

# 団体利用 アクティビティの ご案内

## 国営越後丘陵公園

〒940-2082

長岡市宮本東方大字三ツ又 1950-1

お問い合わせ先

越後公園管理センター

利用サービス担当まで

TEL (0258) 47-8001

FAX (0258) 47-8002



健康ゾーン

セルフ

### クラフトでSDGs

- ・豪雪で折れた杉材を使ってコースターやメッセージメダルを作ります
- ・燃やせば放出せれるCO2をクラフトで使い貯留します
- ・参加人数…30～40名
- ・料金…100円



健康ゾーン

セルフ

### InDoor ソフトロゲイニング

- ・リーフレットのヒントを元に園内（室内）に隠されたカードを発見し、答えの文章を完成させ、その時間を競うゲーム
- ・1グループ…4～5名
- ・年齢…小学生～ファミリー
- ・所用時間…30分～40分



健康ゾーン

セルフ

### Let ネイチャー ビンゴでGO

- ・「手」の印は触ったら、「耳」の印は聞こえたら、「目」の印は見たら✓を入れる
- ・個人 or グループ
- ・ふれあいの森 付近が BEST



健康ゾーン

セルフ

### チャレンジ ネイチャーラリー 【ロングコース】

- ・Mapの★印で三択クイズに答えます、チェックポイントは全部で8箇所
- ・4～5名のグループで、時間は大体120分～180分で距離は約5km、標高差は約200m



健康ゾーン

セルフ

### Let トライネイチャーラリー 【ショートコース】

- ・Mapの★印で三択クイズに答えます、チェックポイントは全部で10箇所
- ・4～5名のグループで、時間は大体40分～75分 距離は約1.5km



## 里山フィールドミュージアム

広大な里山フィールドミュージアムエリアで  
各種プログラムを用意し、ご利用をお待ちしています

- ・自然観察系プログラム…5種類 13項目
- ・クラフト系プログラム…7種類 11項目
- ・食体験系プログラム…6種類
- ・農作業体験系プログラム…2種類
- ・昔の暮らし体験系プログラム…3種類
- ・環境教育ゲーム系プログラム…3種類
- ・健康スポーツ系プログラム…3種類

注  
里山フィールド  
ミュージアムエリア  
のみでの活動と  
なります

※詳細は里山体験プログラム冊子を  
ご覧下さい



最新情報はこちら



公園 HP



Facebook



Instagram

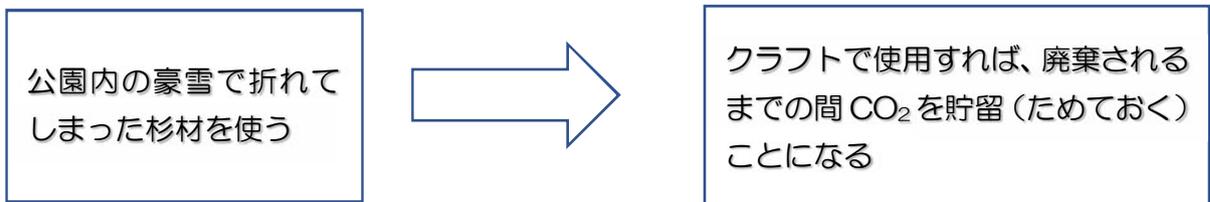


Twitter

# クラフトでSDGs地球を守ろう！

～ 廃棄杉材でクラフト ～

## ◆SDGsについて



※廃棄すれば、即二酸化炭素（以後CO<sub>2</sub>）の排出になる

※CO<sub>2</sub>貯留量（概算）…天然素材のため、1個1個形状や重さが違います

上記クラフト杉材1個だと→炭素換算で≒50g

50g×(44×12)<sup>※1</sup>≒180g(CO<sub>2</sub>量)

レジ袋で置き換えると・・・

400mm×50mmの物、3枚分のCO<sub>2</sub>を貯留(ためておく)していることになる

※1=炭素量から二酸化炭素量求めるときの数値

## ●製作品目

- ・コースター
- ・ネームプレート
- ・オブジェほか

## ●素材

- ・杉材一直径約100mm×厚さ約10ミリのスライス≒100g

## ●内容

杉材をサンドペーパーで磨きマジックで絵や文字を書く

## ●実施方法

①花と緑の館インフォメーションで料金支払い

一人一個 100円

②体験学習室（または多目的室）で活動

材料は部屋に準備済み

③自由に参加者が作成

## ●まとめ

- ・「クラフト杉」を使用している間、光が当たった杉の木が成長しCO<sub>2</sub>を吸収し大きくなっている。その後に廃棄→焼却されてCO<sub>2</sub>を大気中放出したとしても、その分以上にCO<sub>2</sub>が大気より減っていることになる、それがカーボンニュートラル。

「参考」

① 磨く前



① 磨いて絵を描いたもの





～ 引率者用 ～

## レッツ！ ネイチャー ビンゴで GO→ 【ふれあいの森周辺】

### ★目的

- ・ふれあいの小屋周辺の林で、自然に関するビンゴ問題を解きながら歩くことで意識せず自然環境をふれあい、親しみと楽しさを経験する

### ●内容【注意】当日、公園のスタッフは直接関与致しません。

不明な点はお近くの職員にお尋ねください

- ・配布されたビンゴカードを基に各セルを埋めていく…セルにを入れる
- ・各セルの「手」は触ったら、「耳」は聞こえたら、「目」は確認できたら OK とする
- ・チェックセルは全部で 9 セル
- ・個人もしくは、グループ（班）の 4 人～5 人編成、親子や家族単位でも良い
- ・短時間で完了しても、優劣に考慮しない
- ・指定時間（時間は任意）に遅れた場合は、優劣以前と評価  
-道迷いの心配はほぼ無いが、園路以外に立ち入りケガの危険がある
- ・ふれあいの小屋の見える範囲の林で実施  
…具体的な場所の指示が必要？（例-芝ソリ～売店の間など）
- ・所要時間概ね 30 分～60 分くらい（差異が多い、笛など集合の合図を事前用意？）

### ●対象年齢

- ・未就学児～低学年（未就学児は文字が読めるかどうかで判断）

### ●事前準備

- ・グループ（班）の場合、4～5 名の班分けが必要  
…個人単位の場合は不要
- ・グループ（班）内でのリーダー（班長）の選出と任命が必要…個人単位の場合は不要
- ・携行品告知…水分やタオル、筆記用具、（お弁当？）など
- ・救急セット？

### ●実施方法

- ・手順…①集合（任意の場所）
  - ②班単位での整列（リーダーが前）…個人単位の場合は不要
  - ③リーフレットの配布（各グループに一枚）…個人単位の場合は各 1 枚
  - ④引率者が説明
    - 説明用リーフレットを読み上げる（このペーパー内）
    - 「走らない」「ケガをしない」「ゴミを捨てない」などを強調

⑤終わりの時間の確認と告知

- 各所に時計が有る
- スタッフ（オレンジのユニフォーム）や他の来園者に尋ねる
- 集合の確認（出発場所 or 任意の場所）

⑥目的の再確認

- 学校、幼稚園、子ども会側など・・・
- ビンゴ設問を通し、自然環境に親しむ

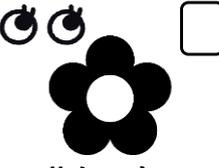
⑦行っても良い場所とダメな場所

- 実施団体のリスクヘッジ基準に合致する範囲
  - 例) ふれあいの小屋が見える範囲
  - 例) 笛（ホイッスル）が聞こえる範囲
- 具体的な人工物（街灯や建物、柵や植え込みなど）の提示が必要？

⑧答え合わせ…ほぼ全員がビンゴを完成する

- ・ビンゴが完成したお友達に拍手…ぱちパチ Pachi
- ・優劣をつけるのが目的では無い、ビンゴゲームを通し自然に親しむのが目的

●ビンゴカード（例）  
・6種類有り

里山ビンゴ		年 月 日
 <p>よこもようの木</p>	 <p>ツルがからまってい</p>	 <p>長くて細いは</p>
 <p>切りかぶ</p>	 <p>ザラザラの木</p>	 <p>黄色いもの</p>
 <p>Yにみえる形</p>	 <p>ザラザラのもの</p>	 <p>いいかおりの花</p>

～ 引率者用 ～

# Letトライ！ ネイチャー ラリー

## 【ショートコース】

### ★目的

- ・みどりの千畳敷周辺を、自然に関するクイズを解きながら歩くことで公園の自然とふれあう楽しさと快適さを体験する

### ●内容 【注意】当日、公園のスタッフは直接関与致しません。

不明な点はお近くの職員にお尋ねください

- ・配布された Map を基に各チェックポイントでネイチャークイズに答える
- ・問題は三択で（A、B、C）とする…正解は全て「C」で設定
- ・チェックポイントは 10ヶ所（出発、到着地は含まれない）
- ・グループ（班）編成 4人～5人がベスト（参加人数により調整可）
- ・正解の数で優劣を争う
- ・短時間で完了しても、優劣に考慮しない
- ・指定時間（時間は任意）に遅れた場合は、優劣以前の問題と評価
  - ※道迷いの心配はほぼ無いが、園路以外に立ち入りケガの危険がある
- ・距離は約 1.5 km（最短距離で回った場合）
  - ・所要時間-概ね 45分～75分くらい（年齢や体力により、差異有り）
  - ・学校や先生方のローカル問題も有意義（学校創立〇〇周年？、〇〇先生の趣味？）

### ●対象年齢

- ・小学生低学年～中学年くらい（未就学児は文字が読めるかどうかで判断）

### ●事前準備（実施団体）

- ・1グループ（班）、4～5名の班分け（実施団体に事前告知）
- ・グループ（班）内でのリーダー（班長）の選出と任命
- ・携行品告知…水分やタオル、筆記用具、（お弁当？）など
- ・救急セット？

### ●実施方法（案）

- ・手順…①集合（任意の場所）
  - ②班単位での整列（リーダーが前）
  - ③リーフレットの配布（各グループに一枚）
  - ④団体引率者が説明
    - 説明用リーフレットを読み上げる（このペーパー内）

- 「走らない」「ケガをしない」「ゴミを捨てない」などを強調

⑤終わりの時間の確認と告知

- 各所に時計が有る
- スタッフ（オレンジのユニフォーム）や他の来園者に尋ねる
- 集合の確認（出発場所 or 任意の場所）

⑥目的の再確認

- 学校側など・・・
- クイズを通し公園の施設を知り、自然環境に親しむ

⑦同じチェックポイント集中しないような配慮が必要

- 一番最初のポイントの決め方（例、偶数番号組/奇数番号組などと分散）

⑧答え合わせ

- ・正解発表…全て「B」設定してあります

●チェックポイント…正解は全て「C」

◆花とみどりの館カウンター（出発 or 到着場所-設問無）

- ・地の陣の休憩棟…屋根のかわらの色は？…●茶色
- ・ローズカフェ…ここに有る「バラ」はどれ？…バラ
- ・ボランティアハウス…ここは何をするところ？…打合せをする
- ・花の丘…秋になると植える花は？…コスモス
- ・越の池レストラン…前の池の深さは？…約 150 cm
- ・ピクニックガーデン看板…看板の柱の材質は？…鉄
- ・バス路線カーブの林…この木はモミジバフウといいますこの木の実は？…トゲトゲの物
- ・バーベキュー売店…一番の人気メニューは？…肉
- ・ふれあいのログハウス…このログハウスに使われている木材は？…杉
- ・みどりの千畳敷の大木…この木はケヤキです、高さは？…約 12m

◆暖の館カウンター（出発 or 到着場所-設問無）

～引率者用～

# チャレンジ！ ネイチャー ラリー

## 【ロングコース】

### ★目的

- ・丘陵公園の自然探勝路を自然に関するクイズを解きながら歩くことで雪国越後の自然とふれあい、環境保全の意義と大切さを知る

### ●内容【注意】当日、公園のスタッフは直接関与致しません。

不明な点はお近くの職員にお尋ねください

- ・配布された MAP を基に各チェックポイントでネイチャークイズに答える
- ・問題は三択で（A、B、C）とする…正解は全て「B」設定
- ・チェックポイントは 8 ヶ所
- ・グループ（班）編成 4 人～5 人がベスト（参加人数により調整可）
- ・正解の数で優劣を争う
- ・短時間で完了しても、優劣に考慮しない
- ・指定時間（概ね 12 時～13 時）に遅れた場合は、優劣以前と評価
  - ※道迷い（里山 FM 方面）の可能性が有る、スタッフに要相談）
- ・距離は約 5 km、標高差は約 200m
- ・所要時間概ね 120 分～180 分（年齢体力により、差異有り）
- ・学校や先生方のローカル問題も有意義（学校創立〇〇周年？、〇〇先生の趣味？）

### ●対象年齢

- ・小学生 3 年生～4 年生 & 中学生 or 大人
  - ※低学年は生徒だけでは危険、大人の引率が必要（3 年生も考慮が必要）

### ●事前準備（実施団体）

- ・1 グループ（班）、4～5 名の班分け（実施団体に事前告知）
- ・グループ（班）内でのリーダー（班長）の選出と任命
- ・携行品告知…水分やタオル、筆記用具、（お弁当？）など
- ・救急セット？

### ●実施方法

- ・手順…①集合（任意の場所）
  - ②班単位での整列（リーダーが前）
  - ③リーフレットの配布（各グループに一枚）
  - ④引率者が説明
    - 説明用リーフレットを読み上げる（このペーパー内）
    - 「走らない」「ケガをしない」「ゴミを捨てない」などを強調
  - ⑤終わりの時間の確認と告知
    - 時刻を知る術の指示（時計の持参の有無など）
    - スタッフ（オレンジのユニフォーム）や他の来園者に尋ねる

-集合の確認（出発場所 or 任意の場所）

⑥目的の再確認

-学校側など・・・

-クイズを通し雪国越後の自然環境に親しむ

⑦同じチェックポイント集中しないような配慮が必要

--一番最初のポイントの決め方（例、偶数/奇数などと分散）

⑧答え合わせ

・正解発表…全て「B」設定してあります

●チェックポイント候補地…**正解は全て「B」**

◆花とみどりの館カウンター（出発 or 到着場所-設問無）

・自然探勝路橋…この橋の長さは？…約 80m

・自然探勝路トイレ…たてのしわの有る木はコナラです昔は何に使った？…燃料に使った

・小倉峠あずま屋…この木は「タラヨウ」です。葉の裏に文字が書けます。ここから  
ついた名前は？…ハガキ-葉書

・展望台バス停…展望台の高さは？…約 30m

・雪割草群生地ピーク…3月～4月に雪割草「オオミスミソウ（正式和名）」が咲きます、  
〇〇の花に指定されています何でしょう？…県の草花

・天地人フォーリーバス停…見晴らしの良いここは、昔何に使われていたでしょう？  
…お城（片刈城跡）

・銀河の丘…ここから天・地・人のフォーリーが見えます、直線距離で何メートルでしょう？…約 500m)

・芝ソリ頂上東屋…ソリの色は？…**赤色**と**青色**

◆暖の館カウンター（出発 or 到着場所-設問無）

～ 引率者用 ～

# インドア ソフトロゲイング IN 丘陵公園

～ セルフラリー（雨天用）～

## ★目的

- ・ 荒天時での緊急避難的实施はもとより、限られた空間で身体を動かすことにより、協調性や考える力を育む時間を丘陵公園内で過ごしていただく

## ●内容【注意】当日、公園のスタッフは直接関与致しません。

不明な点はお近くの職員にお尋ねください

- ・ 雨天時の屋内プログラムとしての実施が望ましい
- ・ 屋内で行うため、団体人数には制限が必要（30人～40人ほど？）
- ・ 公園施設内の未知の箇所をゲームによって知ることができる
- ・ 事故やケガの防止のため、いたずらに時間競争など優劣を競わせることはしない
- ・ 配布されるリーフレットに表示されている画像を基に任意箇所を推測する
- ・ 任意箇所の表示してある文字「ひらがな一文字」を見つける
- ・ 表示されている文字で文章をつくる
- ・ 正解文章「かおりのばら＝香りのバラ」を構成し、その正確さと所用時間を競う

## ●対象年齢

- ・ 未就学児（年長）？
- ・ 小学生低学年（1年生～3年生）
- ・ 親子活動（子ども会、町内会、幼稚園、保育園、小学校、支援学校など）

## ●事前準備（実施団体）

- ・ 1グループ（班）、4～6名の班分け（実施団体に事前告知）
- ・ グループ（班）内でのリーダー（班長）の選出と任命
- ・ 携行品の告知…水分、タオル、筆記用具、（お弁当？）など
- ・ 救急セット？

## ●実施方法

- ・ 手順…①集合（任意の場所）
  - ②班単位での整列（リーダーが前）
  - ③リーフレットの配布（各グループに一枚）
  - ④引率者が説明
    - 説明用リーフレットを読み上げる
    - 「走らない」「ケガをしない」「ゴミを捨てない」などを強調
  - ⑤終わりの時間の確認と告知
    - 各所に時計がある
    - スタッフ（オレンジのユニフォーム）に時間を聞く
    - 集合の確認（出発場所 or 任意の場所）
  - ⑥目的の再確認
    - みなさんが良く利用する越後丘陵公園をより便利に知ってもらうため
  - ⑧答え合わせ
    - ・ 答えの発表（かおりのばら）
      - 正解のグループで
      - \*一番早かったグループに拍手

\*二番目に早かったグループに拍手

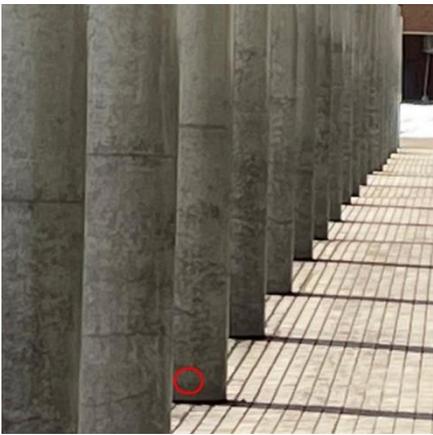


\*間違ったグループにも拍手

※別紙

- 1.実施団体への「実施要項リーフレット」
- 2.プログラム参加者「プログラムリーフレット」

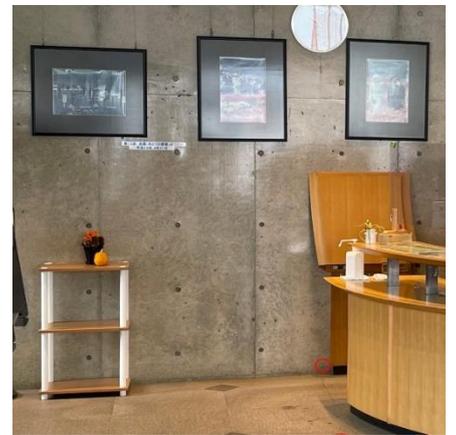
- 画像の赤丸の場所に約 10 cm×10 cmのひらがな 1 文字を張り付けてある
- その文字を組み合わせる文章を作り完成させる



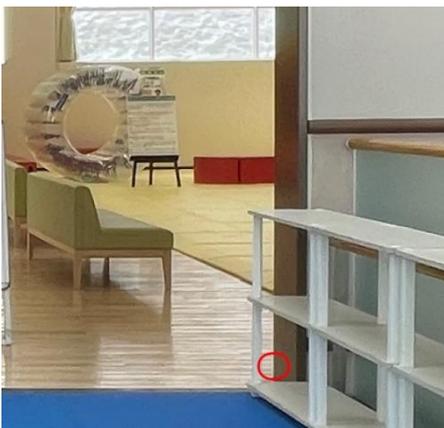
「か」



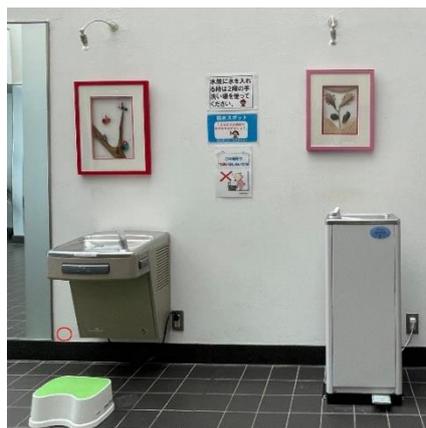
「お」



「り」



「の」



「ば」



「ら」

