使われます。

ここまでの葉をつむのを「三葉つみ」といい、煎茶の上級品になります。

ここまでの葉をつむのを「五葉つみ」といい、一般的なお茶になります。

- ・ お茶の木をよく見て、まだ黄緑色の新芽をつみましょう。そのとき、上の絵を参考に、ていねいに手で一枚一枚つんでいきます。
- ・ つんだお茶の葉は、布袋か紙袋にゆったりと入れましょう。ぎゅうぎゅうつめ込むと葉がむれて、すぐに品質を落としてしまいます。
- ・ 茶葉はつんだらすぐに製茶をしないと味が落ちてしまいます。しかし、センターでは製茶のための道具は用意できません。「茶つみ体験」ということで計画することをおすすめします。
- ・ 製茶をしたい場合は、茶葉を袋にゆったりと入れ、クーラーボックスなどで低温保管をし、帰校後、できるだけ早く製茶をしてください。

### 3 指導上の留意点

- ・ 茶つみ体験を希望する学校は、事前にお茶の生育状況を、センターまでお尋ねください。  
(新芽の出具合に左右されますので、できない場合のかわりの活動も用意しておいてください。)
- ・ 茶葉の生育状況を見て、茶葉をつむ場所を調整をします。  
指定された列の茶葉をつんでください。
- ・ 他の学校が茶葉をつんだあとは、葉がやや硬くなっている場合があります。

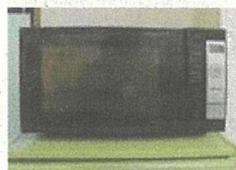


アルファベットで列が明記されています

## 4 製茶の仕方

### ① 蒸す

- ・ 適当な容器につんだ茶葉を詰め、ラップをかける。
- ・ 蒸気がまわるように、100gの茶葉に大きじ1杯の水をかけ、500Wのレンジで3分ほど蒸す。
- ・ 薄い茶葉を指でねじったとき、つぶれるぐらいがちょうどよい。
- ・ 蒸し足りないときは1分間ぐらい伸ばして様子を見る。



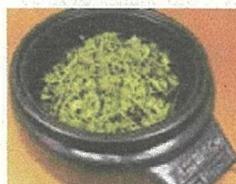
### ② 蒸し上がり

- ・ 茶葉がしんなりして小さくなったら蒸し上がり。
- ・ ここまでやれば保管が可能。ラップに包んで冷凍することも可能。



### ③ もむ

- ・ ホットプレート(保温～160度ぐらい)に蒸された茶葉を乗せる。
- ・ 押すようにもみながら、水分を追い出す。
- ・ なるべく葉をつぶさないように、もみすぎないように。
- ・ やけどの防止に手袋をするとよいが、軍手のようなものだと、繊維が茶葉にからむので注意する。
- ・ 葉がぱらぱらとしてくるまで、水分を飛ばす。
- ・ ほぐしては押す、を繰り返す。(ここまで1時間ぐらい)



### ④ 葉を燃る(よる)

- ・ 握ってみてグチャットならずしっとりしてきたら手を擦り合わせるようにしてお茶を細く燃る。水分が多く残っているときに強くもむと、太い棒状になってしまうので、ほぐれるぐらいにやさしくもむ。
- ・ 「だま」になってしまうようなら、広げて乾かしながら燃る。
- ・ ここまでに2時間はかかるが、あせって温度をあげないようにする。
- ・ 乾燥するにつれて強く燃るようになる。
- ・ カサカサになったら完成。黒く大きい葉を折って、折れればOK。



※ 「お茶の鳴嶋園」Webサイト 「自宅でお茶をつくってみよう」より



## 資料24-1 栗拾い【9月上旬～10月中旬】

- 栗拾いは、ふれあいの丘の栗林周辺でできます。
- 栗拾いは、生育状況にもよりますが、令和6年度は9月上旬から10月上旬に栗拾いができる状況でした。  
(下の「令和6年度の栗拾い状況」を参照)
- 栗拾いは、原則各校1回とし、他の活動でふれあいの丘に行った時は、拾わないようにしてください。
- 拾える栗は、一人3～5個程度です。その日の落下状況により変わりますので、朝の打ち合わせで拾える数をお伝えします。
- いがが落ちてくることがあるので、帽子、軍手を必ず着用してください。
- 木をゆすったり、棒でたたいたりして、木になっているいがを落とさないようにしてください。
- ペール缶、トングが用意してありますので、栗の実だけでなく、いかも集めてください。



### 【参考】令和6年度の栗拾い状況

◇ ～ 9月6日	… ある分だけ
◇ 9月10日 ～ 9月20日	… 一人3個まで
◇ 9月25日 ～ 10月4日	… 一人10個まで
◇ 10月7日 ～ 10月8日	… 一人5個まで
◇ 10月9日 ～ 10月11日	… 一人3個まで
◇ 10月15日 ～	… ある分だけ

## 資料24-2 魚釣り【5月中旬、9月～11月】

- 魚釣りは、川遊びをする場所の周辺で行います。
- センターには竹竿が20本ほどあります。ただし、仕掛け(糸、針、おもり、浮き)、えさは持参してください。
- 付知川で釣れる魚は、主にアブラハヤ、カワムツ、ウグイ等です。それに合った道具を用意してください。フライ用ルアー用など、リールを使うものは避けてください。
- 仕掛けの準備や、児童への指導は、学校で行ってください。





# 資料25-1 ウォークラリー

## 1 ウォークラリーについて

ウォークラリーは、分かれ道だけが書かれた「コマ図」を使い、決められたコースを一定の時間で回る活動です。コースの途中で、いくつかの課題があり、それを解くことも重要な要素となります。チームで励まし合ったり、話し合ったりすることで、協力する力や判断する力を養います。

## 2 ウォークラリーのコースについて

- (1) ふれあいの丘コース (90分程度)
  - ・コースは1つですが、「右回り」と「左回り」があります。
  - ・スタート・ゴール地点は、「ふれあいの丘」「第一本館」「第二本館」の3か所です。
- (2) 夜明けの森コース (60分程度)
  - ・ハイキング「夜明けの森コース」の一部を、ウォークラリーのコースとして使用します。
  - ・スタート地点は「関戸橋」、ゴール地点は「夜明けの森」です。

## 3 ウォークラリーの準備

児童が用意するもの	センターから借りられるもの	学校で用意するもの
・水筒 ・筆記用具 ・タオル (・雨具) ・帽子 (・リュックサック)	・トランシーバー ・たんけんバック (・熊鈴) ・ビブス(チーム数分)	・コマ図 ・救急用品 ・課題用紙 ・チェックカード

## 4 コマ図について



- (1) コマ図は自分たちが進む方向と、近くの建物や周りの様子などを描いたものです。方角は分かりません。
- (2) コマ図とコマ図は離れています。その距離は決まっていますが、必ず番号順に回ってください。
- (3) コマ図から分かる情報と、自分たちの周囲との様子を比べ、コマ図に描かれた地点を確かめながら進んでください。
- (4)  は、課題の出ているポイントです。ポイントにある指示に従い、答えをチェックカードに記入してください。
- (5) (「ふれあいの丘コース」のみ)  左まわり(反時計まわり)と、 右まわり(時計まわり)がありますので、同じ色の矢印をたどってください。左まわりは小さい番号から順に、右まわりは大きい番号から逆にたどって行ってください。

## 5 得点について

- (1) 時間による得点
  - ・決められた時間内にゴールすれば、得点がもらえます。
  - ・決められた時間よりも早く、または遅くゴールした場合は、減点となります。
- (2) 課題による得点
  - ・コースにあった課題をクリアすれば、得点となります。

※ 細かな得点については、先生から説明があります。



## 【得点例】

### (1) 所要時間による得点

- ・ 配点 50点
- ・ 標準時間を設定し、減点方式で得点を与える。
- ・ 標準時間を90分として、所要時間85分～95分で50点を与える。そこから1分の＋で1点ずつ減点していく。

### (2) 課題に対する得点

- ・ 配点50点
- ・ 課題を5問とし、1問10点で、回答内容によって減点していく。
- ・ 採点はチェックカード回収後に行う。

※ この得点方法は例ですので、各学校で工夫をしてください。

※ 表彰式を行う場合は、おわりの集いまでにすませておくか、学校に戻ってから実施してください。

## 6 指導上の留意点

- ・ 実際にコマ図を持って歩き、コースの下見を十分に行ってください。迷いそうな地点や、危険と思われる地点には、必ず教員を配置してください。
- ・ トランシーバーを必ず携行し、教員同士で連絡を取り合ってください。
- ・ **×** のところから先には絶対に進まないように指導してください。  
(できる限り教員を配置する。)
- ・ **山道を歩き慣れていない児童が多いので、活動する前に準備運動を行ってください。**  
特に、足首や膝関節、アキレス腱は、しっかりと行ってください。
- ・ 必ずチームで行動するようにご指導ください。また、慣れない場所で、「コマ図」を頼りに活動をするので、児童の安全に細心の注意を払ってください。
- ・ 活動の途中で体調が悪くなった児童が出た場合は、事務室に連絡をして、搬送等の依頼をしてください。無理に活動を継続させないようにしてください。
- ・ 課題掲示用の場所  は、コース上に7か所あります。どのように使用するかは、各学校で工夫をしてください。  
(コマ図、地図には7か所とも記載されていますが、すべて使用する必要はありません。)
- ・ コマ図の見方や回り方等、事前に学校で指導をしておくと、当日スムーズに活動ができます。
- ・ コマ図の見方が分からないなど、困ったときは遠慮せずに、センター所員や他の学校の教員に助けを求めればよいことをご指導ください。

年 月 日



# ウォークラリー チェックカード

\_\_\_\_\_ 班

## 【コース】

[ ふれあいの丘(右回り) ・ ふれあいの丘(左回り) ・ 夜明けの森 ] コース

## 【メンバー】

番号	名 前	番号	名 前
班長		5	
2		6	
3		7	
4		8	

## 【時間】

○ スタート時刻 \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分

○ ゴール時刻 \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分

所要時間 \_\_\_\_\_ 時間 \_\_\_\_\_ 分

タイム得点
/
50 点

## 【課題】

チェックポイント	答 え	チェックポイント	答 え
1		5	
2		6	
3		7	
4		課題得点	/ 50 点

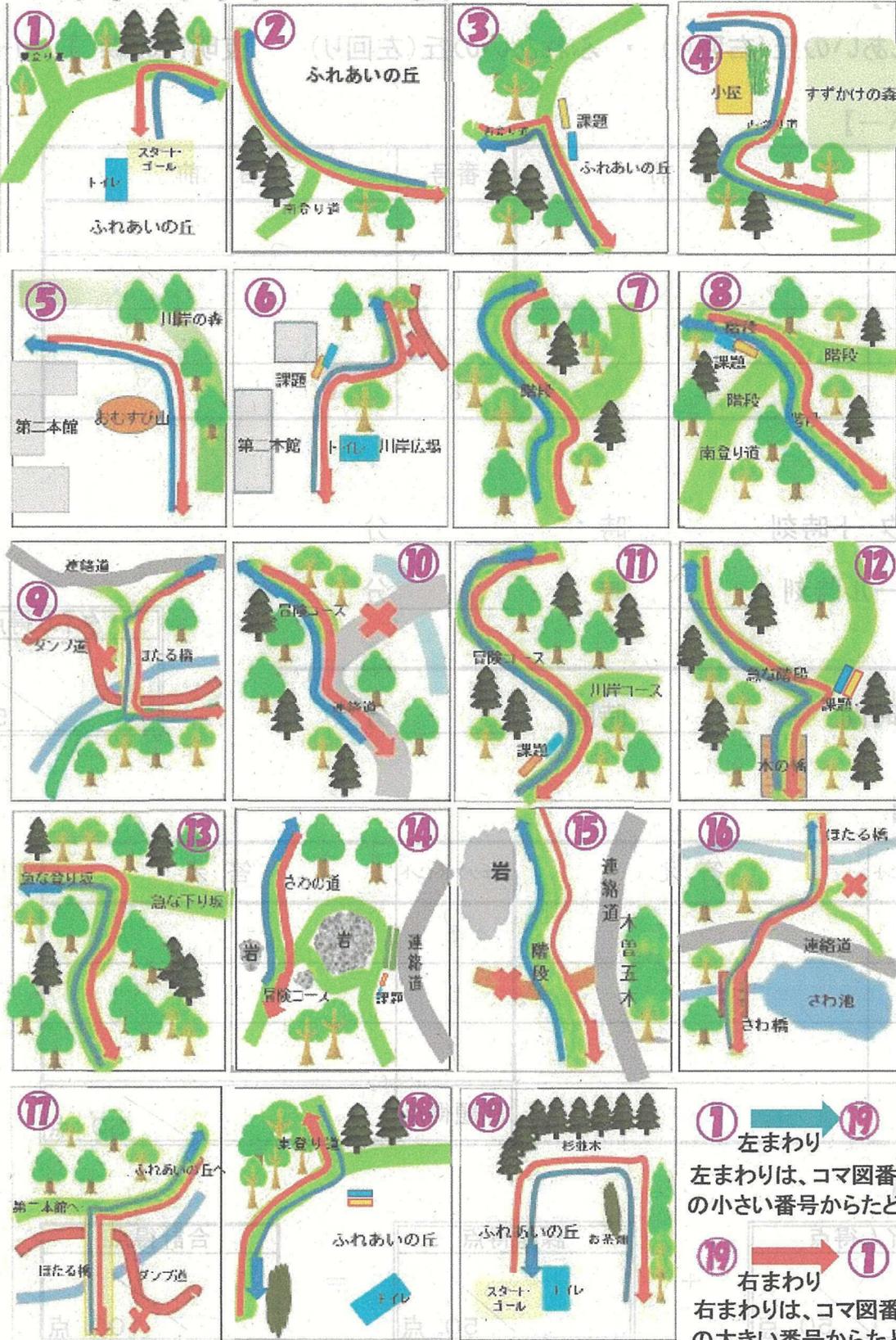
## 【得点】

タイム得点	+	課題得点	=	合計得点
/		/		/
50 点		50 点		100 点

順位

資料25-2

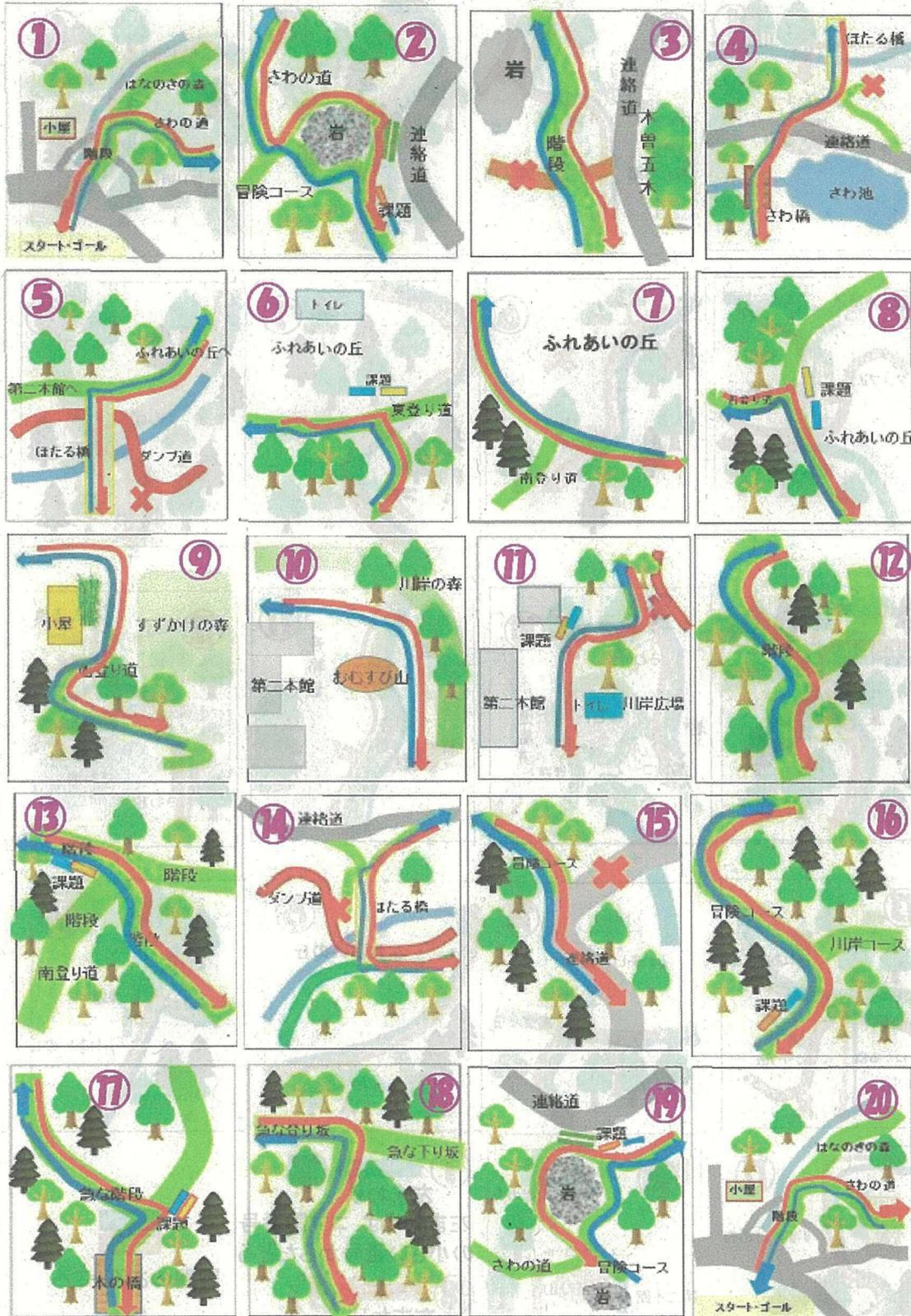
ウォークラリー コマ図 ふれあいの丘 スタート・ゴール



※ コマ図は、左まわりを基準に表示してありますが、右まわりは登り・下りが逆になります。

課題のあるところ 通行禁止

# ウォークラリー コマ図 第一本館 スタート・ゴール



**1** → **20** 左まわりは、コマ図番号の小さい番号からたどる  
**1** → **20** 右まわりは、コマ図番号の大きい番号からたどる  
 ※ コマ図は、左まわりを基準に表示してありますが、右まわりは登り・下りが逆になります。

課題のあるところ 通行禁止

# ウォークラリー コマ図 第二本館 スタート・ゴール

1 川岸の森  
スタート・ゴール  
第二本館  
おむすび山

2 課題  
第二本館  
トイレ  
川岸広場

3 階段

4 階段  
課題  
階段  
南倉り道

5 連絡道  
ダンプ道  
はたる橋

6 急な下り坂  
急な下り坂  
連絡道

7 川岸コース  
課題

8 急な下り坂  
課題  
木の葉

9 急な下り坂  
急な下り坂

10 さわの道  
岩  
急な下り坂  
連絡道  
課題

11 岩  
連絡道  
木曾五木  
階段

12 はたる橋  
連絡道  
さわ池  
さわ橋

13 ふれあいの丘  
第二本館  
はたる橋  
ダンプ道

14 トイレ  
ふれあいの丘  
課題  
東倉り道

15 ふれあいの丘  
南倉り道

16 課題  
ふれあいの丘

17 小屋  
すずかけの森  
山倉り道

18 川岸の森  
スタート・ゴール  
第二本館  
おむすび山

1 ← 18  
左まわり  
左まわりは、コマ図番号の小さい番号からたどる

18 → 1  
右まわり  
右まわりは、コマ図番号の大きい番号からたどる

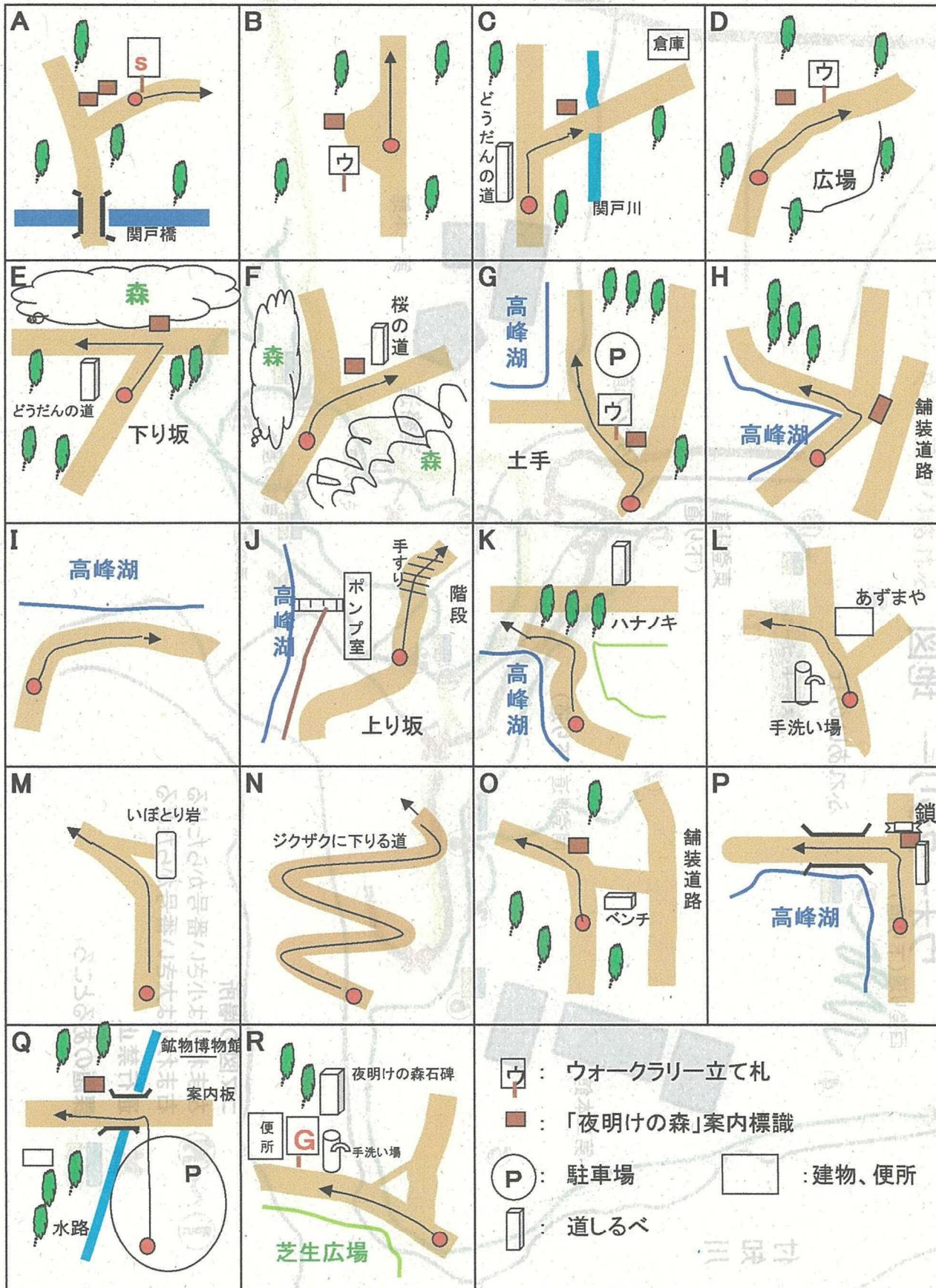
課題のあるところ

禁止

※コマ図は、左まわりを基準に表示してありますが、右まわりは登り・下りが逆になります。

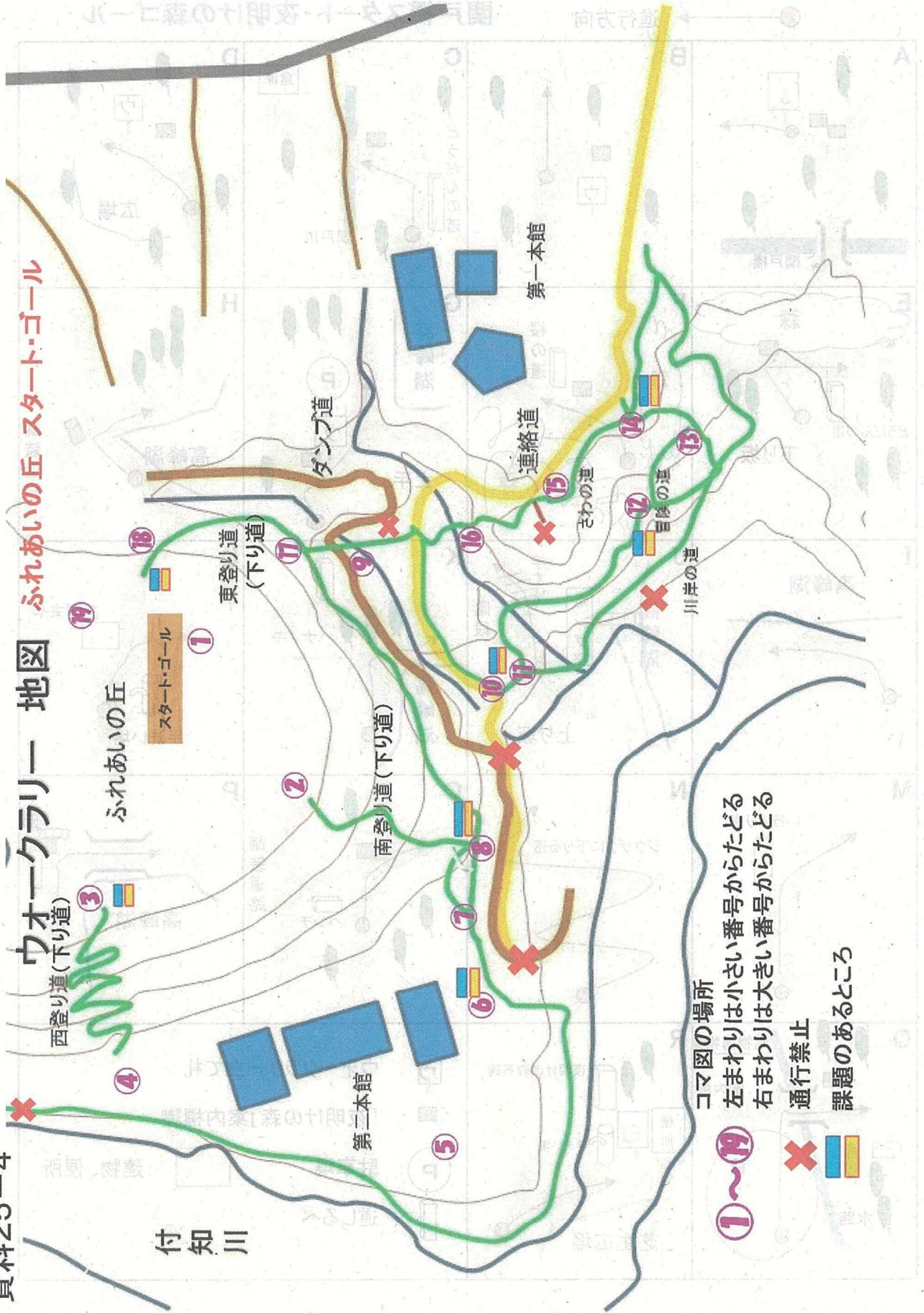
ウォークラリーコマ図 (夜明けの森コース)

● → 進行方向 関戸橋スタート・夜明けの森ゴール



※ 数は少ないですが一般の車も通ります。事故に十分ご注意ください。

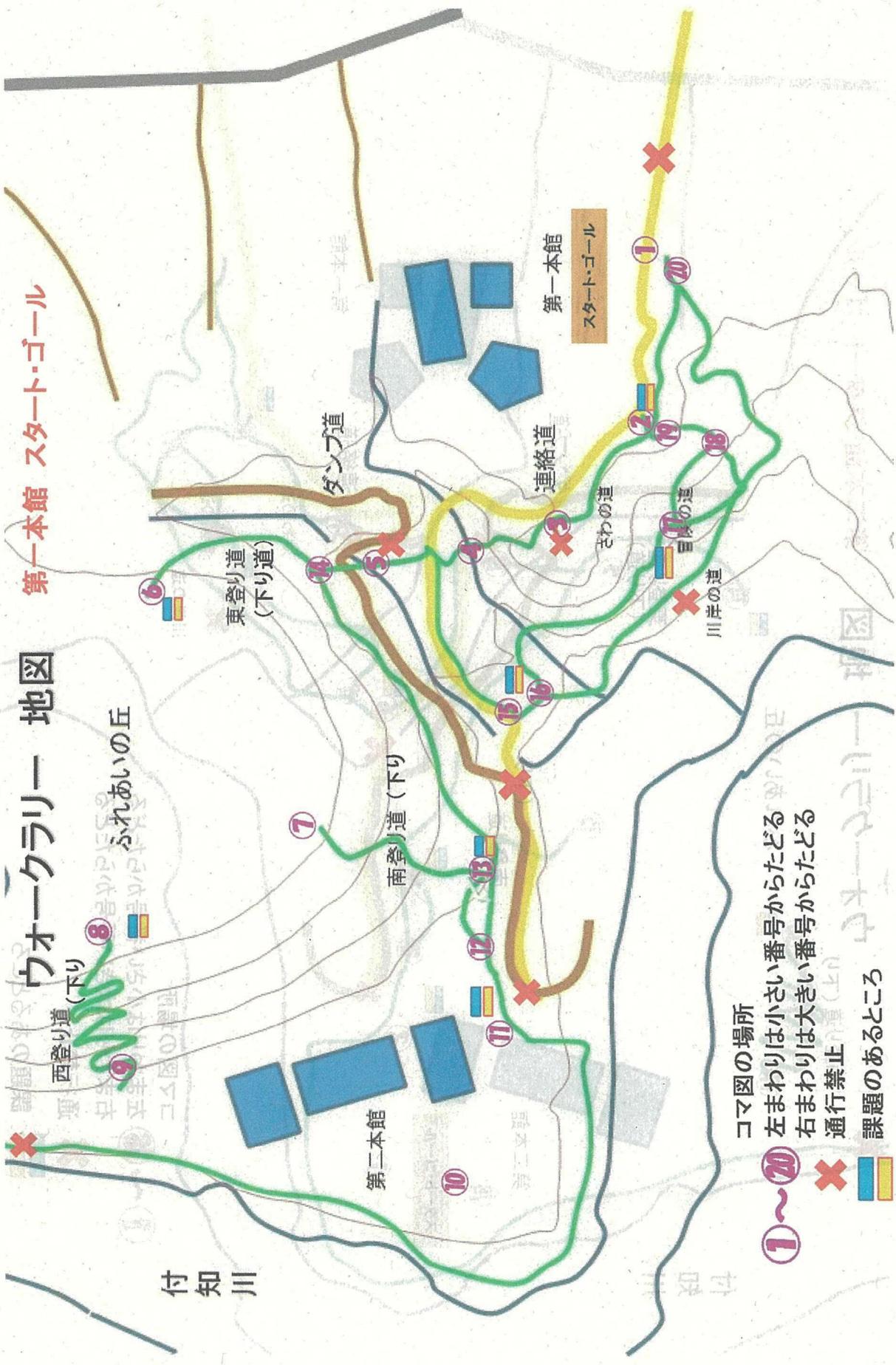
# ウォークラリー 地図 ふれあいの丘 スタート・ゴール



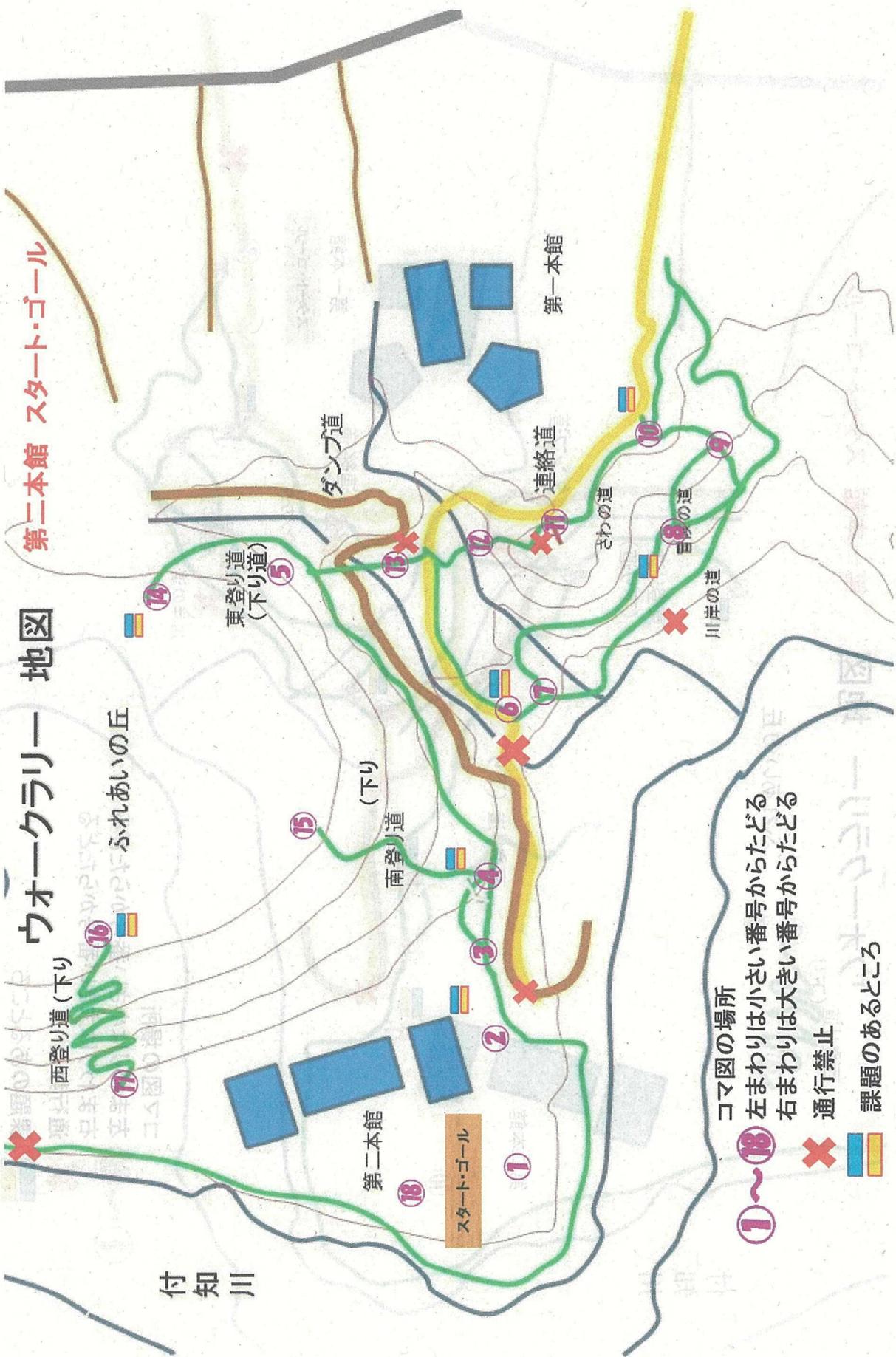
コマ図の場所  
 左まわりは小さい番号からたどる  
 右まわりは大きい番号からたどる

通行禁止  
 課題のあるところ

# ウォークラリー 地図 第一本館 スタート・ゴール



- コマ図の場所**
- ①~②⑩ 左まわりは小さい番号からたどる
  - ⑪~⑭⑮⑯⑰⑱⑳ 右まわりは大きい番号からたどる
  - ✕ 通行禁止
  - 🇧🇩 課題のあるところ



第二本館 スタート・ゴール

ウオークラリー 地図

西登り道(下り)

ふれあいの丘

東登り道(下り道)

ダンゴ道

南登り道(下り)

連絡道

ざわの道

百影の道

川岸の道

第二本館

スタート・ゴール

第一本館

付知川

- コマ図の場所
- ①～⑮ 左まわりは小さい番号からたどる
  - ⑯ 右まわりは大きい番号からたどる
  - ✕ 通行禁止
  - 課題のあるところ

# 資料26-1 グリーンウォッチング

## 1 グリーンウォッチングについて

グリーンウォッチングは、本館周辺に生えている樹木を利用したゲーム(競技)を通して、その名前や特徴を知り、自然に親しむことができる活動です。

## 2 グリーンウォッチングの活動時間(目安)

1時間程度

## 3 グリーンウォッチングの活動場所

- ・ 第一本館周辺のコース : いこいの森、出会いの森、はなの木の森
- ・ 第二本館周辺のコース : すずかけの森

## 4 グリーンウォッチングの持ち物

児童が用意するもの	センターから借りられるもの	学校で用意するもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>・水筒</li> <li>・タオル</li> <li>・帽子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・筆記用具</li> <li>(・雨具)</li> <li>(・リュックサック)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・トランシーバー</li> <li>・たんけんバック</li> <li>(・熊鈴)</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・記録表</li> <li>・樹木解説</li> <li>・救急用品</li> </ul>

## 5 活動の流れ

(1) コース内にある「番号」または「名札」のついている樹木を探す。

- ・ 番号がついている樹木…名前を当てる「問題の木」
- ・ 名札がついている樹木…名前と特徴を知るための「見本の木」

(2) 番号が付いている「問題の木」をよく観察して、その特徴をつかむ。

(3) 近くにある、名札が付いている「見本の木」の中から、「問題の木」と同じ特徴の木を見つける。

(4) 記録表に「問題の木」の名前と、その特徴を記入する。

## 6 得点について

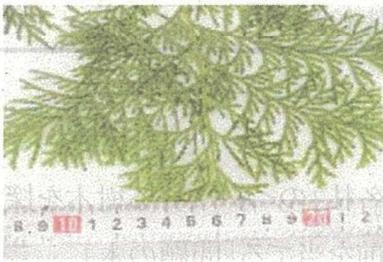
(1) 「問題の木」の名前が合っていれば、得点となります。

(2) 「問題の木」の特徴がくわしく書けていれば、得点がさらにアップします。

※ 細かな得点については、先生から説明があります。

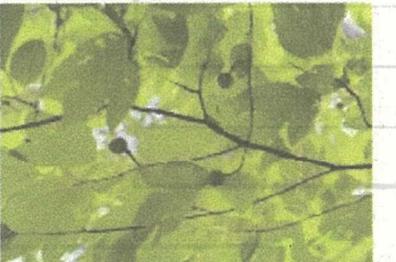


# グリーンウォッチング第一本館周辺版 樹木解説

<p><b>1 クヌギ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・樹高15～20mの落葉高木</li> <li>・4、5月ごろに小さな花を咲かせる。雄花は黄色、雌花は赤色の花が咲く。</li> <li>・実はやや大きめのどんぐりができる。</li> </ul>	<p><b>2 アカマツ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・文字通り樹皮が赤い。</li> <li>・葉がクロマツよりも細く、柔らかい。触ってもあまり痛くない。</li> <li>・マツタケができるマツ。</li> </ul>	<p><b>3 ソヨゴ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・幹は灰色。</li> <li>・葉は卵状楕円形で光沢がある。</li> <li>・秋に赤い実をつける。</li> <li>・風で葉がすれあい、音を出すことから名前がついた。</li> </ul>
		
<p><b>4 ネズミサシ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・丘陵地帯に生育する常緑針葉樹。</li> <li>・葉の先端は鋭くとがって触ると痛く、裏に気孔列が白い筋となって見える。ネズミよけに使われ、この名前がついた。</li> </ul>	<p><b>5 ヒノキ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・木曾五木の一つ。</li> <li>・代表的な針葉常緑樹。</li> <li>・昔から高級建築材として使われ、特に東濃、木曾はヒノキの産地として知られる。センターにも多い。</li> </ul>	<p><b>6 コナラ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・落葉高木でセンターで多く見られる。</li> <li>・樹皮は灰色で、縦に裂け目ができる。実はやや小さめのどんぐりができる。</li> </ul>
		
<p><b>7 スギ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・日本の固有種で、ほぼ全国に分布する。真っ直ぐに伸びる。</li> <li>・2～4月に雄花、雌花をつけ、花粉を飛ばし、花粉症を引き起こす。</li> <li>・樹皮は褐色で、縦に裂けやすい。</li> </ul>	<p><b>8 コバノミツバツツジ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・4月、赤紫の鮮やかな花を咲かせる。センター周辺には多く見られる。</li> <li>・枝先に3枚の小さな葉が出ることから、この名前がある。</li> <li>・高さ2mぐらいの低木落葉樹。</li> </ul>	<p><b>9 ハナノキ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・木曾川流域の山間に自生する。</li> <li>・愛知県の県木。</li> <li>・4月に葉が出る前、濃赤色の花をつける。そこから名前がついている。</li> </ul>
		

※ 樹木解説は教師用です。児童にヒントを出す場合に活用してください。

# グリーンウォッチング第二本館周辺版 樹木解説

<h2>1 コバノミツバツツジ</h2>	<h2>2 アセビ</h2>	<h2>3 スギ</h2>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・4月、赤紫の鮮やかな花を咲かせる。センター周辺には多く見られる。</li> <li>・枝先に3枚の小さな葉が出ることから、この名前がある。</li> <li>・高さ2mぐらいの低木落葉樹。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・常緑低木で、早春、壺状の白い可憐な花を咲かせる。</li> <li>・幹に毒を持ち、馬が食べると足が萎えることから「馬酔木」の漢字が当てられている。奈良公園では、鹿が食べないので、数多く見られる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・日本の固有種で、ほぼ全国に分布する。真っ直ぐに伸びる。</li> <li>・2～4月に雄花、雌花をつけ、花粉を飛ばし、花粉症を引き起こす。</li> <li>・樹皮は褐色で、縦に裂けやすい。</li> </ul>
		
<h2>4 ヒノキ</h2>	<h2>5 ホオノキ</h2>	<h2>6 スズカケノキ</h2>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・木曾五木の一つ。</li> <li>・代表的な針葉常緑樹。</li> <li>・昔から高級建築材として使われている。特に東濃、木曾はヒノキの産地として知られる。センター内にも多く見られる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・落葉高木で、樹高30mを超えるものもある。</li> <li>・葉は大きいもので20cmを超える。薄い緑色で、裏に白い粉が出る。</li> <li>・春の葉を使って「ほおば寿司」「ほおば餅」が盛んに作られている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・落葉高木で、樹高が30mにもなる。</li> <li>・幹に斑模様があり、鈴のような実をつけることから名前が付いた。</li> <li>・プラタナスの日本名で、成長が早いので、街路樹や公園樹として植えられる。センターでも植樹して「すずかけの森」とした。</li> </ul>
		
<h2>7 シロモジ</h2>	<h2>8 ハナノキ</h2>	<h2>9 ネジキ</h2>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・樹高4mほどの落葉低木。</li> <li>・根元から数本の幹が束になって出ていることが多い。</li> <li>・春に黄緑色の小さな花を咲かせる。</li> <li>・幹は強く、杖に使われていた。</li> <li>・種からは油が採れる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・木曾川流域の山間に自生する。</li> <li>・愛知県の県木。</li> <li>・4月に葉が出る前、濃赤色の花をつける。そこから名前がついている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・樹高が5～9mの落葉樹。</li> <li>・幹がねじれることからこの名前が付いた。</li> <li>・5、6月にアセビに似た、白い壺状の花を咲かせる。</li> </ul>
		

※ 樹木解説は教師用です。児童にヒントを出す場合に活用してください。

# グリーンウォッチング 記録表

班

## 【メンバー】

番号	名 前	番号	名 前
班長		5	
2		6	
3		7	
4		8	

## 【問題の木の特徴】

番号	特 徴
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	

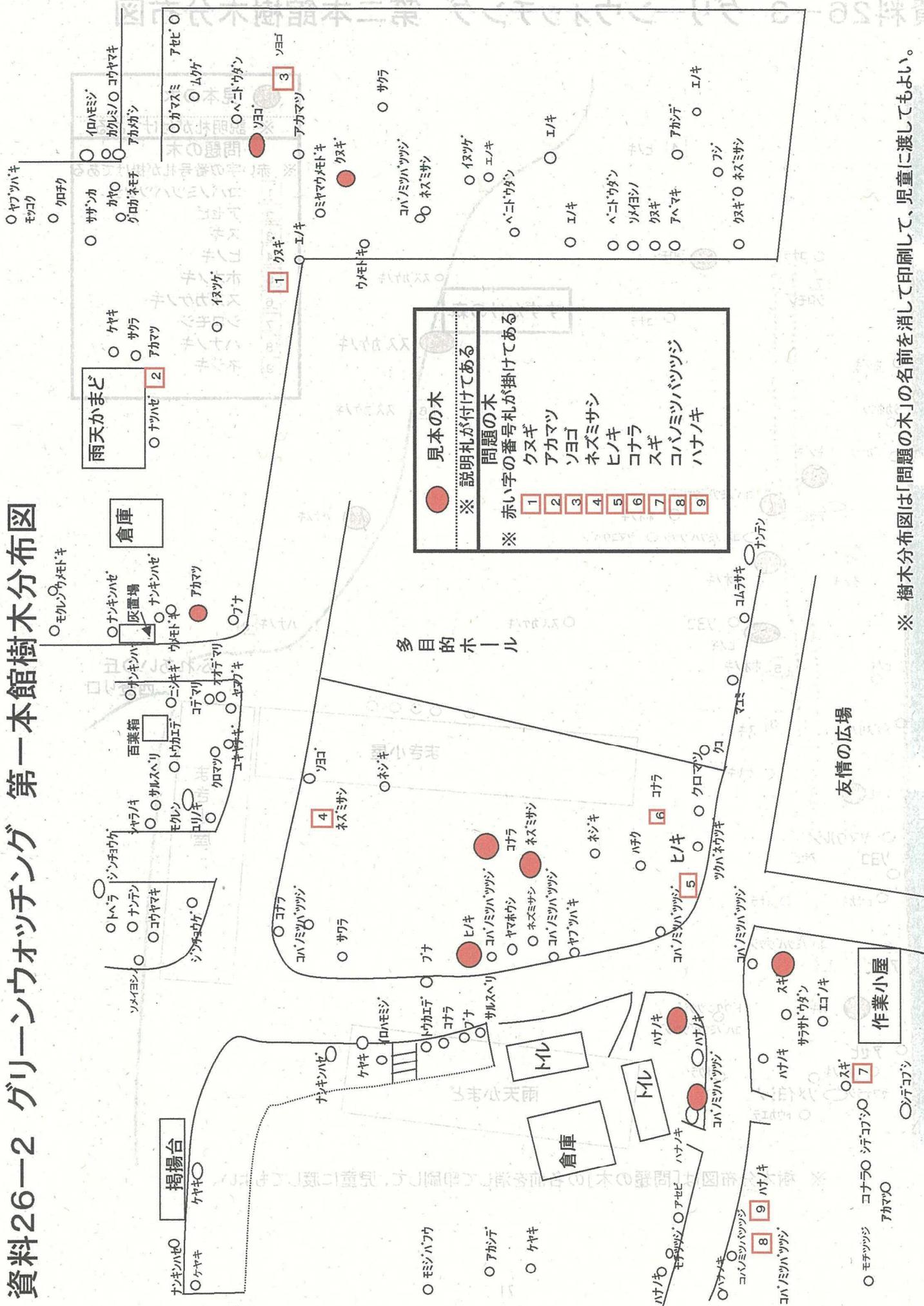
## 【問題の木の名前】

番号	木の名前	番号	木の名前
1		6	
2		7	
3		8	
4		9	
5			

合計得点

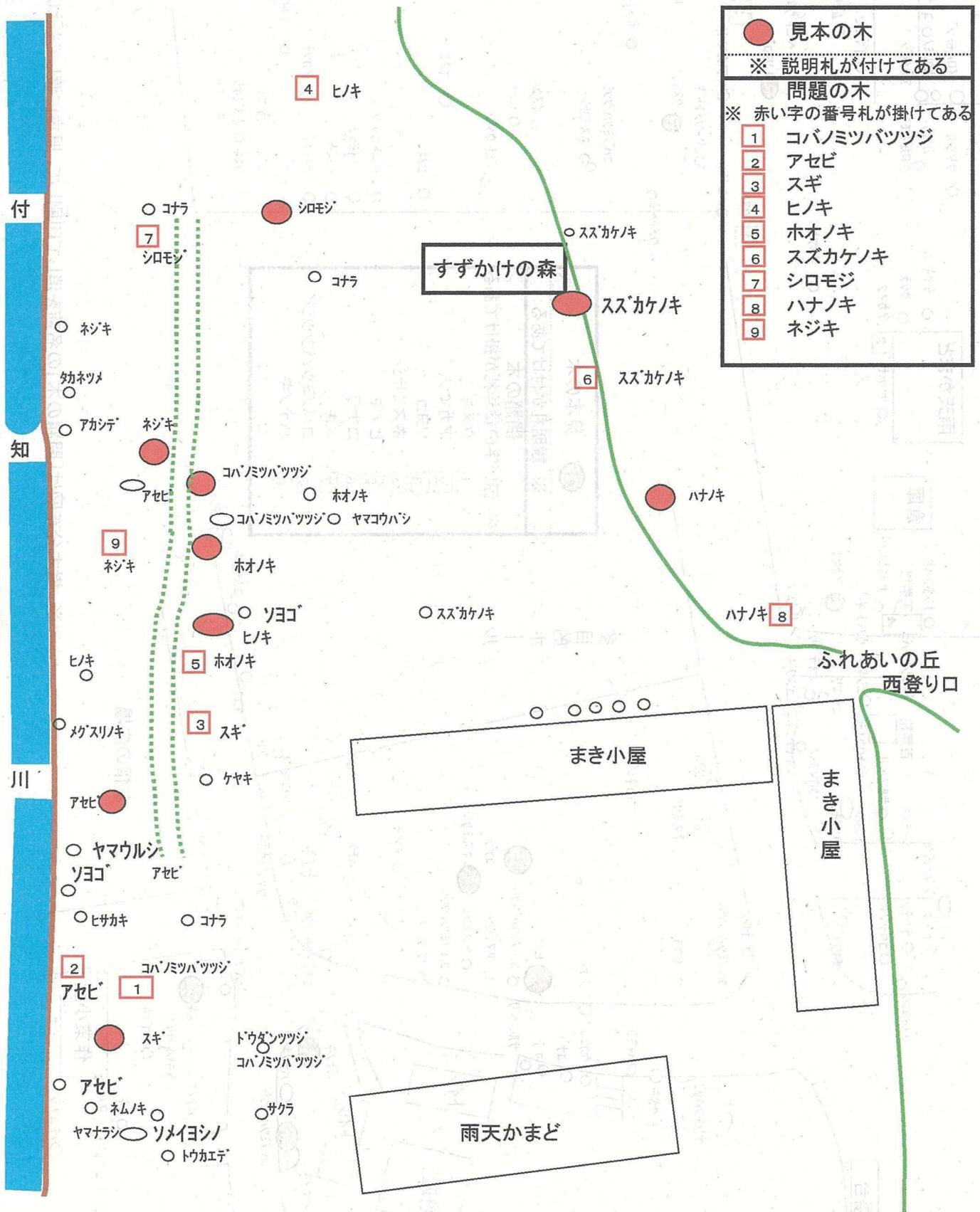


# 資料26-2 グリーンウォッチング 第一本館樹木分布図



※ 樹木分布図は「問題の木」の名前を消して印刷して、児童に渡してもよい。

# 資料26-3 グリーンウォッチング 第二本館樹木分布図



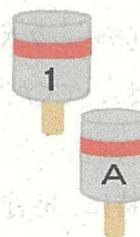
※ 樹木分布図は「問題の木」の名前を消して印刷して、児童に渡してもよい。

## 資料27-1 スコアオリエンテーリング

点意留の土筆計 3

### 1 スコアオリエンテーリングについて

スコアオリエンテーリングとは、センター内にあるポスト(右図)を、地図を頼りに見つけていく活動です。ポストは、場所により30点・20点・10点の三種類あり、全部で35個あります。



得点は、「ポストのポイント」「時間のポイント」「課題のポイント」の総合計で決まります。どのような順番でポストを探せば効率的か、グループで話し合っ作戦を考えることで、協力する力や判断する力を養います。

### 2 スコアオリエンテーリングの持ち物

児童が用意するもの	センターから借りられるもの	学校で用意するもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>水筒</li> <li>タオル</li> <li>帽子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>筆記用具</li> <li>(・雨具)</li> <li>(・リュックサック)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>トランシーバー</li> <li>・タイマー</li> <li>たんけんバック</li> <li>(・熊鈴)</li> <li>ビブス(チーム数分)</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>・スコアカード</li> <li>・スコアオリエンテーリング用地図</li> </ul>

### 3 スコアオリエンテーリングの流れ

(1) グループで担当する係を決め、スコアオリエンテーリングに必要なものを受け取る。

【担当例】

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ビブス…班長</li> <li>・ 地図…地図係</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ タイマー…時計係</li> <li>・ スコアカード…記録係</li> </ul> |
|--|--|

(2) 地図を見て、どのようなルートを通るか、グループで作戦を話し合う。

【作戦例】

- |  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高得点のポストから先に回る</li> <li>・ できるだけたくさんのポストを回る</li> <li>・ 遠く離れたポストには行かない など</li> </ul> |
|--|



(3) タイマーを、決められた活動時間から-10分してセットする。

- ・ 活動時間が90分なら、80分でセットする。タイマーが鳴ったらゴールへ向かう。

(4) スタートの合図で出発する。

- ・ 一斉にスタートすると混乱するので、時間差をつけてスタートする。

(5) コース内のポストを探す。

- ・ ポストに番号とアルファベットが書いてあるので、見つけたポストのアルファベットをスコアカードに記入する。
- ・ チェックポイントにいる先生や、ポストの掲示などで、様々な課題が出されることがあります。課題をクリアすると、得点になります。

(6) (タイマーのアラームが鳴ったら)ゴールに向かう。

- ・ 最後までグループのメンバーがはぐれることのないように、まとまって行動する。

### 4 得点について

- ・ ポストのポイント 赤:30点、青:20点、黄色10点 550点満点  
番号とアルファベットが一致したら得点となります。
- ・ 時間のポイント 活動時間-所要時間 100点満点(+1分間につき、5点減点)
- ・ 課題のポイント 1問10点×5問 50点満点(内容によって減点あり)

※ これは得点例です。細かな得点については、先生から説明があります。

## 5 指導上の留意点

- コース上の危険箇所、**×** の進入禁止箇所にはできるだけ教員を配置してください。  
(チェックポイント及び課題提示場所とするとよい。) また、地図にはその場所を明記しておいてください。
- 山道を歩き慣れていない児童が多いので、活動する前に準備運動を行ってください。  
特に、足首や膝関節、アキレス腱は、しっかりと行ってください。
- 道に迷ったときや、危険な生き物がいたときは、遠慮なくセンター所員や他の学校の先生に助けを求めるように指導しておいてください。
- 活動中はトランシーバーを必ず携行し、確実に連絡が取り合えるようにしてください。
- 活動の途中で児童が体調を崩したり、けがをしたら、事務室に連絡をし、搬送の依頼をしてください。
- ⑩、⑪のポストはミニモトクロスコースの横にあります。他校がミニモトクロスの活動を行っている時は、危険なのでコース内に入らないようにしてください。  
(ミニモトクロスの妨げにならないように、コース外を歩くように指導してください。)
- 課題にセンターの自然に関わる内容を入れると、自然とのふれあいができます。

年 月 日



# スコアオリエンテーリング スコアカード

班

## 【メンバー】

係名	名 前	係名	名 前	係名	名 前
班長		時計係		地図係	
記録係					

## 【ポスト】

番号	色	アルファベット	番号	色	アルファベット	番号	色	アルファベット
No.1	赤	A	No.13	青	Q	No.25	黄	N
No.2	黄	C	No.14	青	M	No.26	青	H
No.3	黄	B	No.15	黄	H	No.27	黄	Q
No.4	青	U	No.16	黄	J	No.28	青	R
No.5	赤	C	No.17	青	N	No.29	黄	T
No.6	黄	A	No.18	青	Y	No.30	赤	B
No.7	黄	E	No.19	黄	M	No.31	黄	R
No.8	青	K	No.20	赤	D	No.32	青	S
No.9	黄	F	No.21	青	P	No.33	黄	S
No.10	赤	E	No.22	黄	L	No.34	黄	U
No.11	黄	D	No.23	黄	K	No.35	黄	W
No.12	黄	G	No.24	黄	P			

※ アルファベットは解答です。このカードを利用するときは消去してください。

ポスト得点	総数	正解数	合計点
赤 (30点)	5		
青 (20点)	10		
黄 (10点)	20		

ポスト合計点
550 点

## 【時間】

ゴール時刻	時	分
スタート時刻	時	分
所要時間		分
オーバータイム		分
減点(1分10点)		点

時間合計点
100 点

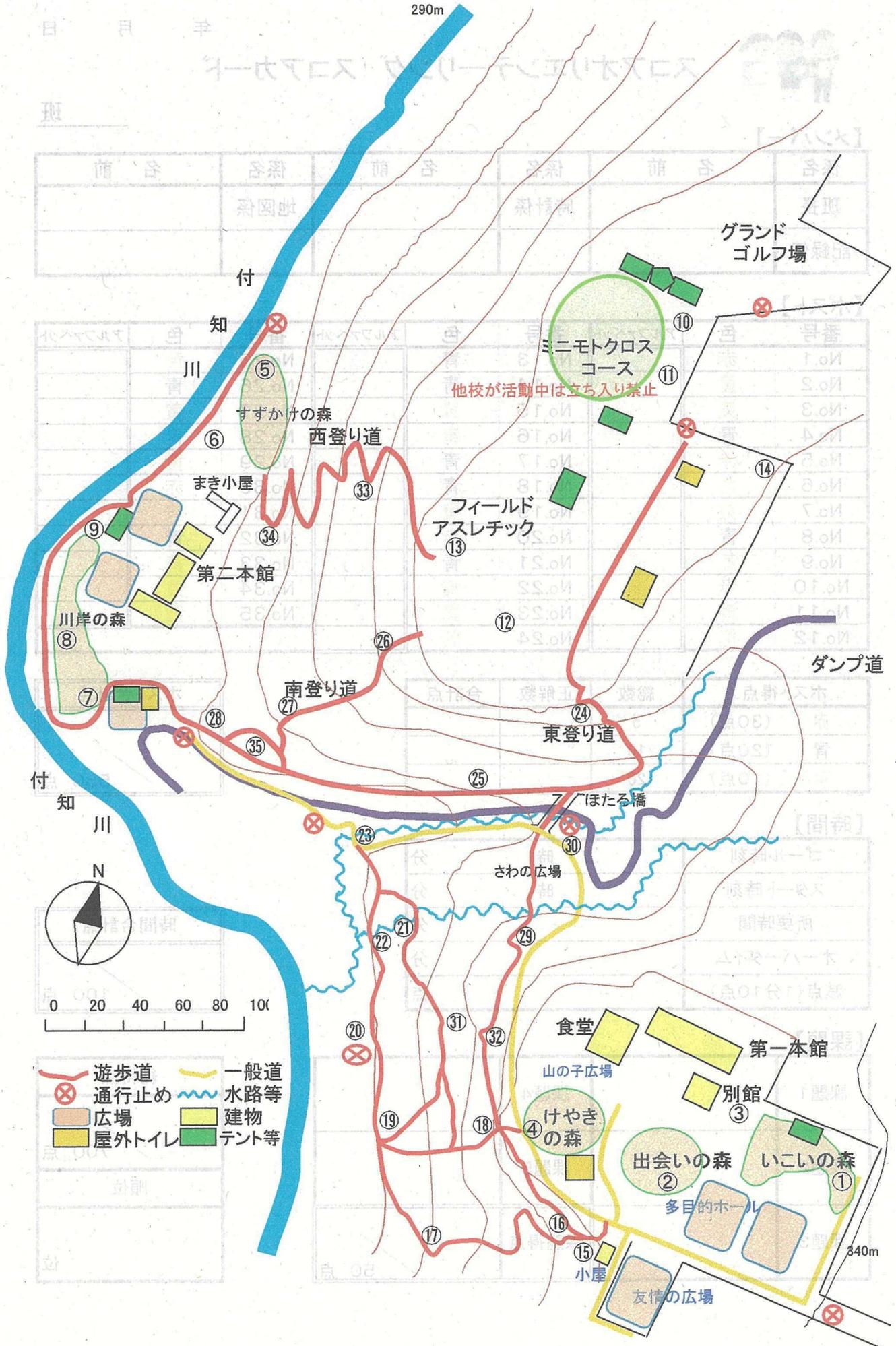
## 【課題】

課題1	課題4
課題2	課題5
課題3	課題得点
	50 点

総得点
700 点
順位
位

※ 得点は例ですので、各学校で工夫していただいて構いません。

# 資料27-2 スコアオリエンテーリング地図



# 資料28-1 ネイチャービンゴ

## 1 ネイチャービンゴについて

ネイチャービンゴは、自然を味わいながら、一定の時間内で課題に答え、ビンゴカードを完成させていく活動です。五感(見る、聞く、さわる、かぐ、味わう)を使って課題をクリアしていくことで、センター内の様々な自然の特徴を知ることができます。

## 2 ネイチャービンゴの活動場所・活動時間(目安)

活動場所	活動時間	課題数
センター広域	90分程度	16問
第一本館周辺	60分程度	9問
第二本館周辺	60分程度	9問



## 3 ネイチャービンゴの持ち物

児童が用意するもの	センターから借りられるもの	学校で用意するもの
・水筒 ・筆記用具 ・タオル (・雨具) ・帽子 (・リュックサック)	・トランシーバー ・たんけんバック ・ビブス(チーム数分)	・タイマー ・熊鈴 ・聴診器
		・ビンゴカード (・温度計) ・課題用紙 ・ネイチャービンゴ用地図

## 4 ネイチャービンゴの流れ

(1) グループで担当する係を決め、ネイチャービンゴに必要なものを受け取る。

### 【担当例】

- |           |                    |
|-----------|--------------------|
| ・ビブス・・・班長 | ・タイマー・・・時計係        |
| ・地図・・・地図係 | ・ビンゴカード・課題用紙・・・記録係 |

(2) 地図やビンゴカードを見て、どのようなルートを通るか、グループで作戦を話し合う。

(3) タイマーを、**決められた活動時間から-10分**してセットする。

- ・活動時間が90分なら、80分でセットする。タイマーが鳴ったらゴールへ向かう。

(4) スタートの合図で出発する。

- ・一斉にスタートすると混乱するので、時間差をつけてスタートする。

(5) 地図を見ながら、課題の設定ポイントを探す。

- ・ポイントに到着したら、それぞれの課題に挑戦し、課題用紙に解答を記入する。
- ・課題用紙にある「○×クイズ」にも挑戦する。

(6) (タイマーのアラームが鳴ったら)ゴールに向かう。

- ・最後までグループのメンバーがはぐれることのないように、まとまって行動する。

## 5 得点について

- ・ビンゴのポイント・・・一列10点 [9問:80点満点、16問:100点満点]
- ・時間のポイント・・・活動時間-所要時間 [9問:30点満点、16問:40点満点]  
(+-1分間につき、1点減点)
- ・課題のポイント・・・1問10点 [9問:90点満点、16問:160点満点]  
(○×クイズも、得点にふくまれる場合があります。)

※ これは得点例です。細かな得点については、先生から説明があります。

## 6 指導上の留意点

- ・ コース上の危険箇所、**X** の進入禁止箇所にはできるだけ教員を配置してください。  
(児童が川原に降りる場合は、必ず教員を配置し、児童だけで川原に降りないようにしてください。) また、地図にはその場所を明記しておいてください。
- ・ 山道を歩き慣れていない児童が多いので、活動する前に準備運動を行ってください。  
特に、足首や膝関節、アキレス腱は、しっかりと行ってください。
- ・ 道に迷ったときや、危険な生き物がいたときは、遠慮なくセンター所員や他の学校の先生に助けを求めるように指導しておいてください。
- ・ 活動中はトランシーバーを必ず携行し、確実に連絡が取り合えるようにしてください。
- ・ 活動の途中で児童が体調を崩したり、けがをしたりしたら、事務室に連絡をし、搬送の依頼をしてください。
- ・ ⑧、⑨の課題ポイントはミニモトクロスコースの近くに 있습니다。他校がミニモトクロスの活動を行っている時は、危険なのでコース内に入らないようにしてください。  
(ミニモトクロスの妨げにならないように、コース外を歩くように指導してください。)
- ・ 資料の課題例は、季節に関わりなく利用できるように考えたものです。実施時の季節に即し、季節感がある課題作りができると、より充実します。
- ・ 1日目にセンター周辺を観察し、課題を作成することもできます。1日目に課題を作成した場合は、課題用紙を必要枚数分コピーしますので、事務室に申し出てください。

# 資料28-2 ネイチャービンゴ 広域版(16問)用地図

①～⑬ 課題の設定ポイント

⊗ 通行禁止のマーク

★ 先生のいる場所



**<教員配置について>**  
 地図上には★が7か所ありますので、  
 学校の実態に応じて星の数を調整してください。  
 (児童が川原に降りる場合は、⑬・⑭の地点に  
 必ず教員を配置してください。)

ネイチャービンゴ ビンゴカード(広域版)

班

【メンバー】

係名	名 前	係名	名 前	係名	名 前
班長		時計係		地図係	
記録係					

【ビンゴ】

⑤	⑫	④	⑨
⑯	①	⑮	②
⑩	⑭	⑦	⑬
③	⑧	⑪	⑥

※ カードの番号は、カードごとに変わる方がゲーム性が高まる。

【得点】

項目	配点	得点
ビンゴ	1列10点	100 点
時間	+-1分間につき、 1点減点	40 点
課題	1問10点	160 点
合 計		300 点



順位
位

※ 配点は、各学校で工夫してください。

# ネイチャービンゴ 課題用紙 (広域版)

ペトホ  
班

ポイント	①	②
課題	この辺りで、山(笠置山)や川(付知川)がよく見える場所を見つけ、風景をスケッチしましょう。	この辺りにセンター内で、最も大きな岩(花こう岩)があります。さわったり、離れて見たりして、気づいたことを書きましょう。
	笠置山や付知川がかけていれば10点 ※ できれば点をつけても良い	気づいたことが書かれていれば 10点
○×クイズ	笠置山の高さは2,000mを超えている。 ○ . <input checked="" type="radio"/> ×	この岩は、5000万年以上前の昔にできた。 <input checked="" type="radio"/> . ×
ポイント	③	④
課題	この辺りに「木曾五木」があります。右から順に、木の名前を書きましょう。	ほたる橋には、階段は何段あるでしょう。
	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ ひのき</li> <li>・ あすなろ</li> <li>・ さわら</li> <li>・ ねずこ</li> <li>・ こうやまき</li> </ul> 1本2点 合計10点	30段 ※10点 +-の減点OK
○×クイズ	江戸時代、この木をだまって切ったら、打ち首になった。 <input checked="" type="radio"/> . ×	ほたる橋は、夜になると階段の数が増える。 ○ . <input checked="" type="radio"/> ×
ポイント	⑤	⑥
課題	この辺りにたくさんある「クマザサ」を使って、笹舟を作りましょう。	ふれあいの丘で、昆虫を3種類見つけ、名前を書きましょう。
	全員が笹舟を作っていれば 10点	3種類書いてあれば10点
○×クイズ	クマはこの笹が大好物なので、この名前がついた。 ○ . <input checked="" type="radio"/> ×	カブトムシは、昼よりも夜の方が見つけやすい。 <input checked="" type="radio"/> . ×
ポイント	⑦	⑧
課題	この辺りに大きな杉の木がL字型に並んでいます。その本数を数えましょう。	この辺りから見える、頂上が2つあるように見える山(二ツ森山)をスケッチしましょう。
	<div style="margin-left: 100px;">                         18本                          ※の部分をいれると                          27本                     </div>	二ツ森山がかけていれば10点 ※ できれば点をつけても良い
○×クイズ	この杉の葉は、秋になると美しく紅葉する。 ○ . <input checked="" type="radio"/> ×	二ツ森山の頂上は、右の方が高い。 <input checked="" type="radio"/> . ×

ポイント	⑨	⑩
課題	お茶畑です。葉っぱをつまんで、においをかいでみよう。どんなにおいがしましたか。  感想が書かれていれば10点	この辺りで見られるホオノキの大きな葉っぱを見つけ、一番大きいと思う葉っぱを持ち帰りましょう。  ホオノキの葉を持ちかえれば10点
〇×クイズ	お茶の花は白い。 <input checked="" type="radio"/> ・ ×	この葉っぱは、食べるとおいしいことで有名である。 <input type="radio"/> ・ <input checked="" type="radio"/>

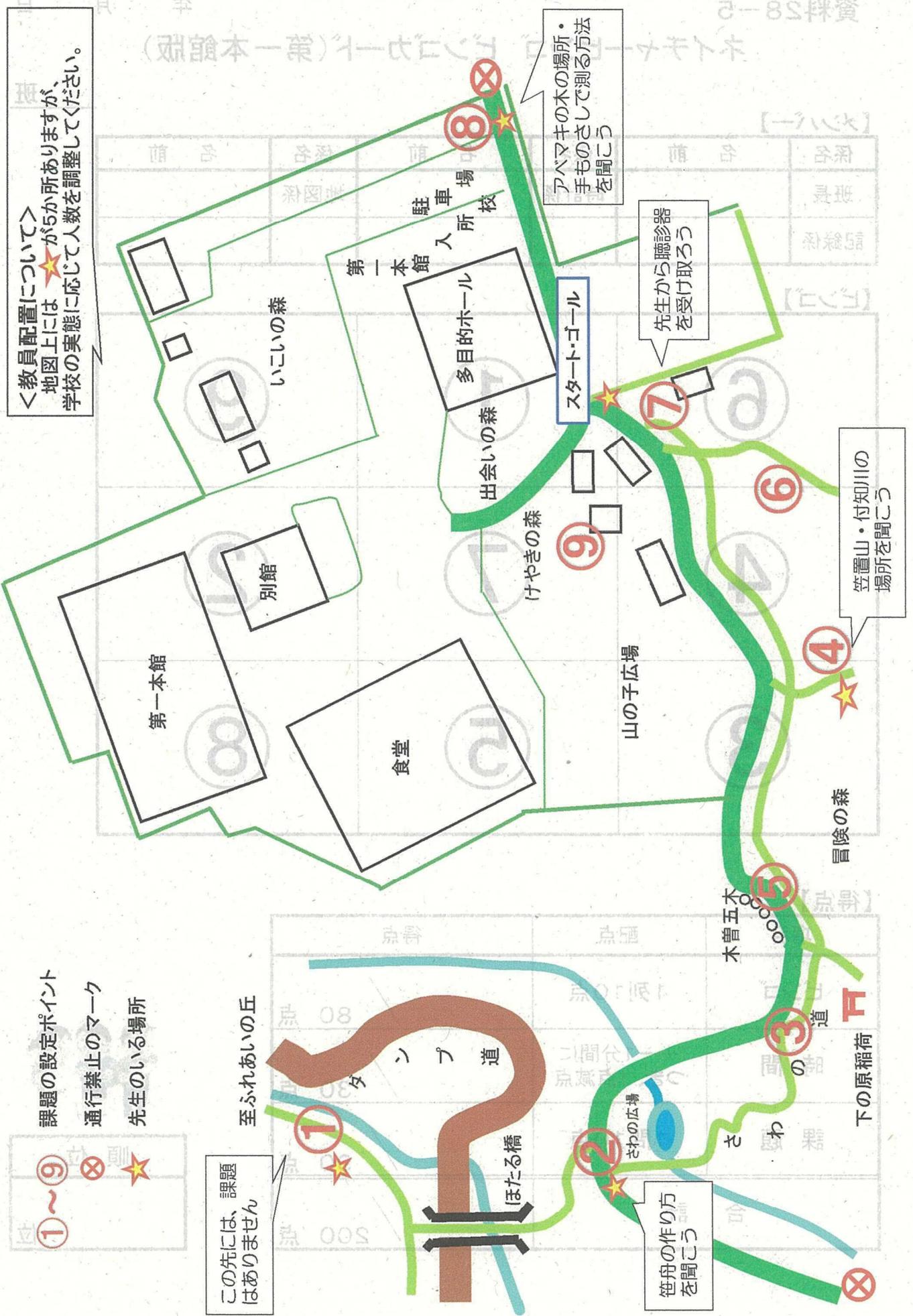
ポイント	⑪	⑫
課題	この辺りで、静かに目を閉じて、音を聞き、グループ全員が聞こえた音を3つ書きましょう。  3種類書いてあれば10点	この辺りにクスリの名前がついている木があります。何という名前でしょう。  メグスリノキ
〇×クイズ	スズカケは木の実が「すず」に似ていることから名前がついた。 <input type="radio"/> ・ <input checked="" type="radio"/>	この木はほんとうに名前の通りの薬になる。 <input checked="" type="radio"/> ・ ×

ポイント	⑬	⑭
課題	付知川の水に手を入れて、水温が何度か、予想しましょう。そして、先生に温度計を借りて水温を測り、予想を確かめましょう。  予想 度 実際の水温 度  ピタリ 10点 ±1度につき1点減点	この辺りで、角のない丸い石を拾いましょう。  丸い石なら10点
〇×クイズ	付知川の水は、夏には30度をこえることがある。 <input type="radio"/> ・ <input checked="" type="radio"/>	この辺りの石が丸いのは、川の上流から流れてきたためである。 <input checked="" type="radio"/> ・ ×

ポイント	⑮	⑯
課題	この辺りに、絹糸をつくる「カイコ」のえさになる「クワの木」があります。葉っぱの形をかきましよう。  葉の形がかかれていれば10点	この辺りに、センターで一番大きな「コナラ」の木があります。根元の周りを、みんなの「手のさし」を使って測ろう。  根元の周りは ( )手分 だいたい大きさが書かれていれば10点(測り方は助言する)
〇×クイズ	この辺りにある「クワ」の葉っぱは、絹糸を出す「カイコ」のえさになる。 <input checked="" type="radio"/> ・ ×	コナラの実はどんぐりとも言うが、毒があるので食べられない。 <input type="radio"/> ・ <input checked="" type="radio"/>

※ 〇×クイズの得点については、「①得点に含めない」「②課題と〇×クイズ両方合っていて得点」「③課題と〇×クイズの配点を別にする」など、各学校で工夫してください。

# 資料28-4 ネイチャービンゴ 地図(第一本館版)



ネイチャービンゴ ビンゴカード(第一本館版)

班

【メンバー】

係名	名 前	係名	名 前	係名	名 前
班長		時計係		地図係	
記録係					

【ビンゴ】

⑥	①	⑨
④	⑦	②
③	⑤	⑧

※ カードの番号は、カードごとに変える方がゲーム性が高まる。

【得点】

項目	配点	得点
ビンゴ	1列10点	/ 80 点
時 間	+1分間につき、1点減点	/ 30 点
課 題	1問10点	/ 90 点
合 計		/ 200 点



順位
位

※ 配点は、各学校で工夫してください。

ネイチャービンゴ 課題用紙 (第一本館版)

班 \_\_\_\_\_

ポイント	①	②	③
課題	<p>ほたる橋には、階段は何段あるでしょう。</p> <p>30段</p> <p>※10点 +-の減点OK</p>	<p>この辺りにたくさんある「クマザサ」を使って、笹舟を作りましょう。</p> <p>全員が笹舟を作っていれば10点</p>	<p>この辺りにセンター内で、最も大きな岩(花こう岩)があります。さわったり、離れて見たりして、気づいたことを書きましょう。</p> <p>気付いたことが書かれていれば10点</p>
○×クイズ	<p>ほたる橋は、夜になると階段の数が増える。</p> <p>○ ・ <input checked="" type="checkbox"/> ×</p>	<p>クマはこの笹が大好きなので、この名前がついた。</p> <p>○ ・ <input checked="" type="checkbox"/> ×</p>	<p>この岩は、5000万年以上前の昔にできた。</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> ○ ・ ×</p>
ポイント	④	⑤	⑥
課題	<p>この辺りで、山(笠置山)や川(付知川)がよく見える場所を見つけ、風景をスケッチしましょう。</p> <p>笠置山や付知川がかけていれば10点</p> <p>※ できればえ点をつけても良い</p>	<p>この辺りに「木曾五木」があります。右から順に、木の名前を書きましょう。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ひのき</li> <li>・ あすなろ</li> <li>・ さわら</li> <li>・ ねずこ</li> <li>・ こうやまき 1本2点</li> </ul> <p>合計10点</p>	<p>この辺りで、静かに目を閉じて、音を聞き、グループ全員が聞こえた音を3つ書きましょう。 ※ザーザーザー(川の音)というように書こう。</p> <p>3種類書いてあれば10点</p>
○×クイズ	<p>笠置山の高さは2,000mを超えている。</p> <p>○ ・ <input checked="" type="checkbox"/> ×</p>	<p>江戸時代、この木をだまって切ったら、打ち首になった。</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> ○ ・ ×</p>	<p>ここに吹く風は、季節によって、ちがう香りがする。</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> ○ ・ ×</p>
ポイント	⑦	⑧	⑨
課題	<p>小屋の前のスギの木に聴診器を当ててみよう。水を吸い上げる音が聞こえるはず。どんな音が聞こえたか、書きましょう。</p> <p>どんな音かが書かれていれば10点</p>	<p>アベマキの根元の太さを、「手ものさし」で測りましょう。</p> <p>根元の周りは ( )手分</p> <p>( )の大きさが書かれていれば10点 (測り方は助言する)</p>	<p>「けやきの森」でいろいろな種類の葉っぱを集め、一番形のよい葉っぱを決めよう。そして、その木の名前を探しだそう。</p> <p>形のよい葉が決められたら10点</p> <p>その木の名前が分かったら、ボーナスポイント ナンキンハゼ、トウカエデなど</p>
○×クイズ	<p>スギの葉は、11月になると茶色くなって、全部落ちてしまう。</p> <p>○ ・ <input checked="" type="checkbox"/> ×</p>	<p>アベマキの実はどんぐりとも言うが、毒があり、絶対に食べられない。</p> <p>○ ・ <input checked="" type="checkbox"/> ×</p>	<p>ナンキンハゼの実を探してみよう。この実からロウソクができる。</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> ○ ・ ×</p>

※ ○×クイズの得点については、「①得点に含めない」「②課題と○×クイズ両方合っていて得点」「③課題と○×クイズの配点を別にする」など、各学校で工夫してください。



ネイチャービンゴ ビンゴカード(第二本館版)

【メンバー】						班
係名	名 前	係名	名 前	係名	名 前	
班長		時計係		地図係		
記録係						

【ビンゴ】

⑥	①	⑨
④	⑦	②
③	⑤	⑧

※ カードの番号は、カードごとに変える方がゲーム性が高まる。

【得点】

項目	配点	得点
ビンゴ	1列10点	80 点
時 間	+-1分間につき、1点減点	30 点
課 題	1問10点	90 点
合 計		200 点



順位
位

※ 配点は、各学校で工夫してください。

ネイチャービンゴ 課題用紙 (第二本館版) 85株資

(題前本二策) ナーチャービンゴ ナーチャービンゴ 班

ポイント	①	②	③
課題	この辺りに、クスリの名前がついた木があります。何という名前でしょう。	この辺りで、びっくりするくらい大きな葉っぱを拾いましょう。また、その木の名前をさがして、下に書こう。	おむすび山に登り、一番りっぱで目立つ木をさがそう。そして、その木の名前を見つけ、名前を書こう。
	メグスリノキ	ホオノキ	ヤマナラシ
〇×クイズ	この木はほんとうに名前の通りの葉になる。	この葉っぱは、食べるとおいしいことで有名だ。	この木は風が吹くと、大きな音を出すため、この名前がついた。
	○ . ×	○ . ×	○ . ×

ポイント	④	⑤	⑥
課題	付知川に手を入れ、水温が何度か予想しよう。そのあと、先生に温度計を借り、水温を測ろう。	この辺りで、角のない丸い石を拾いましょう。	センター内で、どんぐりを班の仲間で10個拾おう。その中で、一番背の高いどんぐりを決めよう。
	予想 度 実際の水温 度 ※ ビタリ 10点 +- 1度につき1点減点	丸い石なら10点	どんぐり1個で1点 ※一番背の高いどんぐりを決められたたかどろかは採点しない。
〇×クイズ	付知川の水は、夏には30度をこえることがある。	この辺りの石が丸いのは、川の上流から流れてきたためである。	「どんぐりの背比べ」ということわざは、ここから生まれた。
	○ . ×	○ . ×	○ . ×

ポイント	⑦	⑧	⑨
課題	この辺りに、絹糸をつくる「カイコ」のえさになる「クワの木」があります。葉っぱの形をかきましよう。	この辺りに、センターで一番大きな「コナラ」の木があります。根元の周りを、みんなの「手ものさし」を使って測ろう。	この辺りで目をつぶっていろいろな音を聞き、聞こえた音を3つ書こう。(何の音かも書く)
	葉の形がかかれていれば 10点	根元の周りは ( ) 手分 だいたいの大きさが書かれていれば 10点 (測り方は助言する)	※3つ書かれていれば 10点
〇×クイズ	ここにある「クワ」の葉っぱは絹糸をだす「カイコ」のえさになる。	コナラの実はどんぐりとも言うが、毒があるので絶対に食べられない。	ここに吹く風は、季節によって違う香りがする。
	○ . ×	○ . ×	○ . ×

※ 〇×クイズの得点については、「①得点に含めない」「②課題と〇×クイズ両方あっていて得点」「③課題と〇×クイズの配点を別にする」など、各学校で工夫してください。

## 資料29 スターウォッチング(星の観察)

### 1 スターウォッチングについて

スターウォッチングは、文字通り、星を観察する活動です。センターから見る星空は、「満天の星」とまではいかなくとも、条件がよければ「天の川」ははっきりと見られ、名古屋では、かすみがちの「はくちょう座」「北斗七星」「ふたご座」など、魅力ある星座を楽しむこともできます。

運がよければ、流れ星や人工衛星、特に、国際宇宙ステーション(ISS)を見ることもできます。

センターにある大望遠鏡で、木星の縞模様、キラリと輝く木星の衛星、土星の輪を見るのも貴重な体験となります。こうした星空の魅力に、きっと子どもたちも心はずませることでしょう。

### 2 スターウォッチングの活動時間(目安)

	5月・6月・7月	8月・9月	10月・11月
開始時間	19:00~	18:30~	18:00~
終了時間	20:45 (21:00までに完全に終了する)		



- ・夏至前後は、19時でも明るさが残ることがあります。
- ・10月・11月は、急激に気温が下がることがあるので、早めに終了できるように計画する。
- ・終了時刻が遅れると、近隣に迷惑が掛かるので、**21:00には完全に終了してください。**

### 3 スターウォッチングの活動場所

	場所	備考
第一本館 入所校	第一本館玄関前	・天体望遠鏡を設置するなら、十分な広さと視野があります。 ・「友情の広場」「山の子広場」は、キャンプファイヤーで使用しないことを確認してください。
	友情の広場	
	山の子広場	
第二本館 入所校	すずかけの森の前	・視野は狭いですが、周辺の光が邪魔をしないので、星が見やすい場所です。
	雨天かまど付近	
共通	ふれあいの丘	・非常に夜空が広く、寝転がって直上を見ると楽しいです。 ・天体望遠鏡を持って、ふれあいの丘に上がるのは難しいです。 ・工場などの灯りがあり、低い位置の星は見えにくいことがあります。
	天体ドーム	・大望遠鏡で見る惑星や月は圧巻です。 ・待ち時間に第一本館屋上で見る星空もすばらしいです。

### 4 天体ドームの使用について

・観察できる人数に制限はありませんが、ドーム内には一度に2~3人しか入れません。人数の多い学校は、天体ドームの外で順番を待っている間に星の観察をしたり、望遠鏡を使った星の観察を並行して行ったりすると効率的です。

・観察する日によっては、希望する星が見られない場合があります。(様式8)には、令和7年に観察できる天体と、およその時期が載せてありますので、参考にしてください。

・空が曇っていたり雨が降っていたりして、星が見られないときは中止です。

・星が観察できるのは日没の約50分後(天文薄明が終了してから)です。

※ 月は出ていれば、明るい時間帯でも観察できます。

・天体ドームに入るときは、靴をぬいでください。また、出入口がせまいので、入るときに頭をぶつけないように注意してください。

・天体ドーム内の機械やパソコンに、児童が勝手に触れないようにしてください。

・第二本館の学校が利用する場合は、上履きを持参してください。

・第二本館から移動する際は、他校のキャンプファイヤーやナイトハイク等の妨げにならないようにしてください。



### 5 天体望遠鏡・双眼鏡の使用について

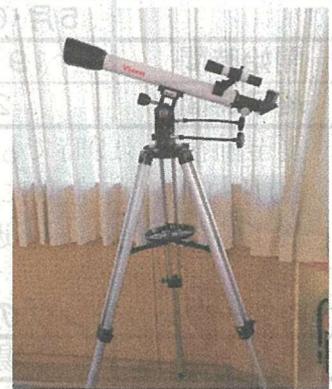
### (1) 天体望遠鏡(反射望遠鏡・赤道儀 天体ドーム内)

- ・ センターの誇る口径30cmの反射望遠鏡と口径10cmの屈折望遠鏡です。月は、クレーターが一つ一つがくつきり見えます。土星の環、木星の縞模様、木星の衛星(ガリレオ衛星)などは、ぜひ、この望遠鏡で見せたいです。
- ・ 1台のみですので、他校との時間調整が必要となります。
- ・ 利用児童数に制限はありません。
- ・ 操作は経験がないと難しいです。操作者がいない場合は、所長または副所長が行います。
- ・ 利用は、(様式8)にてお申し込みください。



### (2) 天体望遠鏡(経緯台式屈折望遠鏡)

- ・ 月の観察には最適な望遠鏡です。小さくて暗いですが、木星の縞模様、土星の環も何とか見られます。台数も多いので、多くの児童に見せることができます。
- ・ 天体を望遠鏡の視野に入れても、地球の自転のために、すぐに視野から外れてしまいます。こまめに調整する必要がありますので、教員一人では2台を受け持つのが限度です。操作できる教員を多くしておくといいです。
- ・ 夜間の活動なので、時間を見つけ、明るいうちに実際に操作して、動きを確認しておくといいです。



### (3) 双眼鏡(大型)

- ・ 月の観察に適しています。望遠鏡よりも視野が広いので、天体を見つけやすいです。
- ・ 大型の双眼鏡は重いので、三脚にのせて使います。
- ・ 児童の両眼の間隔、視力などの違いによって、微妙な調整が必要なため、教員が付く必要があります。
- ・ 天体望遠鏡と同様、視野から外れやすいので、教員がこまめに調整をしてください。



### (4) 双眼鏡(8倍携帯型)

- ・ 月の観察に適しています。視野が広いので、天体を見つけやすいです。
- ・ 児童が自分で双眼鏡を手に持って、天体を観測することができます。



### (5) 双眼鏡(2.3倍広視野型)

- ・ センターにある望遠鏡・双眼鏡の中で、最も視野が広いです。
- ・ 星座の星の並びや、星座のなかにある星雲・星団などの天体を確かめながら観察できます。
- ・ 肉眼で見るよりも星が明るく見えます。

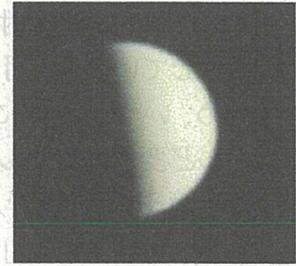


## 6 スターウォッチングで見られる星

### (1) 金星

- 金星は岩石でできた「地球型惑星」で、大きさは地球とほぼ同じです。
- 月と同じように満ち欠けもする惑星です。
- 明け方、東の空に昇る金星を「明けの明星」、夕方、西の空で輝く金星を「一番星」や「宵の明星」などと言います。簡単に見つかるので、双眼鏡でも観察できます。

※ 令和7年は、5月中のみ観察ができます。

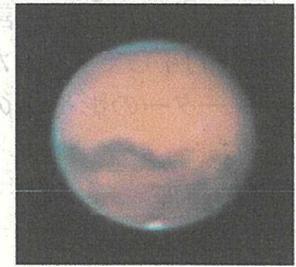


出典:国立天文台

### (2) 火星

- 火星は地球に最も近い惑星で、岩石でできた「地球型惑星」です。大きさは地球の半分程度です。大気は非常にうすく、地球の1/100もありません。
- 赤く見える表面に、黒い編み目模様があり、かつては「運河」と思われていました。小さい惑星なので、天体ドームの反射望遠鏡でも、模様まではなかなか見られないようです。

※ 令和7年は、観察が難しいです。

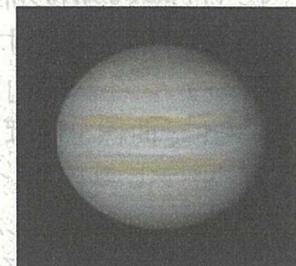


出典:国立天文台

### (3) 木星

- 木星は太陽系で最大の惑星で、水素やヘリウムが主成分の「ガス惑星」です。
- 特徴は表面の縞模様ですが、この模様は常に変化しています。
- 表面の縞模様は、屈折望遠鏡でも見られますが、天体ドームの反射望遠鏡では、よりはっきりと見ることができます。
- 木星には、60個以上の衛星がありますが、特に大きい4つの衛星(イオ・エウロパ・ガニメデ・カリスト)は、発見者の名前を取って、「ガリレオ衛星」と呼ばれています。ガリレオ衛星も見ることができます。

※ 令和7年は、観察が難しいです。



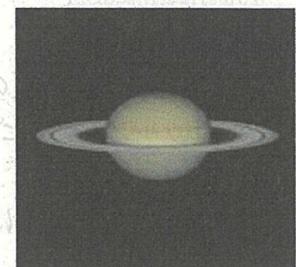
出典:国立天文台

### (4) 土星

- 土星は、水素とヘリウムでできている「ガス惑星」で、太陽系で2番目の大きさの惑星です。
- 土星の特徴は、何と言っても環(わ)です。その厚みは非常に薄く、ほとんどが氷のつぶです。屈折望遠鏡でも環があることは分かれますが、天体ドームの反射望遠鏡ならば、はっきりと環を見ることができます。

- 土星の衛星は60個以上見つかっていて、そのうちで一番大きい衛星が「タイタン」です。直径5150kmほどで、地球の半分よりやや小さいぐらいです。
- 令和7年に向けて、地球から見て環が真横に向くような位置関係となるため、見かけ上環が消えてしまう「環の消失」が起こります。土星らしさを見るには、不向きになります。

※ 令和7年は、観察が難しいです。



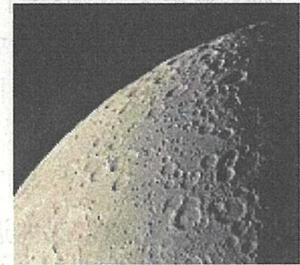
出典:国立天文台

### (5) 月

- 月は、地球のたった一つの衛星で、直径は地球の0.27倍、地球

から約384,000km離れたところを、約27日で一周しています。月は太陽の光を反射して輝いており、約29.5日周期で満ち欠けを繰り返しています。月は、地球を一周する間にちょうど一回自転するため、いつも地球に同じ面を向けていて、月の表面の様子は、ほとんど変わりません。

- ・ 望遠鏡や双眼鏡で月を見ると、その表面はでこぼこしています。これは、「クレーター」と呼ばれる、隕石が衝突した跡です。天体ドームの反射望遠鏡を使えば、迫力のあるクレーターを観察できます。「コペルニクス」や「ティコ」と呼ばれるクレーターは大きく、すぐに見つかります。
- ・ 黒い模様は「海」と言われますが、水はなく、溶岩が流れた跡で、比較的平らです。月が欠けているときに光と影の境辺りを見ると、クレーターの影や山の影もはっきりと分かり、とても神秘的です。



出典：国立天文台

## (6) 春の星座

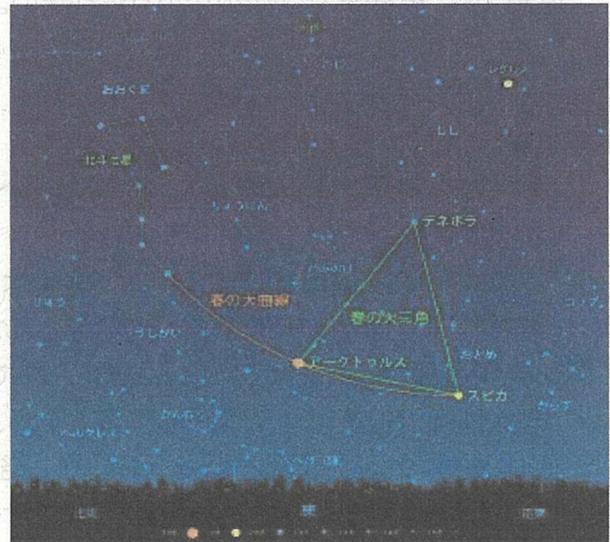
### ① 春の大曲線

春の星空で初めて見つけたいのは、「春の大曲線」です。

まず、ひしゃく型の「北斗七星」を見つけます。ひしゃくの柄の部分に描いているカーブを天頂方向に伸ばすと、オレンジ色の明るい星「アルクトゥルス」が見つかります。

さらに、曲線を伸ばしていくと、白色のきれいな星「スピカ」が見つかります。

- ・ アルクトゥルス…うしかい座で最も明るい星です。麦を刈り入れる時期に見られることから、「麦星」とも呼ばれます。
- ・ スピカ…おとめ座で最も明るい星です。真珠のように輝いて見えることから「真珠星」とも呼ばれます。



出典：春の星座 | 88星座図鑑

### ② 春の大三角

「大三角」というと「夏の大三角」「冬の大三角」が有名ですが、春にも「大三角」があります。「アルクトゥルス」と「スピカ」に加え、「デボネラ」(2等星)を結ぶ三角形を「春の大三角」と呼びます。

- ・ デボネラ…しし座にある星で、アラビア語で「ししの尾」という意味です。

### ③ その他の星

- ・ ミザール…北斗七星のひしゃくの柄が曲がったところの星です。この星は、目のいい人なら、肉眼でも2つの星が並んで見えます。天体望遠鏡で見ると、もっとはっきりと2つの星が並んでいることが分かります。
- ・ レグルス…しし座の中で最も明るい星です。ラテン語で「(小さな)王」という意味です。

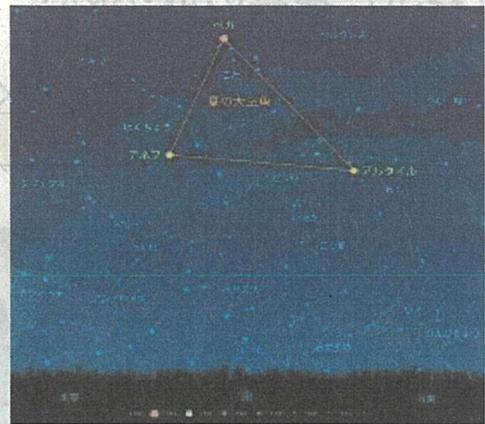
## (7) 夏の星座

### ① 夏の大三角

夏の星といえば、「夏の大三角」です。はくちょう座

の「デネブ」、こと座の「ベガ」、わし座の「アルタイル」の3つの星が大きく三角を作っています。夏の星空は、まず「夏の大三角」探しから始めましょう。

- ・ デネブ…はくちょう座の中で、最も明るい星です。「デネブ」とは、アラビア語で「めんどりの尾」という意味です。
- ・ ベガ…青白く輝く、一番目立つ星です。日本では「織女星、織姫星」と呼ばれ、「七夕」の主演です。
- ・ アルタイル…まわりに明るい星がないので、すぐに見つけられます。「牽牛星(けんぎゅうせい)」「彦星」と呼ばれ、「七夕」のもう一人の主演です。



出典:夏の星座 | 88星座図鑑

## ② 天の川

夏は、天の川が最もきれいに見られる季節です。ベガとアルタイルの間にうっすらと雲の帯が広がっているように見えるのが「天の川」です。英語では、「ミルキーウェイ」と言います。

天の川は、太陽系のある「銀河系」を内側から見た姿です。銀河系は、およそ2000億個の星できていると言われていて、天の川は、非常にたくさんの星が集まったものです。

## ③ その他の星

- ・ アンタレス…さそり座の中心にあるため「さそりの心臓」とも呼ばれています。アンタレスの上にはさそりの頭、下に大きくSの字を描くように、さそりの胴体、しっぽが見られます。星の並び方から、姿が想像しやすい星座です。
- ・ アルビレオ…はくちょう座のくちばしに当たる星です。オレンジ色の3.1等級の星と、エメラルド色の5.1等級の星が寄り添っており、「全天で最も美しい二重星」と言われています。

## (8) 秋の星座

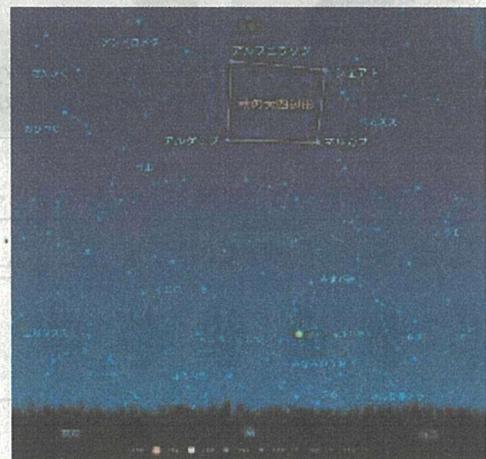
### ① 秋の四角形

秋の夜空ではじめに見つきたいのが、ペガサス座の「秋の四角形」です。2~3等級の4つの星を結んでできます。ほぼ天頂に上がって来るので、とてもよい目印になります。

### ② 秋の星座

秋の四角形が見つかったら、頂点の一つの星から北に5~6個並んでいる星を探しましょう。それが「アンドロメダ座」です。その北側に、W型で有名な「カシオペア座」があります。

さらに、北どなりにたて型の五角形、「ケフェウス座」が見つかります。また、そこからななめ下方向に目を移すと、流星群で有名な「ペルセウス座」があります。



出典:秋の星座 | 88星座図鑑

### ③ その他の星

- ・ M31 アンドロメダ銀河…この銀河は、私たちの銀河から230万光年はなれた、となりの銀河です。となりとはいっても、肉眼で見られるほどの星よりも遠く、地球に届いている光は、230万年前のもので、屈折式望遠鏡が見やすいですが、双眼鏡でも十分見られます。天体ドーム望遠鏡では、大きくなり過ぎて、かえって分かりにくいようです。

# 資料30 寝具の取り扱い

## 1日目 夜

① しきぶとんにシーツ、かけぶとん・まくらにカバーをかける。

### しきぶとんシーツ・かけぶとんカバーのかけ方 ※二人一組で行う

#### しきぶとんシーツ



① シーツのふくろを下にして、ふとんの上に広げ両側をおろす



② ふとんのかどを持ち、シーツのふくろのおくまでおしこむ



③ 両側とも、ふくろのおくまでおしこむ



④ シーツのかかったはしを引っ張り、ふとんをのばして完成

#### かけぶとんカバー



① ふくろ側を上にして、しきぶとんの上を広げる



② カバーの上にかけぶとんのがらを上にしておく



③ ふとんのかどをもち、カバーのおくまでおしこむ



④ 両側とも引き、カバーの上からかどをもって引っ張る

### まくらカバーのかけ方 ※一人で行う

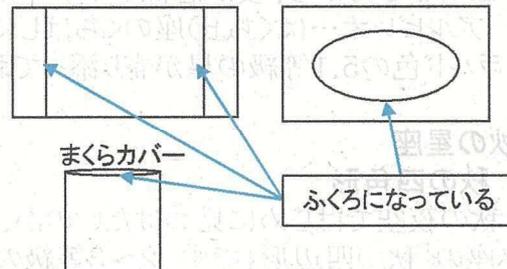
#### まくらカバー



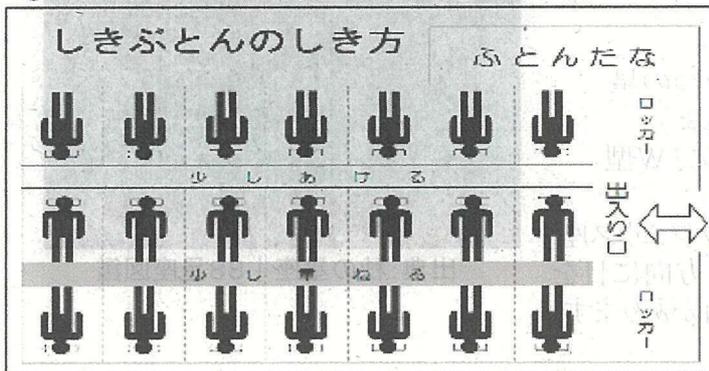
① 口の方を上にして、まくらを入れる



② 口の部分を折りこみ、まくらを平らにする



② 下の図のように、部屋にふとんをならべる。



## 2日目 朝

○ しきぶとん・かけぶとん・まくらを押し入れにしまう。

・ 1日目に使用したシーツは、2日目も同じ人が使うようにしてください。

※ ふとんはたたみの上に置いたままにせず、必ず押し入れにしまってください。

【しまい方の例】

- ◇ まくらに自分のタオルをまき、まくら・かけぶとん・しきぶとんを一セットにしてまとめ、押し入れに入れる。
- ◇ まくら・かけぶとん・しきぶとんを一セットにしてまとめ、自分の名札や養生テープに名前を書いたものの中に入れて押し入れに入れる。(布テープは、シーツが傷むので使わない。)
- ◇ 起床後、シーツを外して、自分のロッカーにしまう。他のものは押し入れに入れる。 等

3日目 朝

【点意留の土筆計】

① シーツ・カバーを協力してたたむ。

シーツ・カバーのたたみ方



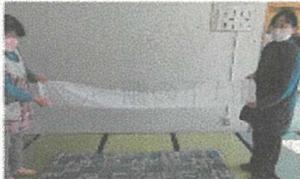
しきぶとんシーツはかどを持って持ち上げればぬけます。

かけぶとんカバーはかどを持ってまます中からふとんをぬきます。

① うら返らないようにシーツ（カバー）のかどを持って、ふとんをはずす。

② シーツ（カバー）のふくろ側を上にして、かどを持つ。

③ ふくろ側を内側にして、たてに1回たたむ。



④ さらにたてに1回たたむ。

⑤ 横に1回たたむ。

⑥ さらに横に1回たたむ。

○ まくらカバーはたたまない。

たたみかたは、「たて・たて・横・横」

しきぶとんのたたみ方

かけぶとんのたたみ方



① 足側から3分の1たたむ

② 頭側からもう3分の1たたむ

① たてに二つにたたむ

② さらに横に二つにたたむ

② ふとんを押し入れに片付ける。

【第一本館の例】（第二本館は押し入れ内の表示を見て入れてください）

ふとんのかたづけ方



かけぶとんと、まくらは上のたなへ、しきぶとんは下のたなへ5枚ずつ重ねて片付ける

③ シーツ、カバーを種類ごとにまとめて、ろうかのかごへ出す。



しきぶとんシーツ：青



かけぶとんカバー：赤



まくらカバー：緑



先生用：白

## 【指導上の留意点】

### 1 寝具の扱い方について

- センター職員による寝具の扱い方の説明はありません。この資料編や、「あいあいシステム」で電子配信されている「寝具の扱い方」の動画を参考にして、必ず学校で事前に指導してください。  
また、入退所時は、宿泊室にある掲示物を参考に、準備・片付けをしてください。
- 夜の屋外活動終了後、寝間着に着替えてから布団を敷いてください。
- 1日目に使用したシーツは、2日目も同じ児童が使うようにしてください。P.93の【しまい方の例】を参考に、シーツを識別できるようにしてください。
- 1日目に使用した布団は、畳の上に出しっぱなしにせず、必ず押し入れにしまってください。
- 3日目の朝、ふとんを押し入れに片付ける際は、掛け布団と枕は上の棚へ、敷布団は下の棚へ、向きをそろえて5枚ずつ重ねて片付けてください。きれいに折りたたんでいなかったり、重ねていなかったりしたときは学校でやり直していただく場合があります。
- 3日目の朝、宿泊室で外したシーツは、たたんで各部屋でまとめ、廊下に置いてある色分けされた指定のかご(袋)に入れてください。

※ 敷布団シーツ:青の札、掛け布団カバー:赤の札、枕カバー:緑の札、教員用シーツ:白の札

### 2 寝具が汚れた時の対応について

- 布団やシーツが汚れてしまった場合は、各教員室にある「寝具が汚れた場合の対処」を読んで、できる限り対処してください。
  - ※ 「① 血液で汚れた場合」「② 排泄で汚れた場合」「③ おう吐で汚れた場合」で、対処の仕方が異なるのでご注意ください。
- 汚れの対処が済んだ布団・シーツ・カバーは、以下のようにしてください。
  - ・ 血液・排泄で汚れた場合:汚れた場所と汚れの種類が分かるように、リネン室に置いてある「寝具の汚れ連絡票」にメモして指定場所に置く。
  - ・ 嘔吐した場合:嘔吐物を処理した後、所員に連絡をする。  
(所員が布団・シーツ・カバーの対処をします。)
- 紙おむつを使用した場合は、女子トイレ、または本館ゴミ捨て場にある「汚物入れ」に捨ててください。
- リネン室に夜尿症用の「防水シート」が用意されています。防水シートを使用した場合は、濡れている・いないに関わらず、そのままリネン室に置いてください。

### 3 その他

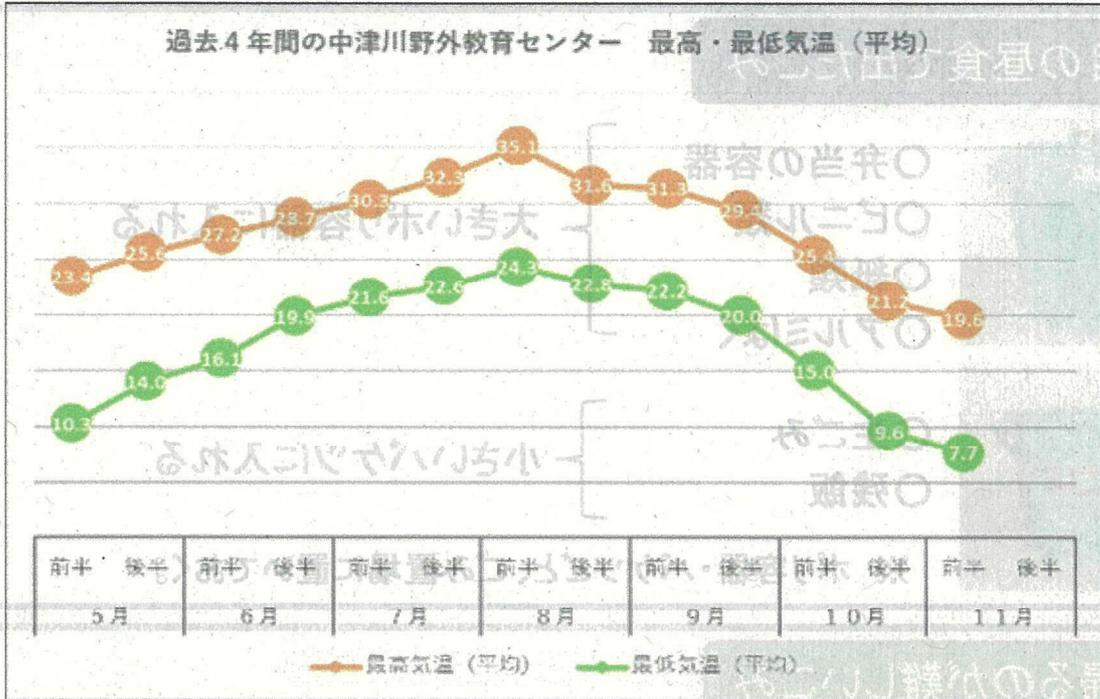
- 部屋でタオル等を干す場合、布団に触れると濡れてしまいますので、押し入れ付近でタオル等を干さないようにしてください。
- 夏季休業中も、通常と同じ掛け布団を使用します。(タオルケットは使用しません。)
- 枕は、パイプ枕を使用しています。そば殻は入っていません。

資料31 過去4年間の気象情報(野外教育センター観測)

(観測年 令和3年・4年・5年・6年 ※令和2年の記録なし)

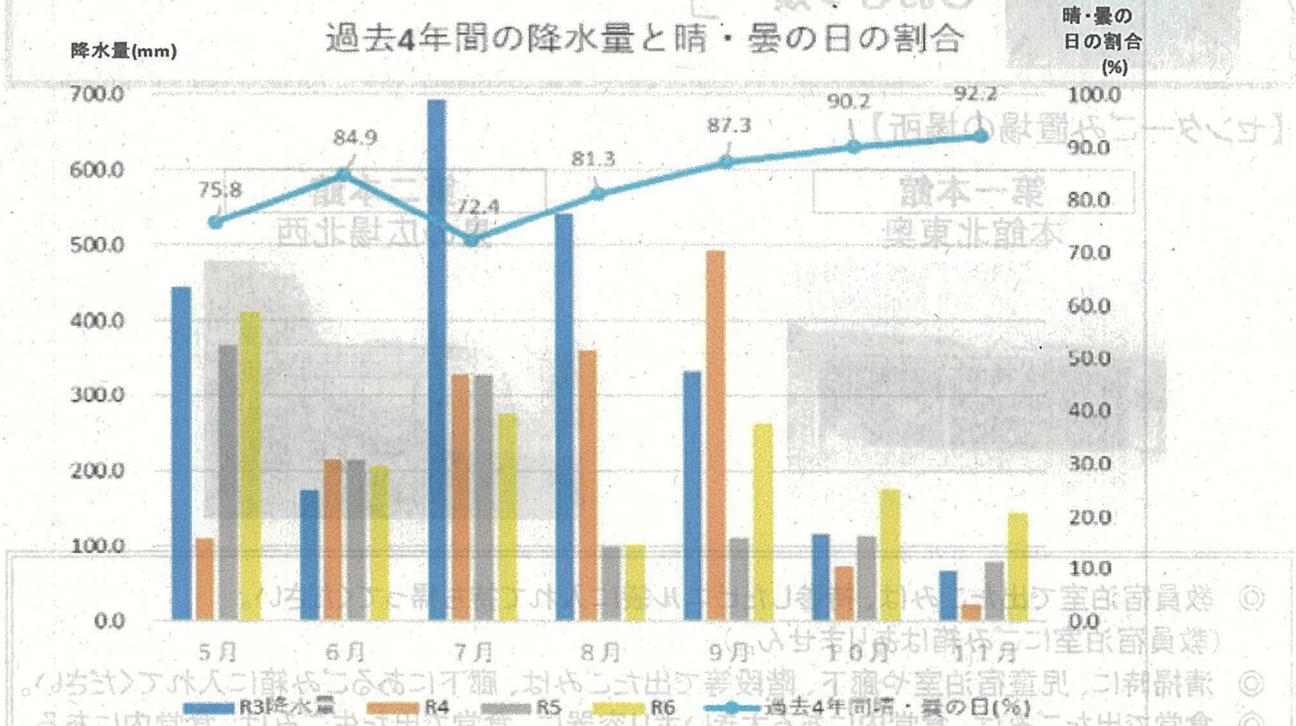
- このデータは、第一本館で毎日観測した結果をまとめたものです。
- 気候は毎年変化します。参考資料としてご活用ください。

1 最高気温・最低気温の平均



※ 5月前半、10月後半は最低気温が10℃以下になることがあります。

2 降水量と晴・曇の日の割合



※ 特に8月は、夕立やゲリラ豪雨など、天気が急変することがあります。

## 資料32 児童の活動に伴って出るごみの処理

- センターには、ごみ置場が2か所あります。ごみの種類によって、捨てる場所が異なりますので、ご注意ください。

### センターごみ置場に捨てるもの

#### 1日目の昼食で出たごみ



- 弁当の容器
- ビニル類
- 紙類
- アルミはく

大きいポリ容器に入れる



- 生ごみ
- 残飯

小さいバケツに入れる

※ ポリ容器・バケツごと、ごみ置場に置いておく。

#### 持ち帰るのが難しいごみ



- 嘔吐物
- おむつ類

「汚物入れ」のバケツに入れる

#### 【センターごみ置場の場所】

##### 第一本館

本館北東奥



##### 第二本館

泉の広場北西



- ◎ 教員宿泊室で出たごみは、持参したビニル袋に入れて持ち帰ってください。  
(教員宿泊室にごみ箱はありません。)
- ◎ 清掃時に、児童宿泊室や廊下、階段等で出たごみは、廊下にあるごみ箱に入れてください。
- ◎ 食堂で出たごみは、食堂内にある大きいポリ容器に、食堂で出た生ごみは、食堂内にある黄色いバケツに入れてください。

## 厨房ごみ置場に捨てるもの

### 飯ごう炊さん(1号食)で出たごみ



- カレー皿
- カレースプーン・袋
- カレールウの容器
- 棒チーズの包装容器
- ヨーグルトの容器
- ヨーグルトのスプーン

学校から持ってきた紙コップ・  
ビニル手袋も、大きいごみ袋  
へ入れてよい

大きいごみ袋に入れて、  
口はしばる



- 野菜くず
- 残飯
- バナナの皮

黄色いバケツのごみ袋に入れて、  
口はしばる

※ 黄色いバケツは、食堂の返却口に返す。

### 2日目昼食(3号食)・おやつで出たごみ



- 弁当透明パック
- お手ふき・袋
- ソーセージ包装容器
- 焼きのり包装容器
- 乳酸飲料容器・アルミキャップ

※ それぞれのごみ袋に入れて、  
口はしばる。



- 残飯
- みかんの皮
- 梅干しの種



- 栗きんとんの包み紙
- 牛乳パック

### ペットボトル



○2日目朝食で提供されたもの

○ディア中津川で注文したもの

※ペットボトルの段ボールも厨房ごみ捨て場へ

※学校から持ってきたペットボトルは、持ち帰ってください。

### 【厨房ごみ置場の場所】

#### 第一本館

食堂棟南東角



#### 第二本館

食堂棟と集会室の間



# 資料33 給食献立表

1日目 夕食 (1号食)	2日目 昼食 (3号食)	3日目 朝食 (5号食)
 <ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーライス</li> <li>・福神漬け</li> <li>・棒チーズ</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・おにぎり</li> <li>・焼のり</li> <li>・乳酸菌飲料</li> <li>・ソーセージ</li> <li>・みかん</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・みそ汁</li> <li>・おひたし</li> <li>・肉団子</li> </ul>
2日目 朝食 (2号食)	2日目 夕食 (4号食)	3日目 昼食 (6号食)
 <ul style="list-style-type: none"> <li>・丸パン</li> <li>・はちみつマーガリン</li> <li>・ゆでブロッコリー</li> <li>・プチトマト</li> <li>・ミニヨーネーズ</li> <li>・オムレツ</li> <li>・ゼリー</li> <li>・コンソメスープ</li> <li>・リンゴジュース</li> <li>・麦茶ペットボトル</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・五目ごはん</li> <li>・すまし汁</li> <li>・チキンフライ</li> <li>・ゆでキャベツ</li> <li>・イカリソウ</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ちらし寿司</li> <li>・すまし汁</li> <li>・さくら漬</li> <li>・みかん(みかん缶)</li> </ul>

- 1号食のバナナは、夜食として食べることができます。
- 2号食の麦茶ペットボトルは、活動用として持ち運ぶことができます。
- 今年度より、米飯の量が、1号食:110g→100g、4号食:110g→90g、6号食:120g→90gに変更となります。

# 給食献立表 (特別支援学校用)

1日目 夕食 (1号食)	2日目 朝食 (5号食)	2日目 昼食 (6号食)
 <ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーライス</li> <li>・福神漬け</li> <li>・棒チーズ</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・みそ汁</li> <li>・おひたし</li> <li>・肉団子</li> <li>・しば漬</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>・五目ご飯(4号食)</li> <li>・すまし汁</li> <li>・さくら漬</li> <li>・みかん(みかん缶)</li> </ul>

- 1号食のバナナは、夜食として食べることができます。
- 5号食の麦茶ペットボトルは、活動用として持ち運ぶことができます。
- 6号食の「五目ご飯」は、通常の4号食で提供されるものと同じものです。
- 今年度より、米飯の量が、1号食:110g→100g、4号食:120g→90g、6号食:120g→90g に変更となります。

資料34 給食献立表(アレルギー物質記載)

※ 提供するお茶は、大麦のみを使用した「麦茶」です。

献立名	材料名	アレルギー物質	使用量	エネルギー Kcal	蛋白質 g	脂質 g	炭水化物 g	無機質			ビタミン		食塩 相当量
								カルシウムmg	鉄 mg	ナトリウム mg	B1 mg	B2 mg	
1号食 (1日夕)	カレーライス	米	100	342.0	6.1	0.9	77.6	5.0	0.8	1.0	0.1		
		豚肉	20	73.0	2.9	7.1		0.6	0.1	10.0	0.1		0.2
		にんじん	20	7.0	0.1		1.9	5.6		5.6			1.2
		じゃがいも	40	20.4	0.7		6.4	1.6	0.4	0.4			11.2
		たまねぎ	50	16.5	0.5		4.2	8.5	0.2	1.0			3.5
		グリーンピース	8	7.8	0.4		1.4	2.1	0.1	7.0			1.8
		油	2	18.4		2.0							
		カレールー	18	87.5	0.7	5.0	10.0			648.0			
		福神漬	15	7.5	0.2		1.7						
		棒チーズ	10	33.0	1.9	2.8	0.1	57.9		114.0			
バナナ ヨーグルト	バナナ		200	172.0	2.2	0.4	45.0	12.0	0.6		0.1	0.1	32.0
	ヨーグルト		70	63.0	2.4	1.4	10.2	77.0		31.5	0.1	0.1	
	計		553	348.1	18.1	19.6	158.5	170.3	2.2	818.5	0.28	0.18	49.9

備考 バナナは夜食にすることができます。

2号食 (2日朝)	丸パン	小麦、乳、大豆	70	156.8	4.5	2.7	27.1							
		はちみつマーガリン	9	44.0		2.9	4.6	0.5		16.6				
		ゆでプロゾコリー	20	6.0	0.8	0.1	1.0	8.2	0.2	1.0			11.0	
		プチトマト	10	3.0	0.1		0.7	1.2		0.4			3.2	
		ミニマヨネーズ	10	70.2	0.1	7.6	0.4	1.0		69.5				
		オムレツ	30	37.5	1.9	2.2	2.4	7.8	0.3	72.0	0.1			
		ゼリー	30	32.4			8.1							
		コンソメスープ	2.5	4.5	0.2	0.1	0.8	0.5		555.0			1.4	
		リンゴジュース (濃縮還元)	5	5.0	0.1	0.1	1.0	0.2		0.1			0.2	
		麦茶ペットボトル	200(ml)	88.0	0.2		21.8	6.0	0.2	20.0				
計			600											
			987	447.4	7.9	15.7	67.9	25.4	0.7	734.6	0.0	0.1	14.4	

備考 プチゼリーはオレンジ、ストロベリー、グレープ、パイナップル、メロンの5種類のうち2個です。りんご果汁はすべてに入り、オレンジ果汁はオレンジ味のみです。  
アレルギーが心配な物がありませんら、別の味のものにするか控えるようにしてください。

3号食 (2日昼)	おにぎり	米	140	478.8	8.5	1.3	108.6	7.0	1.1	1.4	0.1		
		塩											
		梅干し											
		糖のり											
		乳酸菌飲料	乳	65	43.0	0.5	10.1	13.0		7.0			
		ソーセイジ	ウインナーソーセイ	29	72.0	4.4	5.1	2.0					0.7
		みかん	冷凍みかん	75	22.5	0.3	0.1	6.0	10.5	0.1	0.5	0.1	16.0
		おやつ	牛乳	200(ml)	130.0	6.4	7.4	9.2	220.0		82.0	0.1	0.3
			栗きんとん	23	50.4	0.6	0.1	12.4		0.2			2.0
	計			532	796.7	20.7	14	148.3	250.5	1.2	91.1	0.3	18.00

備考

給食献立表(特別交換学校用)



献立名	材料名	アレルギー物質	使用量	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	無機質			ビタミン			食塩相当量	
								鉄	カルシウム	ナトリウム	B1	B2	C		
5号食 (3日朝)	ごはん	米	90	307.8	5.5	0.8	69.8	4.5	0.7	0.9	0.1				
	みそ汁	切干大根 油あげ キヌサヤ みそ	2 5 5 12	6.0 11.7 1.8 26.1	0.2 0.8 0.2 2.1	0.8 0.8 0.4 1.3	1.4 0.5 0.4 1.4	10.0 0.1 1.8 18.0	0.1 0.3 0.1 0.9	0.2 0.3 0.1 516.0			0.6 2.2 1.3 0.1		
	おひたし	もやし 白菜 しよゆゆ(薄口) 肉団子(甘酢あん)	20 20 2 30	3.0 2.6 1.2 42.3	0.3 0.2 0.1 2.2	0.5 0.6 1.8 0.1	0.5 0.6 4.9 1.0	2.0 8.6 0.5 6.0	0.1 0.1 1.0 0.1	0.4 1.2 126.0 174.6			1.6 3.8 0.6 0.6		
	肉団子(おかわ)	調味顆粒 (ぶどう糖、砂糖、食塩、醸造酢、とうもろこしでん粉、デキストリン、酵母エキス、抹茶)、味付顆粒(醤油、食塩、酵母エキス、しいたけエキス)、海苔、貝カルシウム、セルロース、酸化防止剤(ビタミンE)	2	6.0	0.6	0.1	1.0	9.0	0.1						0.3
	しば漬	小麦、大豆	15	2.7	0.2	0.5	81	60.4	2.9	1086.9	0.1	0	8.8		
	計		203	414.8	13.1	4.9	81	60.4	2.9	1086.9	0.1	0	8.8		

6号食 (3日昼)	ちらし寿司	米	90	307.8	5.5	0.8	69.8	4.5	0.7	0.9	0.1			
	酢	米	12	5.9		1.6	45.6	0.1						0.1
	砂糖		8	30.7				0.1		0.1				
	塩		0.5					0.1		0.3				0.5
	油あげ	大豆	5	11.7	0.8	0.8	0.5	0.3	0.1	0.1				
	干し椎茸		0.5	1.0	0.1		1.4	5.0	0.1	0.1				
	かんぴょう		2	5.2	0.1		0.2	2.8		2.8				0.6
	にんじん		10	3.5	0.1		3.0							
	砂糖	小麦、大豆	3	11.5				1.5	0.1	285.0				0.7
	しょうゆ		5	3.9	0.4		0.3	2.9	0.1	0.1				0.3
サイインゲン	大豆	5	1.3	0.1		0.5	0.1	9.5	0.1	6.6				
高野豆腐	鶏肉、小麦、大豆	1.5	8.0	0.8	0.8	0.7	2.3	0.1	51.8				0.1	
肉そぼろ		10	14.8	1.3	0.8	4.0	3.8	0.1	44.2				0.1	
桜でんぶ	卵、大豆	5	17.3	0.3	0.9	0.2	1.4	0.1	33.0				0.1	
錦糸卵		10	15.9	0.9	0.9	0.2	0.2	3.9					0.1	
もみのり		0.5	0.9	0.2		0.5		0.1					0.1	
ワカメ	小麦	0.8	0.6	0.1		0.5		0.1					0.1	
麺		0.5	3.0	0.2				0.1					0.5	
塩	大豆、小麦	2	1.2	0.1	0.1		0.5						0.5	
だしパック(かつお)			3.6	0.7	0.1								0.1	
計		216.8	474.1	12	3.9	90.4	40.9	1.4	1285.3	0.1	0	6.7		
さくら漬	みかん(缶)		15	7.1	0.1	1.7	236.2						4.5	
みかん		30	19.2	0.2	4.6	1.2	126.0	0.1	23.2				0.1	
計		216.8	474.1	12	3.9	90.4	40.9	1.4	1285.3	0.1	0	6.7		

食物アレルギー等への対応について

- ①アレルギー物質は、「食品衛生法」におけるアレルギー表示対象の28品目です。
- ②基本編P38の(様式5)「アレルギー対応代替食の希望票」については、代替食を希望しない学校も必ず提出してください。
- ③献立に使用する食品や材料については成分表で確認してください。(さらに詳しい情報が必要な場合は、**あいあいシステム**で取り出すことができます。)
- ④厨房で準備できる代替食については、次ページに掲載しております。
- ⑤センターで対応できない献立については、冷凍食品やトレット食品などの代替食をご持参いただいても構いません。
- ⑥特参した食品の保管、調理等は各学校でお願います。各教員室の小型冷凍冷蔵庫(2ドア)、コンロ、食堂の電子レンジが利用できます。
- ⑦4号食のおかずは、箱にセットして提供されます。アレルギー物質を含んだおかずを箱に入れないでほしい場合や、一人分の同じ箱の中でおかずの変更が2項目以上ある場合は、連絡事項の欄に内容と人数を記入してください。
- (例)イカリソウをチキンフライに替えてシユウマイを入れないもの1人、ゆでキャベツと煮物だけ食べるもの1人、など
- ⑧ちらし寿司の鰯糸卵、肉そぼろ、桜でんぶ、のりは配食事に盛りつけます。アレルギー対応が必要な場合は、各校で除去してください。
- ⑨おにぎりは塩水でいただきます。塩分が入らないおにぎりを希望する場合は、副所長に連絡してください。

### 資料35 アレルギー対応代替食について

#### 1 厨房で準備可能な代替食

号食	食品名	代替食	備考
1号食(1日目夕)	ヨーグルト	ぶどうゼリー	
1号食(1日目夕)	棒チーズ	ソーセージ(乳成分有り)、または魚肉ソーセージ	屋外で食べるため、ポークウィンナーには替えられません。
2号食(2日目朝)	オムレツ	ポークウィンナー	
2号食(2日目朝)	丸パン	おにぎり、梅干し、のり	
2号食(2日目朝)	プチゼリー	プチマト(2個)	
2号食(2日目朝)	りんごジュース	オレンジジュース	
3号食(2日目昼)	おにぎり	梅干し抜きのおにぎり	塩分制限のある児童の為に用意します。
3号食(2日目昼)	乳酸飲料	オレンジジュース、またはりんごジュース	
3号食(2日目昼)	ソーセージ	棒チーズ、または魚肉ソーセージ	屋外で食べるため、ポークウィンナーには替えられません。
おやつ	牛乳	オレンジジュースまたは、りんごジュース	
4号食(2日目夕)	五目ご飯	白いご飯	
4号食(2日目夕)	イカリング	チキンフライ	チキンフライが2個になります。(通常は1個です。)
4号食(2日目夕)	チキンフライ	イカリング	イカリングフライが2個になります。(通常は1個です。)
5号食(3日目朝)	シウマイ	ポークウィンナー	
5号食(3日目朝)	すまし汁	かまぼこ抜きすまし汁	調理の途中で、かまぼこを入れる前に別鍋に取り分けて仕上げます。
5号食(3日目朝)	肉団子	ポークウィンナー	
6号食(3日目昼)	ちらし寿司	酢飯、または白いご飯	

※ これ以外の代替食は準備していませんので、必要であれば代替食(レトルト食品、冷凍食品など)を持参してください。

※ 4号食は、おかずを厨房で箱にセットします。アレルギーで食べられない食品は最初から入れないようにすることが出来ます。

#### 2 アレルギー対応代替食の成分表

献立名	材料名	アレルギー物質	使用量 g	エネルギー Kcal	蛋白質 g	脂質 g	無機質			ビタミン				
							鉄 mg	ナトリウム mg	カルシウム mg	B1 mg	B2 mg	C mg		
ぶどうゼリー	糖類、ぶどう果汁、 ゲル化剤、酸味料、 香料、乳酸カルシウム		70.0	49.0	0.0	0.0	5.6	30.8						
魚肉ソーセージ	魚肉、小麦たんぱく、大豆 たんぱく、かつおエキス	さけ、カニ、大豆、小麦	19.0	23.0	2.2	0.1								
ポークウィンナー	豚肉、糖類、加工デンプン	豚肉	40.0	112.4	5.0	9.5		234.4						
オレンジジュース (濃縮還元)	オレンジ、香料	オレンジ	200.0	96.0	1.5	0.2		2.1						88.0

