

きみかめ

# アクティビティ集

2026  
年度



## 本誌の使い方

本誌からやってみたいアクティビティをお選びください。

ご要望やご相談、ご不明点があれば、「きみかめ」へご連絡ください。

ご要望に合わせて調整いたします。

楽しく学べる体験を！

千葉県立君津亀山青少年自然の家

〒292-0526 千葉県君津市笹字片倉 1661-1

TEL:0439-39-2628

FAX:0439-39-2609 HP: <https://kimikame.net/> E-mail: [info@kimikame.net](mailto:info@kimikame.net)

指定管理者：千葉自然学校グループ(代表者 NPO 法人千葉自然学校)



## 森に親しみ、学ぶ活動

- ① きみかめの森探検マップ . . . . . 4 ページ
- ② 川探検ツアー . . . . . 4 ページ
- ③ 森探検ツアー . . . . . 5 ページ
- ④ お散歩カードで森探検 . . . . . 5 ページ
- ⑤ 森のビンゴ . . . . . 5 ページ
- ⑥ フォレストコーミング  
～森の宝物探し～ . . . . . 5 ページ
- ⑦ 自然発見ゲーム . . . . . 5 ページ
- ⑧ 森のスライドショー . . . . . 5 ページ
- ⑨ 森の豊かさを守ろう  
～未来のための森整備～ . . . . . 6 ページ
- ⑩ スコアオリエンテーリング . . . . . 6 ページ
- ⑪ 森のグループチャレンジ . . . . . 6 ページ
- RENEWAL** ⑫ 森と芝生のプチポイントラリー . . . . . 6 ページ
- ⑬ きみかめクエスト（野外版） . . . . . 6 ページ
- ⑭ きみかめクエスト . . . . . 6 ページ

## 夜の活動

- ⑳ キャンプファイヤー . . . . . 10 ページ
- ㉑ キャンドルファイヤー . . . . . 10 ページ
- ⑳ ナイトハイク . . . . . 10 ページ
- ㉓ 星空観察 . . . . . 10 ページ



## 絆を深める活動

- ⑮ KAP  
Kimikame Adventure Program . . . . . 7 ページ
- ⑯ チームビルディングゲーム . . . . . 7 ページ
- RENEWAL** ⑰ 芝すべり . . . . . 8 ページ
- NEW** ⑱ 段ボールそりで遊ぼう！  
～作る楽しさ、分ける大切さ～ . . . . . 8 ページ
- ⑲ スポーツ活動 . . . . . 8 ページ
- NEW** ⑳ モルック . . . . . 8 ページ
- ㉑ グラウンドゴルフ . . . . . 8 ページ
- ㉒ 秘密基地づくり . . . . . 8 ページ

## 環境について学ぶ活動

- ㉓ プラネタリウム . . . . . 9 ページ
- ㉔ 環境教育ワークショップ  
. . . . . 9 ページ
- ㉕ 野生動物をカメラにおさめよう  
. . . . . 9 ページ
- ㉖ ヤマビルと仲良くなるう  
. . . . . 9 ページ
- ㉗ 木のスプーン・フォークづくり  
. . . . . 9 ページ



## 野外技術を身につける活動

- ㉘ キャンプ体験 . . . . . 11 ページ
- ㉙ お天気について知ろう . . . . . 11 ページ
- ㉚ たき火 de おやつ . . . . . 11 ページ
- ㉛ お手軽燻製づくり . . . . . 11 ページ
- ㉜ 焼きそばづくり . . . . . 12 ページ
- NEW** ㉝ 地元食材でつくる羽釜ご飯と豚汁 . . . . . 12 ページ
- ㉞ カオマンガイづくり～タイ風チキンライス～ . . . . . 12 ページ
- ㉟ カレーライスづくり . . . . . 13 ページ
- ㊱ ドラム缶ピザ&スープづくり . . . . . 13 ページ



・入所日の午前中、退所日の午後、17時以降は指導がつきません。  
 ・アクティビティごとに対応可能人数が決まっています。  
 必ず各ページでご確認ください。

## 災害に備える活動

- ④① 火おこしチャレンジ  
 . . . . . 14ページ
- ④② 飲み水を集める  
 . . . . . 14ページ
- ④③ 寝床の確保  
 ～ロープワークを覚えよう～  
 . . . . . 14ページ



## つくる活動

- ④④ ネイチャークラフト . . . . . 15ページ
- ④⑤ 木の実ストラップづくり . . . . . 15ページ
- ④⑥ バードコール . . . . . 15ページ
- ④⑦ まがたまづくり . . . . . 16ページ
- ④⑧ 万華鏡づくり . . . . . 16ページ
- ④⑨ 間伐材からつくる焼き板クラフト . . 16ページ
- ④⑩ 蜜燭キャンドルづくり . . . . . 16ページ
- ④⑪ 葉っぱのハガキ . . . . . 17ページ
- ④⑫ ネイチャースケッチ . . . . . 17ページ
- ④⑬ 森の名札づくり . . . . . 17ページ
- ④⑭ 葉っぱのたたき染めエコバック . . . 17ページ

## ハイキング・登山

- ⑤⑤ 片倉ダム湖畔ハイキング . . . . . 18ページ
- ⑤⑥ 笹川湖展望台ハイキング . . . . . 18ページ
- ⑤⑦ 三石山ハイキング . . . . . 18ページ
- ⑤⑧ 鋸山登山 . . . . . 18ページ
- ⑤⑨ 石射太郎山・高宕山登山 . . . . . 18ページ



## 地域の匠に学ぶ活動

- ⑥⑩ 川遊び・森体験  
 ～森・水・川を通しての環境学習プログラム～ . . . . . 19ページ
- ⑥⑪ 1. 藍染めハンカチ 2. 藁細工 . . . . . 19ページ
- ⑥⑫ 1. 屋久杉を使った箸づくり体験  
 2. ひのきスプーンづくり . . . . . 19ページ
- ⑥⑬ 上総堀り体験 . . . . . 20ページ
- ⑥⑭ 鹿角キーホルダー作りを通じた命の授業 . . . . . 20ページ
- ⑥⑮ 農業体験 . . . . . 20ページ



アクティビティ料金表 . . . . . 21ページ  
 近隣の体験団体一覧 . . . . . 23ページ

自然体験活動における安全管理 . . . 22ページ

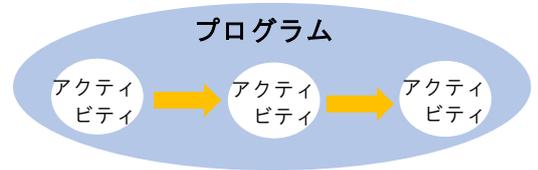
はじめに  
お読みください

## 計画づくりの チェックポイント

無理な計画にはなっていませんか？  
活動中の移動時間を含めるなど、きみかめを訪れる  
際は時間に追われない、詰めすぎず、ゆとりのある計画  
をお願いいたします。

### 1. プログラムとアクティビティって何？

- **プログラム**：アクティビティを組み合わせることで「ねらい」に向けて「流れ」を持たせた活動
- **アクティビティ**：プログラムの中のひとつの活動



### 2. プログラムの組み立て

プログラムはいくつものアクティビティの積み重ねによって出来上がる。  
では、面白い、楽しい、活動ばかりを続ければよいのか・・・？



活動によって何を伝えたいのか「目的」「ねらい」を明確にし、その目的、ねらいを達成するためにアクティビティを用意していく。

### 3. 活動計画づくりのチェックポイント

- 参加者に何を伝えたいのか（目的・ねらい）設定する。
- 目的、ねらいを活動前に引率者全員で共有する。
- プログラムの流れを、「導入」「本体」「まとめ」にわけて考える。  
プログラムが一つの物語となるような「ストーリー」をつくると、なお効果的な活動に！
- 詰め込み型プログラムにならないよう、移動・休憩時間を入れて、活動計画を考える。  
時間が余ったら、「芝すべり」がオススメ！
- 雨天、荒天時の代替の活動も忘れずに。
- ハイキングやスポーツなどの「動」の活動を実施した後は、クラフトやプラネタリウムなど「静」の活動を組み合わせるなど、参加者が集中して活動に取り組める工夫を！
- 「体験だけ」活動にならないように、活動の終わりにふりかえりの時間を確保する。

活動のための

## 適切な服装を ご用意ください

活動計画を立てる際に、事故やケガを防止するために適切な服装と準備物を考えてください。そして利用当日までに参加者に指導を行ってください。



#### 【例：スコアオリエンテーリング】

動きやすい服装（肌を守るため、長袖、長ズボンが望ましい）・運動靴・帽子・水筒・虫よけ など

#### 【例：カレーライスづくり】

長袖・長ズボン（火から肌を守るため）・運動靴・帽子・軍手（綿製、滑り止めのないもの）・エプロン など

**※必要な準備物は、アクティビティごとに記載されています。  
事前に確認をして当日お持ちください。**



晴れの時  
実施可能



雨の時も  
実施可能



きみかめ  
スタッフ  
指導有

※★がない  
アクティビティは  
団体指導となります

# 森に親しみ、学ぶ活動

きみかめの豊かな森をフィールドとし、動植物などの自然に目を向け、興味・関心を高める活動です。また、普段の生活ではなかなか見たり、聴いたりできない自然について室内で学ぶアクティビティもあります。フィールド活動の事前学習としてもご利用いただけます。

## ①きみかめの森探検マップ



きみかめの森ってどんな森？地図を片手にきみかめの森を探検しよう！きみかめの森探検マップ（セルフガイドシート）をもって自由に森を散策します。

●ねらい きみかめの森を知る。森の自然に触れ、森林環境に身を置くことにより清々しい感覚や爽快感、癒しなどを得るとともに、森林環境への理解を促し環境保護意識を高める。

- 対象 どなたでも
- 対応人数 特になし
- 所要時間 特になし(団体で自由に設定)
- 費用 無料
- 会場 きみかめの森
- 持ち物 動きやすい服装・帽子・水筒・虫よけスプレー



※備考 実施前にきみかめの森探検マップの貸し出しを行います。

平日  
70分くらい！

## ②川探検ツアー 【適期】6月～9月



きみかめ周辺の川へスタッフとともに探検に行きます！生き物探しや沢歩きなどの川遊びを通して川や森の自然を感じ学びます。水深がひざ下以下での活動になります。

●ねらい 川の自然や生き物たち、川と森のつながりを知るとともに、理解を深める。

- 対象 小学生～大人向け
- 対応人数 15名～45名
- 所要時間 4時間以上
- 費用 ヘルメット・ライフジャケットレンタル代500円/人 ※備品に限りがあり、実施できない場合があります。
- 会場 滝原地区湖畔公園・笹川支流など



※備考 スタッフ対応は川(現場)から同行になります。川までの移動手段・方法は各団体で調整をお願いします。晴れの場合でも、増水など川の状況により実施出来ない場合があります。

### 川探検ツアーの流れ(4時間想定)

0:00 ライフジャケット・ヘルメットの合わせ

0:30 スタッフ合流場所まで移動  
(バス移動)

集合・オリエンテーション

(徒歩移動)

1:05 入渓地点

…安全の話、装備最終確認等

1:15 川探検開始

2:45 川探検終了・まとめ

…まとめ後、身支度をして所へ移動

3:30 片付け

…帰所後、装備の洗浄、返却

4:00 終了



### 川探検ツアーの服装・持ち物

※適した服装、装備がないと危険です。

事前に必ずご確認ください。

濡れてもよい服装  
※ナイロン製のもの。  
地肌の露出があるとケガをしやすいので、長ズボンやタイツが望ましい。

軍足(滑り止め用靴下)  
※滑りやすい場所を歩くため、滑り止めとして靴の上から履きます。ホームセンターなどで購入することができます。



- その他持ち物
- ・虫よけスプレー
- ・網
- ・バケツ
- ・観察ケース
- ※生き物を一時保管して観察する物



濡れても良い靴下  
※靴ずれ防止のため

濡れても良い靴  
(サンダル不可・かかとのある靴)



### ③ 森探検ツアー

きみかめスタッフが  
ご案内します

きみかめの森に探検に行きます。森の中に棲む生き物の痕跡さがしや自然観察を通して森の自然を感じ学びます。

- ねらい 森の自然や生き物たちを知るとともに理解を深める。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～50名
- 所要時間 1時間～2時間
- 費用 無料
- 会場 きみかめの森
- 準備物 動きやすい服装・帽子・軍手・水筒・虫よけスプレー



### ④ お散歩カードで森探検

カードを見ながら、森の中をグループごとにお散歩します。五感（見る・聴く・嗅ぐ・触る・食べる）を使って自然を楽しむことができます。

- ねらい 森の中で五感を使って様々なものを発見し、自然への興味や関心を引き出す。
- 対象 幼児向け
- 対応人数 特になし
- 所要時間 1時間～1時間30分
- 費用 無料
- 会場 きみかめ周辺
- 持ち物 帽子・水筒・虫よけスプレー



※備考 備品はきみかめスタッフが用意いたします。備品貸し出しの際、引率の方へ事前説明を行います。

### ⑤ 森のビンゴ

五感を使って自然の中にあるいろいろな物を見つけ、ビンゴを完成させます。「お題」を探しているうちに新しい発見があるでしょう。

- ねらい 森の生き物や自然環境に興味を持ち、理解を深める。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 特になし
- 所要時間 1時間～
- 費用 無料
- 会場 きみかめの森
- 持ち物 動きやすい服装・帽子・水筒・虫よけスプレー・筆記用具・ビンゴカード



※備考  
ビンゴカードはきみかめのHPからダウンロードし必要枚数をコピーしてご用意ください。  
ビンゴカードは、各団体で自作できる空欄のものもあります。

### ⑥ フォレストコーミング ～森の宝物探し～

※スタッフ指導は選択制です。  
必ず有無を選択してください。

フォレストコーミングとは、森の中にある色々な物を拾い楽しむこと。拾った物をじっくり観察することで森の営みを感じます。また、拾い集めた物を使ってビンゴを楽しみます。

- ねらい 森の自然環境に興味を持ち理解を深めるとともに、自然物を通して森の環境について知る。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～200名
- 所要時間 1時間～2時間30分
- 費用 無料
- 会場 きみかめの森
- 持ち物 動きやすい服装・帽子・水筒・虫よけスプレー・ビニール袋・筆記用具



### ⑦ 自然発見ゲーム

自然を楽しむ五感（見る・聴く・嗅ぐ・触る・食べる）を使ったゲームです。様々な角度から自然を感じ、今まで気づかなかった発見を促します。

- ねらい 自然の中でのゲーム活動を通して、自然に対する感性を高める。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～50名
- 所要時間 2時間
- 費用 無料
- 会場 きみかめ周辺
- 持ち物 帽子・水筒・虫よけスプレー



※備考 備品はきみかめスタッフが用意いたします。



### ⑧ 森のスライドショー

きみかめ周辺の魅力を、写真や実物を使って伝えます。活動前の動機づけや、活動後のふりかえりなどに有効な活動です。

- ねらい きみかめ周辺の特色を知ること、身近な動植物や地域に親しみを持つ。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～300名
- 所要時間 1時間
- 費用 無料
- 会場 研修室・創作室・体育館・和室研修室
- 持ち物 特になし



※備考 トイレを済ませてから会場へお集まりください。



晴れの時  
実施可能



雨の時も  
実施可能



きみかめ  
スタッフ  
指導有

※★がない  
アクティビティは  
団体指導となります

## ⑨ 森の豊かさを守ろう



～未来のための森整備～

きみかめスタッフになってきみかめの森を整備します。森の整備の仕事ってどんなことをするの？など仕事としての森の整備の意義を知る職業体験、ならびに「SDGs 15 “陸の豊かさを守ろう”」に貢献します。

- ねらい 職業体験を通して学ぶことの意義や働くことの意義を理解するとともに、環境保護意識を高める。
- 対象 小学生～大人向け
- 対応人数 特になし
- 所要時間 特になし(団体で自由に設定)
- 費用 無料
- 会場 きみかめの森
- 準備物 汚れても良い服装・帽子・軍手・水筒・タオル・虫よけスプレー



※備考 内容は時期によって異なります。ご相談ください。  
(ぼうき、熊手等の道具はきみかめで用意します。)

## ⑩ スコアオリエンテーリング



説明のみ

地図を頼りに、きみかめの森にあるポストを探し、グループごとに合計点を競う活動です。活動を通してグループの仲間意識が育まれます。ロングコース、ショートコースがあります。

- ねらい 仲間と協力してポストを探すことで絆を深める。自然の中でオリエンテーリングをすることで自然を楽しむ。
- 対象 小学生～大人向け
- 対応人数 特になし
- 所要時間 ショートコース1時間30分  
ロングコース2時間30分  
※説明、答え合わせの時間含む
- 費用 無料
- 会場 きみかめ周辺・オリエンテーリングコース
- 持ち物 帽子・水筒・時計・筆記用具・虫よけスプレー



※備考

事前に必ず下見をして、危険個所を確認してください。  
きみかめスタッフは、実施前の安全説明・ルール説明のみを行います。備品の貸し出しは、事前に借用書の提出が必要です。実施後、貸し出し備品を事務室へお戻しください。

## ⑪ 森のグループチャレンジ



説明のみ

スコアオリエンテーリングの活動に、課題ポイントが加わった活動です。課題ポイントでは、グループで協力して解決する内容やクイズなどを出します。

- ねらい 課題解決を通して、班内の団結力を高める。感性を高める。
- 対象 小学生(5～6年生)～大人向け
- 対応人数 特になし
- 所要時間 2時間～2時間30分
- 費用 無料
- 会場 きみかめ周辺・スコアオリエンテーリングコース
- 持ち物 帽子・水筒・時計・筆記用具・虫よけスプレー



※備考 事前に必ず下見をして、危険個所を確認してください。  
また、課題ポイントのうち、3か所は有人ポイントのため、引率者を配置してください。  
備品の貸し出しは、事前に借用書の提出が必要です。きみかめスタッフは実施前の安全説明・ルール説明のみを行います。



お手軽  
オリエンテーリング

## ⑫ 森と芝生の



## プチポイントラリー

きみかめの森や芝生に隠されたたくさんのポイントをめぐり、チェックカードにシールを集めていきます。ポイントでは体を使ってお題にチャレンジ！仲間と一緒にクリアを目指そう。雨天時は館内で実施します。

- ねらい 自然の中で体を動かし、仲間と一緒に楽しむ。
- 対象 幼児～中学生(発達のゆるやかな児童・生徒に おすすめ)向け
- 対応人数 15～150名(幼児1班10人程度、  
小中学生1班6～8人程度)
- 所要時間 1時間 ※ポイント数により時間の調整可能
- 費用 無料
- 会場 \*きみかめ周辺の森と芝生 / ↑館内
- 持ち物 帽子・水筒・時計・虫よけスプレー

## ⑬ きみかめクエスト



～野外版～

なぞとき  
オリエンテーリング

きみかめ周辺の屋外や森に行って謎解きにチャレンジしよう。地図にかかれたお題に従って全てのポイントを回り、隠された暗号を見つけ出せたら成功です。

- ねらい 班で地図を読み取りながら活動することを通して、チームワーク力を高める。
- 対象 小学生～大人向け
- 対応人数 特になし
- 所要時間 1時間～1時間30分
- 費用 無料
- 会場 きみかめ周辺の森と芝生
- 持ち物 筆記用具・帽子・水筒・虫よけスプレー



※備考 ポイントの一部が有人ポイントのため、引率者を配置してください。

## ⑭ きみかめクエスト



～1.館内ポイントラリー(通常版)～  
～2.館内ポイントラリー(森の生き物版)～

地図にかかれたお題に従って謎解きの探検に出かけます。全てのポイントを回って隠された暗号を見つけ出せたら成功です。

- ねらい 班で地図を読み取りながら活動することを通して、チームワーク力を高める。
- 対象 小学生～大人向け
- 対応人数 特になし
- 所要時間 1時間～1時間30分
- 費用 無料
- 会場 館内
- 持ち物 筆記用具



※備考 ポイントの一部が有人ポイントのため、引率者を配置してください。

# 絆を深める活動

お互いの信頼関係を構築する「KAP」、「チームビルディングゲーム」など仲間同士の絆を深め、協調性を養う活動です。班の状態に合わせたゲームを行うことで、お互いを知り、お互いの関係を築きあげていきます。

## ⑮ K A P Kimikame Adventure Program



KAP(Kimikame Adventure Program)は集団・人間関係づくりトレーニングです。冒険的なチャレンジ体験を通して、楽しく学びながら自分のあり方やグループを考えるプログラムです。グループやクラスの信頼を深める大きなきっかけとなります。

**キーワード：体験、楽しさ、達成感、コミュニケーション、協力、共感、シェア、気づき、学び**

- ねらい 様々な課題を解決するプロセスを通して、個人やグループが成長することを目的とする。
- 対象 小学4年生～大人向け
- 対応人数 60名程度 10～12名 最大5グループまで
- 所要時間 3～4時間
- 費用 無料
- 会場 屋外 雨天時：体育館・研修室等

雨天時は下の写真のような器具を使用しない「⑩チームビルディングゲーム」を実施します(2時間程度)。

### ●指導体制

自然の家職員と団体引率者がファシリテーターとなり、活動をすすめます。1団体につき1名の自然の家職員(ファシリテーター)がつきます。10～12名の1つのグループに1名のファシリテーターが必要です。(例：全体で5グループの場合、ファシリテーターが5名必要)

上記の場合：自然の家職員1名+引率者4名

引率者(当日の引率者全員)は実施前に、事前研修を必ず受けてください。

- 持ち物 帽子・水筒・虫よけスプレー

※下の写真は活動の一例です。対象の年齢層やグループの状態、活動時間によって活動内容を決定します。

## K A P 活動紹介 (一部抜粋)

グループ全員が巨大なシーソーに乗り、  
地面につかないようにバランスをとれ!



ジャイアントシーソー

### TPシャッフル



全員が丸太の上に乗し、落ちないように与えられた課題の順に並び替える!



### 浮き台わたり

ロープを使い着地台に全員が乗り移れ!  
誰かが落ちたら最初からチャレンジする。



### 島めぐり

全員が一つの島に乗り隣の島まで板を使って移動しろ!誰かが落ちたり、板が地面についたらやり直し。

## ⑯ チームビルディングゲーム



集団・人間関係づくりをゲームを通して体験します。出会いのゲーム、課題解決ゲームを通して緊張した心と身体をほぐしながらお互いを知り、仲間との絆を深めます。対象の年齢や目的に合わせて、効果的な内容をご提案します。

- ねらい ゲームを通してお互いを知り、仲間との信頼を深める。
- 対象 小学生～大人向け
- 対応人数 15～200名
- 所要時間 1時間～2時間
- 費用 無料
- 会場 体育館・研修室・野外
- 持ち物 帽子・水筒・虫よけスプレー



※備考 きみかめスタッフが備品の用意と進行をしますが、引率の方にお手伝いいただけます。



晴れの時  
実施可能



雨の時も  
実施可能



きみかめ  
スタッフ  
指導有

※★がない  
アクティビティは  
団体指導となります

RENEWAL

## ⑰芝すべり

芝の斜面をプラスチックソリで滑ります。それぞれが自由に楽しんだり、全員で「よーいドン！」で競争したりと、遊び方に決まりはありません。

- ねらい 自然の中で思いっきり遊ぶことを通して、健全な心と体を育む。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～300名
- 所要時間 状況に応じて設定
- 費用 無料
- 会場 遊水池斜面
- 持ち物 段ボール



芝すべり用のプラスチックソリが無料でレンタル可能になりました！

NEW

## ⑱段ボールそりで遊ぼう！

～作る楽しさ、分ける大切さ～

段ボールで自分だけのソリを作って遊びます。遊んだ後は、ゴミの分別を行い環境への配慮についても学びます。楽しむだけでなく、分別の大切さも体験できるプログラムです。

- ねらい 想像力、創作力を鍛えるとともに、資源ごみの分別について考える。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～300名
- 所要時間 状況に応じて設定  
例：ソリづくり30分、ソリすべり30分  
片付け15分
- 費用 無料  
※当施設でゴミの処分を希望される場合  
1枚につき 45ℓ：100円 70ℓ：150円(処理費込み)
- 会場 創作室、Aピロティ、体育館、遊水池斜面
- 持ち物 段ボール、ソリ作成に必要なもの



※備考 ソリを作成するための道具などは団体用意となります。はさみは貸し出し可能です。最後に、ゴミの分別を確実にお願いいたします。(分別の方法を記載した資料をお渡しします。)

## ⑲スポーツ活動

体育館や、屋外の広場で体を動かし、スポーツを楽しみます。

【室内】ドッジボール・卓球・バドミントン・バレーボール・バスケットボール・ボッチャなど。

- ねらい スポーツを通じて、親睦を深める。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～300名
- 所要時間 状況に応じて設定
- 費用 無料
- 会場 体育館・芝生広場
- 持ち物 帽子・水筒



※備考 備品の貸し出しは事前に借用書の提出が必要です。ただし備品数には限りがありますので、ご希望に添えない場合もあります。詳細は22ページ「備品一覧」をご確認ください。使用後は体育館の清掃(モップがけ)や、備品の返却をお願いします。終了後、事務室までお声がけください。

NEW

## ⑳モルック

モルックとは、フィンランド発祥のアウトドアスポーツです。「モルック」と呼ばれる木製の投げ棒を使って、数字が書かれたピン(スキットル)を倒し、得点を競います。

- ねらい スポーツを通じて仲間と協力することで、交流を深める。
- 対象 小学生～大人向け
- 対応人数 15名～50名(最大5セット)
- 所要時間 状況に応じて設定
- 費用 無料
- 会場 野外・体育館・研修室
- 持ち物 帽子・水筒・虫よけスプレー



※備考 備品の貸し出しは事前に借用書の提出が必要です。実施後、貸し出し備品を事務室へお戻しください。野外での実施後は雑巾で拭いてからご返却ください。

## ㉑グラウンドゴルフ

きみかめの芝生を活用してゴルフのようにボールをクラブで打ちホールポストにホールインするまでの打数を競います。ルールも簡単のため、だれでも手軽に楽しむことができます。

- ねらい スポーツを通じて、親睦を深める。
- 対象 小学生(3～6年生)～大人向け
- 対応人数 15～72名(1班6人)※最大班数12班
- 所要時間 1時間30分～2時間
- 費用 無料
- 会場 野外
- 準備物 帽子・水筒・筆記用具



※備考 備品の貸し出しは、事前に借用書の提出が必要です。開始前にコースセッティングなど30分程度の準備が必要です。

## ㉒秘密基地づくり

自然の素材を利用したオリジナルの秘密基地をつくろう！どんな基地を作るか、自分たちで考えるところからはじめます。

- ねらい 自然に親しみ、班内の交流をはかる。
- 対象 小学生～中学生向け
- 対応人数 15～100名(1班10名程度)  
※最大班数10班
- 所要時間 2時間30分～3時間  
片付け1時間
- 費用 無料
- 会場 きみかめテントサイト
- 持ち物 帽子・軍手・水筒・虫よけスプレー・ヒモ・ロープ・はさみ



※備考 10人が入れる大きさの竹の三脚とノコギリの貸出が可能です。(貸出可能数最大各10組)。三脚に枝や葉っぱを縄で縛っていくことで大きな秘密基地が出来ます。最後に秘密基地の撤収、材の片付けをして終了してください。

# 環境について学ぶ活動

直接体験を通し環境について考えるきっかけをつくり、自然環境への興味を高める活動です。持続可能な自然環境への取り組みができる人の育成を目的とします。

## ②3 プラネタリウム

人気!  
アクティビティ



【投影時間】10月～6月:9時～17時

7月～9月:9時～15時

季節ごとの星座やその日に見られる星など、その時々にあわせ投影します。マニュアル操作なので、ご希望の内容にあわせた投影ができます。

●ねらい 星や天体、宇宙への興味を高める。

●対象 幼児～大人向け

●対応人数 15～180名

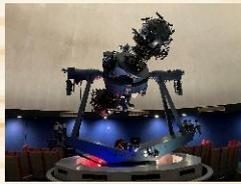
●所要時間 30分～1時間

●費用 無料

(団体種別により18歳以上は1人1回200円)

●会場 プラネタリウム室

●持ち物 特に無し



※備考 月の満ち欠けや星の色や温度など、小学校理科の学習指導要領に即した投影もできます。トイレを済ませてからプラネタリウム室にお集まりください。夜間は投影できません(17:00 投影終了※夏季は15:00)。

## ②4 環境教育ワークショップ



活動を通して、環境について考えるきっかけをつくり、行動できる人の育成を目的とした学習プログラムです。自然の生態系、水資源、資源循環や人の生活について考えます。

●ねらい 人間と自然の関係を考え、自然環境についての興味を高める。

●対象 小学生(4～6年生)～大人向け

●対応人数 15～100名

●所要時間 2時間～2時間30分

●費用 無料

●会場 体育館・研修室・小ホール・野外

●持ち物 特に無し



※備考 きみかめスタッフが備品の用意と進行をしますが、引率の方にお手伝いいただきます。

## ②5 野生動物を

カメラにおさめよう ※秋～冬頃の実施がおすすめ

2日間  
プログラム!



きみかめの森にいる動物たちの説明をした後、きみかめの森の中に入り、センサーカメラを一晩仕掛けて動物の姿を捉えます。次の日にセンサーカメラの動画を確認します。

●ねらい 野生動物の行動を知り、その生態を理解する。

●対象 小学生(4～6年生)～大人向け

●対応人数 15～50名

●所要時間 1日目 事前説明・設置:2時間  
2日目 映像確認:1時間

●費用 無料

●会場 きみかめの森・創作室・研修室・体育館

●持ち物 水筒・軍手・帽子・虫よけスプレー



## ②6 ヤマビルと

仲良くなろう【適期】5月～10月



森の中にすんでいる嫌われ者の「ヤマビル」さん。でも、ヤマビルの動き方や生態、その一生などを知ることで、ヤマビルが可愛く見えてくるかもしれません。ヤマビルを捕まえて、観察することを通して、「ヤマビル」という生き物に対する知識・理解を深めます。

●ねらい 森の中で暮らす生き物についての理解を深める。いつもとは違った視点から嫌われている生き物を見てみる。

●対象 幼児～大人向け

●対応人数 15～300名

●所要時間 1時間30分～2時間

●費用 無料

●会場 きみかめの森、採取後は体育館・研修室・創作室

●持ち物 帽子、水筒、虫よけスプレー



## ②7 木のスプーン・フォークづくり



柴刈り(森や山から小さな雑木や枝を採集すること)をし、森の整備を行います。その後、整備で出た材からお気に入りの木の枝を探して、自分の手の大きさに切りそろえ、オリジナルのフォーク・スプーンを作ります。

●ねらい 森の恵みを使って身近なものを作ることを通して自然とのつながりを感じる。

●対象 小学生(5～6年生)～大人向け

●対応人数 15～150名

●所要時間 1時間30分～2時間程度

●費用 250円/個

●会場 きみかめの森、創作室・Aピロティ

●準備物 軍手



※備考 「柴刈り」を目的としたプログラムのため、雨天時の実施はできません。



晴れの時  
実施可能



雨の時も  
実施可能



きみかめ  
スタッフ  
指導有

※★がない  
アクティビティは  
団体指導となります

# 夜の活動

きみかめで過ごす夜。火を囲みつつ親睦を深めるキャンプファイヤーやキャンドルファイヤー。星空の観察。多くの動物たちが暮らす森でのナイトハイク。思い出に残る夜の活動はいかがですか。



人気!  
アクティビティ



## 28 キャンプファイヤー



薪をくべて、火を灯します。火を囲み、歌や踊り、ゲームを楽しみます。親睦が深まり、一体感が生まれます。

- ねらい 火を囲みゲームや歌を通じて、親睦を深める。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 特になし
- 所要時間 1時間30分～2時間
- 費用 1セット1,500円(薪・灯油代)
- 会場 第1営火場・第2営火場・第3営火場(駐車場)
- 持ち物 懐中電灯

※備考 実施前、薪や道具などの設営準備が必要です。事務室にお声がけください。(燃料、薪類の持ち込みはできません。)  
備品の貸し出しは、事前に借用書の提出が必要です。実施後貸し出し備品は所定の場所へお戻しください。

## 30 ナイトハイク



夜の森をゆっくり歩くことで、昼間の森とは違った暗さ・静けさ・生き物の息づかいを肌で感じることができます。

- ねらい 夜の暗さや森の雰囲気、五感を使って体感する。
- 対象 小学生～大人向け
- 対応人数 特になし
- 所要時間 30分～1時間
- 費用 無料
- 会場 きみかめ周辺
- 持ち物 懐中電灯・虫よけスプレー



※備考 事前に歩くコースをご相談ください。またコースの下見を必ず行ってください。

人気!  
アクティビティ

## 29 キャンドルファイヤー



ろうソクに火を灯して、火を囲み、歌や踊り、ゲームを楽しみます。親睦が深まり、一体感が生まれます。

- ねらい ろうソクの火を囲みゲームや歌を通じて、親睦を深める。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 特になし
- 所要時間 1時間30分～2時間
- 費用 しょく台ろうソクセット550円  
(1セット20本ろうソクレンタル代)  
手しょくろうソク1本5円(購入する場合)
- 会場 体育館・小ホール・研修室
- 持ち物 特になし



※備考 手しょくろうソクが必要な団体は持参または購入をお願いします。備品の貸し出しは、事前に借用書の提出が必要です。実施後貸し出し備品を事務室へお戻しください。

## 31 星空観察



都会では味わうことができない、澄んだ星空を見ることができます。

- ねらい 星や天体、宇宙への興味を高める。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 特になし
- 所要時間 1時間～2時間
- 費用 団地で実施する場合は無料。  
外部講師依頼の場合は費用17,000円～  
講師1名以上/対応人数により変動します。  
例:50名の場合、費用17,000円講師1～2名
- 会場 屋上・駐車場・芝生の広場など
- 持ち物 防寒着など



※備考 講師依頼希望の場合は、きみかめへご連絡ください。こちらから講師と日程調整を行います。当日の詳細につきましては、講師と直接連絡を取っていただきます。(講師の都合により対応できない場合もございます。)

# 野外技術を身につける活動

ボタンひとつで電気、火がつく便利な現代だからこそ、不便な状況下では生き抜いていくたくましさが必要とされています。このアクティビティを通して、野外で活動する際の基本的な技術、工夫、安全意識などを養うことを目的としています。

## 32 キャンプ体験



緑に囲まれたテントサイトで、一晩を過ごします。仲間と共に 野外で寝ることを通して、自然に対する感受性や仲間との一体感を育みます。施設での食事や入浴も可能です。

- ねらい 野外で宿泊することを通して、自然に対する感受性を広げる。仲間とともに野外で宿泊することで、仲間との一体感を楽しむ。
- 対象 小学生～大人向け
- 対応人数 15～50名
- 所要時間 事前説明・テント設営:1時間、片付け:1時間
- 費用 大人830円/人(1泊)こども300円/人(1泊)  
寝袋用シーツクリーニング102円/人  
※使用した場合のみ
- 会場 きみかめテントサイト
- 持ち物 懐中電灯・雨具



※備考 テント・テントマット・寝袋は無料で貸出可能です。悪天候時には施設泊もできる状態で体験できます。また、片付けはスタッフのチェックが必須となります。

## 34 たき火deおやつ



森から木の枝や葉っぱを拾ってきて、火をおこしておやつを食べます。季節によっておやつを選べます。

通常：マシュマロ、秋：さつまいも など

- ねらい 森の整備をして環境の手入れをし、火のおこし方を学ぶ。食べ物をつくる楽しさを味わう。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～50名
- 所要時間 2時間
- 費用 200円～(マシュマロ代、さつまいも代等)・  
薪代360円/束
- 会場 野外炊飯場
- 持ち物 帽子・水筒・軍手・[串(1人1本)・アルミホイル(さつまいも用)]

※備考 備品の貸出しは、事前に借用書の提出が必要です。



## 33 お天気について知ろう



ペットボトルを使った雲を作る実験、雲のスライドショー、晴れていれば野外で観天望気など、体験を通して楽しく「天気」について学びます。

- ねらい 実験や観天望気などの体験を通して、身近な天気について学ぶ。
- 対象 小学生(4～6年生)～大人向け
- 対応人数 15～100名
- 所要時間 2時間
- 費用 無料
- 会場 きみかめ周辺  
(雨天時は室内)
- 持ち物 特になし



※備考 備品はきみかめスタッフが用意いたします。

## 35 お手軽燻製づくり



※スタッフ指導は選択制です。有無を選択してください。

野外炊飯をしながら、同時に燻製づくりにもチャレンジ！きみかめオリジナルの木製スモーカーを使って、お手軽な燻製を楽しみましょう。

- ねらい 食べ物をつくる楽しさを味わう。保存食である燻製について学ぶ。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 特になし
- 所要時間 3時間程度
- 費用 ウイナー10本 400円  
チーズ(プロセスチーズ)4個 180円  
バターピーナッツ100g 120円  
※おやつ程度に食べる場合  
100gで2～4名が適切  
スモークチップ(1袋) 610円  
※1袋で1台のスモーカーを2時間程度燻製可能  
スモーカー1台にチーズ100個程度を一度に燻製できます。
- 会場 野外炊飯場
- 持ち物 軍手・ふきん・台ふきん・スポンジ・洗剤・金タワシ



※備考 野外炊飯と同時進行で実施できます。



晴れの時  
実施可能



雨の時も  
実施可能



きみかめ  
スタッフ  
指導有

※★がない  
アクティビティは  
団体指導となります

### ★野外炊事の実施について

野外炊事の実施希望が同日に複数ある場合、メニュー変更や実施日をずらしていただくなど、調整をお願いする場合があります。



## ③6 焼きそばづくり



※スタッフ指導は選択制です。  
有無を選択してください。

薪を使って火をおこし、焼きそばをつくりまわす。仲間と協力して野外でつくった焼きそばの味は、格別です。

- ねらい 仲間と協力して、食べ物を作る楽しさ、大切さを味わう。
- 対象 小学生(3~6年生)~大人向け
- 対応人数 15~150名 **※最大班数12班**
- 所要時間 3時間程度
- 費用 野外食材代800円/人 お茶とプリン付  
薪代360円/束(目安として2班/1束)
- 会場 野外炊飯場



※備考 **スタッフなしの場合でも片付けのチェック必須です。**

check

### 野外炊事で**必要**な準備物 ~各団体でご用意ください~

- 服装 綿などでできた長袖長ズボン  
(化纤のものは火で溶けるため危険)
- 準備物 軍手(綿製、ゴムのついていない物)  
※ラバー軍手不可  
ふきん(1人につき3枚程度)  
台ふきん スポンジ  
洗剤 クレンザー  
水筒 エプロン  
雨具 三角巾 マスク

※備考 調理器具などの備品の貸出しは、  
事前に借用書の提出が必要です。

200名以上の  
団体にオススメです!

## ③8 カオマンガイづくり

~タイ風チキンライス~



※スタッフ指導は  
選択制です。  
有無を選択して  
ください。

飯ごうにお米、鶏肉、調味料を入れて、かまどで炊けばタイ料理のカオマンガイが完成。ご飯には鶏のダシがたっぷりしみこんでいてうま味たっぷり!

- ねらい 仲間と協力して、食べ物を作る楽しさ、大切さを味わう。食について興味を高める。
- 対象 小学生(3~6年生)~大人向け
- 対応人数 15~280名(1班10~12名程度)  
※最大班数28班
- 所要時間 4時間程度
- 費用 野外食材代800円/人 お茶とプリン付  
薪代360円/束(目安として2班/1束)
- 会場 野外炊飯場

※備考 **スタッフなしの場合でも片付けの  
チェック必須です。**



## ③7 地元食材でつくる 羽釜ご飯と豚汁



※スタッフ指導は  
選択制です。  
有無を選択してください。

地元で採れたお米を羽釜で炊き、また地元の食材を使って豚汁もつくりまわす。地産地消で環境にも体にも優しい食事づくりを体験します。

- ねらい 仲間と協力して食べ物をつくる  
楽しさ、大変さを味わう。
- 対象 小学生(3~6年生)~大人向け
- 対応人数 15~200名(1班10~15人程度)  
※最大班数18班
- 所要時間 4時間~4時間30分
- 費用 野外食材代800円/人 お茶とプリン付  
薪代360円/束(目安として3班/2束)
- 会場 野外炊飯場



※備考 **スタッフなしの場合でも片付けのチェック必須です。**

### 野外炊事の流れ

- ①調理器具消毒・食材運搬  
◆各係が開始10分前に集合して行う。
- ②集合・説明  
◆きみかめ職員より全体説明。  
**※スタッフなしの場合は、引率者が行ってください。  
実施前に、スタッフから引率者へ説明を行います。**
- ③火おこし・調理開始  
◆団体引率者が中心となり行う。
- ④検体採取・配膳  
◆完成したら検体採取をし、きみかめ職員へ提出。
- ⑤いただきます!  
※詳細は利用の手引き14ページをご覧ください。

カレーライスづくりは  
バリエーション豊富なアクティビティで、  
団体ごとに適した活動が可能です！

- ・ 幼児や発達のゆるやかな児童向け  
⇒ 炊飯を厨房へ依頼可能
- ・ 大人数の団体向け  
⇒ 羽釜で炊飯
- ・ 中学生以上向け  
⇒ とことん火おこしカレーライスづくり



チャレンジ編！

## とことん火おこし カレーライスづくり



火がおきるまで、とことん火おこしにチャレンジします。  
指導者は火おこしの方法について何も言わないことで、  
失敗から成功の秘訣を学びます。また、火おこしを通して  
グループ内コミュニケーションを促進します。

- ねらい 火おこしを通してグループ内のコミュニケーションを円滑にし、チーム力を高める。
- 対象 小学生(3~6年生)~大人向け
- 対応人数 15~150名(1班8~10人程度)  
※最大班数18班
- 所要時間 4時間30分~5時間30分

※備考 スタッフなしの場合も片付けのチェック必須です。

人気！  
アクティビティ

## 39 カレーライスづくり



薪を使って火をおこし、飯ごうでご飯を炊き、カレーを煮込み、  
アウトドアクッキング定番のカレーライスをつくります。

- ねらい 仲間と協力して、食べ物をつくる楽しさ、大変さを味わう。
- 対象 小学生(3~6年生)~大人向け
- 対応人数 15~200名(1班7~16人程度)※最大班数18班
- 所要時間 4時間~4時間30分
- 費用 野外食材代800円/人※お茶とプリン付  
薪代360円/束(目安として3班2束)
- 会場 野外炊飯場

※備考 スタッフなしの場合も片付けのチェック必須です。  
ご希望により、厨房で炊いたご飯を提供することが  
できます。  
食事注文書をご確認ください。



### 片付け・点検について

使用した調理器具は次に使う人が気持ちよく  
使えるよう、きれいに洗ってください。

#### check

- ◆鍋のススはクレンザーなどで洗い落とす。
- ◆油污れはついていないか。
- ◆水気をよくふき取る。
- ◆職員のチェックを受けたら棚へ戻す。

※片付けの目安は、1時間程度です。  
余裕を持って時間設定をしてください。

## 40 ドラム缶ピザ & スープづくり



粉からピザ生地を作って、特製ドラム缶でこんがり焼き  
上げます。あつあつのピザを食べましょう。温かいスープ  
もつくります。

- ねらい 仲間と協力して、食べ物をつくる楽しさ、大変さを味わう。
- 対象 小学生(3~6年生)~大人向け
- 対応人数 15~64名(1班8~10人程度)  
※最大班数8班
- 所要時間 4時間~4時間30分
- 費用 野外食材代800円/人※お茶とプリン付  
ドラム缶薪セット900円/缶  
※使用したドラム缶オープンの数によって値段  
が変わります。
- 会場 野外炊飯場

※備考 スタッフなしの場合も片付けのチェック必須です。



本格派！

## 石窯をつかった 本格ピザづくり



石窯だからこそ出せる、超高温で焼く本格ピザです。高温・  
短時間で焼くことで生地の持つ水分やうまみを逃がさずに  
最高の焼き上がりが楽しめます。

- ねらい 仲間と協力して、食べ物をつくる楽しさ、大変さを味わう。
- 対象 小学生(3~6年生)~大人向け
- 対応人数 15~50名(1班8~10人程度)※最大班数5班
- 所要時間 4時間30分~5時間
- 費用 野外食材代800円/人※お茶とプリン付  
石窯薪セット1,200円/基  
※使用した石窯の数によって値段が変わります。
- 会場 野外炊飯場
- 準備物 クッキングシート

※備考 スタッフなしの場合も片付けのチェック必須です。



晴れの時  
実施可能



雨の時も  
実施可能



きみかめ  
スタッフ  
指導有

※★がない  
アクティビティは  
団体指導となります

# 災害に備える活動



※スタッフ指導は選択制です。  
有無を選択してください。

いつ起きるかわからない自然災害。家が壊れ、電気、ガス、水道などのライフラインが停止したとき、自分たちでなんとかしなければならぬとしたら…？そんな時に役立つかもしれないサバイバルスキルを、実体験を通して身につけます。

～以下の中から、希望の活動を選んでください。複数の活動を組み合わせると効果的です～



## ④1 火おこしチャレンジ 【対象】小学生(3年生以上が望ましい)～大人向け

No.	内 容	最大人数・班	時 間	料 金
1	葉っぱや枝を拾って火おこし ※雨天時は中止または薪を使って火おこし 薪を使用する場合は薪一束 360 円が必要です。	100 人・18 班	1 時間 30 分	無料
2	まいぎり式火おこし ※小学校 5 年生以上がオススメ！	50 人・14 班	1 時間	300 円/班
3	乾電池とスチールウールで火おこし	100 人・18 班	1 時間	100 円/班
4	メタルマッチによる火おこし	100 人・18 班	1 時間	無料

### 火おこしに使える道具



まいぎり式火おこし器

原始の火おこし。火をおこすのは大変だと実感できる一方、ついた時の達成感が一番！



スチールウールと電池

家庭にある身近なもので出来る火おこし。一番簡単に火をつけることができる！



メタルマッチ

一番実用的な火おこし道具。使い方をマスターしておくといざという時に役に立つ！

## ④2 飲み水を集める【対応人数:50名】



	内容	時間	料金
1	ペットボトルろ過機でのろ過実験	1 時間	無料

※ペットボトルろ過機を作成し、持ち帰る場合には別途料金、1 セット 100 円が必要です。

## ④3 寝床の確保 ロープワークを覚えよう【対応人数:50名】

	内容	時間	料金
1	ブルーシートでタープ、シェルターづくり ※雨天時は実施出来ません。	2 時間	無料
2	ロープワークを学ぼう	1 時間	無料



# つくる活動

自分の手でものをづくりだす喜びを味わい、創作活動の楽しさを伝えます。幼児から大人まで幅広い年齢の方に対応したアクティビティです。当日のイメージをするため、各活動のキットを事前にお渡しすることもできます。(有料)

## ④④ ネイチャークラフト



※スタッフ指導は選択制です。  
有無を選択してください。

森で集めた自然のものを使って、オリジナルの作品をつくります。どんなものができあがるかはつくり手次第。自由な発想で素敵な作品に仕上がります。

●ねらい 木の葉や木の実などを使うことで、自然物の面白い形に気づき、創作活動の楽しさを知る。

- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～150名
- 所要時間 2時間30分
- 費用 300円/個
- 会場 創作室・Aピロティ
- 準備物 持ち帰り用の箱



※備考 ホットボンドや木工ボンドを使用し、接着していきます。木工ボンドを使用した場合は、乾燥に時間がかかる為、退所日の実施は避けてください。



## ④⑥ バードコール【適期6月～2月】



間伐材を使って、鳥の鳴き声そっくりの音が出るバードコールづくりに挑戦します。完成したら森に出て鳥たちと会話してみましよう。

- ねらい 鳥の鳴き声に興味を持ち、鳴き声の意味や、鳥の生態について知る。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～150名
- 所要時間 1時間30分～2時間程度
- 費用 300円/個
- 会場 創作室・Aピロティ
- 準備物 特になし



※【自然の中で遊ぶ時のお約束】

- ①主に繁殖期（3月～5月）は鳴らさない。
- ②鳥が驚き警戒するので、森の中ではたくさん鳴らない。

## ④⑤ 木の実ストラップづくり



きみかめ近くの自然の中で生えている木や色々な木の実をつかってオリジナルストラップを作ります。

- ねらい 自然の素材を使うことで自然への興味や関心を引き出す。
- 対象 小学生～大人向け
- 対応人数 15～150名
- 所要時間 1時間30分
- 費用 300円/個
- 会場 創作室・Aピロティ
- 準備物 特になし





晴れの時  
実施可能



雨の時も  
実施可能



きみかめ  
スタッフ  
指導有

※★がない  
アクティビティは  
団体指導となります

## ④7 まがたまづくり



※スタッフ指導は選択制です。  
有無を選択してください。

古代人のアクセサリ「まがたま」をつくります。  
好きな形をつくり磨いていくことで、個性豊かな作品が  
できあがります。

- ねらい ロウ石を削り、思い思いに作品を作ることで、  
造形する楽しさを味わう。
- 対象 小学生(3~6年生)~大人向け
- 対応人数 15~150名
- 所要時間 2時間30分程度
- 費用 310円/個
- 会場 創作室・Aピロティ
- 準備物 特になし



## ④8 万華鏡づくり



※スタッフ指導は選択制です。  
有無を選択してください。

三面鏡を使って、オリジナル万華鏡をつくります。比較的簡  
単な内容なので、幼児から低学年の方でも楽しく体験でき  
ます。

- ねらい オリジナルの万華鏡づくりを楽しむ。
- 対象 幼児~大人向け
- 対応人数 15~150名
- 所要時間 1時間~2時間30分
- 費用 350円/個
- 会場 創作室・研修室など
- 準備物 特になし



## ④9 間伐材からつくる 焼き板クラフト

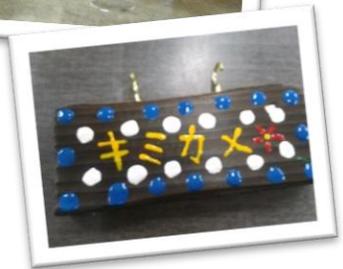


間伐材から作った板を焼いて布で磨くと、独特なつやが出てきます。  
自分でペイントし、オリジナル壁かけをつくりましょう。

- ねらい 森の間伐材を利用し、材を焼き磨くことで、木目の美しさ  
を感じる。木がもつあたたかな風合いを感じる。
- 対象 小学生(3~6年生)~大人向け
- 対応人数 15~150名
- 所要時間 2時間~2時間30分
- 費用 350円/個
- 会場 創作室・Aピロティ
- 準備物 軍手・焼き板を磨く布・持ち帰り用の箱



※備考 塗料でペイントし、ヒートン・ヒモを焼き板に付け壁掛  
けを作ります。乾燥に時間がかかる為、退所日の実施は  
避けてください。



みつろう

## ⑤0 蜜燭キャンドルづくり



ミツバチの巣からとれる蜜燭を粘土のように好きな形にしてオリジナ  
ルのキャンドルを作ります。

- ねらい ミツバチからの恩恵や人との関わりを楽しく学ぶことで、自然  
との繋がりをを感じる。
- 対象 幼児~大人向け
- 対応人数 15~100名
- 所要時間 1時間30分~2時間
- 費用 450円/個
- 会場 創作室・Aピロティ・  
研修室・小ホールなど
- 持ち物 汚れてもよい服装、持ち帰り用の入れ物  
・ゴム手袋(肌が弱い方)



↑キット見本

## ⑤1 葉っぱのハガキ

※スタッフ指導は選択制です。  
有無を選択してください。

落ち葉を使って、白紙のきみかめオリジナルのハガキに貼り付けていきます。最後に透明のブックカバーシールを貼ってできあがりです。

- ねらい 自然のものに触れ、創作する楽しさを味わう。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15名～200名
- 所要時間 1時間～1時間30分
- 費用 100円/個
- 会場 体育館・創作室・研修室など
- 持ち物 きみかめからハガキを発送する場合は切手が必要



※備考 基本はこちらで予め用意した葉っぱを使用します。希望の場合は外に出て落ち葉を採取することができます。



## ⑤2 ネイチャースケッチ

※スタッフ指導は選択制です。  
有無を選択してください。

森の中に入って自分の好きな葉っぱや枝を探し、拾ったもので絵をかいてみよう。

- ねらい 自然に触れるきっかけをつくり、自由な感性で創作活動を楽しむ。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～200名
- 所要時間 1時間～1時間30分
- 費用 無料
- 会場 創作室・研修室など
- 持ち物 持ち帰り用の入れ物・ビニール袋・新聞紙(1人1枚程度)



## ⑤3 森の名札づくり

※スタッフ指導は選択制です。  
有無を選択してください。

木の板に名前や絵を描き、自分だけのオリジナルの名札を作ります。

- ねらい 身近な木の枝を使い、自然を感じてもらう。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～150名
- 所要時間 30分～1時間程度
- 費用 100円/個
- 会場 創作室・Aピロティなど
- 持ち物 板を磨く布切れ



## ⑤4 葉っぱのたたき染め

※スタッフ指導は選択制です。  
有無を選択してください。

### エコバック 【適期】3月～11月

野外で森や葉を観察しながら採取し、森への関心を深めます布に置いた葉っぱをハンマーで叩いて染め、オリジナルのエコバックを作ります。

- ねらい 葉っぱのデザインで森を身近に感じさせ、かつエコバックによる環境の意識を高める。
- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～96名
- 所要時間 2時間～2時間30分
- 費用 200円/枚
- 会場 創作室・Aピロティなど
- 持ち物 汚れても良い服装・新聞紙(1人朝刊1冊分程度)  
※雨天時に必要な物: 雨具・葉っぱを拭く布等



※備考 生の葉っぱを使用する為、雨天時も外へ葉っぱを取りに行きます。





晴れの時  
実施可能



雨の時も  
実施可能



きみかめ  
スタッフ  
指導有

※★がない  
アクティビティは  
団体指導となります

# ハイキング・登山



●活動のねらい  
ハイキングや登山を通し  
て、自然に親しむ。  
仲間と一緒にハイキング  
や登山を楽しむことで、  
絆を深める。

●対象  
当施設周辺には様々なハ  
イキングや登山のコース  
があります。対象や年齢  
に合わせてコースを選ん  
でください。

●準備物  
リュックサック・帽子・水  
筒・雨具・運動靴  
(サンダル不可)  
必要に応じて虫よけス  
プレー・昼食・行動食(飴、  
チョコなど)

各コースのマップは当施設の  
HPに掲載されて  
います。必要に応  
じてダウンロード  
してください。



※ご希望の際は必ず現地の状況を各団体でご確認ください。

## ⑤⑤ 片倉ダム湖畔ハイキング

自然の家出発

お気軽コース

ほぼ舗装路

当施設を出発し、片倉ダム湖畔のハイキングを楽しみます。星の  
広場ではダム湖を眺めながら、昼食を食べることもできます。

●コース 自然の家～片倉ダム管理事務所～宮ノ下ピクニック  
園地～星の広場 ※帰りは同じルートに戻ります。  
※ルート上にトイレはありません。

●対象 ハイキング初心者向け

●所要時間 1時間30分～2時間程度(休憩時間含む)  
コースタイム:片道45分程度(片道約2km)



片倉ダム



宮ノ下ピクニック園地

## ⑤⑥ 笹川湖展望台ハイキング

自然の家出発

お気軽コース

ほぼ舗装路

当施設を出発し、笹川湖の展望台までハイキングを楽しみます。  
展望台ではきれいなダムを眺めることができます。

●コース 自然の家～片倉ダム記念館～笹川湖畔公園～笹川湖  
展望台～ツウタ親水公園 ※帰りは同じルートに戻ります。

●対象 ハイキング初心者向け

●所要時間 1時間30分～2時間程度  
(休憩時間含む)

コースタイム:  
片道45分程度(片道約2km)

笹川湖展望台



## ⑤⑧ 鋸山登山

要バス移動

出発地まで車で50分

本格登山

登山道

鋸山は標高約329m。山腹に険しい岩肌の露出する存在感のある  
山です。登山ルートは様々あり、短時間で回れるルートや本格  
登山を楽しむルートなど選択することができます。頂上からは  
東京湾や三浦半島、房総の山並みを展望でき、行基(ぎょうき)創  
建の日本寺、千五百羅漢や百尺観音などの仏像郡を見ることが  
できます。

●コース 様々なコースから選択  
※日本寺参拝には拝観料が必要です。

●対象 ハイキング初心者向け～登山ベテランまで楽しめる

●所要時間 1時間～3時間程度

※1時間の場合はロープウエー(有料)に乗車します。

## ⑤⑦ 三石山ハイキング

自然の家出発

少しチャレンジ

ほぼ舗装路

当施設を出発し、三石山観音寺までの往復ハイキングです。三石  
山では本堂に三つの奇岩が寄り添っている三石山観音寺の参拝が  
可能です。また奥の院の縁結びのご本尊に祈願すると、願いが成  
就するとも伝えられています。

●コース 自然の家～三石山・三石山観音寺  
※帰りは同じルートに戻ります。  
※三石山観音寺のトイレが利用できます。

●対象 小学校高学年以上がオススメ!

●所要時間 2時間30分～3時間程度(休憩時間含む)  
コースタイム:行き1時間30分程度(片道4.5km)  
帰り1時間程度(片道4.5km)



三石山観音寺



高岩観音

## ⑤⑨ 石射太郎山・高岩山登山

要マイカー移動

出発地まで車で30分

本格登山

登山道

石射太郎山と高岩山山頂からの眺望は、共に千葉県の眺望百景  
に登録されています。豊かな自然環境を残した登山道は関東ふ  
れあいの道ハイキングコースとしても親しまれています。登山  
口にはバスが入れないため、マイカーでの移動が必須です。また  
高岩山山頂はとても狭いため、15～20名程度の少人数の山  
行がおすすめです。

●コース 登山口～石射太郎山～高岩観音～高岩山  
※帰りは同じルートに戻ります。  
※ルート上にトイレはありません。

●対象 小学校高学年以上がオススメ!  
引率者は読図の技術があることが望ましい。

●所要時間 3時間～3時間30分程度(休憩時間含む)  
片道1時間30分程度(2.5km)

# 地域の匠に学ぶ活動

きみかめ周辺の自然や文化に触れ、地域で暮らす「匠」から培った技術・伝統・知恵を学ぶ活動です。地域の方とのふれあい、地域ならではの文化を体験してみましょう。

## ⑥0 川遊び・森体験

～森・水・川を通しての環境学習プログラム～

提供：森林塾 かずさの森

森・川に関わる様々な体験と「食」を楽しむことが出来ます。目的に合わせて、植林～伐採までの林業体験、川遊び体験、生き物観察、自然エネルギー体験（バイオマス、太陽熱、薪割り、火起こし）、木工、手作り楽器など幅広い体験を専門家の下、行います。

- ねらい 山での経験を通じて、循環する環境を感じる。
- 対象 小学生(3～6年生)～大人向け
- 対応人数 15～100名

※100名を超える場合は  
事前にご相談下さい。



- 移動時間 片道45分  
(バス15分、徒歩30分)
- 所要時間 2時間～3時間  
※体験によって異なります。
- 費用 1,000円～/人  
※体験によって異なります。  
(林業体験・清流遊びなど)
- 会場 森林塾かずさの森
- 準備物 軍手・長袖・長ズボン・帽子・タオル・雨具・水筒  
※活動によって異なります。詳しくはお問い合わせください。

川遊び・森体験 体験メニュー (一部抜粋)

No.	体験名	詳細	時間	料金/1人
1	清流で川遊び	県下一の小櫃川の源流体験	2時間	1,000円
2	林業作業体験	植樹、草刈り、枝打ちなど ※季節によって体験が異なります。	2時間	1,500円～
3	いかだ遊び	竹イカダ作り、川で浮かべます	2時間	4,000円
4	鹿角アート	鹿角でストラップ作り	2時間	2,000円
5	ピザ作り	ハーブや季節素材トッピング	1～2時間	1,200円

※上記体験メニューは一部のものです。  
詳細については、ご希望の活動を講師とご相談下さい。  
※団体割引あり

※プログラム希望の際は、森林塾 かずさの森まで直接ご連絡ください。TEL:090-4005-1645

## ⑥1 1.藍染めハンカチ 2.藁細工

提供：NPO法人 大山千枚田保存会

- ①大山千枚田で栽培された天然染料の藍を使って、ハンカチを染めます。いろいろな模様の作品が出来上がります。
- ②天水のみで作られた稲藁を使って縁起物の亀を作ります。

- ねらい ①天然の素材を使った染物を体験する。  
②天然の素材を使ったクラフトを体験し、伝統文化に触れる。

- 対象 ①小学校1年生～大人 ②小学校5年生～大人
- 対応人数 ①20名～50名(要相談) ②15名～50名(要相談)
- 所要時間 1時間30分～2時間

- 費用 各体験料1名 2,090円
- 会場 ①創作室 ②研修室
- 指導者 大山千枚田保存会  
TEL.04-7099-9050
- 準備物 ①エプロン・汚れてもいい服  
②汚れてもいい服



※備考 プログラム希望の際は、NPO 法人大山千枚田保存会まで直接ご連絡下さい。

## ⑥2 1.屋久杉を使った箸づくり体験 2.ひのきスプーンづくり

提供：(株)秋元木工

- ①屋久杉の材料を、紙やすりを使い角を削ります。形を整えてオリジナル箸の完成です。
- ②スプーンのような形が出来ている材にやすりがけをして、オリジナルのひのきのスプーンを完成させます。

- ねらい ①1,000年以上の屋久杉を使って、五感を通じて手作りする楽しさを味わう。  
②生活で使うものを自分で手作りする楽しさを味わう。

- 対象 幼児～大人向け
- 対応人数 15～150名 ※150名以上はご相談下さい。
- 所要時間 1時間～2時間

- 費用 ①990円/個 ②1,430円/個
- 会場 創作室・Aピロティ・体育館
- 準備物 削った粉を持ち帰る小袋・輪ゴム
- ※備考 削った粉は、屋久杉の香りを楽しめるためお持ち帰りいただけます。



日本を代表する伝統技術

## 63 上総掘り体験 提供:きみかめスタッフ

君津市を含む上総地域の伝統技術「上総掘り」は日本を代表する掘り抜き井戸工法です。きみかめに設置された、上総掘り用のやぐらを使って井戸の掘り方や道具の使い方を学びます。

- ねらい 千葉に伝わる伝統技術を体験することで、地域への理解を深め、郷土愛を育む。
- 対象 小学生(4~6年生)~大人向け
- 対応人数 15~50名
- 所要時間 1~2時間

- 費用 ※きみかめスタッフと実施する場合は無料。外部講師依頼の場合は5,000円~講師1名/対応人数により変動します。

- 会場 駐車場脇の掘削やぐら・研修室・創作室
- 準備物 軍手



※備考 より専門的に学びたい場合は、講師依頼がおすすめです。希望の場合は、きみかめへご連絡下さい。こちらから講師と日程調整を行います。

君津の猟師さんから学ぼう！

## 64 鹿角キーホルダー作りを通じた命の授業 提供:猟師工房ランド

君津市では年間約6,000頭のシカやイノシシなどの動物が駆除され、そのほとんどが捨てられています。命を有効活用する方法を猟師という職業から学ぶことができます。鹿角キーホルダー作りは15分で可能ですが、実際の毛皮や骨を触る体験、猟師の仕事の紹介なども希望に合わせて実施いたします。

- ねらい 猟師という職業を通して命の大切さや食育、地域の資源の有効活用方法を学ぶことができます。

- 対象 幼児~大人向け
- 対応人数 15名~200名
- 所要時間 1時間程度
- 費用 500円/個
- 会場 創作室
- 準備物 特になし

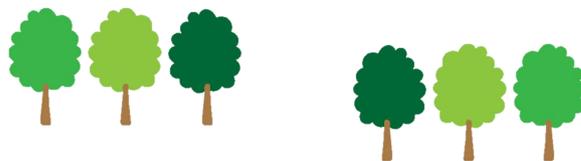


※雨天時は要相談

## 65 農業体験 (1~6月、10~12月) 提供:君津市農業農村活性化協議会

自然の中で作物や生物が成長する姿に触れ命の大切さを感じたり、仲間と力を合わせて楽しいを共にします。

- ねらい 収穫体験を通じて、食べ物への感謝の気持ちを育む。地域の方と触れ合い、先人たちの知恵に触れ農業への関心を高める。
- 対象 小学生~大人向け
- 対応人数 15名~40名※40名を超える場合は事前にご相談ください。
- 移動時間 片道30分~1時間
- 所要時間 半日
- 費用 500円~2,500円(体験と人数により異なる)
- 会場 君津市内の畑(人数と収穫物の内容により異なる)
- 持ち物 汚れても良い服装・軍手・帽子・水筒・筆記用具・タオル  
※場合によっては着替えを用意



60~65のアクティビティは、地域の講師が指導につきます。

きみかめスタッフから講師へ日程確認後、団体へ連絡いたします(※60 61を除く)。

※講師を依頼している関係上、晴雨にかかわらず実施となります。

(※63は、外部講師依頼時のみ雨天も実施となります)



# ■アクティビティ料金表

アクティビティ	料 金
<b>森に親しみ、学ぶ活動</b>	
①きみかめの森探検マップ	無料
②川探検ツアー	ヘルメット・ライフジャケット レンタル代500円/人
③森探検ツアー	無料
④お散歩カードで森体験	無料
⑤森のビンゴ	無料
⑥フォレストコーミング ～森の宝物探し～	無料
⑦自然発見ゲーム	無料
⑧森のスライドショー	無料
⑨森の豊かさを守ろう ～未来のための森整備～	無料
⑩スコアオリエンテーリング	無料
⑪森のグループチャレンジ	無料
⑫森と芝生の プチポイントラリー	無料
⑬きみかめクエスト(野外版)	無料
⑭きみかめクエスト	無料
<b>絆を深める活動</b>	
⑮KAP	無料
⑯チームビルディングゲーム	無料
⑰芝すべり	無料
⑱段ボールそりで遊ぼう！ ～作る楽しさ、分ける大切さ～	無料 ※当施設でゴミの処分を希望される場合 1枚につき 45ℓ:100円 70ℓ:150円
⑲スポーツ活動	無料
⑳モルック	無料
㉑グラウンドゴルフ	無料
㉒秘密基地づくり	無料
<b>環境について学ぶ活動</b>	
㉓プラネタリウム	無料(団体種別により18歳以上は 1人1回200円)
㉔環境教育ワークショップ	無料
㉕野生動物をカメラに おさめよう	無料
㉖ヤマビルと仲良くなろう	無料
㉗1.木のスプーンづくり 2.木のフォークづくり	各250円/個
<b>夜の活動</b>	
㉘キャンプファイヤー	セット1,500円(薪・灯油代)
㉙キャンドルファイヤー	しよくろうそくセット550円 (1セット20本ろうそくレンタル代) 手しよくろうそく1本5円 (購入の場合)
㉚ナイトハイク	無料
㉛星空観察	※団体自主プログラムは無料 講師希望の場合は17,000円～
<b>野外技術を身につける活動</b>	
㉜キャンプ体験	大人830円/人 こども300円/人 (1泊)シートクリーニング代 102円/人※使用した場合のみ

アクティビティ	料 金
<b>野外技術を身につける活動</b>	
㉝お天気について知ろう	無料
㉞たき火deおやつ	200円～(マシュマロ代、サツマイ モ等) 薪代360円/束
㉟お手製燻製づくり	ウインナー10本400円 チーズ4個 180円 バターピーナッツ100g 120円 スモークチップ 610円
㊱焼きそばづくり	野外食材代800円/人 ※お茶とプリン付き 薪代360円/束 (目安として2班/1束)
㊲地元食材でつくる 羽釜ご飯と豚汁	野外食材代800円/人 ※お茶とプリン付き 薪代360円/束 (目安として3班/2束)
㊳カオマンガイづくり ～タイ風チキンライス～	野外食材代800円/人 ※お茶とプリン付き 薪代360円/束 (目安として2班/1束)
㊴カレーライスづくり	野外食材代800円/人 ※お茶とプリン付き 薪代360円/束 (目安として3班/2束)
㊵ドラム缶ピザ&スープづくり	野外食材代800円/人※お茶とプリ ン付き ドラム缶薪セット900円/缶 ※石窯使用の場合は1,200円/基
<b>災害に備える活動</b> ※④②③の料金は14ページをご参照下さい。	
<b>つくる活動</b>	
㊶ネイチャークラフト	300円/個
㊷木の実ストラップ作り	300円/個
㊸バードコール	300円/個
㊹まがたまづくり	310円/個
㊺万華鏡づくり	350円/個
㊻間伐材からつくる 焼き板クラフト	350円/個
㊼蜜燻キャンドルづくり	450円/個(1キットで2枚)
㊽葉っぱのハガキ	100円/個
㊾ネイチャースケッチ	無料
㊿森の名札づくり	100円/個
㊽葉っぱのたたき染めエコバック	200円/枚
<b>ハイキング・登山</b> ※⑤⑥の料金は18ページをご参照下さい。	
<b>地域の匠に学ぶ活動</b>	
㊽川遊び・森体験 ～森・水・川を通 しての環境学習プログラム～	1,000円～※体験によって異なります。
㊽1. 藍染めハンカチ 2. 葉細工	各2,090円/人
㊽1. 屋久杉を使った箸作り体験 2. ひのきのスプーンづくり	①990円/個 ②1,430円/個
㊽上総掘り体験	きみかめスタッフと実施は無料 講師希望の場合5,000円～の費 用がかかります。
㊽鹿角キーホルダー作りを 通じた命の授業	500円/個
㊽農業体験(1月～6月、10月～12月)	500円～2,500円/人 ※体験と人数によって異なります。

※所外へ出張することもできます。アクティビティ料金以外に出張  
料金がかかる場合があります。詳細はお問い合わせください。  
※料金については変更になる場合があります。

## 自然体験活動における安全管理

自然体験活動の教育効果は多くの方に知られていますが、一方で自然体験活動には危険が常につきまといま  
す。自然体験活動における安全管理の考え方は

1. 想定できるだけ危険を予知し、そのための対策を徹底的に講じること。
2. 指導者(引率者・ボランティアを含む)に対する安全教育を徹底して行うこと。
3. 参加者には自分の身は自分で守ることを徹底させること。

以上3点が基本になります。

指導者は活動中に危険性が高いと判断される場合は、勇気を持ってアクティビティの中止や内容の変更を講  
じなければなりません。(参考文献:「自然体験活動中の安全対策」)

また、万が一に備え、引率者・利用者(参加者)は保険(障害・賠償)に加入しておくことをおすすめいたし  
ます。

## 君津亀山青少年自然の家での活動実施判断基準(天候状況と活動内容別)

活動別	特別警報 発令時	警報発令時 (大雨・洪水・ 暴風など)	注意報発令時				林野火災
			大雨	洪水	強風	雷	
オリエンテーリング・ ハイキング	中止勧告	中止勧告	注意勧告	注意勧告	注意勧告	注意勧告	
キャンプファイヤー・ たき火			注意勧告	注意勧告	中止勧告	注意勧告	中止勧告
テント泊			中止勧告	中止勧告	中止勧告	注意勧告	
水辺(川や海)の活動			中止勧告				
施設外での野外活動			注意勧告	注意勧告	注意勧告	注意勧告	

雷注意報発令かつ雷鳴が聞こえた場合は、即座に野外活動を中止してください。

熱中症予防の運動指針(WBGT指数)が31以上(運動は原則禁止)の場合は、屋外活動及び体育館での運動は  
中止してください。

また、きみかめスタッフが指導につく場合、現地の天候を確認の上団体と協議し、注意報・警報が出ていなく  
ても、中止を要請する場合があります。

～これらの基準は様々な事故の事例・裁判の判断を基準に作成されています～

## ■ 備品一覧 ※野外炊事、指導付きアクティビティの備品は除く

### スポーツ活動備品

- ボール各種(バスケットボール(11)、ソフトドッチボール(7)、ドッジボール(8)、サッカーボール(13))
- バレーボールセット(ボール(10)、支柱(2組)、ネット(2)、アンテナ(4)) ●ポッチャセット(2)
- 卓球セット(卓球台(5)、ネット(7)、ラケット(20)、ボール) ●バドミントンセット(ネット(2)、  
ラケット(36)、シャトル) ●グラウンドゴルフセット(12) ●長縄(5) ●輪投げセット(3)
- カラーコーン小(10) ●空気入れ(2) ●得点板(2) ●審判台(2) ●モルックセット(5)

### その他備品

- 移動式黒板(1) ●ホワイトボード&黒板(1) ●移動式ホワイトボード(1) ●ホワイトボードマーカーセット(3)
- 黒板チョークセット(3) ●長机(※) ●パイプ椅子(※) ●CDラジオプレーヤー(3) ●接続コード(3)
- ポータブルワイヤレスアンプ(3) ●コードリール(6) ●プロジェクター(2) ●スクリーン(3) ●双眼鏡(10)
- 湯呑(※) ●急須(4) ●電気ポット(3) ●ドライヤー(10)

(※)借用数についてはご相談ください。

※備品数には限りがあるため、ご希望に沿えない場合もございます。ご了承ください。

# 近隣の体験団体一覧

カテゴリー	施設名	体験内容	TEL・FAX	住所・URL・E-mail
観光	マザー牧場	乳牛の手しぼり体験、動物ふれあい体験、ジップラインなどのアクティビティ(有料)など	TEL:0439-37-3211	富津市田倉 940-3 https://www.motherfarm.co.jp/
	ロマンの森共和国	フィールドアスレチック、森の工作室、ミニSL、迷路、釣り堀、スワンボート等	TEL:0439-38-2211	君津市豊英 659-1 https://www.romannomori.co.jp/ E-mail yoyaku@romannomori.co.jp
	市原ぞうの国	ゾウやカピバラなどのエサやり、ゾウに乗る、ゾウのショーを見る	TEL:0436-88-3001	市原市山小川 937 https://www.zounokuni.com/ E-mail info@zounokuni.com
	鴨川シーワールド	動物パフォーマンス、水族館見学、動物の食事解説、動物とのふれあい体験(有料・定員制)	TEL:04-7093-4803 FAX:04-7093-4829	鴨川市東町 1464-18 https://www.kamogawa-seaworld.jp/
	東京ドイツ村	公園散策・収穫体験、アーチェリー、パターゴルフ、バーベキュー、ツリーハウス等	TEL:0438-60-5511 FAX:0438-75-7068	袖ヶ浦市永吉 419 https://t-doitsumura.co.jp/
	亀山ダム	ダムカード配布	TEL:0439-39-2400 FAX:0439-39-2887	君津市豊田 33(千葉亀山・片倉ダム管理事務所) https://www.pref.chiba.lg.jp/d-kameyama/
	KURKKU FIELDS	場内ツアー・動物ふれあい体験・野菜収穫体験・アート鑑賞 など(土日祝限定の体験もあり。一部有料・定員制・要予約)	TEL:0438-53-8776	木更津市矢那 2503 https://kurkkufields.jp/ E-mail info@kurkku.jp
自然体験	千葉県立清和県民の森	散策・キャンプ、バーベキュー、木工クラフト体験	TEL:0439-38-2222 FAX:0439-38-2229	君津市豊英 660 https://www.seiwanomori.jp/
	千葉県立内浦山県民の森	①ネイチャークラフト ②樹木オリエンテーリング ③宝箱作り	TEL:04-7095-2821 FAX:04-7095-2822	鴨川市内浦 3228 https://www.uchiurayama.jp/
農業体験	NPO 法人大山千枚田保存会 / 棚田倶楽部	田植え、稲刈り体験、田んぼの生き物観察など	TEL:04-7099-9050 FAX:04-7099-9051	鴨川市平塚 540 https://www.senmaida.com/ E-mail info@senmaida.com
	千葉県酪農のさと	酪農資料館見学、アイスクリーム作り・ジェルキャンドル作り(要予約)	TEL:0470-46-8181 FAX:0470-46-8182	南房総市大井 686 https://www.e-makiba.jp/ E-mail info@e-makiba.jp
博物館 資料館	君津市立久留里城址資料館	資料館見学	TEL:0439-27-3478 FAX:0439-27-3452	君津市久留里字内山 https://www.city.kimitsu.lg.jp/soshiki/54/
	千葉県立中央博物館 房総のフィールド・ミュージアム	山や川の生き物観察	TEL:043-265-3111 FAX:043-266-2481	「房総のフィールド・ミュージアム」で検索
文化体験	藍形染 まつばら	藍形染め体験・「パンダナ」に糊置きして藍染体験	TEL:0439-39-3317 FAX:0439-39-3317	君津市滝原 152-1 E-mail nobbox2005@yahoo.co.jp
	食と農の体験工房「花味結」	太巻き祭り寿司体験、手作り豆腐体験 棚田だんご作り体験	TEL:04-7099-8073 FAX:04-7099-8073	鴨川市細野 392 http://www.hanamiyui.com/ E-mail hanamiyui@silver.plala.or.jp
	はちみつとミードのはちみつ工房	「はちみつ工房見学ツアー」では、ミツバチの観察や、はちみつを遠心分離機で採取することができます。(防護服を着ての養蜂体験は行っていません)	TEL:0439-32-1083 FAX:0439-32-1086	君津市大井 305 https://hachimitsu-koubou.com/ E-mail info@hachimitsu-koubou.com
	ホケキョ影絵芝居 晴琉屋フン	インドネシアの影絵を下地にした、独特の影絵芝居を観劇します。	TEL:0470-22-2796 FAX:0470-22-2796	館山市八幡59 http://hokekyo.c.ooco.jp/
林業体験	君津市森林体験交流センター	甲冑体験、雨城楊枝体験、竹細工体験 ストラップ工作体験+木工体験	TEL:0439-27-2422 FAX:0439-27-2422	君津市久留里市場 1018 https://www.city.kimitsu.lg.jp/soshiki/26/607.html E-mail nourin@city.kimitsu.lg.jp
歴史・文化	君津市久留里観光交流センター 久留里観光案内所 生きた水久留里 酒ミュージアム	観光案内 展示見学(名水の紹介・展示) かずさ8蔵のお酒の展示、有料試飲	観光案内、閉館時間、試飲の問合わせ TEL:0439-27-2875 FAX:0439-27-2875 今後の展示物、施設運営の問合わせ TEL:0439-56-2115 FAX:0439-55-1250	君津市久留里市場 195-4 E-mail kururikankou@gmail.com (君津市久留里観光交流センター内) 君津市久保 2-13-1 E-mail kimikan@grace.ocn.ne.jp (一般社団法人君津市観光協会)
	くるりボランティアガイド	久留里城・街並みにある歴史と文化と平成の名水百選の名水をガイド(久留里地区内 最大4時間 約7キロ) ※3名〜、2週間前まで要予約	予約申し込み TEL:0439-27-2875 FAX:0439-27-2875	君津市久留里市場 195-4 E-mail kururikankou@gmail.com (君津市久留里観光交流センター内)

※2026年1月現在

## きみかめの森

きみかめ周辺の森は落葉広葉樹や常緑広葉樹などの色々な木が混じって生えている「雑木林」やスギ・ヒノキなどの「針葉樹林」が混在しており、多様な環境が広がっています。この豊かな環境下には水河期の生き残りと言われる「モミ」「ツガ」などの植物や絶滅危惧種に指定されている「モリアオガエル」や「アカハライモリ」、また「ニホンザル」「ニホンジカ」「イノシシ」「ニホンノウサギ」などの多くの野生生物が暮らしています。

きみかめでは周辺の環境を活かした活動を複数準備しています。「豊かな森に触れる体験がしたい」と思ったら、まずはきみかめにご相談ください！



千葉県立君津亀山青少年自然の家は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。当施設における自然体験活動や環境教育を通して、SDGsの17の目標達成に貢献します。