

No.	活動	人数・班編成	所要時間	活動内容
1	テント設営・撤収 ※指導料 1,500円	最大30班 150人程度まで 1班4~5人	設営：1時間 撤収：1時間	テントを仲間と協力して立て、自然の中で共同生活を行う。
2	避難所体験 ※自主活動	体育館：200人程度 いろりの家：100人程度 クラフト棟：50人程度	準備・片付け 0.5時間	宿泊室以外の屋内施設で、毛布や寝袋、座布団だけで一晩を過ごす。段ボールでパーティションを作ることでもできる。
3	オリエンテーリング (由加 山村三十三所観音めぐり) ※指導料 1,500円	200人程度まで 1班4人編成	4時間~1日	地図やコンパスをたよりに山野を回り、制限時間内にできるだけ多くのポイントを探して帰所する。
4	ウォークラリー ※指導料 1,500円	200人程度まで 1班4人編成	2~3時間	こま図をたよりに決められたコースを進み、途中の課題も解きながら設定時間にゴールすることを目指す。
5	ハイキング ※自主活動	200人程度まで	2時間~1日	四季折々の美しい由加の自然の中を歩いて、野鳥や植物などに親しむ。
6	自然観察 ※自主活動	200人程度まで	1~3時間	植物、鳥類、昆虫、星座等、さまざまな観察ができる。図鑑貸出可能。5月末から6月初旬にかけては、近くの小川でホタル観察ができる。
7	所内オリエンテーリング ※指導料 1,500円	200人程度まで 1班4人編成	1~2時間	所内地図に記された番号をたよりに、設置された問題を探し、制限時間内にできるだけ多く答えてくる。
8	野外炊事	180人程度まで 1班10人程度	3~4時間 (食事時間を含む)	班単位で役割を分担し、協力しながら準備、調理、食事、片付けまでを行う。調理には、薪を燃やした火を使用する。
9	暗夜行路 ※指導料 1,500円	200人程度まで 1班8人程度	2~2.5時間	起伏の多い森の中のコースを、目かかしをして一本のロープをたどりながら、仲間の声をたよりにゴールまで進む。
10	プロジェクトアドベンチャー (PA) ※指導料 指導員一人 一時間4,400円	60人程度まで 1班15人以内	1.5~4時間	班ごとでPA専用の器具を用い、体を使った活動を通して、さまざまな課題に挑戦する。詳細は、自然の家HPの特設ページをご覧ください。

No.	活動	人数・班編成	所要時間	活動内容
11	ユガリンピック ※指導料 1,500円	100人程度まで 1班4~5人	1~1.5時間	屋外や体育館で、チーム対抗のさまざまなゲームに挑戦する。
12	カモフラージュ ※指導料 1,500円	60人程度まで	1~1.5時間	ネイチャーゲームのひとつ。自然の木々や茂みの中を注意深く観察し、その中に隠された人工物を探し出す。
13	クラフト ※活動費用が必要	p.13「(2)クラフトメニュー」を参照。		
14	自然採火 ※活動費用 500円	相談のうえ決定 ランプは一団体1台	0.5時間	人力による舞ぎり式火おこしを行う。おこした火を「友情の火」としてランプに採り、活動に生かすこともできる。
15	キャンプファイヤー ※自主活動	制限なし	2~2.5時間	暗闇の中で厳かに燃える火を囲み、歌やゲーム、スタンツなどを通して仲間と楽しい時間を過ごす。
16	キャンドルサービス ※自主活動	いろりの家： 100人程度まで クラフト棟： 50人程度まで	2~2.5時間	ろうそくに炎の独特の雰囲気の中で、歌やゲーム、スタンツなどを通して仲間と楽しい時間を過ごす。
17	体育館アスレチック ※自主活動	200人程度まで	1時間~	体育館に設置されたレンジャー渡りや大型クライミングネットなどアスレチックを楽しむ。
18	各種スポーツ ※自主活動	種目に応じて	1時間~	ドッジボールやソフトバレー、バスケットボールなどのボール類や長縄などのスポーツを楽しむ。
19	ニュースポーツ ※自主活動	種目に応じて	1時間~	次のニュースポーツが楽しめる。 屋外：ディスクゴルフ、グラウンドゴルフ等 屋内：インディアカ、ユニホック等
20	すべり場遊び ※自主活動	60人程度まで	0.5時間~	所内の斜面を利用した「すべり場」で、坂滑りを楽しむ。
21	ドミノ ※自主活動	100人程度まで	1時間~	約2500個のアクリル製のドミノがある。ドミノ倒しだけでなく、積み上げたり、形を作ったりして積み木のように遊ぶこともできる。
22	カブラ ※自主活動	100人程度まで	1時間~	約2000個あるカブラで、建物や動物などイメージしたものを作り上げる。カブラを積み上げ高さに挑戦することもできる。

No.	クラフト（費用）	人数・班編成	所要時間	活動内容・事前準備
1	竹ばし （一人当たり110円）	200人程度まで	1時間	小刀ややすりを使って、削ったり磨いたりして、オリジナルの竹作品を制作する。
2	竹のペン立て （一人当たり110円）	100人程度まで	1時間	
3	竹の器 （一人当たり110円）	100人程度まで	1時間	
4	葉っぱのしおり （一人当たり110円）	50人程度まで	1時間	葉っぱを台紙にレイアウトし、ラミネート加工をして仕上げる。 事前準備：葉っぱ等を拾っておく。
5	フォトフレーム （一人当たり220円）	120人程度まで	1.5時間	段ボールの板で写真フレームのベースを作り、木の実や小枝等で飾り付ける。 事前準備：木の実や小枝、葉っぱ等を拾っておく。
6	焼杉プレート （一人当たり220円）	200人程度まで 1班8～10人	3時間	杉板の表面を焼き、磨き上げてプレートを制作する。