

# “大杉みどりの里”で体験活動をしてみませんか！

～ 春から秋にかけての野外活動プログラム ～

里山自然学校 大杉みどりの里

## 登山

- 動山（ゆるぎやま）・・・1日コース
  - 城山（しろやま）・・・半日コース
- みんなで協力し、頂上を目指します。  
達成感・充実感を味わえます。



## 野外炊さん

「カレーライス」「焼きそば」・・・  
手作りのおいしさ・協力の大切さを体験！  
炊さん場は2ヶ所あります。  
雨天でも大丈夫です。



## 肝だめし

一生の思い出に残る『恐怖の体験』をぜひ！

コースは2つあります。

- 神社コース  
最後に墓場も・・・
- 杉の子コース（低学年向け）  
杉の子広場を・・・



## ウォーク・ラリー

里山の自然とふれあいながら、自然や歴史に因んだ問題を解く競技です。  
コースは3つあります。

- 里山コース（約100分コース）
- 本町コース（約60分コース）
- 中町・本町コース（約90分コース）



## キャンプファイヤー

合宿の思い出  
づくりに・・・



満天の星空も  
見れますよ。

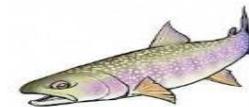
※ 雨天でも、ドームにて実施可能です。

## 岩魚つかみ

「つかまえる」→「さばく」→「串にさす」→「焼く」→「食べる」（命をいただく）

一連の活動を通して、命のありがたさを体験。

※ 雨天でも水槽に水を張り捕まえます。



## ～ 冬の野外活動プログラム ～

### ○クロスカントリースキー（ホワイト・ウェーブ1000）

大杉みどりの里ならではの活動です。

1 km のコースも整備されています。

### ○スノー（エア）チューブそり遊び

施設正面のそりゲレンデを滑り降ります。

### ○かんじき体験

雪の上を歩く体験をしてみませんか。



### 主な活動プログラム(例)

## ～ 室内での活動プログラム ～

### ○大杉ゲームランド

ストラックアウトやカロリング等18種目のゲームをそろえています。

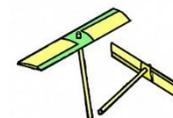
何種目か選択して楽しめます。（グループ対抗も可）

### ○ゴールド大作戦

グループで協力し、館内に隠してある宝（金色の石）を探します。

### ○各種クラフト作り

- ・焼き板キーラック
- ・写真立て
- ・木ホルダー
- ・竹とんぼ
- ・竹笛
- ・トントウ 他



### ○キャンドルサービス

キャンプファイヤーの室内版です。ローソクの炎もきれいですよ。

1 日 目		2 日 目	
9:00	入所式	6:30	起 床
9:30	動山登山 (昼食は頂上)	7:00	朝のつどい、清掃
15:00	下 山 オリエンテーション	7:45	朝 食
16:45	夕べのつどい	9:00	ウォークラリー
17:30	夕 食	12:00	昼 食
18:00	入 浴	13:30	退所式
19:00	キャンプファイヤー		
22:00	就 寝		

1 日 目		2 日 目	
9:00	入所式	6:30	起 床
	オリエンテーション	7:00	朝のつどい、清掃
10:00	城山登山	7:45	朝 食
12:00	下山、昼食	9:00	岩魚つかみ
13:00	ウォークラリー	10:30	野外炊さん (昼食・片付け)
16:45	夕べのつどい	14:00	退所式
17:30	夕 食		
18:00	入 浴		
19:00	肝だめし		
22:00	就 寝		

- ・雨天等で登山ができない場合は、上記「室内での活動プログラム」で対応する。
- ・岩魚及び野外炊さんは、雨天でも活動は可能です。
- ・「日帰り」の利用もできます。  
岩魚・野外炊さん・ウォークラリー  
登山・各種クラフト等、実施することができます。

遠足（校外学習）にも、大杉みどりの里をご利用ください。