

## 「思う存分自然に親しませたいな。」

本所で準備している活動プログラムの中で、「自然に親しむ」ために適した活動がたくさんあります。次の一覧を参考にしてください。

### 「自然に親しむ」に適した活動プログラムの一覧

#### 【海】

- ・磯遊び
- ・魚釣り
- ・砂の芸術
- ・海水浴
- ・いわき浜めぐり
- ・海の生きものにふれよう
- ・いわきデイクルーズ
- ・海浜ウォークラリー

#### 【山】

- ・トレッキング
- ・ネイチャーゲーム
- ・森林環境学習
- ・ネイチャーラリー
- ・サイクリング
- ・マウンテンバイク
- ・トレッキング

#### 【夜】

- ・ナイトハイク
- ・スターウォッチング

#### 【創作】

- ・木彫るだー
- ・草木染め
- ・ストーンアート
- ・貝の壁飾り
- ・貝の絵ろうそく

※ 詳しい活動内容の説明については、いわき海浜自然の家ホームページ (<http://www.iwaki-nc.fks.ed.jp>) を参考にしてください。

磯の生き物を観察させたい。

山の子ども達なのでとにかく海で遊ばせたい。



舟戸海岸には大きな磯場があります。アイナメやハゼなどたくさんの魚が泳いでいます。また、数種類のカニや貝、イソギンチャク、ヒトデの他にアメフラシといった様々な生き物も生息しています。



ただ山を歩くだけでも楽しいものですが、何か意識を持って山を歩いてみると様々な自然に気づきます。木の幹や葉に着目した森林環境学習やグリーンオリエンテーリング、自然の中での遊びを取り入れたネイチャーゲームなどもおすすめです。

のんびりとさわやかな風を感じながらのサイクリングもいいものです。海浜コース・田園コース・川沿いコースの3コースがあります。

海の活動する際に…

◎本所より活動場所までの移動手段と移動時間も考えましょう。

○磯遊び・魚釣り（舟戸海岸）

徒歩での移動：30分程度 バスでの移動：10分程度 ※道具は所員が持って行きます。

○砂の芸術（四倉海岸）

徒歩での移動：40～50分程度 バスでの移動：7分程度

【海の活動を中心にした例 1泊2日】

|             | 午前  | 午後   | 夜  |
|-------------|---|--|--|
| 1<br>日<br>目 | 9:00 出会いの集い<br>9:30 所バス移動<br>10:00~12:00<br>①磯遊び(箱メガネ 3)<br>12:00 徒歩移動(四倉海岸)<br>-----<br>(雨)室内ビソク | 13:30~15:30<br>②砂の芸術(3班)<br><br>16:00 所バス移動<br>-----<br>(雨)貝の壁飾り             | 19:00 ③ナイトハク<br><br>③暗闇の中を静かに歩き、自然の奥深さや神秘性を感じ取ることができるプログラムです |
| 2<br>日<br>目 | 9:00 ④ネイチャーラリー<br>-----<br>(雨)貝飾り   | 13:00 別れのつどい<br><br>④地図を頼りに課題を解きながらゴールを目指すゲームです。ドングリ探しなど、いろいろな課題を解決して進みましょう。 |  |

①1班に1つの割合で箱メガネを貸し出します。割り箸や軍手など持参するとカニを捕まえるのに便利です。

②各班にスコップとバケツを貸し出します。班で協力し、砂を利用した芸術品を作ります。



【山の活動を中心にした例 2泊3日】

|             | 午前   | 午後   | 夜  |
|-------------|--|--|--|
| 1<br>日<br>目 | 9:30 出会いの集い<br>10:00 ⑤サイクリング(田園コース)<br>-----<br>(雨)室内ビソク           | 13:00 ⑥ネイチャーラリー<br>-----<br>(雨)ストリート                   | 19:00 ナイトハク<br><br>(雨)自由交歓   |
| 2<br>日<br>目 | 9:00 所バス移動(石森山)<br>10:00 ⑦森林環境学習<br>12:30 お弁当<br>-----<br>(雨)木彫るだー | 14:00 フラワーセンター見学<br>15:30 所バス移動<br>-----<br>(雨)ニュースポーツ | 19:00 ⑧スターウォッチング<br><br>天体望遠鏡を貸し出しますが、所員は夜の支援につきまませんので操作については各団体でお願いします。 |
| 3<br>日<br>目 | 9:00 ⑨ネイチャーゲーム<br>-----<br>(雨)海浜なんでもチャリコ                           | 13:00 別れの集い<br><br>ゲームを通し、五感を働かせながら様々な自然に気づかせる活動です。    |  |



⑤休憩を入れながら、途中でお弁当を広げるのもいいですね。ゆとりを持って2~3時間ぐらいの活動時間をとってください。



⑥地図を頼りに課題を解きながらゴールを目指すゲームです。ドングリ探しなど様々な課題を解決して進みます。

⑦石森山は本所からバスで30分ぐらいかかる場所にありま。登山する際には、案内役として所員がつき、山の特徴や草木の説明をします。  
※登山用の弁当の注文も受け付けています。