



# 施設内オリエンテーリング

| 対象  | 時期                               | 人数 | 所要時間  | 活動場所 | 費用 | 指導員 | 関連動画 |
|-----|----------------------------------|----|-------|------|----|-----|------|
| 幼児～ | 通年<br>※「大外回り」は<br>積雪があるときは<br>中止 | —  | 1～2時間 | 施設内  | —  | —   | —    |

## 概要

国立信州高遠青少年自然の家の施設を巡るオリエンテーリングです。  
施設内の部屋や、建物の入り口に施設の紹介のカードがあります。カードにある問題を解いてください。

## 準備物

| 団体で用意するもの | 自然の家で貸し出すもの  |
|-----------|--------------|
| ・筆記用具     | ・解答用紙<br>・解答 |

## 活動例

★コースは「内回り」「外回り」「大外回り」の3コースあります。

### <内回り>

1時間（説明など20分 コースを回る時間40分）：本館を中心に回ります。雨の日でもできます。

### <外回り>

1時間20分（説明など20分 コースを回る時間1時間）：本館と、本館近くの施設を回ります。小雨なら傘をさしたりカッパを着て回ることができます。

### <大外回り>

2時間30分（説明など20分 コースを回る時間2時間ほど）：中山湖から、すりばち広場までがコースです。冬場で積雪がある時期はできません。

- (1) 人数の確認、健康状態の観察をする。
- (2) 用紙を配り、内容の説明を行う。館内は、走らないように注意を与える。
- (3) 答えのヒントがカードの説明や、館内の掲示物に隠れていることを説明する。
- (4) 終了時刻を決め、スタートさせる。全員が同じ動きにならないように配慮する。  
(スタート場所を変えるなどする)
- (5) 早く終了した場合は、答え合わせをした後、発展問題を考えさせる。
- (6) 終了時刻になったら集合させ、答え合わせを行う。
- (7) 人数及び健康状態を確認する。

## 留意事項

- ・この活動には指導員はつきません。事前に職員と、方法等について打ち合わせを行ってください。
- ・荒天時の代替プログラムとして計画することができます。
- ・オリエンテーリングを行うことで、施設の名前・場所が理解できます。「内回り」は入館時に行くと施設の様子が分かり、効果的です。

## 施設内オリエンテーリング 内回り コース

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <p>1 クラフト室<br/>クラフト室では色々な作品を作れます。クラフト室の倉庫には、作品を作るための絵の具・筆・パレット・ナイフなどの道具を用意してあります。</p>  | <p>2 天竜(天竜川)<br/>簡単なゲームをしたり、荷物を置いたり色々な使える部屋です。天竜川は、諏訪湖から流れ始め、太平洋に流れ込みます。長さは213kmで全国第9位。急な地形のため古くから洪水の多い川として知られています。</p>   | <p>3 つどいの広場<br/>つどいの広場では、「朝のつどい」と「夕べのつどい」を毎日行っています。朝のつどいでは、国旗と自然の家の旗を揚げ、ラジオ体操行います。夕べのつどいでは国旗と自然の家の旗を降ろし、団体の紹介などを行っています。</p>         | <p>4 晴ヶ峰<br/>体の不自由な方が使いやすいように工夫してある部屋です。信州高遠青少年自然の家があるこの地域を「晴ヶ峰(はれがみね)」と言います。峠の名前は杖突峠とありますが、杖突峠からは諏訪湖から、八ヶ岳までとてもよく見えます。</p> |
| <p>5 食堂前手洗い場<br/>食堂に入る前に、きれいに手を洗いましょう。しっかり洗えばノロウイルスもこわくありません。</p>  | <p>6 千曲(千曲川)<br/>100人ほど入れる大きな学習室です。千曲川は214kmあります。長野県から流れ出して新潟県に入ると信濃川と名前が変わります。信濃川は全長で367kmあり、日本で一番長い川となっています。信濃川と呼ばれている部分が153kmとなっています。</p>                        | <p>7 AED<br/>AEDとは「自動体外式除細動器」の略称です。心臓の動きを電気を使って助ける働きをします。緊急の時にだけ使います。「AEDを持ってきて」と言われたら、ここに取りに来ましょう。緊急の時には事務室に連絡をして下さい。</p>          | <p>8 プレイホール<br/>集会、運動、キャンドルをともしたつどい、などに利用されます。特に雨の時に大活躍するのがこのプレイホールです。残念なことに、かたいボールが使えません。柔らかいボールで楽しく遊びましょう。</p>            |
| <p>9 荷物置場<br/>荷物は整理して置いてください。貴重品はコインロッカーの中に入れてください。100円入れる必要がありますが、お金はもどってきます。忘れ物がないよう、気をつけてください。</p>                              | <p>10 医務室<br/>学校の「保健室」にあたります。静かに休むことができます。中で休んでいる人がいるかも知れないので静かにお願いします。</p>   | <p>11 三峰(三峰川)<br/>この学習室は50人ほどで使えます。となりの梓という部屋と同じ広さです。三峰川は、南アルプス仙丈ヶ岳(日本百名山)の南西から流れ始めます。伊那市役所のそばで天竜川へ合流します。56.8kmあります。</p>            | <p>12 千代田湖<br/>一番小さいおふろで、体の不自由な方でも入りやすい工夫がしてあります。千代田湖は、信州高遠青少年自然の家から歩いて1時間ほどの標高1300mの山の中にある静かな湖です。</p>                      |
| <p>13 白樺湖<br/>おふろです。男子の浴室には緑色ののれんが、女子の浴室にはエンジ色ののれんが掛かります。白樺湖は、茅野市と立科町の境にある人工のため池です。農業用水として使われています。周囲約6km標高は1416m豊かな自然に囲まれています。</p> | <p>14 木曽(木曽川)<br/>木曽川は、長野県から岐阜県、愛知県、三重県を経て伊勢湾にそそぐ川です。木曽川には、浦島太郎伝説のある「寝覚の床」があります。浦島太郎はこの場所で「〇〇箱」を開け、白髪のおじいさんになりました。夢から覚めたように思われた、岩の床、つまり「寝覚の床」と呼ぶようになったといわれています。</p> | <p>15 リネン室<br/>ここでシーツと枕カバーを受け取ります。シーツは一人2枚、枕カバーは一人1枚使います。シュラフシーツは一人1枚です。重いので、落とさないように運んで下さい。片付けるときもここに持ってきます。おふろ側に、片付ける場所があります。</p> | <p>16 食材受け渡し場所<br/>野外炊飯のとき、ここで食材を受け取って下さい。野外炊飯で、おいしいカレーを作るコツ。1、水は少なめにします。濃すぎたら、薄めればOK。2、ニンジンやジャガイモは、小さく切ると煮えるのが早くなります。</p>  |

## 施設内オリエンテーリング 内回り 問題

|  |   |  |   |
|--|---|--|---|
| <p>1 クラフト室<br/>信州高遠青少年自然の家<br/>の家のクラフトのコーナーに<br/>使われている木は、「○○○○」<br/>です。何という木でしょうか。<br/>ヒント、<br/>1, 幹の色が白い木です。<br/>2, 湖の名前にもなっています。<br/>3, 明るい場所が好きな木です。</p> | <p>2 天竜(天竜川)<br/>玄関ホールでは、気温の様子や、<br/>風の様子をを24時間表示して<br/>います。今の気温を調べて書い<br/>て下さい。</p>  | <p>3 つどいの広場<br/>つどいの広場のポールにいつも<br/>あげられている旗の数はいくつ<br/>でしょうか。</p>   | <p>4 晴ヶ峰<br/>杖突峠口・赤井沢口・立石口<br/>から登る山の名前は、なんと<br/>言うのでしょうか？<br/>諏訪大社上社のご神体とも<br/>言われている山です。</p>  |
| <p>5 食堂前手洗い場<br/>健康で明るい毎を送るために<br/>次のことを大切にしましょう。<br/><br/>は○○<br/>は○○○<br/>あ○○○○<br/><br/>○の中に当てはまるひらがな<br/>は何？</p>   | <p>6 千曲(千曲川)<br/>千曲川は、長野県から流れ<br/>新潟県に入ると「<u>          </u>」<br/>と名前が変わります。何川に<br/>なるのでしょうか。</p>  | <p>7 AED<br/>AEDは、体のどの部分の調子<br/>が悪いときに使うといいでし<br/>ょうか。<br/>1, 心臓の動きがよくないとき<br/>2, 非常におなかが痛いとき、<br/>3, 骨折などしたとき</p>   | <p>8 プレイホール<br/>プレイホールでできるスポーツ<br/>は次のうちのどれでしょうか。<br/><br/>バスケットボール<br/>ソフトバレーボール<br/>ピンポン<br/>サッカー<br/>バドミントン</p>                                  |
| <p>9 荷物置場<br/>次の中で一番忘れ物が多い所<br/>はどこでしょうか。<br/>1, 荷物置場<br/>2, おふろ<br/>3, 宿泊した部屋</p>   | <p>10 医務室<br/>「スズメバチ」にさされないた<br/>めに、気をつけることを書い<br/>てみましょう。</p>  | <p>11 三峰(三峰川)<br/>1階から2階の三峰前へ登る<br/>階段は、何段あるでしょうか。</p>   | <p>12 千代田湖<br/>山の中で、熊に出会わないた<br/>めにはどうしたらよいでし<br/>ょうか。<br/>1, おどかさないうちに<br/>しずかに歩く。<br/>2, 人に気がつくように、<br/>さわいで歩く。<br/>3, どうやってもふせぐこ<br/>とができない。</p> |
| <p>13 白樺湖<br/>白樺湖<br/>諏訪湖<br/>千代田湖<br/><br/>湖の大きい方から順番に<br/>なるように並べて書きま<br/>しょう</p>  | <p>14 木曾(木曾川)<br/>浦島太郎がおじいさん<br/>に变身してしまい「夢」から<br/>さめた気になりました。開<br/>けた箱は、1・2・3のどれ<br/>でしょうか？<br/>1, 「夢の箱」を開けた<br/>から。<br/>2, 「宝の箱」を開けた<br/>から。<br/>3, 「玉手箱」を開けた<br/>から。</p> | <p>15 リネン室<br/>リネン室の「リネン」とは<br/>どういう意味でしょうか？<br/>次の3つのうち、正しく<br/>ないものを選びましょう。<br/>1, シーツ、とか枕カバー、<br/>などのことをいいます。<br/>2, シーツや枕カバーの<br/>「せんたく(洗濯)」とい<br/>う意味があります。<br/>3, リンネルとも言い、<br/>アマ(亜麻)糸でできた<br/>薄い織物のことをい<br/>います。</p> | <p>16 食材受け渡し場<br/>みんなで「たかとお」<br/>信州高遠青少年自然の家<br/>のこのキャッチフレーズ<br/>をきちんと書きましょ<br/>う。<br/><br/>た<br/>か<br/>と<br/>お</p>                                 |

施設内オリエンテーリング 内回り 解答用紙

団体名

氏名

- 1, 館内は歩くようにしましょう。
- 2, 数字の横には、部屋や施設の名前を書きましょう。
- 3, 問題の答えを書きましょう。
- 4, 答え合わせをしてもらいましょう。
- 5, 全部できなくても、決められた時間内でもどって来るようにしましょう。

終わる時間

時

分

|             |    |    |                  |
|-------------|----|----|------------------|
| 1           | 2  | 3  | 4                |
|             |    |    |                  |
| 5           | 6  | 7  | 8                |
| は<br>は<br>あ |    |    |                  |
| 9           | 10 | 11 | 12               |
|             |    |    |                  |
| 13          | 14 | 15 | 16               |
|             |    |    | た<br>か<br>と<br>お |

# 国立信州高遠青少年自然の家 建物案内図

TEL.0265-96-2525代

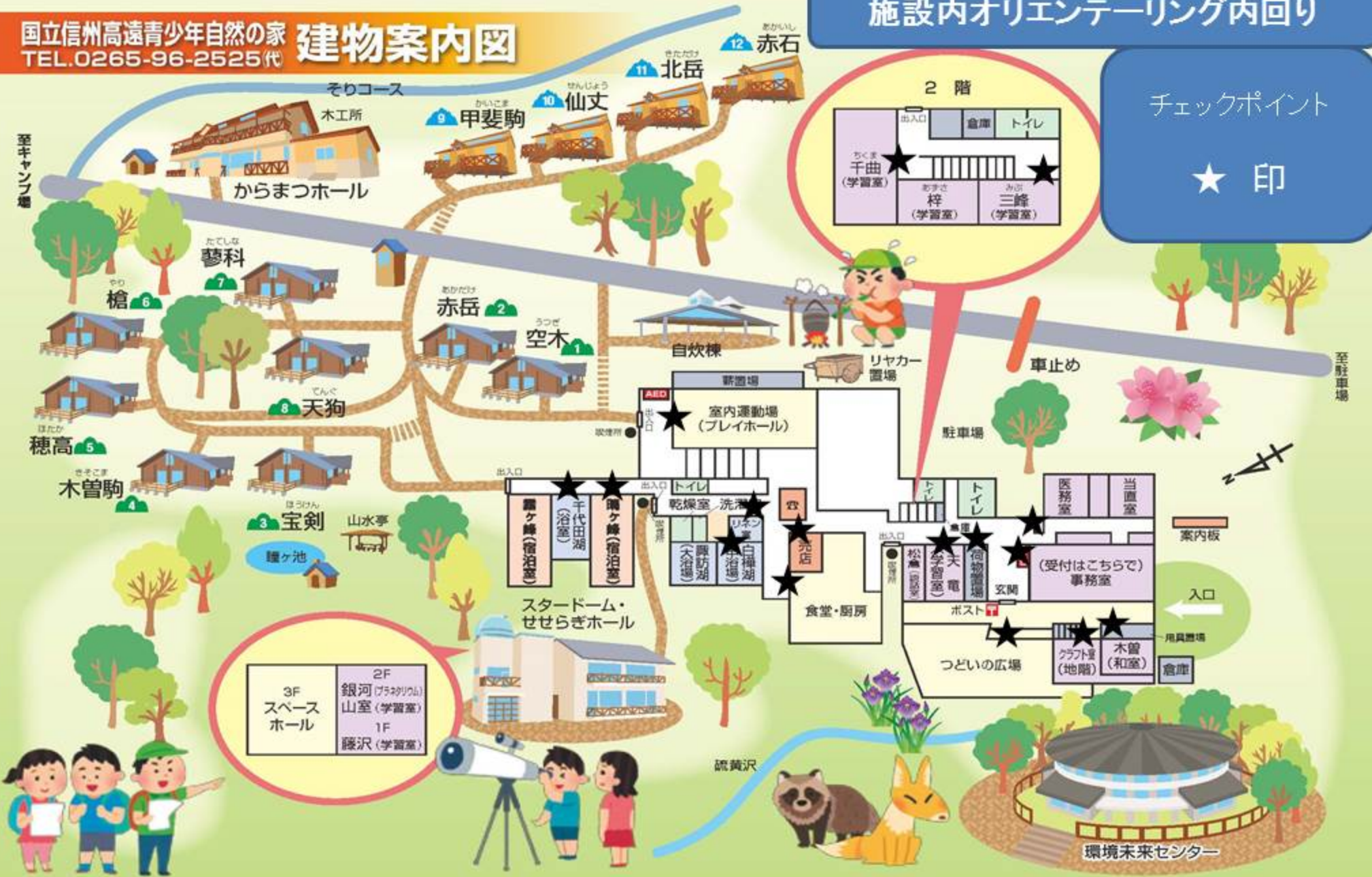
## 施設内オリエンテーリング内回り

チェックポイント

★ 印

至キャンプ場

至駐車場



|                   |  |
|-------------------|--|
| 3F<br>スペース<br>ホール | 2F<br>銀河 (プラネタリウム)<br>山室 (学習室)<br>1F<br>隠沢 (学習室) |
|-------------------|--|



案内板

入口

用具置場

倉庫

環境未来センター



## 施設内オリエンテーリング 外回り コース

|  |   |  |   |
|--|---|--|---|
| <p>17. せせらぎホール<br/>この建物には口径 30cm の反射望遠鏡や、プラネタリウムがあります。草木染めや、そば打ちを行う時に使う部屋もあります。</p>  | <p>18. 宝剣(宝剣岳)<br/>宝剣岳は中央アルプスの北部にあり、岩でできた山として有名です。標高 2,931m です。駒ヶ根側からは千畳敷ロープウェイが伸びています。このロープウェイに乗ると標高 2,600m まで到着できます。そこから1時間半ぐらい歩くと頂上に登れます。</p>                              | <p>19. 電話ボックス<br/>信州高遠青少年自然の家にある一番小さな家、それが「電話ボックス」です。<br/>公衆電話は、施設内に3台あります。</p>  | <p>20. 霧ヶ峰<br/>霧ヶ峰(きりがみね)は、八ヶ岳中信高原国定公園中部にある火山で、最高峰が「車山」です(1,925m)。車山には、気象レーダーが設置され活躍しています。<br/>霧ヶ峰は日本で最初にグライダーが飛び始めた地といわれ、休日にはグライダーが飛行しているのを見かけることができます。滑走路付近には、「グライダーふれあい館」があり、機体の展示などを行っています。</p> |
| <p>21. 天狗(天狗岳)<br/>八ヶ岳連峰は夏沢峠を境に南側を南八ヶ岳、北側を北八ヶ岳と呼びますが、天狗岳はこの北八ヶ岳で一番高い山になります。山頂は300m ほどの間隔を置いて東西に分かれ、西天狗岳と東天狗岳といいます。標高が高いのは西天狗岳で2,646m です。</p>       | <p>22. 北岳<br/>北岳は、赤石山脈(南アルプス)にある標高 3,193m の山です。富士山に次ぐ日本第二の山で、日本百名山の一つです。山頂(3,192.4m)より南の岩盤の方が約 80cm 高いことがわかりました。「南アルプスの盟主」と呼ばれています。</p>                                       | <p>23. 歓迎看板<br/>ようこそ「国立信州高遠青少年自然の家」へ、自然体験を始め、色々な活動をたくさんして、楽しい思い出を作ってください。この施設は、平成2年にオープンしました。</p>  | <p>24. 甲斐駒(甲斐駒ヶ岳)<br/>赤石山脈(南アルプス)の一番北にある標高 2,967m の山です。とても険しい山で、日本アルプス指折りの名山です。日本百名山、日本百景の一つです。<br/>「駒ヶ岳」の名前が付いている山は全国に 18 山ありますが、その中ではこの甲斐駒ヶ岳の標高が一番高い山です。</p>                                      |
| <p>25. 車止め<br/>信州高遠青少年自然の家の周辺は、多くの利用者が活動しているため、安全のために許可された車以外は入ることが出来ません。(自然の家の車の他特別な事情がある場合を除きます。)大きな荷物を運ぶ場合は、リヤカーが利用できます。また、事務室で台車も貸し出しています。</p> | <p>26. 梓(梓川)<br/>梓川は、飛騨山脈(北アルプス)槍ヶ岳に源を發し、上高地を流れ、松本市で奈良井川と合流して犀川と名を変えます。犀川は、長野市内で千曲川に合流します。<br/>古来より上流部は上質の梓(ミズメ)の産地であり、梓弓の材料として朝廷にも献上されていたそうです。このことが川の名前の由来になったと考えられています。</p> | <p>27. 槍(槍ヶ岳)<br/>槍ヶ岳は、飛騨山脈(北アルプス)南部にある標高 3,180m で、日本で5番目に高い山です。日本百名山の一つで通称「槍」。遠くからでも槍の先のようにとんがった山頂がよく分かります。「アルプス1万尺」の歌で歌われている「小槍」とは、山頂付近にある岩のことですが、ロッククライミングの技術がなければ登れず、しかも頂上は狭いため、そこで踊ることはできないそうです。穂高岳も飛騨山脈にある山です。</p> | <p>28. 諏訪湖<br/>諏訪盆地にあります。標高 759m 周囲約 16km 水深 7.2m です。諏訪湖はかつて非常に水質のよい湖でしたが、昭和 30 年代ころから生活排水などにより湖の富栄養化が進み、水質が悪化しました。その後水質改善に取り組み、現在では大幅に水質が改善されて来ています。下水処理場の汚泥を処理した灰に「金」が含まれていることがわかりました。</p>        |
| <p>29. 自炊棟<br/>信州高遠青少年自然の家で野外炊飯が出来る場所は、全部で7棟あります。この棟は、本館や宿泊棟に近いことから、他の野外炊飯場と区別して「自炊棟」と呼んでいます。また、「自炊棟」は食事用のテーブルの上にも屋根が付いています。</p>                   | <p>30. 空木(空木岳)<br/>空木という山の名前は、伊那谷でウツギ(別名:ウノハナ)の白い花が満開の時期(5・6月)、空木岳の頂上だけ雪が残っているのが見え、残雪とウツギの花を重ね合わせたことに由来するといわれます。標高 2,864m 木曾山脈(中央アルプス)で2番目に高い山です。日本百名山の一つです。</p>              | <p>31. 松倉(松倉川)<br/>千代田湖から流れ出す川の名前が「松倉川」です。信州高遠青少年自然の家から、国道152号線に出るまでにある地区を「松倉」と言います。</p>   | <p>32. からまつホール<br/>信州高遠青少年自然の家の周りに生えている樹木で一番多いのが「カラマツ」です。そこから名前をとりました。<br/>「カラマツ」は木目が美しくここ自然の家ではクラフト「すべラップ」の材料にも使っています。</p>   |

## 施設内オリエンテーリング 外回り コース 問題

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| <p>17. せせらぎホール<br/>せせらぎホールの建物の中にある部屋の名前を、2つ以上書きましょう。</p>                                      | <p>18. 宝剣 (宝剣岳)<br/>宝剣岳は宝の剣と書きます。どうして宝の剣なのでしょう。</p> <p>1, 頂上が剣のようにな岩でできているから。</p> <p>2, 昔は「宝剣」の材料となる宝石と鉄の両方がとれたから。</p> <p>3, 武田信玄の「宝の剣」がかくされている、という伝説があるから。</p> | <p>19. 電話ボックス<br/>「空木」<br/>何と読むのでしょうか？</p> <p>1, 「くうき」<br/>2, 「うつぼく」<br/>3, 「うつぎ」<br/>4, 「そらもく」<br/>5, 「そらき」</p> | <p>20. 霧ヶ峰<br/>霧ヶ峰では、ハングライダー・パラグライダー・グライダーなど、空のスポーツが盛んです。さてその中で、自動車に引っ張ってもらい滑走路から離陸するのは、どれでしょうか。</p>                            |
| <p>21. 天狗<br/>「アルプス1万尺」の1番の歌詞でアルペン踊りを踊る場所はなんと言うでしょうか。</p> <p>歌詞は、山水亭に掲示していますので、参考にしてください。</p> | <p>22. 北岳<br/>日本で一番高い山は「富士山」で、2番目は北岳ですが、何m違うのでしょうか。</p> <p>ヒント 富士山の標高は「木工所」に掲示しています。</p>  | <p>23. 歓迎看板<br/>歓迎看板に書いてある字は、何色が使われているのでしょうか。</p>  | <p>24. 甲斐駒(甲斐駒ヶ岳)<br/>甲斐駒ヶ岳のように「駒」の名前の付いているもう一つの宿泊棟があります。何という名前ですか？</p> <p>「〇〇駒」といいます。</p>                                      |
| <p>25. 車止め<br/>写真の①と②は施設の中に入ることが許可されている車の例です。<br/>どのような理由で許可されているのでしょうか。</p>                  | <p>26. 梓<br/>信州高遠青少年自然の家にある、公衆電話は何台あるのでしょうか？</p>  | <p>27. 檜<br/>信州高遠青少年自然の家で「カラマツ」の木を利用しているクラフトの名前を書きましょう。</p>  | <p>28. 諏訪湖<br/>諏訪湖から流れ出す川は天竜川ですが、松倉川は、「〇〇〇湖」から流れ出す川です。<br/>自然の家からハイキングでいくことのできるこの湖の名前は、なんと言うのでしょうか。<br/>〇〇〇に当てはまる漢字を書きましょう。</p> |
| <p>29. 自炊棟<br/>信州高遠青少年自然の家の宿泊棟で、飛騨山脈にある山の名前の付いている宿泊棟 (ログハウス) の名前を、書きましょう。<br/>2棟あります。</p>     | <p>30. 空木<br/>宿泊棟の「天狗」と「穂高」の間に自然の家の「開所記念の木」が植樹されています。<br/>木の名前を調べて書きましょう。</p>   | <p>31. 松倉<br/>諏訪湖をきれいにするために下水道が整備されました。その下水の処理場の汚泥から、お宝がとられています。それは次のどれでしょうか。</p> <p>1, 銅<br/>2, 銀<br/>3, 金</p>  | <p>32. からまつホール<br/>ログハウスの「天狗」の名前の由来となる、「天狗岳」のある山の集まりは、なんと言うのでしょうか。</p>  |

施設内オリエンテーリング 外回り 解答用紙

団体名

氏名

- 1, 館内は歩くようにしましょう。
- 2, 数字の横には、部屋や施設の名前を書きましょう。
- 3, 問題の答えを書きましょう
- 4, 答え合わせをしてもらいましょう。
- 5, 全部できなくても、決められた時間内でもどって来るようにしましょう。
- 6, ヒントは、関係する部屋のカードに書かれています。

終わる時間

時

分

|    |    |    |    |
|----|----|----|----|
| 17 | 18 | 19 | 20 |
|    |    |    |    |
| 21 | 22 | 23 | 24 |
|    |    |    |    |
| 25 | 26 | 27 | 28 |
|    |    |    |    |
| 29 | 30 | 31 | 32 |
|    |    |    |    |



国立信州高遠青少年自然の家  
TEL.0265-96-2525代

# 建物案内図

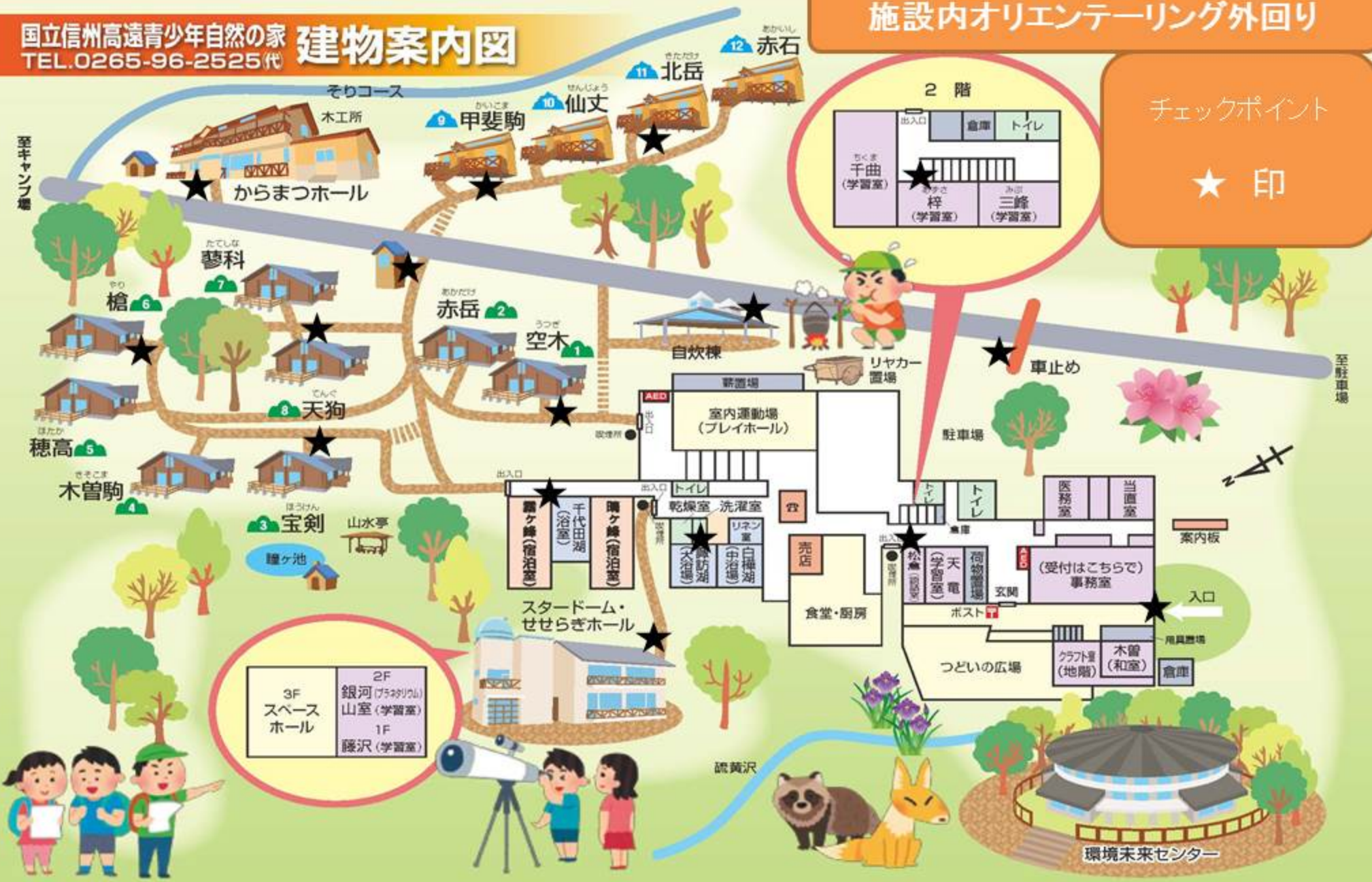
## 施設内オリエンテーリング外回り

チェックポイント

★ 印

至キャンプ場

至駐車場



2 階



環境未来センター

硫黄沢

案内板

入口

つどいの広場

食堂・厨房

売店

室内運動場  
(プレイホール)

駐車場

車止め

リヤカー  
置場

自炊棟

薪置場

受付所

出入口

出入口

千代田湖  
(浴室)

瑞ヶ峰  
(宿泊室)

乾燥室

洗濯室

トイレ

リネン室

白樺湖  
(中浴場)

天狗湖  
(大浴場)

松島 (浴室)

天電  
(学習室)

荷物置場

玄関

ポスト

つどいの広場

クラブ棟  
(地階)

木曾  
(和室)

倉庫

用具置場

案内板

入口

当直室

医务室

トイレ

倉庫

トイレ

倉庫

トイレ

出入口

## 施設内オリエンテーリング 大外回り コース案

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <p><b>33 森の広場</b><br/>森の中にある、まん丸いキャンプファイヤー場です。そりすべり 100m コースのスタート地点にもなります。上を見ると、木に囲まれた空が丸く見えます。</p>                          | <p><b>34 わんぱく広場</b><br/>本館に近く、100 人～150 人でキャンプファイヤーができます。</p>  | <p><b>35 残炭置き場</b><br/>野外炊飯や、キャンプファイヤー後の燃え残りの炭を片付ける場所です。施設内には全部で四カ所の残炭置き場があります。</p>  | <p><b>36 すりばち広場</b><br/>高遠青少年自然の家の敷地の一番上にある広場です。すり鉢のようになっているくぼみにある広場なので、すりばち広場といえます。</p>                                     |
| <p><b>37 つり橋</b><br/>硫黄沢を渡るための橋です。硫黄沢は、施設の中を、蛇のようにならぬと流れています。大雨がふると、どこもかしこも川になってしまうので、気をつけましょう。ぬかるみも多いので、足もとをよく見て歩きましょう。</p> | <p><b>38 野外炊飯 F 棟</b><br/>キャンプを場利用しているときは、この近くの野外炊飯場を使うと便利です。薪や、食材などを運ぶときは、リヤカーを利用してください。</p>                    | <p><b>39 三日月広場</b><br/>キャンプファイヤーのできる広場です。形が三日月ににているので、この名前が付きしました。本館から遠いので、あまり使われません。</p>  | <p><b>40 生ごみサイロ</b><br/>お昼の食べ残り、野外炊飯で出た生ゴミなどをここで処理できます。プラスチックなど、生ゴミ以外のものは入れないで下さい。<br/>菌の働きで、生ゴミが発酵して 60℃～70℃の温度になっています。</p> |
| <p><b>41 キャンプセンター</b><br/>キャンプ場を利用している皆さんのための施設です。中には、トイレ・シャワー・洗面所があります。<br/>節電・節水にご協力をお願いします。</p>                           | <p><b>42 利用者駐車場</b><br/>本館まで距離がありますが、車はここにとめて歩いて行きましょう。<br/>体に不自由なところがある方は、玄関先に駐車できます。利用する場合は、事務室に連絡をしてください。</p> | <p><b>43 穂高(穂高岳)</b><br/>飛騨山脈の穂高岳とは、奥穂高岳、涸沢岳、北穂高岳、前穂高岳、西穂高岳などの峰々からなる穂高連峰のことです。奥穂高岳は、長野県と岐阜県の一番高い山です。「北アルプスの盟主」と呼ばれています。日本で3番目に高い山です。<br/>3190m</p> | <p><b>44 倉庫2</b><br/>野外炊飯棟 DEF 棟で使う用具・食器など貸し出しています。<br/>移動用のテント・シュラフ・マットも貸し出しています。</p>                                       |
| <p><b>45 環境未来センター</b><br/>高遠青少年自然の家で、生物の観察をするときなど、この施設を使います。観察用のカードが用意されています。</p>  | <p><b>46 冒険の森</b><br/>おもに、保育園・幼稚園の子ども達の体力向上のための運動ができます。どのような運動ができるかは、小屋の後ろにかいてあります。</p>                          | <p><b>47 三角塔広場</b><br/>トイレの建物の上に、三角型の光を取り入れる天窓があります。そこから、三角塔広場という名前が付きしました。</p>  | <p><b>48 中山湖広場</b><br/>そばにある池が中山湖です。スケート場として利用してきましたが、氷がすっかり張らなくなり、スケートができなくなりました。<br/>人工の光がないため、暗闇体験や、星を見ることに適しています。</p>    |

## 施設内オリエンテーリング 大外回り 問題

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| <p>33 森の広場</p> <p>森の広場は、避難場所の「B」となっています。</p> <p>では、避難場所の「A・C・D」はそれぞれどこでしょうか？名前を書きましょう。</p>                              | <p>34 わんぱく広場</p> <p>信州高遠青少年自然の家では、打ち上げ花火や、ロケット花火、大きな音のする花火は禁止しています。</p> <p>どうして禁止しているのでしょうか。理由を考えて書いてください。</p> | <p>35 残炭置き場</p> <p>ヒントに当てはまるものを答えてください。</p> <p>ヒント</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1, 空気中にあります。</li> <li>2, 毒ではありません。</li> <li>3, はく息の中にも含まれています。</li> <li>4, 木やプラスチックが燃えるとできます。</li> <li>6, 空気より重いです。</li> <li>7, これが含まれているジュースが自動販売機で売られています。</li> </ol> | <p>36 すりばち広場</p> <p>すりばちとセットで使う、棒状の道具の名前は、なんと言うでしょうか。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1, すりがね</li> <li>2, すりこぎ</li> <li>3, すりつけぎ</li> </ol> |
| <p>37 つり橋</p> <p>このつり橋のかかっている沢の名前は「硫黄沢」です。沢ぞいには、水の近くでじめじめした場所に強い木が沢山生えています。名前はなんと言うのでしょうか。名前の札もかかっています。</p>             | <p>38 野外炊飯 F 棟</p> <p>信州高遠青少年自然の家、野外炊飯のできる施設は、いくつあるでしょうか。</p>  | <p>39 三日月広場</p> <p>夕方西の空に三日月が出ているときの三日月の形を、かいてください。</p>   | <p>40 生ごみサイロ</p> <p>信州高遠青少年自然の家では、生ゴミを処理するときに、「○○○○」という菌を使っています。</p> <p>小屋で名前を調べて書きましょう。</p>   |
| <p>41 キャンプセンター</p> <p>鉛筆は、1本、2本<br/>消しゴムは、1個、2個<br/>ネズミは、1匹、2匹<br/>牛は、一頭、2頭<br/>と数えます。</p> <p>では、テントはどのように数えるでしょうか。</p> | <p>42 利用者駐車場</p> <p>信州高遠青少年自然の家では、車で入れないところがたくさんあります。どうして、車で入れないのでしょうか。</p> <p>理由を考えて書きましょう。</p>               | <p>43 穂高</p> <p>奥穂高岳は、あと何メートル高ければ、日本で2番目に高い山になったでしょうか？</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1, もう少し4m</li> <li>2, ビルの高さ30mぐらいあれば</li> <li>3, 東京タワーほど300m足りない。</li> </ol> <p>ヒントは、ロッジ北岳のそばのカードにあります。</p>   | <p>44 倉庫2</p> <p>信州高遠青少年自然の家の、キャンプファイヤー場は全部で何カ所あるでしょうか？</p> <p>名前はいくつ言えますか？</p>  |
| <p>45 環境未来センター</p> <p>環境未来センターの近くにある、グリーンアドベンチャーの13番～18番の木を見つけ、3種類の番号と、木の名前を書きましょう</p>                                  | <p>46 冒険の森</p> <p>冒険の森でできる運動についている動物の名前を調べて4種類書きましょう。</p>  | <p>47 三角塔広場</p> <p>ヒントに当てはまる、木の名前を答えてください。広場の周りがある木です。ヒント</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1, 針葉樹です。</li> <li>2, 冬には葉を落とします。</li> <li>3, 木目がきれいです。</li> <li>4, 自然の家の敷地が一番 沢山ある木です。</li> <li>5, 生長が早く、寒さにも強い木です。</li> <li>6, 自然の家の施設の名前にも使っています。</li> </ol>  | <p>48 中山湖広場</p> <p>近くにマレットゴルフ場があります。何ホールあるでしょうか？</p> <p>マレットゴルフ第一ホールに行くとは分かります。</p>  |

施設内オリエンテーリング 大外回り 解答用紙

団体名 \_\_\_\_\_ 氏名 \_\_\_\_\_

- 1, 館内には問題はありません。
  - 2, 数字の横には、部屋や施設の名前を書きましょう。
  - 3, 問題の答えを書きましょう
  - 4, 答え合わせをしてもらいましょう。
  - 5, 全部できなくても、決められた時間内でもどって来るようにしましょう。
- 終わる時間                      時                      分

|    |    |    |    |
|----|----|----|----|
| 33 | 34 | 35 | 36 |
|    |    |    |    |
| 37 | 38 | 39 | 40 |
|    |    |    |    |
| 41 | 42 | 43 | 44 |
|    |    |    |    |
| 45 | 46 | 47 | 48 |
|    |    |    |    |



本館・宿泊棟拡大図



施設内オリエンテーリング大外回り

チェックポイント

★ 印



国立信州高遠青少年自然の家

野外炊飯場・キャンプ場

