

活動テキスト

～活動プログラム参考資料～

宿泊・日帰りのグループ（団体）用



ユーハイム似島歓迎交流センター

2026年4月改訂

目次

海・水に関わる活動

ローボート操船実習	1
海力ヌー漕艇実習	2
カヌー体験学習（プールカヌー）	3

自然体験・アウトドア活動

登山	4
・安芸小富士 登山道マップ	
・下高山 登山道マップ	
野外炊飯	7
キャンプファイア・キャンドルサービス	8

スポーツ・運動活動

グラウンドでの活動	9
サッカー／グラウンドゴルフ／スナッグゴルフ など	
体育館での活動	9
バスケットボール／バレーボール／バドミントン／卓球 など	

フィールドゲーム

チャレンジ日本一周	10
にのしまいきものビンゴ	15
ナイトオリエンテーリング	17
ディスクゴルフ	20
モルック	22

創作・ものづくり活動

カプラ	25
クラフト	27
竹はし／竹コップ／竹けん玉／竹とんぼ	
焼杉	31

学習・学びの活動

バウムクーヘンづくり	32
平和学習（スライドまたはDVDによる学習、遺構めぐりなど）	34

ローボート操船実習

ユーハイム似島歓迎交流センター（以下、「交流センター」と表記する）近隣の海浜を使用して、ローボートの操船実習を行います。

ローボートの操船に必要な知識と技術を習得するとともに、各自の役割を確実に果たすことの重要性や、力を合わせることによって仲間と協力することの大切さを確認できます。グループ活動にお役立てください。

- 1 対 象 小学生以上（4年生以上が望ましい）
※ 学校、社会教育団体等、教育目的利用に限ります。
- 2 実施期間 4月～6月、9月～11月
- 3 実施時間 9:00～12:00（準備・片付けを含む）
事前研修：9:00～12:00 又は 13:00～16:00（夜間の指導不可）
- 4 実施場所 

海洋学習実施場所
（堀口の浜）

似島歓迎交流センター
- 5 定 員 7名～128人程度（8人乗り×8艇 2交代で乗船）
- 6 費 用 無料
- 7 服 装 ① 動きやすく濡れてもよい服
② 濡れてもよい靴（裸足・サンダル・クロックス不可）
③ 濡れてもよい靴下
④ 帽子（必要であれば）
- 8 実施方法 ① 模擬操船・・・実施前日までに交流センターにて練習
9:00～12:00 又は 13:00～16:00(夜間の指導不可)
② 実習当日の準備・・・8：50までに着替えを済ませて集合
③ 実習海岸までの移動・・・監視艇、救助艇、ローボート等の運搬・移動
④ 海岸での準備・・・ローボート準備、服装・体調等のチェック等
⑤ 操船・・・1班3回程度
⑥ 後片付け・・・ローボート等を台車に乗せて交流センターまで移動
⇒ライフジャケット、ローボート、パドル等を洗って所定の場所に干してください。
- 9 実施上の注意 ① 乗船時は必ずライフジャケット（救命胴衣）を着用してください。
② 潮位により実施できない場合がありますので、活動を検討される際にはお問い合わせください。

※詳細は別紙「海洋学習ローボート操船実習マニュアル」をご覧ください。



海カヌー漕艇実習

交流センター近隣の海浜を使用して、カヌーの漕艇実習を行います。

海洋におけるカヌーに関する基本的な知識と技術を習得することにより、カヌーの特性を理解し、状況に応じた確かな判断力や行動力が身につきます。また、個人及び仲間に対する安全意識や協調性を養います。

1 対象 小学生以上（学校、社会教育団体等教育目的利用に限ります）
※レジャー目的での利用はできません。

2 実施期間 4月～6月、9月～11月 ※但し、遊泳期間をのぞく。

3 実施時間 9:00～12:00（準備・片付けを含む）

4 実施場所



5 定員 最大48人（最大カヌー漕艇人数16人 2人乗り4艇・1人乗り8艇）

6 費用 模擬漕艇：プール入場料（大人490円/小人250円）・カヌー使用料（100円/1艇）
海洋実習：カヌー使用料（100円/1艇）

7 服装 ① 動きやすく濡れてもよい服
② 濡れてもよい靴（裸足・サンダル・クロックス不可）
③ 濡れてもよい靴下
④ 帽子（必要であれば）

8 実施方法 ① 模擬操艇・・・・・・・・交流センター海水プールにて前日までに練習実施プールカヌー（プール入場料・カヌー使用料が必要）
② 実習当日の準備・・・・・・・・8：50までに準備
③ 実習海岸までの移動・・監視艇、救助艇、カヌー等の運搬・移動
④ 海岸での準備・・・・・・・・カヌー準備、服装・体調等のチェック等
⑤ 漕艇
⑥ 後片付け・・・・・・・・カヌー等を台車に載せて交流センターまで移動
⇒ライフジャケット、カヌー、パドル等を洗って所定の場所に干してください。

9 実施上の注意 ① 事前学習として、当交流センター海水プールにおいて基本学習及び実習を2時間以上行ってください。
② 乗艇時は必ずライフジャケット（救命胴衣）を着用してください。
③ 潮位により実施できない場合がありますので、活動を検討される際にはお問い合わせください。

※詳細は別紙「海洋学習カヌー漕艇実習マニュアル」をご覧ください。

カヌー体験学習（プールカヌー）

当交流センター海水プールを使用して、カヌーの漕艇実習を行います。

カヌーに関する基本的な知識と技術を習得することにより、カヌーの特性を理解し、的確な判断力と俊敏な動作が身につきます。また、個人及び仲間に対する安全意識や協調性を養います。

- 1 対 象 小学生以上（成人の引率者の随行必要）
※幼児の乗船はできません。
- 2 実施期間 4月～6月、9月～11月
※遊泳期間・カヌー体験期間の詳細はお問い合わせください。
- 3 実施時間 9:00～12:00 又は 13:00～16:00（夜間の指導不可）
（海水プールへの入場は 15:30 までです。16:20 までには退室してください）
- 4 実施場所 交流センター海水プール
- 5 定 員 60人（最大カヌー漕艇人数20人 2人乗り5艇・1人乗り10艇）
- 6 費 用 ① プール入場料（大人490円、小人250円）
② カヌー使用料（100円/艇）
- 7 服 装 動きやすく濡れてもよい服
- 8 実施方法 ① 準備
② プール指導員による指導等
③ 漕艇
④ 後片付け・・・ライフジャケット、ヘルメット等を所定の場所に戻してください。
- 9 実施上の注意 ① 更衣は、日帰り利用団体は更衣室で行い、宿泊利用団体は原則として宿泊棟またはコテージで行ってください。
② カヌー等の準備・片付けは、指導員の指導のもと団体で行ってください。
③ カヌー漕艇に関するオリエンテーションや準備運動、漕艇指導等については、指導員が指導します。
④ 引率者の方は、プールサイドでの監視をお願いします。
⑤ 乗艇時は必ずライフジャケット（救命胴衣）とヘルメットを着用してください。
⑥ プールサイドは原則裸足です。



登山

あきこふじ 安芸小富士

標高が278mあり、市内・県内からもたくさんの方が登山を楽しんでいます。山頂で30人程度が集まってお弁当を食べることができます。山頂からは、広島市街を見渡すことができます。

しもたかやま 下高山

標高が203mあり、山頂は広々としており30人程度がお弁当を食べることができます。北側には安芸小富士と広島市街、南側には江田島など、東側には呉市の灰が峰山や野呂山、西側には宮島等が見えます。また、瀬戸内海に浮かぶイカダを見ることもでき、360度の眺めが楽しめます。

1 所要時間 ① 安芸小富士（展望台）コース

交流センター → 展望台 → 山頂 → 交流センター
5分 45分 45分

② 下高山（似島峠～中学校）コース ※ 中学校側からも登ることができます。

<往路：中腹コース 往路：海沿いコース>

交流センター → 登山道入口 → 山頂 → 中学校 → 交流センター
15分 50分 40分 15分

<往路：尾根コース 復路：海沿いコース> 往復1時間半程度

交流センター → 登山道入口 → 山頂 → 中学校 → 交流センター
15分 35分 40分 15分

2 準備物

- ① リュックサック
- ② 水筒
- ③ 履き慣れた靴（すべりにくく、靴底がしっかりしたもの）
- ④ タオル
- ⑤ 軍手
- ⑥ 皮膚の弱い人や虫に刺されやすい人は長袖のシャツ（かぶれ防止のため）等

3 実施上の注意

- ① 道路を通る時は、通行車両に十分注意してください。
- ② 個人の所有物や畑などには立ち入らないでください。
- ③ 全体でペースをあわせて、協力して登ってください。
- ④ ゴミは持ち帰り、自然を大切にしてください（木を折ったりしない等）。

☆☆☆ 登山を計画されている引率者のみなさま ☆☆☆

登山道は、雨により滑りやすく危険な状態になっている場合や、夏場は草木が生い茂り歩きにくくなっている場合があります。また、スズメバチやイノシシなどの危険生物も目撃されています。

引率者のみなさまは、必ず下見により登山道の状況を十分に確認してから登山を行ってください。

※登山道は当施設外である為、交流センターは登山道の整備は行っておりません。

下高山 登山道マップ

似島峠～中学校コース

時間 交流センター⇔登山道入口 15分

<中腹コース>

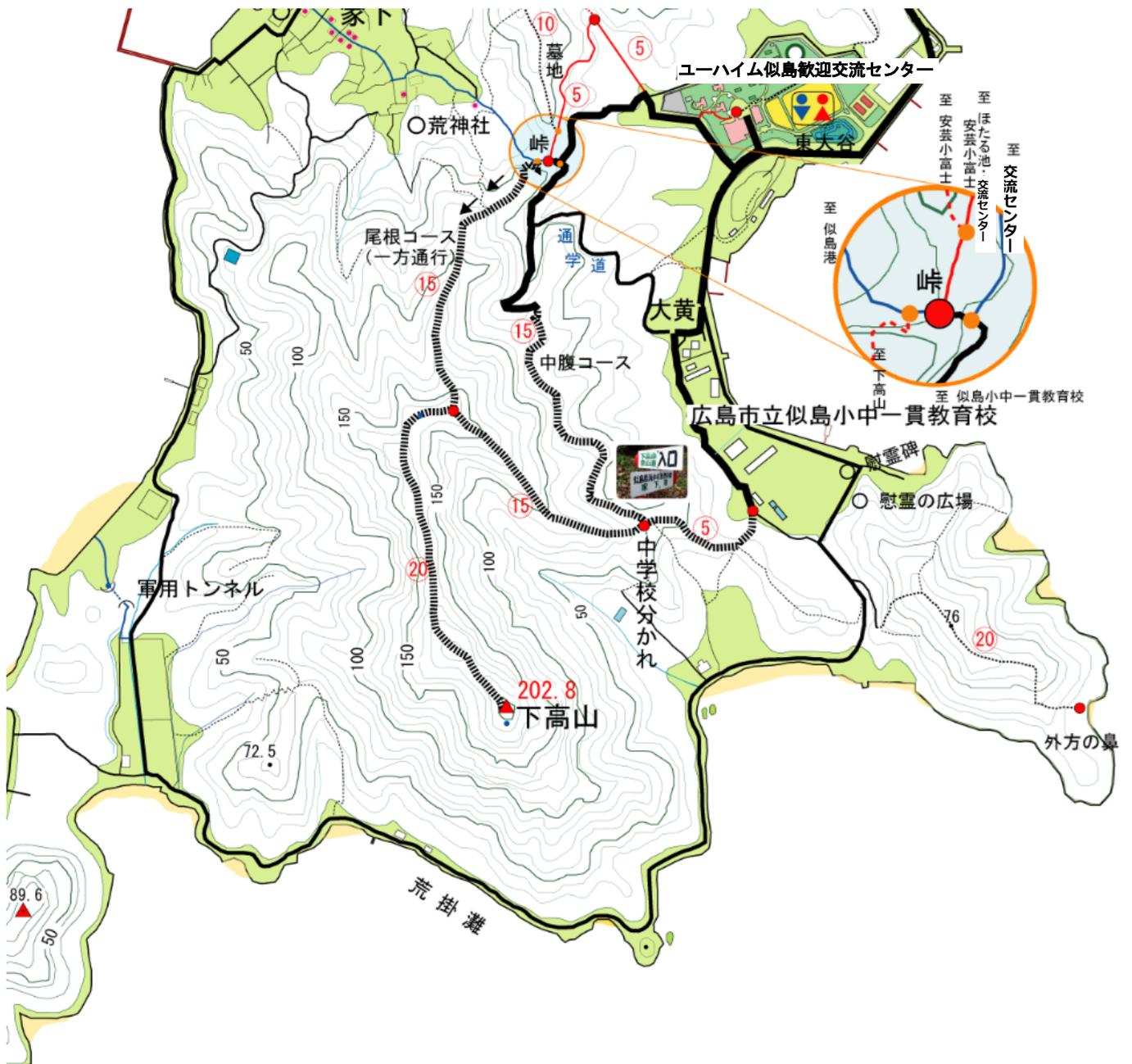
登山道入口⇔山頂 50分

<尾根コース>

登山道入口⇔山頂 35分

山頂⇔似島中学校 40分

似島中学校⇔交流センター15分



野外炊飯

野外炊飯は、自然の中で火を扱い、仲間と協力しながら食事をつくる体験活動です。

食材の準備、火起こし、調理、後片付けまでを一連の流れとして行うことで、役割分担の大切さや、協力することの楽しさを学ぶことができます。

屋外で調理を行うことで、普段の生活では味わえない不便さや工夫の必要性を体験し、自然への理解や感謝の気持ちを育むことにもつながります。

自分たちでつくった食事を仲間と一緒に味わう時間は、達成感とともに、心に残る思い出となります。

1. 対象 小学生以上（高学年以上が望ましい）
2. 実施時間 2～4時間
3. 実施場所 炊飯テラス
4. 定員 190名程度
5. 食材について 食材を持ち込み頂いてもかまいませんし、当施設へご注文頂くことも可能です。食材購入希望の場合は、事前にお申し込みください。
6. 貸出物品 ・野外炊飯用具セット(8人用) 最大26セット

セット内容

中なべ 10ℓ×1・小なべ 6.8ℓ×1・まな板×2・バット×2・包丁×3
菜ばし×1・しゃもじ×2・おたま×2・木へら×1・平皿×10
金かご×1・ピーラー×2

・トング・大なべ 13ℓ・金ざる・ボウル

7. 返却時注意点 使用した調理器具および食器類は、洗浄のうえ原状復帰での返却をお願いいたします。なお、洗剤類や清掃用具の備え付けはございませんので、恐れ入りますが各団体様にてご用意ください。
※活動終了後、職員が返却点検を行います。清掃が不十分な場合は再度仕上げをお願いすることがありますので、余裕を持って片付けてください。
8. 持参必要物品 食器類・洗剤、クレンザー、スポンジ、金だわし、不織布たわし等
※特に鍋の底に付いた**すす汚れ**もしっかり洗い流していただく必要があります。
クレンザーや金だわしを多めに用意しておくともスムーズです。
※薪・炭・着火剤の販売あり
9. その他 ○準備～片付けまで団体で行ってください。（職員による指導等はありません。）
○強風などにより火災の危険が高まる場合は、安全確保のため、活動内容を変更または中止させていただくことがあります。



キャンプファイア・キャンドルサービス

キャンプファイアは、野外活動で流した汗やその体験をふり返りながら、一つの火を囲み、仲間と心を通わせる活動です。

自然に包まれた空間の中で、歌やゲーム、スタンツなどを通して参加者同士の一体感を深め、思い出に残る時間を過ごすことができます。

キャンドルサービス（キャンドルのつどい）は、キャンドルのやさしい灯りに囲まれた静かな雰囲気の中で行う活動です。

落ち着いた時間の中でスタンツや語らいを行い、仲間との親睦をより深めることができます。

1. 対象 どなたでも
2. 実施場所 キャンプファイア場（屋外）
屋内キャンプファイア場（プレイホール）
キャンドルサービス ・プレイホール・研修室
※天候や活動内容に応じて、屋内・屋外を選択できます。
3. 活動人数目安 キャンプファイア場(120名程度)
プレイホール(120名程度)
研修室(30～100名程度)
4. 貸出物品 キャンドルサービス用燭台・手燭台
5. 準備物 トーチの販売はありません。（各団体様にてご準備ください）
※薪・灯油・ローソクの販売あり
6. その他 ○薪の使用数目安
 - ・標準的なキャンプファイアで8～12束
 - ・標準的な屋内キャンプファイアで1～2束○準備～片付けまで団体で行ってください。（職員による指導等はいりません。）
○強風などにより火災の危険が高まる場合は、安全確保のため、活動内容を変更または中止させていただくことがあります。



スポーツ・運動活動

グラウンドや体育館を利用して、さまざまなスポーツや運動活動を行うことができます。

サッカーやバレーボール、バドミントン、卓球、バスケットボールなど、団体の目的や人数に応じて、自由に活動内容を組み立てていただけます。

活動に必要な用具は、貸出物品をご利用いただくことができます。

準備から片付けまでの運営は、団体の皆さまで行っていただき、仲間と協力しながら、安全に活動を進めてください。

体を動かす楽しさを味わいながら、交流を深め、充実した時間をお過ごしください。

グラウンドでの活動

1. 主な活動例 サッカー／グラウンドゴルフ／スナッグゴルフ／野球・ソフトボール(試合不可、キャッチボール・ボールを上げないノック程度)
2. 貸出物品 ・サッカーボール・サッカーゴール・コーナーフラッグ
 ・グラウンドゴルフ式（ホールポスト・ポスト・スティック・ボール）
 ・スナッグゴルフ式（ランチャー・ローラー・ボール）
 ・ピブス（使用後は、洗濯・乾かした状態での返却をお願いします。）
3. その他 ・多目的（人工芝）グラウンドのご利用にあたっては、職員からの説明を行います。
 注意事項をご確認のうえ、ご利用ください。

体育館での活動

1. 主な活動例 バスケットボール／バレーボール／バドミントン／卓球
2. 貸出物品 ・バスケットボール
 ・バレーボール一式（ネット・ボール）
 ・バドミントン一式（ネット・ラケット・シャトル）
 ・卓球一式（卓球台・ラケット・ボール）
 ・縄跳び
3. その他 ・上履きをご準備ください。
 ・準備から片付けまで、団体の皆さまで行ってください。
 ・使用後は、原状復帰をお願いします。



チャレンジ日本一周

様々な場所に配置されたパネルを、制限時間内にどれだけ多く探し出してゴールに戻ることができるかを競うゲームです。

- 1 対 象 小学生以上
- 2 所要時間 1時間半～2時間（制限時間は団体で設定してください）
- 3 実施場所 交流センターとその周辺
- 4 定 員 なし
- 5 費 用 無料
- 6 準 備 物
 - ① チャレンジ日本一周解答用紙（利用団体側で準備）
 - ② 筆記用具（利用団体側で準備）
 - ③ バインダー（施設より貸出可）
 - ④ スタート・ゴール幕（施設より貸出可）
- 7 実施方法
 - ① 準備・・・・・・・・貸出物品を事務室で受け取ってください。
 - ② ゲーム説明など・・競技者にゲーム説明と実施上の注意を説明してください。
 - ③ ゲーム開始・・・・解答用紙に班番または班名、スタート時間を記入して、各班一斉にスタート（時間差を設けても構いません）してください。
 - ④ ゲーム終了・・・・ゴール時間を記入して、得点の集計をしてください。
先にゴールした班は、指定された場所で待機しましょう。
 - ⑤ 順位発表・・・・様々な得点の合計から、時間超過による減点を差し引いた総合得点より順位を発表してください。
 - ⑥ 片付け・・・・・・・・貸出物品を事務室まで返却してください。
- 8 ゲーム説明
 - ① 解答用紙にあるエリアマップに隠された50個のパネルを班のメンバーと協力して探し出し、制限時間内（団体にて設定）にゴール地点（スタート地点）まで戻って来てください。
 - ② ゲーム前に、解答用紙の左下にある25マスのピンゴポイント欄に、47都道府県と家下（やじた）、宇品、交流センター、計50個の中から25個を書いてください。
 - ③ 建物内（体育棟、宿泊棟、コテージ、食堂棟、大浴場棟）にはパネルはありません。コテージ周辺、体育棟裏、炊飯場内、プール内、堀の中に入ってはいけません。

- ④ パネルを見つけたら、解答用紙にそのパネルに書かれている記号または文字を記入してください。得点については以下のとおりです。

《都道府県得点【各2点】》

⇒パネルを見つけたら、解答用紙の該当する箇所にパネルに書かれている記号または文字を記入します。その正解数が得点になります。

《ビンゴ得点【各10点】》

⇒スタート前に記入した25個のパネルを見つけたら、該当するビンゴ得点欄のマスに○印をつけていき、縦、横、斜めに○印が5つ並んだら得点となります。

《ボーナス得点【各10点】》

⇒引率者の方で、上述の50個の中から3個を選んでください。その3個を見つけた数が得点になります。スタート前に発表するかゴール後に発表するかは、団体にて決定してください。

《旅行得点【各2点】》

⇒ゴールした後に集計します。都道府県解答欄で正解した欄を□印で囲みます。スタートから出発して、□印で囲んだ欄が長くつながるほど、得点になります。

(例) 下記のようなになれば、2点×3個＝6点



- ⑤ 制限時間をオーバーすると1分につき5点減点となります。
(例) 制限時間60分で10時に出発して11時5分にゴールした場合
5分×5点＝25点の減点
- ⑥ 班のメンバーがバラバラに行動してはいけません(失格になります)。全員そろってゴールしてください。
- ⑦ 競技者は、原則として徒歩でコースを回りましょう。

9 実施上の注意

- ① 敷地の外にはパネルはありませんので、道路には出ないでください。
② 敷地内を通る車両に十分注意してください。
③ 地域の方々に出会ったら、元気よく挨拶をしましょう。
④ パネルを移動させてはいけません。
⑤ 自然を大切にしてください(木を折ったりしないなど)。

にのしまいきものビンゴ

宿泊棟まわりや炊飯テラスまわり、アスレチック広場などに54枚の生き物看板を設置しています。
「生き物看板」または「生き物本物」を探しながら散策する、自然観察プログラムです。

1. 対象 幼児や低学年、家族向け
2. 実施場所 交流センターとその周辺
3. 準備物 にのしまいきものビンゴシート・にのしまいきものビンゴガイドマップ
4. ゲーム説明
 - ① 施設内で生き物看板または生き物本物を探しながら散策
 - ② 生き物看板または生き物本物を見つけたらビンゴシートにチェック
 - ③ 危険な虫・植物には触ってはいけません。わからない場合は触らないでください

にのしまいきものビンゴ ガイドマップ

※本物の生物には、さわるとさされたり、かぶれたりするものもあります。気を付けましょう。

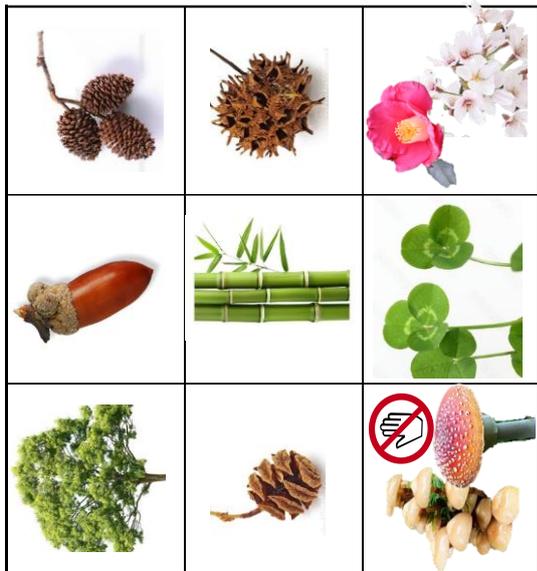
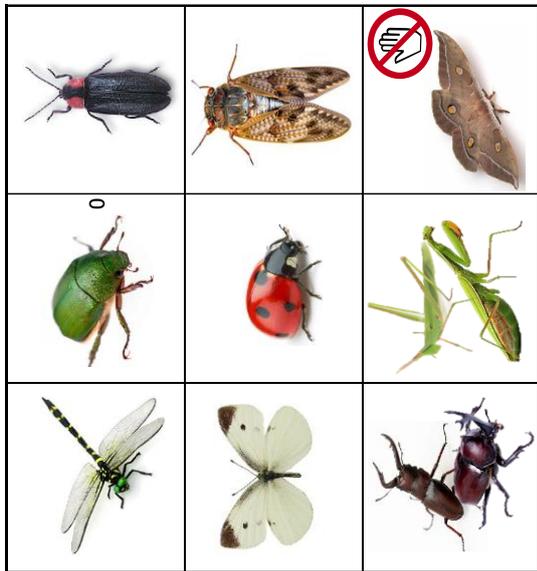
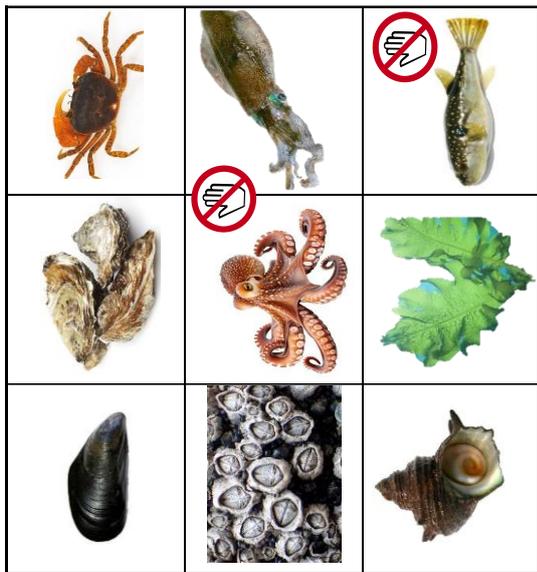
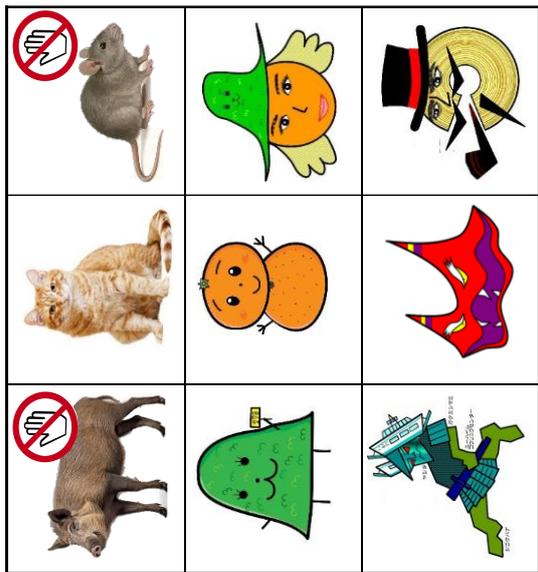


生き物看板
この看板を探してね

にのしまいきものビンゴ

なまえ／グループ

いきものたちをみつけよう。ほんもの、または、かんぼんをみつけたら○をしよう。



たてよこななめで ビンゴ／ほんもの みつけたよ ★1ビンゴで1てん ほんもの1つで5てん あわせて てん

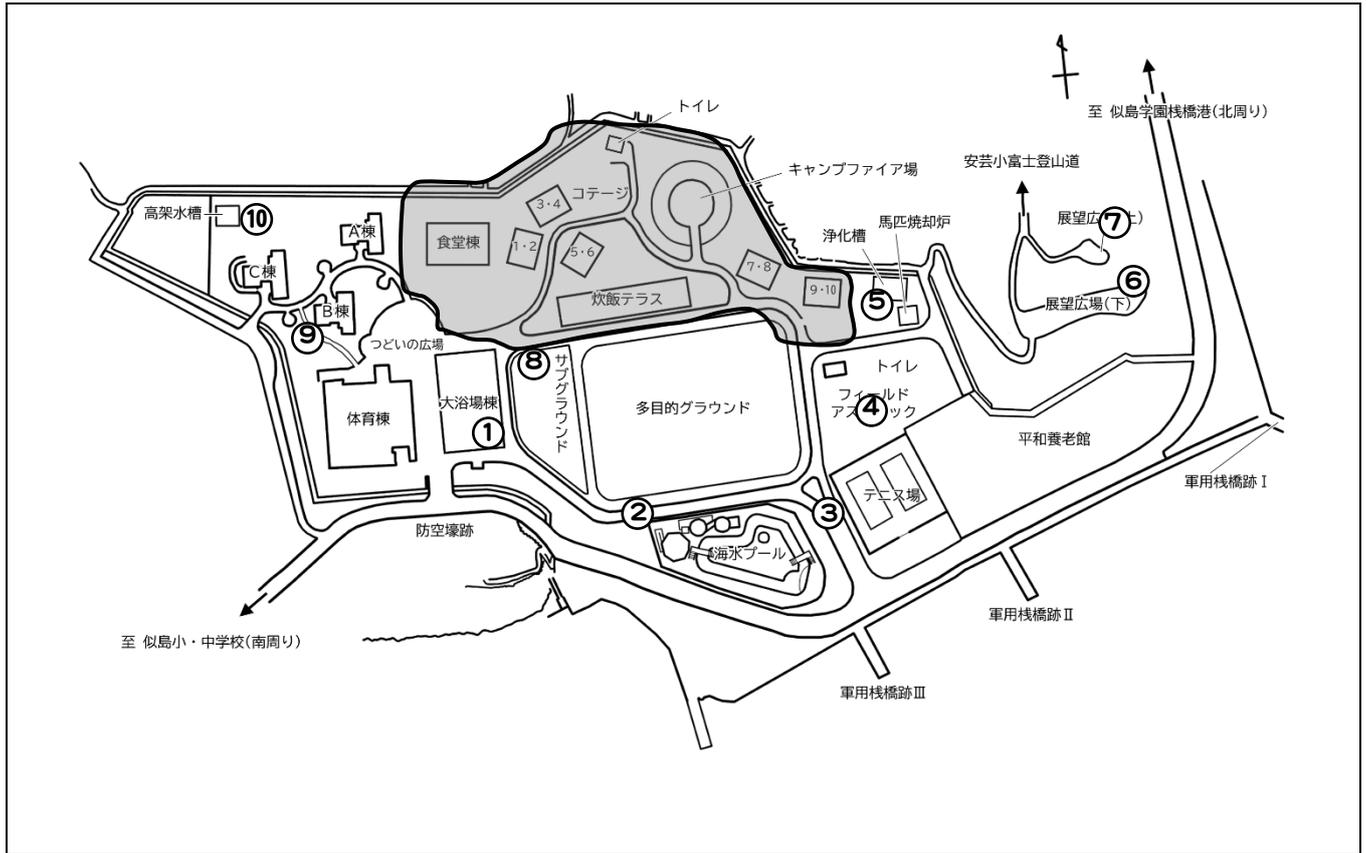
※よかったら事務室でビンゴ得点ランキングにエントリーしてね。

ナイトオリエンテーリング

夜に、様々な場所に配置されたポストを、制限時間内にどれだけ多く探し出してゴールに戻ってこることができるかを競うゲームです。

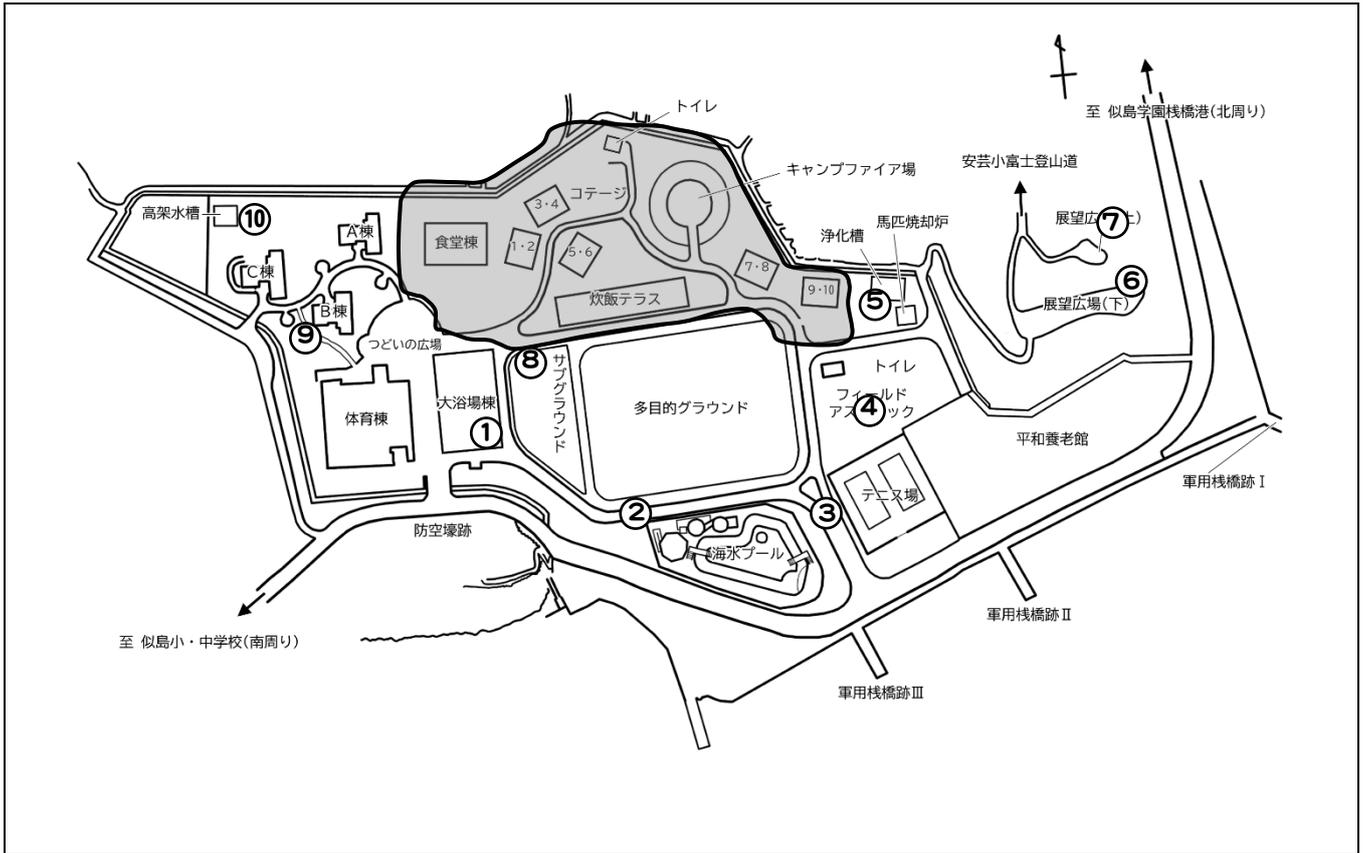
- 1 対 象 小学生以上
- 2 所要時間 1時間程度（制限時間は団体で設定してください）
- 3 実施場所 交流センターとその周辺
- 4 定 員 なし
- 5 費 用 無料
- 6 準 備 物
 - ① ナイトオリエンテーリングマップ（利用団体側で準備）
 - ② 筆記用具（利用団体側で準備）
 - ③ 懐中電灯（利用団体側で準備）
 - ④ ポスト（施設より貸出可）
 - ⑤ バインダー（施設より貸出可）
 - ⑥ イノシシ除け鈴（施設より貸出可 18個）
- 7 実施方法
 - ① 準備・・・・・・・・・・貸出物品を事務室で受け取り、ゲーム前に団体でポストを設置してください。
 - ② ゲーム説明など・・競技者にゲーム説明と実施上の注意を説明してください。
 - ③ ゲーム開始・・・・・・・・マップにある解答用紙に、班番号または班名、班員、出発時間を記入して、時間差をおいて各班出発（時間差は各団体で設定）してください。ゲームの制限時間は60分以下としてください（団体で設定してください）。
 - ④ ゲーム終了・・・・・・・・ゴール時間を記入して、得点の集計をしてください。先にゴールした班は、指定された場所で待機しましょう。
 - ⑤ 順位発表・・・・・・・・解答の正解による得点から、時間超過による減点を差し引いた総合得点から順位を発表してください。
 - ⑥ 片付け・・・・・・・・ポストを回収して貸出物品を事務室まで返却してください。
- 8 ゲーム説明
 - ① マップに書かれているポストの順番通りにコースを回しましょう。
 - ② ポストを見つけたら、解答用紙のポスト記号欄にそのポストに書かれている文字を記入してください。正解による得点は解答用紙に書かれているとおりです（パネルごとに得点が違います）。
 - ③ 制限時間をオーバーすると1分につき5点減点となります。
（例）制限時間60分で19時に出発して20時5分にゴールした場合
5分×5点＝25点の減点
 - ④ 総合得点と同じ場合は、所要時間が短い班が上位になります。
 - ⑤ 班のメンバーがバラバラに行動してはいけません（失格になります）。全員そろってゴールしてください。
 - ⑥ 競技者は、原則として歩いて回しましょう。走ってはいけません。
- 9 実施上の注意
 - ① 夜間の活動ですので、安全には十分に注意してください。
 - ② 一般道路を通る時は、通行車両に十分注意してください。
 - ③ 個人の所有物や畑等には立ち入らないでください。
 - ④ 地域の方々に出会ったら、元気よく挨拶をしましょう。
 - ⑤ ポストを移動させてはいけません。
 - ⑥ 自然を大切にしてください（木を折ったりしない等）。

ナイトオリエンテーリングマップ



班番号・班名	班員				
スタート時間	ゴール時間		所要時間		
時 分	時 分	時 分	分	分	分
ポスト番号	1	2	3	4	5
ポスト記号					
得点	5点	10点	5点	10点	5点
ポスト番号	6	7	8	9	10
ポスト記号					
得点	15点	20点	10点	10点	10点
得点	減点		総合得点		順位
点	点		点		位

ナイトオリエンテーリングマップ (解答)



班番号・班名	班員				
スタート時間	ゴール時間			所要時間	
時 分	時 分			分	
ポスト番号	1	2	3	4	5
ポスト記号	せ	し	と	へ	う
得点	5点	10点	5点	10点	5点
ポスト番号	6	7	8	9	10
ポスト記号	た	ち	い	の	ね
得点	15点	20点	10点	10点	10点
得点	減点		総合得点		順位
点	点		点		位

ディスクゴルフ

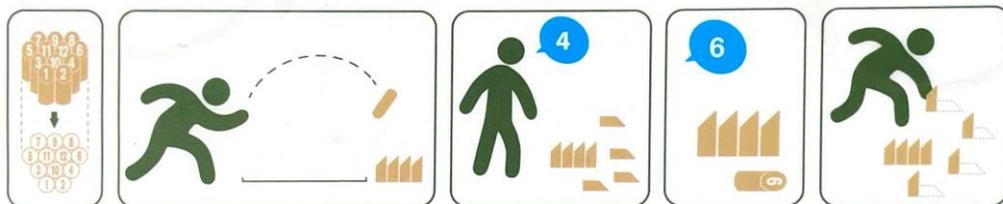
フライングディスクをスタートラインから投げ、ゴールへ何投で入れることができるかを競うゲームです。全部で9ホールあり、それぞれのコースで投げた回数を合計し、より少ない回数で全てのホールを回り終えることを目指しましょう。

- 1 対 象 小学生以上
- 2 所 要 時 間 1時間～2時間
- 3 実 施 場 所 交流センターとその周辺
- 4 定 員 なし
- 5 費 用 無料
- 6 準 備 物
 - ① ディスクゴルフ スコアシート（利用団体側で準備）
 - ② 筆記用具（利用団体側で準備）
 - ③ フライングディスク（施設より貸出可 人数分）
 - ④ バインダー（施設より貸出可）
- 7 実 施 方 法
 - ① 準備・・・・・・・・貸出物品を事務室で受け取ってください。
 - ② ゲーム説明など・・競技者にゲーム説明と実施上の注意を説明してください。
 - ③ ゲーム開始・・・・スコアシートに、名前とフライングディスクの番号を記してください。1班につき6人～8人を目安に編成してください。人数が多い場合は、時間差をおいてスタートする、もしくは、離れたコースからそれぞれの班がスタートする等団体で設定してゲームを始めてください。
 - ④ ゲーム終了・・・・全てのホールを終えた班から、個人の投げた回数の合計それぞれ集計してください。投げた回数の合計が少ない人が勝ちになります。先に全てのホールを終えた班は、指定された場所で待機しましょう。
 - ⑤ 順位発表・・・・投げた回数の合計をもとに順位を発表してください。
 - ⑥ 片付け・・・・貸出物品を事務室まで返却してください。
- 8 ゲーム説明
 - ① ゲーム前に、班の中で投げる順番をジャンケンで決めてください。
 - ② スコアシートには、地図、距離（m）、PARが記載されています。スコアシートには、投げた回数を記入してください（PARとは目標回数のことです）。
 - ③ スタートライン（オレンジの線）を越えて投げてはいけません。
 - ④ そのホールでの2投目以降は、ディスクが落ちた地点からゴールまでの距離が遠い順に投げてください。
 - ⑤ 以下の場合はペナルティとなり、1回ペナルティとなるごとに、そのホールのゴールに入れるまでに投げた回数に+1が加えられます。
 - (1) ディスクが木や茂み、建物などに引っかかった場合
⇒ディスクを下におろした地点から投げます。
 - (2) ディスクがフェンスの外側や溝に落ちた場合
⇒投げる前の地点に戻って投げ直します。
 - ⑥ 班全員がディスクをゴールに入れてから順路案内にしたがって次のホールに進んでください。
 - ⑦ 第2ホール目以降のコースで投げる順番は、「スコアシート順」「前のホールの成績順」のどちらでもかまいません。
- 9 実施上の注意
 - ① 地域の方々に出会ったら、元気よく挨拶をしましょう。
 - ② 他の利用者・車などに十分に注意してディスクを投げてください。
 - ③ ゴールに乗ったり、揺らしたりしてはいけません。
 - ④ ファイア場周辺コースでは、土手の上り下りは階段を利用してください。
 - ⑤ ディスクが危険な場所に落ちた場合は、職員にご連絡ください。
 - ⑥ 自然を大切にしてください（木を折ったりしない等）。

モルック

北欧フィンランド発のアウトドアゲーム。特別な装備、技術、体力を必要とせず、ルールもとても簡単なため、老若男女の幅広い年齢の方が楽しむことができます。

- 1 対象 8歳以上
- 2 所要時間 1ゲーム 15分以上(人数により異なる)
- 3 実施場所 交流センターグラウンド、プレイホール など
- 4 定員 1グループ：2名～10名程度
- 5 費用 無料
- 6 準備物 ① モルック スコアシート
② 筆記用具
③ 12本のスキttl(1～12番号入り) (施設より貸出可/最大15セット)
④ モルック棒 (施設より貸出可)
- 7 実施方法 ① 準備・・・・・・・・プレイホールにあるモルックを必要分だけ出してください。
② 説明・指導など・・引率者より活動についての説明・指導と実施上の注意を説明してください。
※職員より指導等はいりません。
③ 活動
④ 片付け・・・・・・・・モルックを元あったとおりに片付けてください。
- 8 ゲーム説明 ① 初めに
図のようにスキttlを並べます。
並べたスキttlから3～4メートル離れた位置に投げるラインを決めます。
最初に投げるプレイヤーを決めます。



- ② ゲームの開始、得点
モルック棒を投げてスキttlを倒します。モルック棒を投げる時は必ず下手投げです。
1本だけピン(スキttl)が倒れた場合=ピンにある番号が得点になります。
2本以上のピンが倒れた場合=倒れたピンの本数が得点となります。
注意：ピン(スキttl)が他のピン(スキttl)やモルック棒に寄りかかっている状態は倒れたピンとしてカウントはしません。
倒されたピンは倒された場所で立て直します。モルック棒を次のプレイヤーに渡します。
- ③ 勝者
最初にちょうど50点ピタッしに得点したプレイヤーが勝者です。もし得点が50点以上になってしまった時は25点に戻され、ゲームは続きます。
また3回連続でノーポイントのプレイヤーはゲームから退場させられます。
*次のゲームの投げ順は得点の低いプレイヤーからとなります。

- 9 実施上の注意 自然の木材を使用しておりますので、ささくれ、節などがある可能性があります。

モルック得点表記入例

チーム名・名前	チームこぶじん							チーム 似島							チーム 下高							
	1	2	3	4	5	6	計	1	2	3	4	5	6	計	1	2	3	4	5	6	計	
	A	B	C					D	E	F					H	I	J					
1	5						5	11					11	6							6	
2		8					13		12				23		2						8	
3			12				25			9			32				-				8	
4	7						32	2					34	-							8	
5		7					39		11				45		-						0	
6			5				44			2			47									
7	6						50															
8																						
9	7						7	12					12	9							9	
10		-					7		9				21		9						18	
11			6				13			-			21			6					24	
12	4						17	-					21	5							29	
13		11					28		3				24		11						40	
14			2				30			8			32			-					40	
15								2					34	10							50	
16							小計80						小計81								小計50	
17																						
18	10						10	8					8	12							12	
19		7					17		10				18		7						19	
20			11				28			11			29			2					21	
21	2						30	12					41	4							25	
22		8					38		12				25		12						37	
23			12				50									4					41	
24							合計 130						合計 106								合計 91	
25							1位						2位								3位	

3ゲームの合計得点
で優勝決定

50点をオーバーしたので
25点から再スタート

ミス(0点)は「-」印

3回連続ミスで失格

モルック得点表

チーム名・名前	1							2							3													
	1	2	3	4	5	6	計	1	2	3	4	5	6	計	1	2	3	4	5	6	計	1	2	3	4	5	6	計
1																												
2																												
3																												
4																												
5																												
6																												
7																												
8																												
9																												
10																												
11																												
12																												
13																												
14																												
15																												
16																												
17																												
18																												
19																												
20																												
21																												
22																												
23																												
24																												
25																												

カプラ

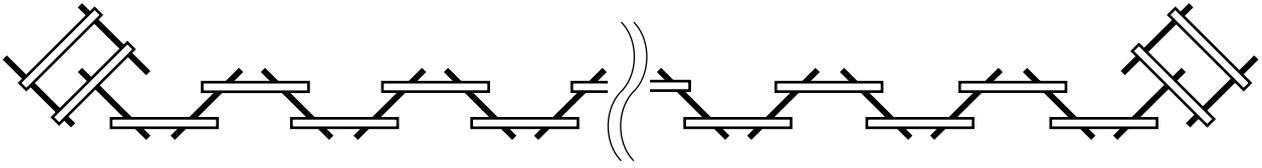
フランス生まれの木製ブロック「カプラ」を使って、グループで協力して高く積み上げることを競ったり、全員で協力して「ナイアガラの滝」等をつくったりすることができます。

仲間と協力して作品をつくりあげることで、仲間と協力することの大切さを確認できます。グループ活動にお役立てください。

- 1 対 象 小学生以上
※ ただし、保護者又は引率者と一緒に活動する場合にはこの限りではない。
- 2 所要時間 1時間半～2時間
(制限時間は団体で設定してください)
- 3 実施場所 プレイホール・研修室
- 4 定 員 なし
- 5 費 用 無料
- 6 服 装 ① 動きやすい服
② 体育館シューズ
③ カプラ ※ 1箱(約1,000ピース)が15箱あります。
- 7 実施方法 ① 準備・・・・・・・・プレイホールにあるカプラを必要分だけ出してください。
② 説明・指導など・・引率者より活動についての説明・指導と実施上の注意を説明してください。
※ 職員より指導等はいりません。
③ 活動
④ 片付け・・・・・・・・カプラを元あったとおりに片付けてください。
※ 箱の内側の線の高さまできれいに並べてください。
- 8 実施上の注意 ① カプラは大切に扱ってください。
② カプラを人にむけて投げたり、他人の作品(作業)を故意に崩す(邪魔する)ことはしてはいけません。
③ 箱は壊れやすいので、取り扱いにご注意ください。



ナイアガラの滝の作り方



- …… 1、3、5…奇数段
- == …… 2、4、6…偶数段

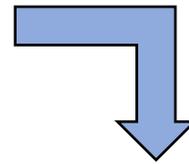
上の図のとおり、カプラを積み上げます。

※ 引率者が2段目まで積み上げておくと、参加者が置きやすくなります。

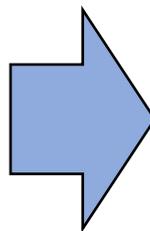
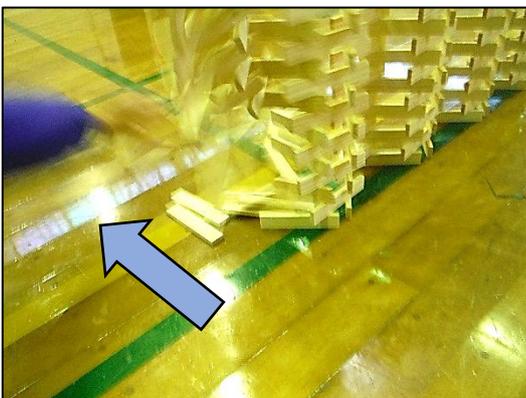
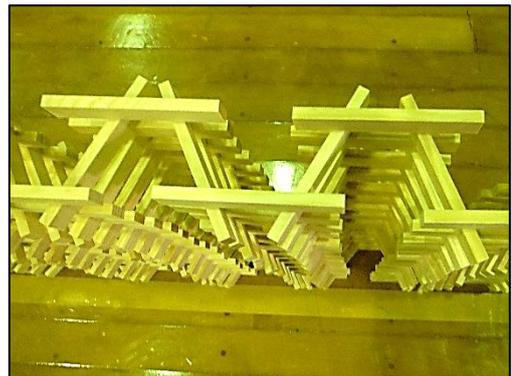
※ 1箱（1000ピース入）で幅およそ2m50cm、高さおよそ75cmのものが作れます。



1箱（1000ピース）で作ったナイアガラの滝



上から見た様子

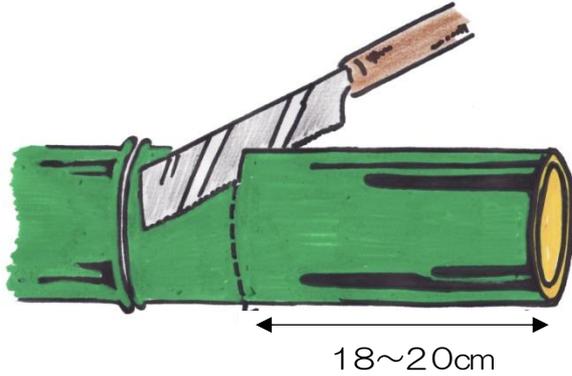


崩す時は、カプラの一番端の下を手で払うと全体がゆっくりと滝のように崩れます。

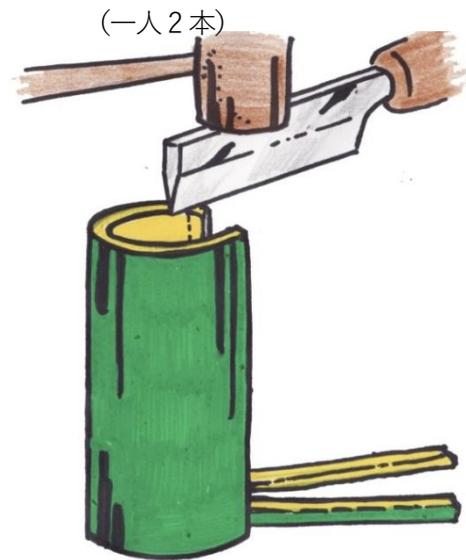
1	はし	製作時間（片付け等含む）	1.5～2時間 ※人数等により変わります。
対象	小学生中学年以上・団体以上	材料費（一人当たり）	10円
活動可能な人数	120人	材料（一人当たり）	竹
準備物	使用する工具（貸出分）	小刀、のこぎり、なた、木づち、さしかね、工作台	
	団体に準備するもの	紙やすり	
活動の説明・指導について		説明・指導は、団体引率者が行ってください。 ※ 職員より指導等はいりません。	

※材料の竹は、切り出し・枝打ち・筒のままでの提供となります

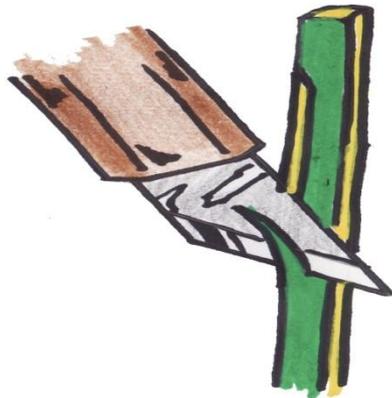
(1) のこぎりで切る。



(2) なたを使って竹を割る。



(3) 竹を削り、形を整える。



(4) 紙やすりでみがく。



(注) 厚みと幅を考え、
同じものを2本作りましょう。

(注) 削りすぎて「くし」のよう
にならないようにしましょう。

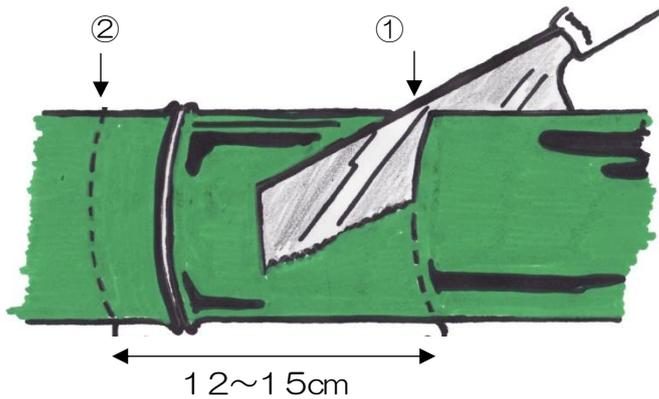


つ
く
り
方

2	コップ	製作時間（片付け等含む）	1.5～2時間 ※人数等により変わります。
対象	小学生中学年以上・団体以上	材料費（一人当たり）	60円
活動可能な人数	120人	材料（一人当たり）	竹（1節）
準備物	使用する工具（貸出分）	小刀、のこぎり、さしがね、工作台	
	団体に準備するもの	紙やすり	
活動の説明・指導について		説明・指導は、団体引率者が行ってください。 ※ 職員より指導等はいりません。	

※材料の竹は、切り出し・枝打ち・筒のままでの提供となります

(1) のこぎりで①、②の順に切る。

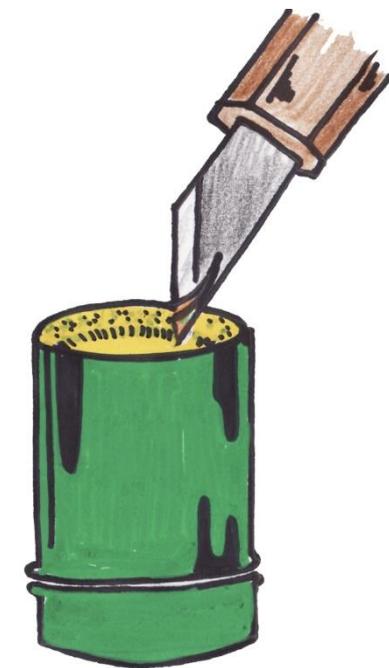


(注) 竹の太さによって長さは変えましょう。

(2) 飲み口の内側を削り、口当たりを良くする。

(3) 切り口を紙やすりでみがく。

(4) 竹の輪を半分に切り、ボンドでつけて「とって」にしてもいい。



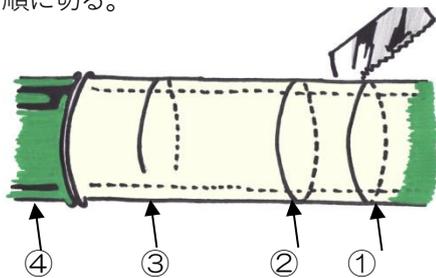
つ
く
り
方

3	けん玉	製作時間 (片付け等含む)	2~3時間 ※人数等により変わります。
対象	小学生高学年以上・団体以上	材料費 (一人当たり)	60円
活動可能な人数	120人	材料 (一人当たり)	竹 (1節)
準備物	使用する工具 (貸出分)	小刀、のこぎり、きり、なた、木づち、工作台	
	団体に準備するもの	たこ糸、紙やすり	
活動の説明・指導について		説明・指導は、団体引率者が行ってください。 ※ 職員より指導等はいりません。	

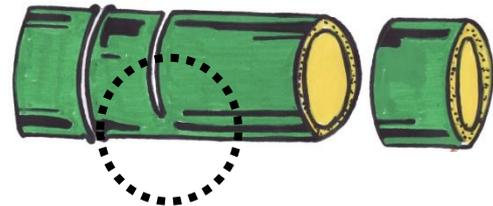
※材料の竹は、切り出し・枝打ち・筒のままでの提供となります

(1) のこぎりで①、②、③、④の

順に切る。



(注) ③は、下まで切ってはいけません。



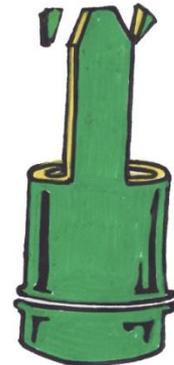
(2) なたをあてて、木づちでなたを

たたき、のこぎりで切ったところ

まで割る。

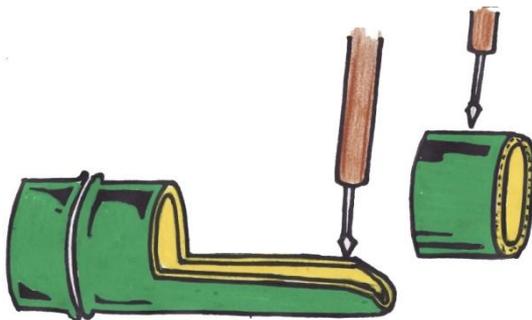


(3) はしを切り落とす。



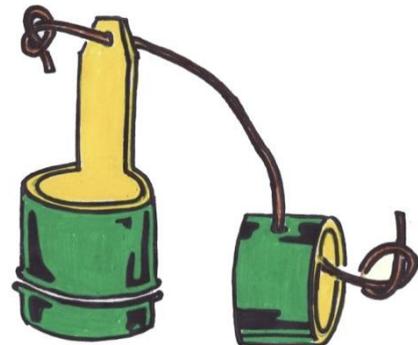
つ
く
り
方

(4) きりで穴をあける。



(5) 切り口を紙やすりでみがき、

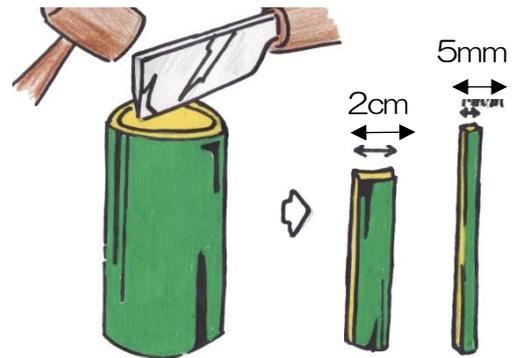
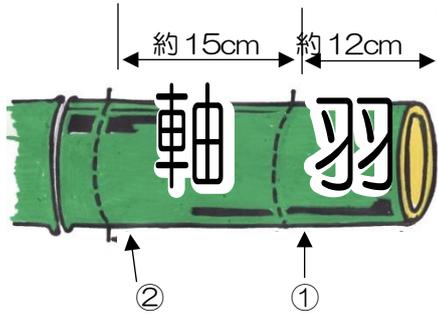
40cmくらいのたこ糸を通す。



(注) たこ糸は団体に用意してください。

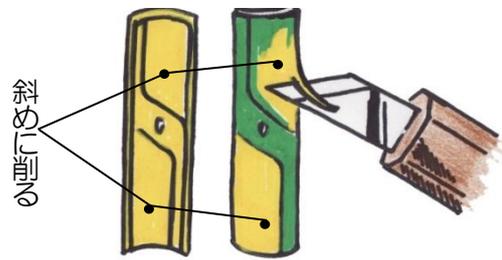
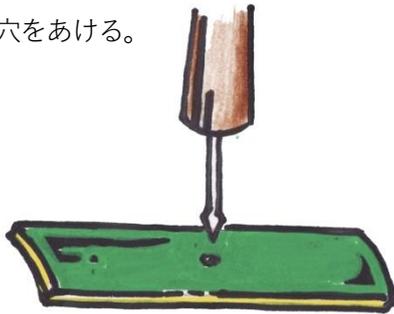
4	竹とんぼ	製作時間（片付け等含む）	3時間～ ※人数等により変わります。
対象	中学生以上・団体以上	材料費（一人当たり）	20円
活動可能な人数	120人	材料（一人当たり）	竹
準備物	使用する工具（貸出分）	小刀、のこぎり、きり、なた、木づち、さしがね、工作台	
	団体に準備するもの	紙やすり	
活動の説明・指導について		説明・指導は、団体引率者が行ってください。 ※ 職員より指導等はいりません。	

※材料の竹は、切り出し・枝打ち・筒のままでの提供となります



(3) さしがねで中心を測り、きりで

穴をあける。

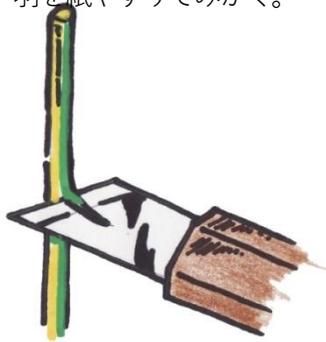


裏 表

(注) 左利き用は、逆を削りましょう。

(5) 軸にする竹を、丸く削っていき、

軸、羽を紙やすりでみがく。



(6) 羽に軸をさしこむ。



つ
く
り
方

5	焼杉	製作時間（片付け等含む）	1.5～3時間 ※人数・内容により異なります
対象	小学生中学年以上・団体以上	材料費（一人当たり）	200円
活動可能な人数	60人	材料（一人当たり）	杉板（1枚）
準備物	団体に準備するもの	軍手、雑巾（ウェス）、新聞紙2枚/人、絵の具など、	
実施時間	9:00～12:00 又は 13:00～16:00		

活動の説明・指導について 10名以上から活動いただけます。
職員より活動の説明・案内を致します。

(1) 火ばさみで板をはさみ

両面とサイドを焼く。

やけどに注意しましょう。



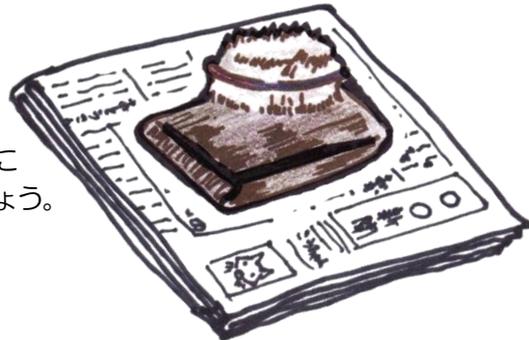
(注) 焼き過ぎないように注意しましょう。

(2) 焼き上げた杉板を、砂箱の砂に埋めて

火を消し・熱を冷ます

(3) 新聞紙の上に乗せて、焼いた

場所をたわしでこすり、炭を落とす。



(注) 木目の方向にこすりましょう。

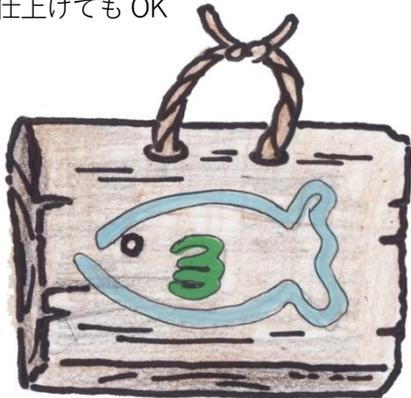
(4) 雑巾（ウェス）でみがき、つやを出す。

(5) 板の表面に、絵の具等で絵や文字を

書いて完成。バリエーションとして

穴を開け、ひもを通して壁飾り等に

仕上げてOK

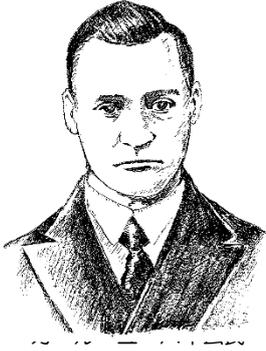


(注) 絵具・筆・ひもは、団体に用意してください。

(※) 絵具は、ポスカやアクリル絵具が適しています。

つ
く
り
方

バウムクーヘンづくり



第一次世界大戦中に、似島の検疫所にはドイツ人の捕虜収容所が設けられました。大戦で進軍した日本軍は、ドイツの租借地であった中国・青島（チンタオ）に攻め入り、多くのドイツ人を捕虜として日本に連れて帰ることとなり、似島にも収容所が開設されたのです。

その捕虜の中に、青島で菓子店を経営していたカール・ユーハイム氏がいました。彼は捕虜としての滞在期間中に、広島県物産陳列館（現在の原爆ドーム）で開催されたドイツ人捕虜による作品展示即売会に参加し（1919年）、そこで日本ではじめてバウムクーヘンを紹介し、大変好評を博したそうです。

自然の家では、歴史をふまえて、似島の魅力をPRする目的から、バウムクーヘンづくり体験を実施しています。

- 1 対象 どなたでも（中学生未満は保護者同伴）、少人数・お子様が小さい場合はご相談ください。
- 2 実施時間 9:00～12:00 又は 13:00～16:00（夜間の指導不可）
※所要時間 約2時間半～3時間（歴史説明・片付け等含む）
- 3 実施場所 炊飯テラス
- 4 定員 1セット6～8人以上を推奨
最大15セット（100名程度）
- 5 費用 材料費
1セット：3,000円（6～8分）
- 6 準備物 材料・調理器具一式
事前（2週間前まで）に施設までご注文してください
- 7 実施方法
 - ① 準備・・・貸出物品を炊飯場で受け取ってください。
 - ② 歴史説明など・・・開始前に、職員から歴史説明、作り方の説明、実施上の注意があります。
 - ③ 調理開始・・・班に分かれて調理してください。
 - ④ 焼き作業・・・職員から、焼き方の説明があります。
 - ⑤ 片付け・・・貸出物品を洗って、炊飯場で返却してください。
- 8 実施上の注意
 - ① 食中毒予防にご協力頂くと共に、焼きあがったバウムクーヘンの持ち帰りはご遠慮ください。
 - ② 焼き作業では、コンロが大変熱くなっていますので、やけどには十分に注意してください。

※ 詳細は施設までお問い合わせください。



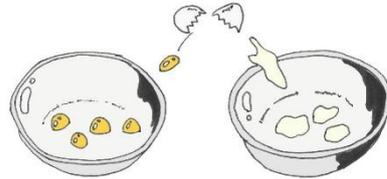
バウムクーヘン作り

- このバウムクーヘン作り体験は、似島俘虜収容所で実際に行われていた当時の方法にならって行います。そのため、スタートから焼き上がり、食べて・片付けまでで、**3時間ほど**かかります。
- 火を使う作業もありますので、**火傷などのケガには十分注意**して、安全に気をつけながら進めていきましょう。
- **準備から片付けまで、参加者の皆さん全員で力を合わせて取り組んでいただくと嬉しいです。**

みんなで協力して、楽しく思い出に残る時間を過ごしましょう。

作り方

1. 卵黄、卵白をボウルに分けて入れる。



2. 溶きほぐした卵黄の入ったボウルに ①砂糖、②溶かしたバター、③薄力粉の順に入れ、ペースト状になるまで混ぜ合わせる。

一度に全部を入れるのではなく、少しずつ入れると混ぜやすい。



3. 卵白はよく泡立て、メレンゲを作る。

「つの」がたつまでがんばって！

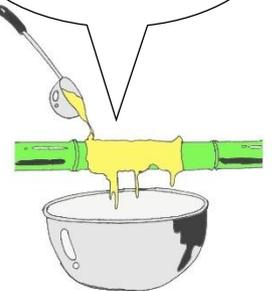


4. 3を2に入れ混ぜる。

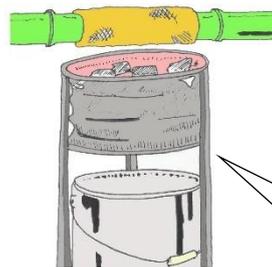


生地はボウルの上でつけて、たれなくなったら炭火の上にもっていく。

5. 竹を温めておき、中央に4の生地を、竹を回しながら塗り付ける。



6. 炭火の上に竹をかざして回しながら焼き、生地がきつね色になったら、次の生地をつけていく。生地がなくなるまで5・6をくり返す。



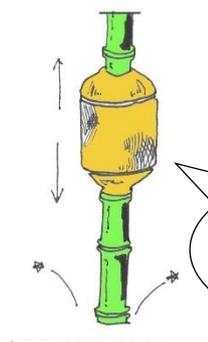
竹を回す人、生地を塗る人、気持ちをひとつに！

7. 竹から抜いてできあがり！

両端を取り除くと、さらに抜けやすくなるよ



端を落として、「トントン」したら抜けるよ！



平和学習

明治時代に、似島には第一検疫所（現似島学園）と第二検疫所（現似島歓迎交流センター）が設けられました。明治から終戦までの長きにわたり、将兵や武器の検疫が行われたほか、原子爆弾が投下された際には臨時野戦病院として、約1万人の被爆者を収容・救護した歴史があります。

歓迎交流センターでは、歴史を風化させることなく後世へ語り継ぐことを目的として、平和学習を実施しています。

- 1 対 象
 - ・どなたでも（小学生高学年以上）
 - ・団体以上

- 2 実施時間 9:00～12:00 又は 13:00～16:00（夜間の指導不可）
(所要時間)
 - ①スライドまたはDVDによる学習・・・・・・・・ 約45分～
 - ②遺構めぐり（遺構等説明）・・・・・・・・ 約45分～
 - ③遺構めぐり（『平和学習テキスト』と『ワークシート』を活用）約1時間30分※③はフィールドワークによる平和学習・遺構巡りです。職員による案内は行いません。

- 3 実施場所 スライドまたはDVDによる学習・・・・・・研修室
遺構めぐり（遺構等説明）・・・・・・歓迎交流センター周辺（似島遺構地図 参照）
遺構めぐり・・・・・・・・・・・・・・・・歓迎交流センター周辺（似島遺構地図 参照）
（『平和学習テキスト』と『ワークシート』を活用）

- 4 定 員 最大100人程度

- 5 費 用 無料

- 6 準 備 物 筆記用具

- 7 実施方法 実施内容により異なります。
施設職員による指導・案内を希望される場合は、事前に施設までお問い合わせください。

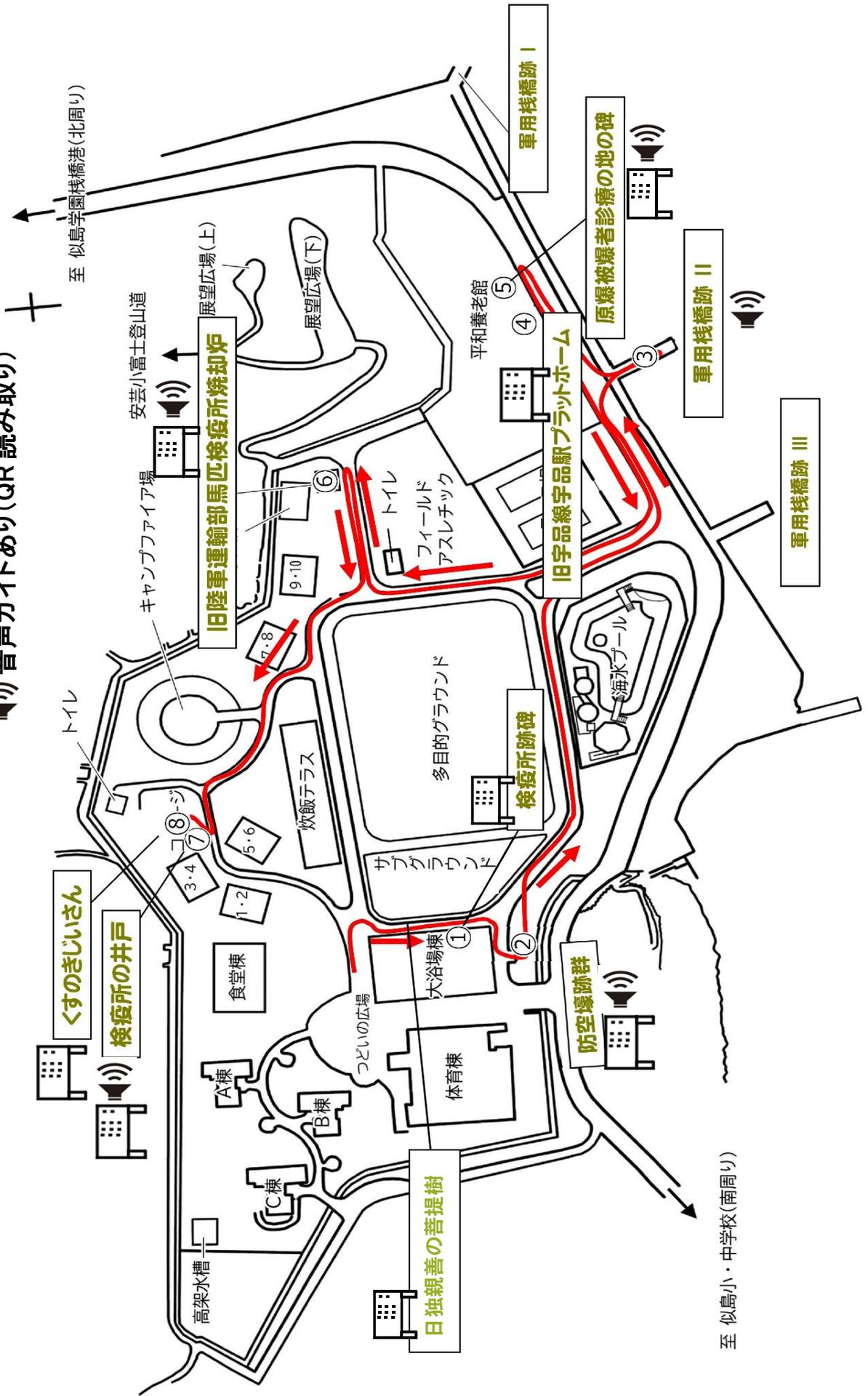
- 8 実施上の注意
 - ① 一般道路を通る時は、通行車両に十分注意してください。
 - ② 個人の所有物や畑等には立ち入らないでください。
 - ③ 地域の方々に出会ったら、元気よく挨拶をしましょう。



「碑・遺構巡り」モデルコース

説明文看板あり

音声ガイドあり(QR読み取り)



似島の遺構

