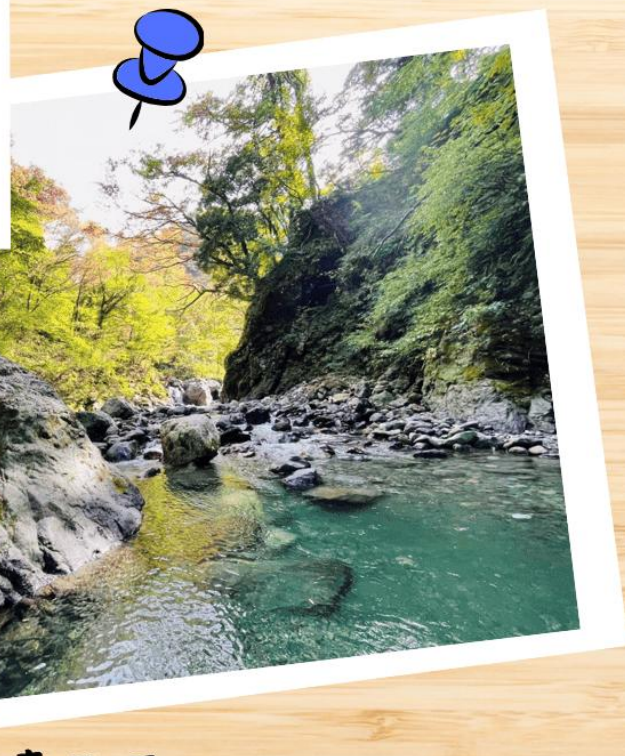
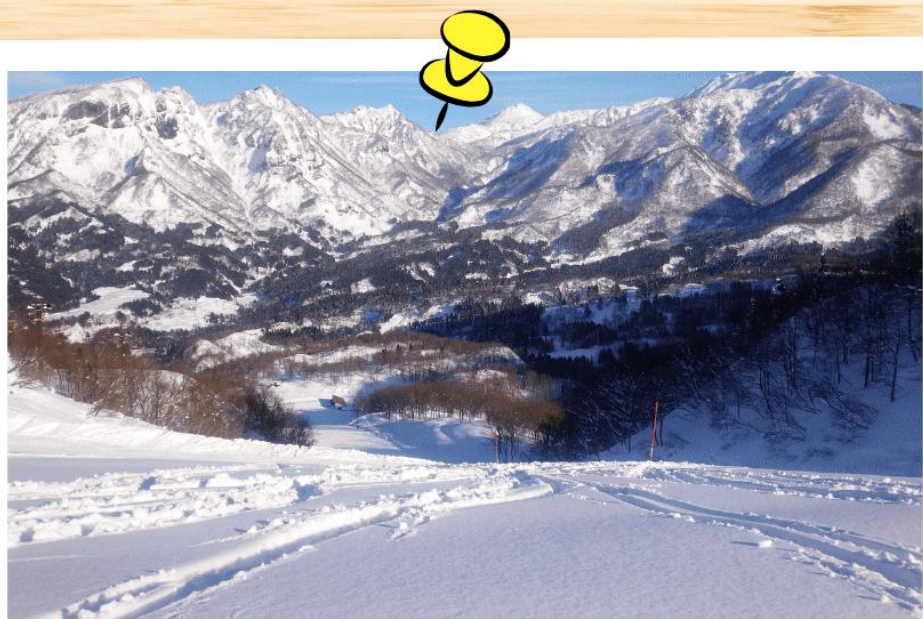




糸魚川市 野外体験活動プラン



子どもの野外体験活動に関わる皆様へ



はじめに



独立行政法人国立青少年教育振興機構が平成 22 年に行った「子どもの体験活動の実態に関する調査研究」によると、『幼少期から中学生期までの体験（自然体験や地域活動など）が多い高校生ほど、「思いやり・共生感」、「意欲・やる気」、「人間関係能力」等の資質・能力が高い。』傾向にあります。しかし、現代の教育課題の 1 つに、子どもの自然体験不足が挙げられています。そのため、当市の第 3 期子ども一貫教育基本計画において、令和 9 年度の目標として「自分のよさを実感し、自分を伸ばそうと努力する子ども」、「きまりを守り、いじめなど他者を傷付けることをせず、人のために考え、行動する子ども」等を掲げています。そのような子どもを育むためには、子どもの成長段階に応じた、自然体験の機会を十分に確保することが大切です。

この冊子は、学校や公民館、PTA 等で市内の子どもの野外体験活動に関わる人が市内で野外体験活動ができる場所について調べたり、活動内容を考えたりする際にその一助となることを目的に作成したものです。

内容は読む方にとって分かりやすく、かつ「やってみよう」という時にお役に立てるように、具体的なものにしましたつもりです。ただし、プロジェクトメンバーのこれまでの経験に基づいていますので、記載以外にも必要なものがある場合があります。そのため、実際の活動の際には関係機関等と十分に調整を行い、子どもの健やかな成長のための野外体験活動の実施をお願いいたします。この冊子が地域や学校、そのほかの関係団体などが結びつき、地域全体で子どもを育てていく環境が整うことに寄与できることを願っています。

令和 7 年 2 月

糸魚川市野外体験活動プラン策定プロジェクトチーム

目次

1	野外体験活動プランの見方	1
2	糸魚川市の野外体験活動マップ	2
3	野外体験活動プラン	3
	【海プラン】	
	①海釣り	4
	②海岸の植物観察・ごみクラフト	4
	③マリンスポーツ体験	5
	④サケ学 ～サケの一生と増やし方～	5
	⑤石の標本作り体験	6
	【山プラン】	
	①雪の魅力と遊び体験	8
	②山アート作り	8
	③縄文生活体験	9
	④古道ウォーキング	9
	⑤山菜採り体験	10
	【川プラン】	
	①ペットボトル船遊び	12
	②リバートレッキング	12
	③水辺での昔遊び体験	13
	④川を流れて自然体験	13
	⑤ふるさとの川と歴史探索	14
	【複合プラン】	
	①お泊り野外体験活動	16
4	支援団体等の情報	17
5	今後の展開	18
6	策定プロジェクトチーム	18
7	付録（プラン作成サンプル）	19

1 野外体験活動プランの見方

①野外体験活動プラン（冊子）



詳しくはこちら！

海（海の生き物、環境問題）

海釣り

海の生き物について知ろう！

学習内容	漁港での海釣り
体験場所	能生漁港、筒石漁港、浦本漁港など
対象年齢	小学生4年生以上（大人も参加可能）
時 期	6～10月
体験時間	3時間
予 算	20,000円 / 20人（保険料・講師謝礼等）

②野外体験活動プラン（詳細版、PDF）

野外活動プラン 海

①海釣り

テーマ
海の生き物・漁業について学ぼう！

人 数
20人

対象学年
小学4年生以上

実施時期
6月から10月

実施時間
9:00～12:00

最低経費
20,000円

場 所
能生漁港、筒石漁港、浦本漁港

必要なスタッフ数
スタッフ 7名程度
(児童1班5名)×2+本部係2名 5班体制なら12名

指導のねらい
・地元の魚の種類と生態を学ぶ機会を提供する。
・地元の海と漁業について学ぶ機会を提供する。
・魚を釣る体験を通して、魚釣りの方法を学ぶ機会を提供する。
・地元の自然の大切さを学び、環境について考える心を育てる。

指導の流れ及び留意点
◆活動の流れ・内容
①集合前に事前準備
②参加者の人数・体調確認
③開会式・スタッフ紹介・スケジュール説明
④班ごとにライフジャケット装着、釣り具、用具セット
⑤班ごとに移動して釣り開始
⑥釣り終了、漁具洗い、用品片付け
⑦活動範囲のゴミ拾い確認、撤収
⑧活動の振り返り
◆留意点
・漁港・荷捌き所を使うため、能生漁協に連絡し利用許可をもらっておく。

・現地にてトイレや手洗いなどが使えるか確認しておく。
・漁港は日影がない、熱中症に注意すること。
・釣り針などでケガをしやすい、海に落ちるなど危険がある事業であるため役員・職員は事前に現地を確認し、釣り活動に慣れた周囲の方に話を聞いておくこと。
・天候や活動時間によっては釣果がない可能性があるので注意。

必要な用具（物品例） ※★は必須物品

用品名	経費の目安	備考
★ リール付き釣竿	借用	能生生涯学習係で貸出し可能(30程度)
★ おもり付きエサかご	借用	能生生涯学習係で貸出し可能
★ ライフジャケット	借用	EKG 艇庫にて保管(30着保管)
★ コマセ、サビキ強り、うき	15,000円	釣具屋にて購入
★ バケツ	-	海水を汲む、エサ入れ、魚入れで1班3個
救急箱等	-	本部用品
ハサミ、カッター	-	テグス切断、袋開封
★ ゴミ袋、ブルーシート、ロープ等消耗品	5,000円	針やテグス、コマセの袋などは持帰る
大きいたらい	-	コマセ解凍用
ロープ付き大浮き輪など	-	安全対策

※借用した品が破損した場合、新たに購入又は修理が必要

参加者の持ち物
動きやすく汚れてもいい服装(長袖長ズボンなど)と靴、水筒、軍手、帽子、魚持ち帰り用の袋、必要に応じて救急用品

外部指導者・事業相談
類似事業をしている団体:糸魚川市生涯学習課、浦本地区公民館

教科との関連
【社会】5年生:水産業の盛んな地域
【総合的な学習の時間】3～6年生
【特別活動】遠足・集団宿泊的行事

①糸魚川市でどんな野外体験活動ができるかを見ることができます！

※この冊子に載っているのは①だけです。

の部分

体験の場所（海、山、川のいずれか）や事業のタイトル、テーマが載っています！

の部分

体験の学習内容や体験場所、主な対象年齢等の野外体験活動の簡単な概要を見ることができます！

※時間や予算などは目安になります。実際には人数や会場により異なりますのでご注意ください。

※予算は基本的に20人を目安に最低限必要な合計金額を書いています。

の部分

体験の内容を見ていてもっとこの活動について知りたい！と思った方は二次元コードを読み取ると①の詳細内容が記載されている②をWEBページ上で見ることができます！

②このページでは①に載っていた簡単な内容だけでなく、具体的に必要な準備や指導のねらい、予算の内訳、外部指導者・事業相談先など実施する上で必要な情報が数多く載っています！

実際に活動するときはこちらを参考にしながらオリジナルのものを作るともっと面白くなるかもしれませんね！

※スタッフ数については安全のため少し多く記載してあります。対象者に合わせて調整してください。

【本計画とSDGsの関係性】

右の目標と関連した活動となっています。



2 糸魚川市の野外体験活動マップ

※このページに記載があるものはプランの一部です。
詳しくは次ページ以降をご覧ください。



マップの詳細はこちら

海

- プラン① 海釣り
- プラン② 海岸の植物観察・ごみクラフト
- プラン③ マリンスポーツ体験
- プラン④ サケ学 ～サケの一生と増やし方～
- プラン⑤ 石の標本作り体験

山

- プラン① 雪の魅力と遊び体験
- プラン② 山アート作り
- プラン③ 縄文生活体験
- プラン④ 古道ウォーキング
- プラン⑤ 山菜採り体験

川

- プラン① ペットボトル船遊び
- プラン② リバートレッキング
- プラン③ 水辺での昔遊び体験
- プラン④ 川を流れて自然体験
- プラン⑤ ふるさとの川と歴史探索

3 野外体験活動プラン！

海

4 質の高い教育を
みんなに



11 住み続けられる
まちづくりを



12 つくる責任
つかう責任



13 気候変動に
具体的な対策を



14 海の豊かさを
守ろう



15 陸の豊かさも
守ろう





海（海の生き物、環境問題）

①海釣り

海の生き物について知ろう！

学習内容	漁港での海釣り
体験場所	能生漁港、筒石漁港、浦本漁港など
対象年齢	小学4年生以上（大人も参加可能）
時 期	6～10月
体験時間	3時間
最低経費	20,000円 / 20人（保険料・講師謝礼等）



海（海の生き物、環境問題）

②海岸の植物観察・ごみクラフト

砂浜に育つ植物を観察しよう！

学習内容	海浜植物の観察、海岸のゴミを利用した造形遊び
体験場所	ドームなぎさ周辺などの砂地の海岸、公民館工作室
対象年齢	小学生以上
時 期	5～7月ごろの2日間
体験時間	2時間×2日間
最低経費	15,000円 / 10人、2日間（講師謝礼・工作ボンド等）



海（自然、環境問題）

③マリンスポーツ体験

マリンスポーツを体験してみよう！

学習内容	カヌーやジェットスキー体験、水辺の安全教室
体験場所	能生海水浴場
対象年齢	小学生（大人も参加可能）
時 期	7～8月
体験時間	3時間
最低経費	50,000円 / 20人（保険料・講師謝礼等）



海（生き物、水産資源）

④サケ学～サケの一生と増やし方～

サケの卵をふ化させて、生き物について学ぼう！

学習内容	サケの受精卵のふ化と放流体験（座学でも可）
体験場所	能生川または木浦川（人工授精・放流体験） 各小・中学校（ふ化・飼育体験）
対象年齢	小・中学生
時 期	11月中旬～3月（人工授精体験は12月上旬まで）
体験時間	1回あたり45分～90分（計2～3回程度）
最低経費	3,000円程度 / 20人（水槽代） ※45～60cm 水槽があれば無料

海（自然、石の成り立ち）

⑤石の標本作り体験

海岸の石をひろって石の標本を作ってみよう！



参考写真：糸魚川市観光協会提供

学習内容

石の標本作り体験

体験場所

市内の石がある海岸（親不知・須沢・押上など）

対象年齢

園児以上

時 期

いつでも（冬季は波が高いので要注意）

体験時間

30 分～ 2 時間

最低経費

0 円 / 20 人

3 野外体験活動プラン！

山

4 質の高い教育を
みんなに



11 住み続けられる
まちづくりを



12 つくる責任
つかう責任



13 気候変動に
具体的な対策を

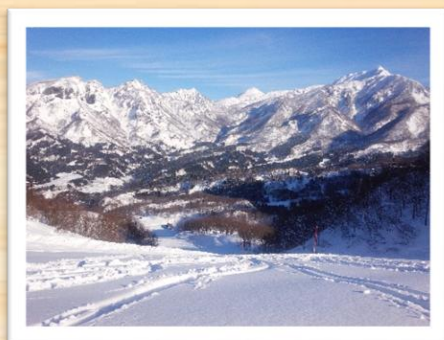


14 海の豊かさを
守ろう



15 陸の豊かさも
守ろう





山（季節の遊び、環境問題）

①雪の魅力と遊び体験

真っ白な大自然の中で思いっきり体を動かそう！

学習内容

「雪ってどんなもの？なんで降ってくるの？」
雪の特性を生かして、遊びながら学ぶ

体験場所

美山公園、シーサイドバレースキー場など

対象年齢

小学生

時 期

冬（12月～3月）

体験時間

3時間

最低経費

10,000円 / 20人（講師謝礼・道具レンタル代等）



山（山の植物、環境問題）

②山アート作り

山にしかないもので自分だけの作品を作ろう！

学習内容

山林を散策しながら材料を集める活動を通して、糸魚川の植物について学んだり、アート作品作りを楽しんだりする。

体験場所

長者ヶ原遺跡・白池の森

対象年齢

小年生

時 期

9～12月

体験時間

3～4時間

最低経費

12,000円 / 20人（講師謝礼・材料費等）



山（歴史）

③縄文生活体験

縄文時代の生活やヒスイがどのように使われたのかを知ろう！

学習内容

縄文時代の生活やヒスイについて学ぶ

体験場所

美山公園（長者ヶ原遺跡）

対象年齢

小・中学生

時 期

春～秋

体験時間

半日～1日

最低経費

10,000円 / 20人（材料費等）



山（自然散策）

④古道ウォーキング

塩の道を歩いて昔の物流と道がどんな地形で利用されているのかを知ろう！

学習内容

自然を観察しながら古道を歩く

体験場所

松本街道（塩の道）

対象年齢

小・中学生

時 期

春・秋

体験時間

半日～1日

最低経費

5,000円 / 20人（講師謝礼・材料費等）



提供：おおかやば山菜園HP

山（山の植物、環境問題）

⑤山菜採り体験

自然の豊かさを感じよう！

学習内容

山菜がどのような所にどのように生えているのか学び、自然保護の視点を獲得する

体験場所

おおかやば山菜園

対象年齢

幼児～大人

時 期

4月上旬～6月下旬（月曜のみ休み）

体験時間

3時間程度

最低経費

6,000円（年齢による）/ 20人（講師謝礼・材料費等）

3 野外体験活動プラン！

川





川（季節の遊び、環境問題）

①ペットボトル船遊び

ペットボトルの船に乗って川の流れを感じてみよう！

学習内容	ペットボトルの船に乗って川の流れについて学ぶ
体験場所	能生川（川詰～榎周辺）など
対象年齢	小学4年生以上
時 期	7～9月
体験時間	4～5時間
最低経費	3,000円 / 20人（道具等）

川（山の植物、環境問題）

②リバートレッキング

川の生き物を観察してみよう！

学習内容	川の中を観察して川の中にいる生き物を観察する
体験場所	木浦川、能生川、田海川など
対象年齢	小学4年生以上
時 期	6～10月
体験時間	2～3時間
最低経費	0円 / 20人



川（季節の遊び、環境問題）

③水辺での昔遊び体験

地元の川で遊んで昔遊びにふれてみよう！

学習内容

水辺ネイチャーゲームや水鉄砲遊び、小魚探しで地元の川を知ろう！

体験場所

橋立ヒスイ峡、早川など

対象年齢

小学4年生以上

時 期

7～10月

体験時間

2時間

最低経費

0円 / 20人

川（山の植物、環境問題）

④川を流れて自然体験

川の流れの速さや強さを体験してみよう！

学習内容

川の流れの速さや強さ、それに伴う危険性などを学ぶ

体験場所

根知川～姫川（合流付近）

対象年齢

小学3年生以上

時 期

7～9月

体験時間

3時間

最低経費

0円 / 20人



川（季節の遊び、環境問題）

⑤ふるさとの川と歴史探索

糸魚川の川の歴史や治水について知ろう！

学習内容

地理的に糸魚川の川を学ぶ
治水や近隣の史跡等を学び歴史を学ぶ

体験場所

姫川、早川、能生川など

対象年齢

小学３年生以上

時 期

４月～１０月

体験時間

２時間

最低経費

０円 / ２０人

3 野外体験活動プラン！

複合



海・山・川（自然体験・安全管理）

①お泊り野外体験活動（夏）

糸魚川の海・山・川すべてを体験してみよう！

学習内容

糸魚川市の海と砂浜について学ぼう
キャンプの方法と環境保護について学ぶ
危険回避・安全確保と共同作業による助け合いを学ぶ

体験場所

藤崎海岸、マリンドリームキャンプ場

対象年齢

小学4年生以上

時期

6月から10月

体験時間

2日間

最低経費

20,000円 / 20人（材料費等）



提供：糸魚川市観光協会

4 支援団体等の情報

《野外体験活動の実施にあたっての相談窓口》

糸魚川市教育委員会事務局生涯学習課

市生涯学習課においては、子どもから高齢者まで幅広い世代に体験学習を提供しています。本冊子に掲載されている事業の中でもいくつか実施したものもありますので、子どもの野外体験活動や PTA での活動において講師や会場等の情報提供等が行えます。野外体験活動の実施に関してお困りの際は、ぜひご連絡ください。

市生涯学習課の連絡先はこちら↓

TEL : 025-552-1511 Mail : gaku@city.itoigawa.lg.jp

フォッサマグナミュージアム・長者ヶ原考古館(糸魚川市教育委員会事務局文化振興課)

地域 ESD 活動推進拠点に登録されているフォッサマグナミュージアムでは、日本列島の誕生やフォッサマグナなどの大地の成り立ちに関する内容の他、地震・火山・水害など災害に関する内容、SDGs に関する内容など、市内の学校の教育活動をサポートしています。

長者ヶ原考古館では、縄文～古墳時代の遺跡やヒスイなどの玉造り文化に関する内容、塩の道（松本街道）や北前船など中～近世の交通と暮らしに関する内容など、市内の学校の教育活動をサポートしています。

その他、地域・学校・学年に応じた教育プログラムの相談も受け付けています。豊かな自然と地域資源を活用した学びの場を、ぜひご活用ください。

※入館料・施設使用料の減免制度があります。詳しくは各施設にお問合せください。



フォッサマグナミュージアム HP



長者ヶ原考古館 HP

《便利情報》

ジオパークガイド（糸魚川市観光協会）

糸魚川市観光協会が自然風土や文化等の理解を深めてもらうために糸魚川ジオパーク観光ガイドのサービスを提供しています。ガイドが必要な時にはぜひご活用ください。

詳しくは右の二次元コード（糸魚川市観光協会のホームページ）から→



市内の自然や体験活動に関する本（市内図書館）

糸魚川市内に図書館は3館あり、体験学習の仕方や市内の自然など参考になる文献がいくつかあります。ぜひご活用ください。

【参考例】

『野外活動おもしろ図鑑 10』 福尾野歩・中川ひろたか（著）、中村まさあき（絵）

『大人も子どもも楽しいあたらしい自然あそび』 奥山栄治（著）

『生活図鑑『生きる力』を楽しくみがく』 おちとよこ（文）、平野恵理子（絵）

『ふるさとの自然』 旧青海町教育委員会・旧青海町・小野健（著）

5 今後の展開

野外体験活動は日常では経験しない刺激的な出会いと感動にあふれています。活動を通じて、自然の美しさ、厳しさ、不思議さを体感することで、いろいろな学びへの糸口を見つけてもらいたいと考えています。

また、最近の子どもたちには危険を回避したり、安全を確保したりする能力が欠けてきているという声もあります。野外体験活動は自然に親しむ中でたくましく生きる力を養います。

本プランは各校での授業や公民館活動において参考になるようにご紹介させていただきました。今後も発達段階に応じて、ぜひ自然体験活動の継続的な取り組みをお願いいたします。

糸魚川の子どもたちが、ふるさとの豊かな自然（海・山・川）をフィールドにして体験を重ね、様々な学ぶことで郷土への誇りや愛着を深めて育てて欲しいと願っています。子どもの時に得た一回一回の経験は、将来に伸びてゆくかけがえのない宝物として生きていくことを期待しています。

《実施後アンケートにご協力ください》

当プログラムをより良いものにしていくため、実施後アンケートにご回答いただき、感想やご要望をお聞かせください。頂戴したご意見等は、随時、当プランに反映して参ります。

アンケートはこちら →



6 策定プロジェクトチーム

氏 名	所 属	備 考
靄 本 修 一	糸魚川市教育委員会 教育長	オブザーバー
水 澤 哲	国立妙高青少年自然の家 所長	オブザーバー
齋 藤 雅 彦	大野小学校 校長	チームリーダー
岩 月 元 汰	能生小学校 教諭	メンバー
佐 藤 直 己	青海中学校 教諭	〃
斉藤 喜代志	こども課	〃
植 木 靖 英	こども教育課	〃
小 池 悠 介	文化振興課	〃
香 取 拓 馬	文化振興課	〃
伊 藤 一 哉	生涯学習課	事務局
石 井 健 介	生涯学習課	事務局
斉 藤 健 人	生涯学習課	事務局

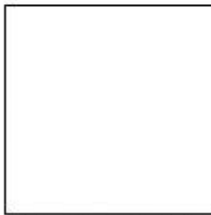
7 付録（プラン作成サンプル）

こちらでは本計画を参考にされる皆さまが計画を行う際にメモとしてお使いいただけるページとなります。ぜひご活用ください。

もし新たなプランが作成できましたら、本冊子にも追記させていただきたいと思いますので、策定プロジェクトチーム事務局（市生涯学習課）までご連絡をしていただけますと幸いです。

概要版

	
	
詳しくはこちら！	
	学習内容
	体験場所
	対象年齢
	時 期
	体験時間
	最低経費

	
	
詳しくはこちら！	
	学習内容
	体験場所
	対象年齢
	時 期
	体験時間
	最低経費

野外活動プラン



◆留意点

テ ー マ

人 数

対象学年

実施時期

実施時間

最低経費

場 所

必要なスタッフ数

指導のねらい

指導の流れ及び留意点

◆活動の流れ・内容

必要な用具（物品例）

※★は必須物品

	用品名	経費の目安	備考

※借用した品が破損した場合、新たに購入又は修理が必要

参加者の持ち物

外部指導者・事業相談

事業相談：

外部指導者：

教科との関連

糸魚川市民憲章

わたしたちの糸魚川市は、広大な日本海と姫川の東西にそびえる北アルプスや頸城の山並みに抱かれ、地域性豊かな自然遺産に恵まれた「翠（みどり）」あふれるまちです。

わたしたちは、先人が築き上げてきた尊い歴史と文化を受け継ぎ、輝くあすに向かってさらに躍進し、みんなに愛される住みよいまちをつくるため、ここに市民憲章を定めます。

わたしたちは糸魚川市民です

- 自然の恵みに感謝し 美しい環境をつくります
- 笑顔あふれる あたたかい家庭を築きます
- 健康で 生き生きと仕事や学習にはげみます
- お互いの絆を大切にし 思いやりの輪を広げます
- あすにゆめをもち 明るい未来を築きます

（平成 20 年 3 月 19 日制定）

糸魚川市の木・花・鳥・石

◇市の木 ブナ



◇市の花 ササユリ



◇市の鳥 カワセミ



◇市の石 ヒスイ



糸魚川市野外体験活動プラン

令和 7 年 2 月 初版 発行 糸魚川市教育委員会事務局（担当：生涯学習課）
TEL：025-552-1511 FAX：025-552-8292 Mail：gaku@city.itoigawa.lg.jp