



# 活動プログラム

ホームページでは、「登山・ハイキング計画書」「活動プログラム一覧」「備品一覧」のみを載せてあります。各活動プログラムの詳細は、直接自然の家にお問い合わせください。

# 登山・ハイキング計画書

なす高原自然の家

団 体	団 体 名					実施期日	月 日 ( )		
	所 在 地	〒				人 員 構 成	未成年	成 人	計
	T E L						男		
登山中の 連絡責任者					女				
登 山 実 施 中	連絡責任者 携帯電話					計			
	無線貸出希望台数	無線	台	(自然の家記入欄)		緊急 車両	有り ( 台)		
	無線4台、 トランシーバー10台まで	無線	台	無線 1・2・3・4・5・6・7・8・9・10			無し		
		トランシーバー	台	トラン 1・2・3・4・5・6・7・8・9・10					
実 施 計 画	往路 (自然の家に連絡を入れる時刻には◎。昼食時必須)			復路 (自然の家に連絡を入れる時刻には◎。下山完了時必須)					
	場 所	予定時刻	備 考	場 所	予定時刻	備 考			
特 記 事 項					自 然 の 家 側 の 対 応				
					緊急対応等記録				
					天候等記録				

利用にあたって

自然の家の生活

活動プログラム

利用計画の作成

付録

## 活動プログラム一覧

分	No	プログラム名	所要時間	荒天	対象	定員	指導	費用他
登山・ハイキング	1	茶白岳周遊登山A	3時間程度	×	小学生～	200名まで	ガイド・団体	※1 ※2
	2	茶白岳周遊登山B	3.5時間程度	×	小学生～	200名まで	ガイド・団体	※1 ※2
	3	茶白岳登山初級編	4時間程度	×	小学生～	200名まで	ガイド・団体	※1 ※2
	4	茶白岳登山中級編A	4.5時間程度	×	小学校中学年～	200名まで	ガイド・団体	※1 ※2
	5	茶白岳登山中級編B	5.5時間程度	×	小学校中学年～	200名まで	ガイド・団体	※1
	6	茶白岳登山上級編A	8時間程度	×	小学校高学年～	200名まで	ガイド・団体	※1 ※2
	7	茶白岳登山上級編B	8時間程度	×	小学校高学年～	200名まで	ガイド・団体	※1
	8	南月山登山	5時間程度	×	小学校中学年～	200名まで	ガイド・団体	※1 ※2
	9	朝日岳登山	4.5時間程度	×	中学生～	200名まで	ガイド・団体	※1
	10	矢隠岩ハイキング	1.5時間程度	×	幼児～	200名まで	団体	
	11	大丸ハイキング	2.5時間程度	×	幼児～	200名まで	団体	
	12	展望台・殺生石ハイキング	2.5時間程度	×	幼児～	200名まで	団体	
	13	八幡つつじ園ハイキング	1.5時間程度	×	幼児～	200名まで	団体	
	14	高雄ハイキング	3.5時間程度	×	小学生～	200名まで	団体	
	15	北温泉ハイキング	4.5時間程度	×	幼児～	200名まで	団体	※3
	16	沼原ハイキング	2時間程度	×	幼児～	200名まで	団体	
	17	中の大倉尾根登山	5.5時間程度	×	小学校高学年～	200名まで	ガイド・団体	※1 ※4
	18	中の大倉・北温泉登山	4.5時間程度	×	小学校高学年～	200名まで	ガイド・団体	※1 ※4
	19	ナイトハイキング	1時間程度	×	幼児～	200名まで	団体	
	20	ご来光ハイキング	1時間程度	×	幼児～	200名まで	団体	
野外・自然体験活動	1	ウインディ・オリエンテーリング	2時間程度	×	小学生～	200名まで	団体	
	2	自然体験ゲーム(ネイチャーゲーム)	1時間～	×	幼児～	200名まで	所員・団体・講師	※6
	3	自然観察	1.5時間～	×	小学生～	40名まで	講師・団体	※5
	4	那須平成の森自然体験	2時間～	○	小学生～	40名まで	講師	謝金については未定
	5	天体観察	1.5時間～	×	小学生～	100名まで	講師・団体	※5
	6	レインウォーク	1時間程度	○	小学生～	200名まで	団体	
スポーツ・レクリエーション	1	キャンプファイヤー	1時間～	×	幼児～	200名まで	団体・講師	※6 ※7
	2	キャンドルファイヤー	1時間～	×	幼児～	200名まで	団体・講師	※6 ※8
	3	館内オリエンテーリング	1～1.5時間	○	幼児～	200名まで	団体	
	4	ニュースポーツ	1時間～	○	幼児～	200名まで	団体	
	5	室内スポーツ	1時間～	○	幼児～	200名まで	団体	
	6	チャレンジランキング	1～3時間	○	幼児～	200名まで	団体	
創作活動	1	フクロウの絵付け	2時間～	○	小学生～	200名まで	所員・団体	400円
	2	焼き板	2時間～	○	小学生～	150名まで	所員・団体	300円
	3	木の実のクラフト他	1時間～	△	幼児～	40名まで	所員・団体	200円～
	4	お面の絵付け	1.5時間～	△	幼児～	200名まで	所員・団体	500円
	5	木製ポストカード	1時間～	○	幼児～	200名まで	団体	50円
	6	ジェルキャンドル	1時間～	△	小学生～	60名まで	所員	600円
	7	ストーンアート	2時間～	○	小学生～	150名まで	所員・団体	300円
	8	篠竹鉄砲	1.5時間～	×	小学校中学年～	100名まで	所員	100円
	9	紙飛行機	1.5時間～	○	小学校中学年～	200名まで	所員・団体	※9

利用にあたって

自然の家の生活

活動プログラム

利用計画の作成

付録

分	No	プログラム名	所要時間	荒天	対象	定員	指導	費用他
創作活動	10	紙ブーメラン	1.5時間～	○	小学生～	200名まで	所員・団体	300円
	11	紙とんぼ	2時間～	○	小学校中学年～	200名まで	所員・団体	1セット(2種×16機)400円
	12	丸太絵他	2時間～	×	幼児～	200名まで	講師	500円他※5
	13	那須串人形	1.5時間～	×	小学生～	60名まで	講師	2個450円※5
	14	絵手紙	2時間～	×	小学生～	40名まで	講師	100円※5
	15	草木染め	3時間～	×	小学生～	40名まで	講師	300円～※5
	16	七宝焼き	2時間～	×	小学校中学年～	60名まで	講師	650円※5
	17	白河ダルマの絵付け	1.5時間～	○	幼児～	200名まで	所員・団体・講師	350円※5
調理活動	1	カレーライス	3時間～	×	小学生～	16グループまで	団体	500円
	2	うどん打ち	3時間～	×	小学生～	20グループまで	講師・所員	450円※5
	3	ピザ	3時間～	×	小学生～	60名まで	所員	1セット(4枚)1,200円
	4	大鍋料理	2.5時間～	×	小学生～	30名以上で実施	団体	500円※10
	5	パエリア	3時間～	×	小学生～	13グループまで	団体・所員	500円
	6	餅つき	2時間～	×	小学生～	60名まで	所員	一升1,200円
	7	かんたんスープ	0.5時間～	×	小学生～	200名まで	団体	100円
	8	炭酸まんじゅう	2時間～	×	小学生～	200名まで	講師・所員	1セット650円
	9	かぼちゃまんじゅう	2時間～	×	小学生～	200名まで	講師・所員	1セット1,360円
	10	かんたんバナナケーキ	1時間～	×	小学生～	10グループまで	団体・所員	1セット600円
	11	焼き芋	1.5時間～	×	小学生～	200名まで	団体	1kg500円
冬季限定	1	スノーシューハイキング	1～3時間	×	幼児～	140名まで	団体・所員	
	2	雪あそび	1時間～	×	幼児～	200名まで	団体	
	3	スキー	4～8時間～	×	幼児～	200名まで	団体・講師	※11
その他	1	那須の民話を聞く	1～2時間	×	幼児～	200名まで	講師	※5
	2	福祉関係疑似体験	1～3時間	○	小学校高学年～	40名まで	団体	
	3	那須の自然	0.5～1時間	○	幼児～	200名まで	所員	

- ※1 ガイド希望の場合は、原則有料(1人15,000円、荒天による中止の場合も半額)となります。
- ※2 那須ロープウェイは大人片道650円往復1,100円、小人片道350円往復550円となります。団体割引もあります。
- ※3 北温泉の入浴料は、北温泉(0287-76-2008)へお問い合わせください。
- ※4 春・秋季のMt.ジーンズスキー場 Gondola 運行時のみ実施可能です。

- ※5 講師依頼時は謝金3,000円が必要となります。
- ※6 講師依頼時は謝金5,000円が必要となります。
- ※7 薪代1,200円がかかります。
- ※8 個人用のロウソク(15cm程度)はご用意ください。
- ※9 費用はかかりませんが、A4の用紙をご用意ください。
- ※10 ガス台の出張取り付け料1,500円。内容を「豚汁」にすると大(どんぶり一杯)250円、小(汁椀一杯)

150円で提供できます。

- ※11 自然の家敷地内、または自然の家に隣接するスキー場はありません。スキー教室を実施する場合は、直接スキー場にお問い合わせください。



## 備品一覧

品名	数	備考
<b>登山・ハイキング関係</b>		
無線機	12	充電式
トランシーバー	10	乾電池は団体持参 (単3×3本)
懐中電灯	10	乾電池は団体持参 (単3×4本)
熊よけ鈴	28	
スパッツ	37	
ヘッドライト	40	
オーバーシューズ	20	
<b>野外・自然体験活動関係</b>		
ハンドマイク	2	乾電池は団体持参 (単3×8本)
オリエンテーリング 用具	30	地図、記入用紙、紐付きボールペン等
ステラナビゲーター	1	天体学習用パソコンソフト
天体望遠鏡	6	
フィールドスコープ	2	
聴診器	59	
集音器	15	
ルーペ	60	
虫眼鏡	33	
顕微鏡	2	
シルバーコンパス	48	
バンダナ	66	
星座早見表	40	
双眼鏡	38	
<b>スポーツ・レクリエーション活動関係</b>		
体育館放送器具一式	1	
館内オリエン テーリング用具	5	ポスト、指文字解読表、紐付きボールペン等
キャンプ・キャンドル ファイヤー用衣装他	8	火の神の衣装2、子ども用6、他装飾品
火かご	1	
キャンドルツリー	3	体育館1 体験プラザ2 ロウソク29本設置可能。 増設板を付ければ最大130 本までロウソクを設置。
手持ち燭台	232	大10、小222
トーチ	19	再利用
風船バレー	多数	ゴム風船
ストラックアウト用具	1	
バレーボール	1	支柱・アンテナ・ネット・カバー1セット、ボール6個、 審判台1基、得点板2基
ソフトバレーボール	2	支柱・ネット2セット、ボール5個、 審判台1基、得点板2基
バトミントン	2	支柱・ネット2セット、ラケット18個、 シャトル1ダース、 審判台1基、得点板2基
ドッジボール	10	

品名	数	備考
バスケットボール	1	ボール7個、ゼッケン3種 (No1~30)、(ミニバスケット対応可能)
卓球	6	台・ネット6、ラケット24本、 ボール10個(ラージボール用も有り)
視覚障害者用卓球	5	ネット5、ラケット10、 ボール4
長縄跳び	2	
綱引き	1	
輪投げ	5	ボード、輪
インディアカ	2	支柱・ネット2セット、 羽根21個、審判台1基、 得点板2基
キンボール	2	ボール2セット、付属用具 2セット(空気入れ、 得点板、ゼッケン等)
ソフトディスク	20	ドッジビー用
フライングディスク	36	
プレイバルーン	1	
三角ベースボールセット	5	バット5、ボール多数
室内ペタンク	2	ボール他
ゼッケン	3種類	1~120(欠番あり)、 1~30、1~20
ビブス	2種類	1~20
チャレンジランキング	一式	14種目
<b>創作活動関係</b>		
大工セット	4	
電動糸鋸	2	
バクマソー	33	焼き板用のこぎり大
引き回しのこ	114	焼き板用のこぎり小
手動ドリル	49	焼き板用
ジグソー	10	
ペイントマーカー	25	
レザーソー	10	木の実クラフト用のこぎり
かご(小)	44	木の実クラフト用
作業板(大)	56	木の実クラフト用
なた	17	
切り出しナイフ	216	さや付き(右利き用196、 左利き用20)
棒やすり(小)	81	ストーンアート用
金のこ(小)	145	ストーンアート用
作業板(小)	152	ストーンアート用
ペンチ	33	ペンチ15、ラジオペンチ18
ニッパー	10	
剪定ばさみ	20	
カッターナイフ	94	
カッターマット	50	
定規	38	
金槌	12	
木槌	12	
キリ	63	
木工ヤスリ	33	
ドライバー	28	
ミニ電動ドリル	9	

品名	数	備考
なんでもドリル	10	
七宝焼きセット	4	釜、絵の具、竹べら等
ホットグルーガン	49	
ガスバーナー	18	
はさみ	85	右利き用 69、左利き用 16
木工作業台	29	
ボンド	多数	
のり	多数	
マジック	多数	各種
ホワイトペン	多数	
色鉛筆	52	
たわし	多数	再利用
軍手	多数	再利用
篠竹鉄砲用的	一式	
染色用鍋	4	
染色用ボウル	4	
調理活動関係		
体験プラザ放送機器式	1	C D、テープ使用可能
ガスコンロ	16	
水道蛇口	16	
テーブル	32	折りたたみ式
テーブル	3	座テーブル
丸椅子	197	
三升白	1	
二升白	1	
杵	3	
蒸し器	1	ガス台付き
麺台	32	体験プラザ 22、小研修室 10
麺棒	30	体験プラザ 20、小研修室 10
麺切り台	30	体験プラザ 20、小研修室 10
こま板	30	体験プラザ 20、小研修室 10
麺切り包丁	33	体験プラザ 22、小研修室 11
こね鉢	20	体験プラザ 20、小研修室 10
揚げざる	16	ステンレス製
うどん丼	206	
バーベキューコンロ	21	大 6 基、中 5 基、小 10 基
ダッチオープン	22	深 12、浅 10
リフター	16	
ダッチオープン用網	22	
ダッチスタンド	20	
文化鍋	16	
つる鍋	16	
菜箸	33	
包丁	35	
まな板	32	
ボウル	55	特大 25、大 13、小 17
冷蔵庫	1	
殺菌庫	1	
カレー皿	200	
フォーク	199	
スプーン	204	
カップ	132	
へら	62	木・竹製 28、プラスチック製 34
おたま	19	浅型 17、深型 2
ざる	50	特大 15、大 10、中 10、小 15
ピーラー	30	
ピザカッター	18	
計量カップ	51	大 22、小 19、小研修室 10
計量さじ	8	大小でセット
砂時計	10	3分計

品名	数	備考
泡立て器	8	電動 3、その他 5
電子はかり	10	
トンダ	10	
ターナー	20	
やかん	1	
サラダボウル	197	
トレー	36	
水切りバット	20	
フライパン	26	平底 11、丸底 15
缶切り・栓抜き	6	
大鍋	1	ガス台付き
すりこぎ棒	15	
火吹き竹・うちわ等	若干	
ゴムべら	11	
ケーキナイフ	6	
はし	195	
ひしゃく	2	
大鍋用へら	2	
冬季限定活動関係		
スノーシュー	144	大 100、中 23、小 21
雪玉製造器	6	大 1 (一度に 54 個製造)、 小 5 (一度に 2 個製造)
スノースコップ	28	大 19、小 9
スノーソー	10	雪用のこぎり
バケツ	35	
ストック	95	
そり	40	
そり (ゴム)	49	
雪上ゴルフセット	12	
その他		
携帯用アンプ・マイク	1	AC100V
CD ラジカセ	5	CD、テープ、ラジオ (事務室で貸出)
インターネット用無線 LAN セット	1	パソコンは団体持参
プロジェクター	4	大研修室 1、小研修室 1 (移動可)、他ポータブル 2
スライド投影機	1	
机	84	小・中研修室の合計
椅子	250	小・中研修室の合計
ホワイトボード	7	
車いす	3	
入浴用車いす	3	
ピアノ	1	大研修室
電子ピアノ	5	
アイマスク	12	
白杖	10	
画板	100	
高齢者疑似体験セット	3	