

2. 活動プログラム一覧

- ①「可能人数」、「期間」、「所要時間」はすべて目安になります。詳しくはお問い合わせください。
 ②各プログラムの詳細についてはホームページの「プログラム紹介」をご覧ください。
 ③お盆の期間（8月13日～8月16日）は指導員を依頼することができません。
 ④料金は税込みです。

プログラム名	対象	可能人数 (目安)	期間 (目安)	所要時間 (目安)	教材費等	指導員 指導料	備考	
ハイキング	千代田湖 ハイキング (往復：約5.2km)	小学校 高学年～	—	5月～11月	往復 3.5時間	—	—	・有料のキャンプサイトのご利用 はできません。活動エリア、使 用について詳しい情報は、当 施設職員までお問い合わせく ださい。
	東尾根 ハイキング (往復：約4km)	幼児～	—	5月～11月	往復 2時間	—	—	
	西尾根 ハイキング (往復：約4km)	小学校 低学年～	—	5月～11月	往復 2時間	—	—	
	早朝御来光 ハイキング (往復：約1.6km)	小学校 高学年～	—	5月～11月	往復 1.5時間	—	—	
	ナイトハイキング	幼児～	—	通年	1.5～2時間	—	—	
登山	守屋山 自然の家コース (往復：約14km)	中学生～	—	5月～10月	往復 7時間	—	—	
	登山口より 登山 (往復：約6km)	小学校 高学年～	—	5月～10月	往復 3時間	—	—	
	入笠山登山 (往復：約1km) (御所平峠登山口より)	幼児～	—	5月～10月	往復 1時間	—	—	
自然観察	グリーン アドベンチャー	小学校 低学年～	—	5月～11月	2～3時間	—	—	
	星の観察	幼児～	60人	通年	2時間	—	3,000円 ※1	・指導を依頼することが可能で す。スタードームの300mm反射 望遠鏡で学習できます。指導 員1名につき、30名の指導が 可能です。 ・団体での自主活動も可能です。
	自然観察	小学校 低学年～	30人	5月～10月	1.5～2時間	—	5,800円 ※1	・「野山の昆虫観察」「野山の動 物観察」「樹木・山野草観察」 「野鳥観察」「水生生物の観 察」の内容が行えます。 ・指導を依頼することが可能で す。指導員1名につき、30名 の指導が可能です。 ・団体での自主活動も可能です。 ※季節や天候の状況によって内 容が変更になる可能性があります。 ご了承ください。 ※感染症の状況により、指導員 1名あたりの指導可能人数が 変更になる可能性があります。
野外活動	野外炊飯	幼児～	—	5月～10月	3～4時間	野外炊飯 施設使用 料として 200円/1人	2,000円 ※1	・指導を依頼することが可能で す。学校団体の場合は講師依 頼をしてください。 ・指導員1名につき、30名の指 導が可能です。 ・団体での自主活動も可能です。
	オリエン テーリング	小学校 高学年～	—	5月～11月	2～6時間	—	—	・「スコアオリエンテーリング」 と「ポイントオリエンテーリ ング」があります。
	ダム見学	小学校～	100人	4月～10月	3時間	—	—	・1ヵ月前までにご相談ください
	キャンプ ファイヤー	小学校 低学年～	—	5月～11月	1.5～2時間	—	—	キャンプファイヤー用 薪：650円 灯油：時価 ・団体の自主活動

	プログラム名	対象	可能人数 (目安)	期間 (目安)	所要時間 (目安)	教材費等	指導員 指導料	備考
野外活動	フライング ディスクゴルフ	小学校 中学年～	40人	5月～11月	1.5～2時間	—	—	団体の自主活動で、物品の貸出 のみになります。
	モルック	小学校 低学年～	30人 ※活動場 所による	通年	1～2時間	—	—	公式では4人1チーム(補欠2 名)での対戦形式ですが、1対1 でも実施可能。全部で5セット貸 し出しできます。屋内で行うこ とも可能です。
	ログちゃんの 隠れ里	幼児～ 小学校 高学年	—	4月～11月	1.5～3時間	—	—	団体の自主活動になります。
	マレットゴルフ	小学校 中学年～	40人	5月～11月	約2時間	—	—	団体の自主活動で、物品の貸出 のみになります。
	沢遊び	幼児～	—	6月～8月	2時間	—	—	
	溪流釣り	小学校 低学年～	15人	2月16日 ～ 9月30日 (解禁期間)	3時間	—	3,800円	・遊漁券が必要になります。 ・団体の自主活動で行う場合は、 釣竿のみの貸出となります。仕 掛けは御持参ください。 ▼溪流釣り遊漁券 小学生以下：無料 中学生：300円(1日券) 大人：1,100円(1日券) ▼餌(イクラ)：時価 ※一週間前までに注文
スポーツ活動	幼児～	—	通年	—	—	—	トレーニングコース (ウッドチップロード)	
屋内活動	キャンドルの つどい	小学校 低学年～	—	通年	1.5～2時間	—	—	ローソク大(5時間)：100円 ローソク小(45分)：20円
	プラネタリウム	幼児～	20人	通年	30分 ～ 1.5時間	—	—	デジタル投影式のプラネタリウ ムです。四季の星座、小学校低 学年向け等の番組が7つ(15分 ～20分、30分程度)があり、自 由に選べます。星の観察の講師 による解説もできます。(指導の 場合19:30～21:00の間)
	レクリエーション	幼児～	—	通年	2時間	—	—	
	スポーツ活動	幼児～	—	通年	—	—	—	地区の体育館である藤沢トレー ニングセンターを利用した活動もでき ます(無料)。藤沢グラウンド(運動 場)の使用もできます(有料)。基 本利用料は無料ですが、照明を使用 した際は照明代が発生します。
	ニュースポーツ	小学校 低学年～	30人	通年	2～3時間	—	—	キンボールスポーツ、カローリン グ、モルックの貸出が可能です。
	これどこ? オリエン テーリング	初級：小学 校低学年～ 上級：小学 校高学年～	60人	通年	30分～ 1時間	—	—	環境未来センターで実施するプ ログラムです。
	ログちゃん ワールドリポート	小学校 低学年～	60人		30分～ 1時間	—	—	
ネイチャーラボ ポイントラリー	小学校 高学年～	60人	1～1.5時間		—	—		
雪上活動	そり遊び	幼児～	—	1月～2月	2～3時間	—	—	そり・ヘルメットの貸出が可能です。
	歩くスキー	小学校 中学年～	50人	1月～2月	2～3時間	—	—	歩くスキーの用具(板・ブーツ・ ストック)の貸出が可能です。
	スノーシュー ハイク	小学校 低学年～	50人	1月～2月	2～3時間	—	—	スノーシューの貸出が可能です。
	カーリング ボウリング	幼児～	20人	1月～2月	1.5～2時間	—	—	団体の自主活動で、物品の貸出 のみになります。
食文化体験	もちつき	幼児～	60人 ※2	通年	2～2.5時間	550円	5,000円	・講師依頼が必要です。 ・指導員1名につき、夏20人・ 冬10名の指導が可能です。
	そば打ち	小学校 中学年～	45人 ※2		3～4時間	550円	5,000円	・講師依頼が必要です。 ・指導員1名につき、10名の指 導が可能です。
	五平もち	幼児～	40人		3～3.5時間	440円	5,000円	・講師依頼が必要です。 ・指導員1名につき、20名の指 導が可能です。
	おやき	幼児～	45人		3～3.5時間	560円	5,000円	・講師依頼が必要です。 ・指導員1名につき、15名の指 導が可能です。

※1…指導員一人あたりの金額となります。

※2…記載人数を超える人数での体験希望はお問い合わせください。

プログラム名	対象	可能人数 (目安)	期間 (目安)	所要時間 (目安)	教材費等	指導員 指導料	備考		
創作活動	草木染め (ハンカチ)	小学校 低学年～	15人	通年	3～4時間	570円	5,000円	・講師依頼が必要です。	
	藍染 (①ハンカチ) (②バンダナ)	小学校 低学年～	10人		3～4時間	①710円 ②920円	5,000円	・講師依頼が必要です。	
	竹とんぼづくり	小学校 高学年～	30人		約2時間	170円	5,000円	・講師を依頼することが可能です。 ・団体での自主活動も可能です。	
	木のコースター	小学校 低学年～	—		約2時間	200円	—		
	すべラップ	小学校 低学年～	—		2～3時間	170円	—		
	木のペンダント	小学校 低学年～	—		2～3時間	280円	—		
	マイはしづくり	小学校 中学年～	—		2～3時間	220円	—	荒天時の代替プログラムとして 可能。	
	マイスプーンづくり	小学校 中学年～	—		2～3時間	220円	—		
	マイフォークづくり	小学校 中学年～	—		2～3時間	220円	—		
	マイしおり	小学校 低学年～	—		2～3時間	110円	—		
	勾玉づくり	小学校 中学年～	—		2～3時間	450円	—		
	木の人形づくり	小学校 高学年～	—		2～3時間	—	—		
	木の キー ホルダー	(鎖)	小学校 中学年～		—	2～3時間	350円	—	
		(ネジ)	小学校 中学年～		—		150円	—	
ペーパークイリング	小学校 中学年～	—	2～3時間	160円	—				
その他	高遠町史跡めぐり (5.5km) (ウォークラリー)	小学校 中学年～	—	通年	2.5時間 ～ 3時間	—	—	当施設利用団体は、次の3施設 の入館料が無料になります。「高 遠町歴史博物館」「伊那市民俗 資料館」「信州高遠美術館」 ※利用の際は、別途申請手続き が必要です。詳細はお問い合 わせください。	
	施設内オリエン テーリング	幼児～	—	通年	1～2時間	—	—	内回り(屋内)、外回り、大外回 りの3コースがあります。	
	はなが スタンプラリー	幼児～	—	通年	30分～ 1時間	—	—		
	謎解き	小学校 高学年～	30人	通年	1～1.5時間	—	—		
	絵本読み聞かせ	幼児～	—	通年	30分	—	—	団体の自主活動として行う場合 に大型絵本の貸し出しが可能です 。(※自然の家職員による読 み聞かせではありません。)	
	防災プログラム	小学校 高学年～	10～ 35人	5月～11月	要相談	要相談	要相談	・いくつかのプログラムがあります。 興味のある方はご相談ください。 ・必要に応じて伊那市の地域防 災コーディネーターを紹介させ ていただきます。 ・料金等についてはご相談ください。	
南アルプスジオツアー (岩石標本づくり・ 中央構造線露頭観察)	小学校 高学年～	要相談	5月～11月	要相談	要相談	要相談	・必要に応じて南アルプスジオツアー ガイドを紹介させていただきます。 ・露頭観察や岩石標本採取をす るために移動手段が必要になり ます。※28名以下の場合、 当施設のバスが使えます。事 前に予約をお願いいたします。 ・料金等についてはご相談ください。		
木の香料スプレー づくり	小学校 低学年～	35人以上 要相談	5月～11月	3時間	500円 (参加者1人につき)	—	・クロモジ林見学の後、香料づく りを行うプログラムです。		

※「マイはしづくり」は荒天時の代替プログラムとして選択いただけます。(実施しなかった場合は材料費等は不要です。)

※「マイはしづくり」以外の創作活動は荒天時の代替プログラムとして選択いただけません。(材料の注文が必要となるため、荒天時のみ実施するということできません。)

3. 貸出物品一覧

視聴覚機器	
ポータブルアンプ	5台
CDラジカセ	5台
Bluetoothスピーカー	5台
プロジェクター	2台
移動式スクリーン	2台
ハンドマイク(拡声器)	3台
移動式キーボード	2台
スポットライト	2台

クラフト関連用具	
※当施設の活動プログラム実施時のみ貸し出し可	
カッターナイフ	50本
はさみ	50丁
木工用小刀(右)	310本
木工用小刀(左)	40本
木工用きり	40本
勾玉用ナイフ(右)	220本
勾玉用ナイフ(左)	20本
勾玉用きり	20本
ペーパークイリング用カッター	45台
クイリングスロット	50本
ボンド	50個
作業マット	220枚
穴あけピンバイス	40本
電熱ペン	34台
ペンチ	20丁
ドリル	4本
筆(極細～極太 丸・平)	500本
絵の具(黒・白・赤・青・緑・黄・橙・茶・黄緑)	
パレット	150個
筆洗い水入れ	100個
グルーガン	50個

野外活動用具	
ランタン	
※1台につき単一電池4本ご持参ください。	20個
シルバコンパス	80個
熊よけ鈴	120個
トランシーバー	
※1台につき単三電池3本ご持参ください。	18機
雷警報機	6個
星座早見盤	50個
天体望遠鏡	4台
双眼鏡	25個
フィールドスコープ	5台
フライングディスク	
ゴルフ用具	80名分
マレットゴルフ用具	80名分
モルック用具	5セット

プレイホール関連用具	
卓球台	7台
玉入れカゴ(赤・白)	2組
スコアボード	2つ
綱引き用つな	2本
マット(厚)	6枚
マット(薄)	6枚
カローリング	2組
キンボールスポーツセット	1組
室内ペタンク	1式
竹馬	5組
卓球セット	20名分
バドミントンセット	20名分
ソフトバレーボール	5個
ドッチビーディスク(小)	5枚
ドッチビーディスク(中)	14枚
ドッチビーディスク(大)	6枚
ドッチビーディスク(特大)	2枚
玉入れ玉(赤・白)	各45個
なわとび(2.7m)	5本
なわとび(15m)	5本
なわとび(25m)	1本
バスケットゴール	2台
フットサルゴール	2台
ミニサッカーゴール	4台
バスケットボール	5個
フットサルボール	4個

冬期野外活動用具	
歩くスキー用板	250組
※130～180cmが10cmごと	
歩くスキー用くつ	340足
※19～21cmは1cmごと	
※21～29cmは0.5cmごと	
スノーシュー(大人用M・L)	60足
スノーシュー(子供用S・M・L)	70足
ストック	160組
※100～130cmが5cmごと	
そり(二人用)	50個
そり(一人用)	150個
ヘルメット(S・M・L)	200個

※スキー用具はサイズによって数が異なります。

その他	
絵本(大型)	40冊
ドラムコード	3個
延長コード	10本
ビブス(赤・オレンジ・薄緑・緑・青)	各50着
バインダー	40枚
空気入れ	1個
ストップウォッチ	16個
メジャー(50m×2, 30m×1)	3個
電子ホイッスル	3個
指示棒	2本
バケツ	20個
手持ち燭台(大)	14個
手持ち燭台(小)	330個
キャンドル衣装(火の神)	2セット
車いす	2台
急須	5個
湯飲み	100個
電気ポット	10個