

V 活動プログラム一覧 ★は自主活動 ☆は別途費用必要

活動区分	活動名	人数制限	活動時間	活動内容・留意事項など
野 外 活 動	野外炊飯☆	200名まで	2～3時間	飯盒炊飯、カレー、バーベキュー、など。各班5～10名程度、雨天時でも活動可(200名まで)。
	スナッグゴルフ	20名程度	2時間	グループでコースを回り、専用クラブ2本を使い少ない打数で上がるのを目指す。
	ペタンク ★	屋内40人 屋外80人	2時間	チーム対抗で目標球めがけてボールを寄せあい、得点を競うフランス生まれのニュースポーツ。雨天時でも活動可。
	オリエンテーリング	100名程度	4時間	地図を頼りに班で協力しながら、各ポストをチェックしゴールを目指す。各班2～8名程度
	ディスクゴルフ ★	30名程度	2時間	ゴルフボールの代わりにフライングディスクを使い、傘ポストをゴールにスコアを競う。5ホール、雨天時でも活動可。
	フォトラリー ウォークラリー	100名程度	3時間	「写真」、「アローグラフ(地図)」を頼りに班で協力しながら、各チェックポイントを通過し、ゴールを目指す。各班2～8名程度
	海水浴 ★	特になし	3時間	浮津海水浴場まで徒歩20分。ボディボードの貸し出し可。 6月～8月。(※3名以上の監視が必要。2名は海でブイ持ち)
	スキムボード	30名程度	3時間	波打ち際で行うマリンスポーツで、引き波の時にできる薄い水の層を専用ボードで滑走する。海水浴シーズンを除く4月～10月。
	ボディボード	50名	3時間	ボディボードで波に乗る。スキムボードと抱き合わせ可。 6月～9月
	磯遊び★・浜遊び★ 磯ビンゴ★	特になし	3時間	浮津海水浴場まで徒歩20分。 バケツ、網、スコップ貸し出し可。
	魚釣り ★ (上川口港他)	10名程度	3時間	釣竿などの道具貸し出し可。準備(仕掛け)が各団体でできること。
	川遊び・水泳 ★	特になし	3時間	蜷川まで徒歩で15分。水中めがね、網、バケツ、一眼ゴーグル貸し出し可。6月下旬～9月。 (※1名以上の監視が必要)
	シーカヤック	小学生 50名程度 中学生 30名程度	3～4時間	上川口漁港まで徒歩20分。パドル練習や実際に体験して、海の活動を楽しむ。 6月～9月上旬。 (※1名以上の陸上監視、1名以上のカヤックに乗っての監視)
	スキндаイビング	30名程度	2時間	上川口漁港内でシュノーケルをつけての活動。シーカヤックと抱き合わせ可。テーブルサンゴや熱帯魚が見える。
	キャンプファイヤー ★☆	200名まで	3時間	自然の中で火を囲み、歌やゲームで友情を深める。1人1枚の古タオル持参。トーチは150本ほどあります。
ナイトウォーク ★	特になし	1時間	暗闇の中で五感を使い、自然を再発見する。懐中電灯、その他道具貸し出し可。	

活動区分	活動名	人数制限	活動時間	活動内容・留意事項など	
室内活動	本館	インドアウォーク	50名程度	1. 5時間	ポイント写真を見ながら館内にあるキーワードを探索する。
		ポルポールをさがせ!!	50名程度	1. 5時間	キャラクターの写真を見ながら館内にある同じキャラクターをさがし、名前とちがいをを見つける。
		ドミノ ★	40名程度	1時間以上	ロビーや研修室でドミノ遊びをする。
	体育館	キャンドルサービス ★☆	200名程度	2. 5時間	室内でキャンドル台を囲み、歌やゲームで友情を深める。 キャンドル台、衣装貸し出し可。(※本館でもできます)
		スポーツ ★	特になし	フリー	バレーボール 2面、バスケットボール 1面、 バドミントン・ソフトバレーボール 4面、卓球 3台
		キンボール ★	50名程度	1. 5時間	直径 122 cm、重さ 1 kgのボールを使った ニュースポーツ。 4人1組、3チームの対抗戦などのプログラムがある。
		ドッチビー ★	50名程度	2時間	ドッチボールのボールの代わりに、安全な 布のソフトディスクを使ったニュースポーツ。
創作活動	ブーメラン作り ★	100名程度	1時間	厚紙でブーメランを作り飛ばして遊ぶ。画 用紙を1人1枚持参。	
	飛行リング作り ★	100名程度	1時間	紙を使って飛行リングを作り、飛ばして遊 ぶ。	
奉仕活動	施設内外の掃除 ★	特になし	フリー	人数や要望に応じ、ガラス拭き、トイレ掃 除、草引き等を行う。	
防災学習	缶ストーブづくり ☆ 災害食	30名程度	3~4時間	アルミ缶で缶ストーブを作成し、作成した 缶ストーブでお湯を沸かし、災害食を作っ て食べる。災害食の代わりにココア・お茶 等も可。アルミ缶(350mlを2個持参)	
	ハイゼックス炊飯 ☆	60名程度	3時間	ハイゼックス袋を使って、米を炊く。大鍋 でカレーか豚汁を作ることも可。	
	避難所体験 (段ボールハウス)	30名程度	2~3時間	段ボールを使って寝床を作成。実際に宿泊 することも可。	
	ロープワーク	60名程度	30分~1時間	災害時に役立つロープワークを体験。	
	アルミ缶炊飯 ☆	100名程度	2~3時間	アルミ缶で米を炊く、大鍋でカレーか豚汁 を作ることも可。アルミ缶(350ml・ 飲み口をくりぬいて、煮沸したものを)一 人1個持参	
	アウトドアコード☆	30名程度	1時間	アウトドアコードを使い、ストラップやブ レスレットを編む。災害時にほどいてロー プ等便利に使用できる。	
	防災力向上スタンプラリー ★	100名程度	1~2時間	クイズ・メタルマッチなど防災に関する課 題をグループでクリアする。 (キッチンペーパー・輪ゴムを持参)	
	タープづくり	60名程度	1~2時間	ロープワークを学習した後、グループでタ ープを作成する	