



令和8年度

プログラムガイド

更新：2026年1月29日

プログラムガイドについて

スズカトのプログラム



団体や学校の仲間・会社の研修など、様々なグループがスズカトでの時間を過ごすことで、一つのチームになれるようなプログラムをご用意しました。気軽に楽しめるものから、夢中になって作りこむもの、自然を味わいながら体験できるもの、屋内で行えるチームビルディングなど、幅広いラインナップをご用意しています。

アイコン



・『SDGs』とは？

SDGs (Sustainable Development Goals) は、持続可能でよりよい社会の実現を目指す世界共通の目標です。2015年の国連サミットにおいて全ての加盟国が合意した「持続可能な開発のための2030アジェンダ」の中で掲げられました。2030年を達成年限とし、17の目標と169のターゲットから構成されています。

・『森林環境教育』とは？

森林の中での様々な体験活動を通じて人々の生活や環境と森林との関係について学び、森林の持つ多面的な機能や森林整備と木材利用の必要性などに対する理解を深める教育のことです。

スズカト環境教育の取り組み

スズカトでは、「SDGs」運動推進の一環として、3R（スリーアール）を実践し、ゴミ焼却・埋め立てによる環境負荷を軽減しながら、限りある資源を大切に繰り返し使用することが可能となる社会の実現に少しでも貢献できるよう運営して参ります。どうかこの趣旨にご賛同いただき体験活動にもご参加いただきますよう、お願いいたします。

【はじめに】

※いずれかのプログラムを申し込んだ時点で下記を確認・同意したものとみなします。必ずお読みください。

①プログラムについて

- スズカトのプログラムは、すべて団体様主導のプログラムとなります。スズカト備品の準備・プログラム説明（開始時の説明と終了時の説明）・活動場所の管理はスズカトで行いますが、活動中の安全管理や参加者のケア、必要備品の用意、アレルギーの対応・対策等は団体様で行ってください。大人の方もお子様も皆様で相談し、協力しながら活動をお楽しみください。スズカト指導プログラムは、活動終了までスズカトスタッフが指導します。
- 活動予約時及び活動前には、すべての教員（ヘルプの教員も）・指導者はプログラムガイドとプログラム詳細資料を熟読ください。基本的な体験活動に関わるすべての情報を集約していますので、それ以外で「内容が分からない」、「さらに詳細を知りたい」、「配慮が必要な参加者が多い」等がございましたらお気軽にお問い合わせください。
- プログラムが重なる場合は、前泊の学校様が13:00まで優先となります。日帰りの学校様同士でプログラムが重なる場合は、学校様間でご相談の上、プログラムを申し込みください。プログラムを複数行う場合は、プログラム間を1時間以上空けて（複数校の場合も同様）ください。また、12:00~13:00の間は、プログラムへの指導に入らず、事務所駐在時間となります。プログラム実施可能時間は、9:00~21:00（準備・片付け込）までの間のみとなります。活動内容を決める際にはご留意いただきますようお願いいたします。
- 原則「1団体あたり1~2名の指導者配置」となります。複数指導者を希望される場合は、事前にご相談ください。なお、ご希望に添えない場合もございますことを予めご了承ください。
- すべてのプログラムにおいて、最小遂行人数は15名以上となります。なお、特別支援学校などの人数が少ない団体様の場合は別途ご相談ください。
- 指導は、レクリエーションインストラクター等のスポーツ指導資格やキャンプディレクター等のキャンプ協会の資格を有するスタッフが行います。

②キャンプファイヤーについて

- キャンプファイヤー・キャンドルファイヤーは、団体の自主活動となり、指導は行いません。但し、スタッフは事務所に駐在しています。また、キャンプファイヤーを実施する場合は、団体様で消防署への火気使用申請も忘れず行い、万が一申請不備がある場合は活動できません。強風の恐れがある場合、安全の観点から規模の縮小または中止とさせていただきます場合もございます。
- キャンプファイヤーを実施できる場所は多目的広場の1か所のみとなり、同日に複数団体がキャンプファイヤーを希望した場合は、団体様同士で相談の上、キャンプファイヤーとかがり火のどちらか（2団体ともキャンプファイヤーまたはかがり火は不可）で1時間半以上時間を空けての実施であれば同日実施が可能です。

③悪天候時（寒さ・猛暑含む）プログラムについて

- プログラムが悪天候により実施できなくなる場合に備え、予め各団体にて「サブプログラム」をご準備ください。また、活動場所の予約も忘れずに行ってください。

④アレルギー（宗教食）対応について

- 「体験活動」の食材については、アレルギーがある場合の個別対応はしておりません。団体様で個別食をご用意ください。なお、カレーライスについては、ヴィーガン食のみ物品販売がありますので、別途ご相談ください。

⑤キャンセル料について

- ご宿泊日の30日前から、以下の項目にキャンセル料が発生いたします。【※30日~2日前:10% / 前日(17:30まで):50% / 当日:100%】

ア. お食事料金

- 食材を扱う体験プログラムには既定のキャンセル料が発生いたします。

イ. 日帰り利用で予約した館内施設利用料金

- すべての利用料が発生する活動場所において、予約していたが使用しなかった場合は、キャンセル料が発生いたしますので、予めご了承ください。
- インフルエンザ・コロナウイルスなどの理由でのキャンセルの場合においてもキャンセル料が発生いたします。天災や行動制限が発令された場合は、別途対応いたします。また、ご予約の全キャンセル、一部キャンセルともにキャンセル規定は同じです。

⑥学校団体以外の一般団体（専門学校・短期大学・大学・大学院含む）のプログラムについて

- 一般団体の場合、活動の説明は団体の代表者様のみに行います。その後、活動を行う参加者へ共有してください。説明にあたり、必ず活動開始の15分前には現地へ代表者（何名でも可）の方が越してください。ただし、スズカト指導プログラムは、学校団体と同様に活動終了までスズカトスタッフが指導します。

⑦その他

- 運営の都合により内容が変更になる場合がございますことを予めご了承ください。必ず活動前にホームページから最新版の資料を確認いただき、変更があった場合は団体様でご対応ください。
- プログラムについての質問等はプログラム担当者が対応しますので、スズカトへ別途ご連絡ください。また、体験活動プログラムガイドやプログラム詳細に表記の間違いや、分かりにくい箇所がございましたら、予約時にお知らせいただけますと幸いです。更新材料とさせていただきます。

プログラム一覧

■体験プログラム活動 (団体主導プログラム)	■創作プログラム活動 (スズカト指導プログラム)
1. 野外炊事 カレー作り (薪割り、火起こし体験を含む)	1. 焼き杉
2. キャンプファイヤー① キャンプファイヤー② (かがり火)	2. 葉っぱのしおり (公園と施設内を利用)
3. LED キャンドルファイヤー	3. フォトフレーム (公園と施設内を利用)
4. フィールドビンゴ (森の宝さがし)	4. たたき染 ※定員 30 名程度
5. オリエンテーリング	5. 草木染 ※定員 30 名程度
6. フォトテーリング	6. 飾り炭 (火起こし体験を含む)
7. 室内レクリエーション (※スズカト指導プログラム)	7. 伊勢型紙
8. 秘密基地づくり ※定員 30 名程度	8. 勾玉作り
9. カートンドッグ作り	■研修プログラム活動 (スズカト指導プログラム) 1. チームビルディング研修
10. ミニピザ作り	2. 課題解決型研修
	3. 野外活動危険予知研修
	4. 野外活動体験研修 (ボランティア・青少年育成)
	5. テント設営研修 (体験)
	6. 自然学習レクリエーション研修

■ 体験プログラム活動（団体主導プログラム）

No.	プログラム名	内容	料金／備品	持ち物／服装 等
1	<p>野外炊事</p> <p>火起こし&カレー作り</p> <p>（薪割り）</p> <p>対象：小学生～大人 推奨年齢：小学生～高校生 定員：1班 ～8名程度 ※最大 25 班 200 名 時間：150 分～240 分 会場：第一 or 第二炊飯場 天候：全天候実施可</p> <p>※食材発注の関係上、必ず 2 週間前までに予約を確定してください。未予約の場合は実施できません。</p> <p>※どちらかの炊飯場に収容できる人数で実施する場合、一か所での実施にご協力ください。</p> <p>※ヴィーガン食が必要な場合は、別途お問い合わせください。</p> 	<p>内容</p> <p>自分たちで火を起こし、食材を切って調理をおこないます。道具の特性や使い方、そして使った後の管理や、道具を大切に扱うことなども学びます。また、仲間と役割分担をしながら活動を行うことで、協力や達成を体験的に学びます。</p> <p>野外炊事セットについて</p> <p>野外炊事のプログラムご予約の場合、カレーライスの料金で野外炊事セット（班数分）とアルファ米（人数分）が付属します。野外炊事セットは最大 25 セットの提供となり、500 円（税込）で野外炊事セットのみの提供（別途炊飯場予約と持ち込み）も可能です。</p> <p>ライスについて</p> <p>スズカトの野外炊事では、防災意識を高めることを目的に「アルファ米」を導入しています。</p> <p>50 名分を一度に作れるキットと 1 人用パックを人数に合わせて提供します。</p> <p>薪割りについて（実施の場合プログラム時間に含む）</p> <p>薪割り体験の実施は必須ではありません。体験を希望される場合は事前にご予約ください。なお、薪割り台は、安全の観点から 5 台程度の提供とさせていただきます。実施する場合、購入いただいた薪を使用します。</p> <p>食材</p> <p>じゃがいも・ニンジン・玉ねぎ・豚肉・アルファ米・カレーフレーク（アレルギーフリー）</p> <p>※アレルギーの対応はいたしかねます。対応が必要な場合、各団体で別食をご用意ください。</p> <p>行程</p> <p>①野菜を切り、お鍋に入れる ②野菜がかくれるぐらいまで水を入れる ③お鍋の底にクレンザーか洗剤を塗る ④カマドにお鍋を置く ⑤沸騰させ、お肉を入れる→煮込む ⑥火が通ったらカレーフレークを入れよく混ぜる</p>	<p>【料金】</p> <p>○カレーライス 700 円/1 名</p> <p>○薪代（必須） 300 円/1 束</p> <p>※薪の束を崩した時点で「使用薪」としてカウントいたします。</p> <p>○追加アルファ米 300 円/1 パック</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>○野外炊事セット</p> <ul style="list-style-type: none"> ・おたま×1 ・ピーラー×2 ・ボール×2 ・ザル×2 ・さいばし×1 ・スプーン×2 ・三角コーナー×1 ・なべ（大）×1 ・包丁×2 ・まな板×2 <p>○薪割り台</p> <p>○やかん（米用）</p> <p>○なべしき</p> <p>○火ばさみ</p> <p>【購入可能備品】</p> <p>○ゴミ袋 500 円/1 枚</p> <p>※購入した場合、スズカトでゴミを回収します。</p>	<p>【参加者服装】</p> <p>・ヤケド防止のため、綿素材の長袖長ズボン、帽子着用を推奨</p> <p>【参加者個人用意備品】</p> <p>・軍手（綿 100% 滑り止め無）</p> <p>・食器、スプーン類</p> <p>・飲み物</p> <p>【団体用意備品／班数分】</p> <p>・マッチまたはライター</p> <p>・スポンジ</p> <p>・たわし</p> <p>・食器用洗剤</p> <p>・クリームクレンザー</p> <p>・新聞紙（着火用）</p> <p>・ふきん（ダスター等）</p> <p>・手洗いせっけん</p> <p>・救急セットなど</p> <p>・ゴミ袋</p> 

No.	プログラム名	内容	料金／備品	持ち物／服装 等
2	キャンプファイヤー 対象：幼児～大人 推奨年齢：小学生～高校生 定員：最大 200 名程度 (かがり火 100 名程度) 時間：～90 分 会場：多目的広場 天候：雨天中止 ※強風の場合、安全の観点から中止する場合がございます。 ※必ず、団体様で消防署への火気利用申請を行ってください。 ※実施の判断は 1 時間前までとし、薪組み後は実施できなかった場合も料金が発生します。	キャンプファイヤー① ※実施は 1 日 1 団体とさせていただきます。 ※トーチは最大 8 本までとなります。 ※実施可能時間は 21：00 までとなります。 内容 1 つの火を輪になって囲み、キャンプソング・ゲーム大会・ダンス披露などを行うことで、参加者の連帯感や親睦を深めます。 グループ活動の発表やレクリエーションの場としても活躍します。	【料金】 ○6,000 円/1 式 ・保護鉄板 ・井桁用薪 ・灯油 ・トーチ ・火種布 ・ポータブル電源 ・音響類 ・片付け道具	【参加者服装】 ・ヤケド防止のため、綿素材の長袖長ズボン、帽子着用を推奨 ・キャンドルファイヤーの場合、うごきやすい服装で総合研修館の場合、室内シューズ 【参加者個人用意備品】 ・足元が暗いため、懐中電灯などのライト
		キャンプファイヤー② (かがり火) ※実施は 1 日 1 団体とさせていただきます。 ※トーチは最大 8 本までとなります。 ※実施可能時間は片付け含め 21：00 まで。 ※ポータブル電源・音響類が必要な場合は、別途有料レンタル必要 内容 かがり火を囲んで、静かな時間を過ごしましょう。 プログラムの終わりや、振り返りにも活躍します。 キャンプファイヤー①より、規模の小さいファイヤーになります。	【料金】 ○3,000 円/1 式 ・保護シート ・かがり火薪 ・かがり火台 ・灯油 ・トーチ ・火種布 ・片付け道具	【団体用意備品】 ・音源 (CD は対応不可) ・火の神様等の衣装 ・救急セットなど
3	LED キャンドルファイヤー 対象：幼児～大人 推奨年齢：小学生～高校生 定員： 総合研修館の場合 200 名程度 大研修室の場合 90 名程度 時間：～90 分 会場：総合研修館・大研修室 天候：全天候実施可	内容 静かな雰囲気の中、LED ロウソクのやわらかい明かりを楽しみます。 活動の振り返りをおこなう場合にも適しています。 LED ろうそく、燭台等はセンターにあります。 ※特殊サイズ・カラーの LED ロウソクが必要な場合は、各団体でご用意ください。 ※実施可能時間は片付け含め 21：00 までとなります。	【料金】 ○2,000 円/1 式 ・燭台 ・LED ミニロウソク×50 ・LED 大ロウソク×8 OLED ミニロウソクを追加する場合は 50 円/1 個	

No.	プログラム名	内容	料金／備品	持ち物／服装 等
4	<p>フィールドビンゴ (森の宝さがし)</p> <p>対象：幼児～大人 推奨年齢：幼児～小学生 定員：1班 ～8名 何班でも可 時間：60分～90分 会場：公園内 天候：雨天相談</p> <p>※小雨の場合、雨具持参の団体様は実施可能です。</p>  	<p>内容</p> <p>センター・公園内にある自然を、見る、触る、聴く、嗅ぐ等の感覚を使って感じます。</p> <p>「つるつるしたもの」「いいにおいのするもの」などの課題を班の仲間と話し合い、相談・共有しながら見つけていきます。</p> <p>ビンゴカードを各班に配布し、フィールド内で見ついたらチェックしてより多くのビンゴを完成させます。</p> <p>※1グループにつき1個程度、<u>時計</u>をお持ちください。</p>  <p>写真：日本シェアリングネイチャー協会</p>	<p>【料金】</p> <p>〇500円/1班</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>〇フィールドセット/1班</p> <ul style="list-style-type: none"> ・えんぴつ ・バインダー ・ビンゴカード ・ブルーシート ・ビニール袋 	<p>【参加者服装】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・野外活動ができる服装 <p>【個人用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・帽子 ・飲み物（多めに） ・季節によって虫よけなど ・カッパ（雨天の場合） ・腕時計 <p>【団体用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・救急セットなど
5	<p>オリエンテーリング</p> <p>対象：幼児～大人 推奨年齢：小学生～中学生 定員：1班 ～8名 何班でも可 時間：60分～120分 会場：公園内 天候：雨天相談</p> <p>※小雨の場合、雨具持参の団体様は実施可能です。</p>  	<p>内容</p> <p>地図にある番号をたよりに、設置されたポイントを探し、クイズやゲームに挑戦します。公園内を歩きながら生き物・自然のものもたくさん探してみましょ。</p> <p>センター内で実施するため、時間や活動範囲を調整することができます。また、利用者の施設理解（どこに何があるか）を助けます。</p> <p>コースは、「ショートコース/約60分」・「セミロングコース/約90分」・「ロングコース/約120分」からお選びください。コース地図や、用紙は当日お渡し致します。</p> <p>※活動時間や気温等により設置ポイントを減らした内容でも実施可能です。事前にご相談ください。</p> <p>※事前に実施するコースをお知らせください。</p> <p>※1班につき1個程度、<u>時計</u>をお持ちください。</p>  <p>★上記のような地図にいくつかのポイントを記して渡します。</p>	<p>【料金】</p> <p>〇500円/1班</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>〇フィールドセット/1班</p> <ul style="list-style-type: none"> ・えんぴつ ・地図 ・解答用紙 ・バインダー 	<p>【参加者服装】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・野外活動ができる服装 <p>【個人用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・帽子 ・飲み物（多めに） ・季節によって虫よけなど ・カッパ（雨天の場合） ・腕時計 <p>【団体用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・救急セットなど

No.	プログラム名	内容	料金／備品	持ち物／服装 等
6	<p>フォトテリング</p> <p>対象：幼児～大人 推奨年齢：小学生～中学生 定員：1班 ～8人名 何班でも可 所要時間：60分～120分 会場：公園内 天候：雨天相談</p> <p>※小雨の場合、雨具持参の団体様は実施可能。</p> 	<p>内容</p> <p>地図にある写真だけをたよりに、設置されたポイントを探し、クイズやチャレンジポイントに挑戦します。</p> <p>公園内を歩きながら生き物・自然のものをたくさん探してみましよう。</p> <p>コースは、「ショートコース/約 60 分」・「ロングコース/約 120 分」からお選びください。コース地図や、用紙は当日お渡し致します。</p> <p>※活動時間や気温等により設置ポイントを減らした内容でも実施可能です。事前にご相談ください。</p> <p>※事前に実施するコースをお知らせください。</p> <p>※1班につき1個程度、時計をお持ちください。</p>  <p>★上記のような地図にいくつかのポイントを記して渡します。</p>	<p>【料金】</p> <p>○500 円/1 班</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>○フィールドセット/1 班</p> <ul style="list-style-type: none"> ・えんぴつ ・地図 ・解答用紙 ・バインダー 	<p>【参加者服装】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・野外活動ができる服装 <p>【個人用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・帽子 ・飲み物（多めに） ・季節によって虫よけなど ・カッパ（雨天の場合） ・腕時計 <p>【団体用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・救急セットなど
7	<p>室内レクリエーション</p> <p>対象：幼児～大人 推奨年齢：幼児～中学生 定員：100 名程度 時間：～120 分 会場：総合研修館 天候：全天候実施可</p> <p>★このプログラムはスズカトスタッフが指導を行います。参加者の安全管理やケア等は団体様の管理下で行ってください。</p> 	<p>内容</p> <p>団体の中でお互いの関係をより親密にするために、アイスブレイクやレクリエーションを取り入れることが効果的です。</p> <p>仲間で協力して達成感を感じられるような内容を団体様の対象年齢やねらいに沿って計画します。</p> <p>※対象の年齢・活動時間に応じて内容を変更します。</p> <p>※事前にねらいや実施したいことなどをご相談ください。</p> <p>ゲーム一例：</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ジャンボじゃんけん ・ステレオゲーム ・キャッチ ・貨物列車 ・伝言ゲーム ・新聞紙ゲーム 	<p>【料金】</p> <p>○指導料 60 分/3,000 円</p> <p>○冷暖房費 1 回/3,100 円</p> <p>※空調は、活動時の「暑さ指数」や「寒さ」によってスズカトスタッフが調整します。</p> <p>使用しなかった場合は、お知らせします。</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>プログラムによる</p>	<p>【参加者服装】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・運動ができる服装 ・室内シューズ <p>【個人用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・飲み物（多めに） ・必要により汗拭きタオル <p>【団体用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・救急セットなど

No.	プログラム名	内容	料金／備品	持ち物／服装 等
8	<p>秘密基地作り</p> <p>対象：年長児～小学生 推奨年齢：年長児～小学生 定員：1班 ～5人名 30名程度 時間：60分～180分 会場：公園内 天候：雨天相談</p> <p>※小雨の場合、雨具持参の 団体様は実施可能。</p>  	<p>内容</p> <p>公園内のフィールドで自然のものを利用し、自分たちの「秘密基地」を造ります。</p> <p>いろいろな色・形で自分たちの「家」をデザインしながら、秘密基地作りに必要な道具の、安全な使い方も学びます。</p> <p>※対象の年齢に応じて活動場所を選定します。 ※フィールドでは木材やロープなどを使用します。怪我などに注意するよう事前学習を推奨いたします。</p> 	<p>【料金】</p> <p>○600円/1班</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>○基地づくりセット</p> <p>・ブルーシート ・麻ひも ・サランラップ ・アルミホイル ・はさみ ・（のこぎり）</p>	<p>【参加者服装】</p> <p>・野外活動できる服装</p> <p>※虫刺されや怪我防止のため、長袖長ズボン、帽子着用を推奨します</p> <p>【個人用意備品】</p> <p>・帽子 ・飲み物（多めに） ・季節によって虫よけなど</p> <p>・<u>軍手</u>（必須）</p> <p>【団体用意備品】</p> <p>・救急セットなど</p>

No.	プログラム名	内容	料金／備品	持ち物／服装 等
9	<p>カートンドッグ作り</p> <p>対象：年長児～大人 推奨年齢：小学生～大人 定員：1班 ～8名 ※最大 25 班 200 名 所要時間：120 分～180 分 会場：第一 or 第二炊飯場 天候：全天候実施可</p> <p>★食材発注の関係上、必ず 2 週間前までに予約を確定してください。未予約の場合は実施できません。</p> 	<p>内容 特別な道具を使わず、美味しいホットドッグ作りに挑戦します。 手に入りやすい紙パックを使ったアウトドア料理で、キャンプ気分を体験できます。</p> <p>食材 ロールパン（約 20cm サイズ）・キャベツ・ウインナー・ケチャップ ※アレルギーの対応はいたしかねます。対応が必要な場合、各団体に別食をご用意ください。</p> <p>行程 ①キャベツを千切りにする ②パンにキャベツとウインナーをはさむ ③パンをアルミホイルで二重につつむ ④カマドの網の上にならべる ⑤紙パックの端に火をつける</p>  <p>⑥紙パックがすべて燃え尽きたら完成</p> 	<p>【料金】 ○300 円/1 個 ○薪代 300 円/1 束（必要に応じ） ※薪はパンの焼きが足りない時や、さらに過熱をしたい場合に使用します。</p> <p>【スズカト備品】 ○野外炊事セット ※No.1 を参照 ※鍋、おたま等は入りません ○火ばさみ ○（薪）</p> <p>【購入可能備品】 ○ゴミ袋 500 円/1 枚 ※購入した場合、スズカトでゴミを回収します。</p>	<p>【参加者服装】 ・ヤケド防止のため、綿素材の長袖長ズボンを推奨します</p> <p>【個人用意備品】 ・軍手（綿 100%滑り止め無） ・食器 ・飲み物 ・紙パック（1ℓ） ※1 個つき 1 パック必要</p> <p>【団体用意備品／班数分】 ・マッチまたはライター ・スポンジ ・食器用洗剤 ・新聞紙 ・ふきん（ダスター等） ・アルミホイル ・手洗いせっけん ・救急セットなど ・ゴミ袋</p>

No.	プログラム名	内容	料金／備品	持ち物／服装 等
10	<p>ミニピザ作り</p> <p>対象：年長児～大人 推奨年齢：小学生～大人 定員：1班 ～5名 30名程度 所要時間：120～180分 会場：第一 or 第二炊飯場 天候：全天候実施可</p> <p>★食材発注の関係上、必ず 2 週間前までに予約を確定してください。未予約の場合は実施できません。</p> 	<p>内容</p> <p>生地に好きな食材をのせ、グリルで焼きます。</p> <p>どんな味にするか・どんなピザにするか、お友だちと考えながら調理やピザが焼きあがる様子を体験します。</p> <p>食材</p> <p>トルティーヤ生地（直径 20cm 程度）・ウインナー・玉ねぎ・ピーマン・ピザソース・チーズ・オリーブオイル</p> <p>※アレルギーの対応はいたしかねます。対応が必要な場合、各団体に別食をご用意ください。</p> <p>行程</p> <p>①グリルに炭をおこす</p>  <p>②食材を細かく切る</p> <p>③生地にピザソースと食材をのせる</p> <p>④ピザグリルで焼いて完成</p> <p>※1枚が焼きあがるのに 10 分程度かかります。食べるタイミングに差ができてしまいますので、出来上がったものから切り分けて食べる等でご対応ください。</p> 	<p>【料金】</p> <p>○500 円/1 枚</p> <p>○炭代 (必須)</p> <p>600 円/1 グリル</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>○野外炊事セット</p> <p>※No.1 を参照</p> <p>※鍋、おたま等は入りません</p> <p>○ピザグリル (最大 10 台)</p> <p>○ピザストーン</p> <p>○ピザカッター</p> <p>○ピザピール</p> <p>○火ばさみ</p> <p>【購入可能備品】</p> <p>○ゴミ袋</p> <p>500 円/1 枚</p> <p>※購入した場合、スズカトでゴミを回収します。</p>	<p>【参加者服装】</p> <p>・ヤケド防止のため、綿素材の長袖を推奨します</p> <p>【個人用意備品】</p> <p>・軍手 (綿 100%滑り止め 無)</p> <p>・食器</p> <p>・飲み物</p> <p>【団体用意備品／班数分】</p> <p>・マッチまたはライター</p> <p>・スポンジ</p> <p>・食器用洗剤</p> <p>・新聞紙</p> <p>・ふきん (ダスター等)</p> <p>・アルミホイル</p> <p>・手洗いせっけん</p> <p>・救急セットなど</p> <p>・ゴミ袋</p>

■創作プログラム活動（スズカト指導プログラム）

No.	プログラム名	内容	料金／備品	持ち物／服装 等
1	<p>焼き杉</p> <p>対象：小学4年生～大人 推奨年齢：小学4年生～中学生 定員：1班 ～6人名 200名程度 時間：90分～180分 会場：第一 or 第二炊飯場 天候：全天候実施可</p> <p>★このプログラムはスズカトスタッフが指導を行います。参加者の安全管理やケア等は団体様の管理下で行ってください。</p> 	<p>内容</p> <p>センターで過ごした思い出として、杉の板を焼き、磨き上げてプレートを作ります。</p> <p>このプレートに、絵や文字を書いてオリジナルプレートにします。</p> <p>看板や壁掛けや、部屋の表札として飾ることが出来ます。</p> <p>※ガスバーナー1～2台につき、大人1名が安全監視を行ってください。</p> <p>※作品の状況によっては、後日センターへ取りに来ていただくよう、お願いする場合がございます。</p> <p>※ヤケド防止のため、活動中は必ず綿製の長袖を着用ください。</p> <p>行程</p> <p>①ガスバーナーを使用し、カマドで板を焼く ②焼いた板を濡れ雑巾で冷ます ③たわしを使って板を磨く ④絵や文字を書いて紐を取り付けたら完成</p>	<p>【料金】</p> <p>○指導料 1,000円/1クラス ※1クラス～30名</p> <p>○材料費 350円/1個</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>○焼き杉セット</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ガスバーナー ・ボスカ ・たわし ・ぞうきん ・杉板 ・紐とヒートン ・火ばさみ 	<p>【参加者服装】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クラフトができる汚れても良い服装 ・ヤケド防止のため綿製の長袖 <p>【個人用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・軍手（綿100%滑り止め無） ・帽子 ・飲み物（多めに） ・季節によって虫よけなど <p>【団体用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新聞紙（1班/1部） ・救急セットなど 
2	<p>葉っぱのしおり</p> <p>対象：幼児～小学生 推奨年齢：幼児～小学校低学年 定員：1班 ～5名 100名程度 所要時間：60分～90分 会場：施設内研修室 天候：全天候実施可</p> <p>★このプログラムはスズカトスタッフが指導を行います。参加者の安全管理やケア等は団体様の管理下で行ってください。</p> 	<p>内容</p> <p>台紙にお持ち込み頂いた葉っぱを貼り、思い出や日付などを書き込んで、ラミネート加工をします。</p> <p>パンチで開けた穴にリボンを通して出来上がりです。</p> <p>※使用する草花は乾いた状態のものを事前にご用意ください。</p> <p>※当日、公園内の草花を利用する場合は、要相談。</p> <p>※作品の状況によっては、後日センターへ取りに来ていただくよう、お願いする場合がございます。</p> <p>行程</p> <p>①草花等を台紙と一緒にラミネート用紙にはさむ ②飾り付けをする ③ラミネートをし、穴をあける ④紐を通して完成</p>	<p>【料金】</p> <p>○指導料 1,000円/1クラス ※1クラス～30名</p> <p>○材料費 250円/1名2枚</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>○葉っぱのしおりセット</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ラミネーター ・ラミネートフィルム ・ひも ・台紙 ・色紙 ・色ペン ・のり 	<p>【参加者服装】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クラフトができる汚れても良い服装 <p>【個人用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・飲み物 ・草花など <p>【団体用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・新聞紙（1班/1部） ・救急セットなど 

No.	プログラム名	内容	料金/備品	持ち物/服装 等
3	<p>フォトフレーム</p> <p>対象：幼児～大人 推奨年齢：年長児～小学生 定員：1班 ～5名 100名程度 所要時間：90分～120分 会場：施設内研修室 天候：全天候実施可</p> <p>★このプログラムはスズカトスタッフが指導を行います。参加者の安全管理やケア等は団体様の管理下で行ってください。</p> 	<p>内容</p> <p>台紙にお持ち込み頂いた木の実や枝をつけ、オリジナルのフォトフレーム（写真たて）を作ります。自然のものを使ったデザインを楽しみましょう。</p> <p>当日、<u>写真（L版サイズ）</u>をお持ちいただければ、写真も貼り付け可能です。</p> <p>※使用する木の实や枝等は事前にご用意ください。</p> <p>※当日、公園内の植物を利用する場合は、要相談。 （屋外活動も含む場合は、活動時間も調整必要）</p> <p>※作品の状況によっては、後日センターへ取りに来ていただくよう、お願いする場合がございます。</p> <p>※写真の貼り付けを希望する場合は<u>団体様</u>でご用意ください。</p> <p>行程</p> <p>①台紙から使うパーツを切り出す ②木の実をつける ③色ペンで飾り付ける （④写真をつける）</p>	<p>【料金】</p> <p>○指導料 1,000円/1クラス ※1クラス～30名</p> <p>○材料費 350円/1個</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>○フォトフレームセット</p> <p>・台紙 ・はさみ ・ボンド ・両面テープ ・色ペン</p>	<p>【参加者服装】</p> <p>・クラフトができる汚れても良い服装</p> <p>【個人用意備品】</p> <p>・飲み物 ・木の实、枝など ・必要に応じ写真（L版）</p> <p>【団体用意備品】</p> <p>・新聞紙（1班/1部） ・救急セットなど</p> 
4	<p>たたき染め</p> <p>対象：幼児～大人 推奨年齢：年長児～小学生 定員：20名程度 所要時間：90分～120分 会場：第一 or 第二炊飯場 天候：全天候実施可</p> <p>★このプログラムはスズカトスタッフが指導を行います。参加者の安全管理やケア等は団体様の管理下で行ってください。</p> 	<p>内容</p> <p>お持ち込みいただいた草花で染める「たたき染め」の技法をつかって布を染めてオリジナルのハンカチやトートバックを作ります。</p> <p>※お持ちいただく草花は、なるべく「みずみずしく」、「柔らかい」ものをお選びください。乾燥していたり、固い葉っぱだと色が出ない場合があります。</p> <p>※公園内の草花を利用する場合は、要相談。</p> <p>※作品の状況によっては、後日センターへ取りに来ていただくよう、お願いする場合がございます。</p> <p>行程</p> <p>①布の上に葉っぱを並べる ②養生テープまたはサランラップで固定する ③下にマットを引き、ゴムハンマーでたたく ④色が転写できたら完成</p>	<p>【料金】</p> <p>○指導料 1,000円/1回</p> <p>○材料費 ハンカチ：250円/1枚 トートバッグ：450円/1枚</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>○たたき染めセット</p> <p>・ゴムハンマー ・養生テープ ・サランラップ ・カッターボード ・新聞紙</p>	<p>【参加者服装】</p> <p>・クラフトができる汚れても良い服装</p> <p>【個人用意備品】</p> <p>・飲み物 ・草花など</p> <p>【団体用意備品】</p> <p>・新聞紙（1班/1部） ・救急セットなど</p> 

No.	プログラム名	内容	料金/備品	持ち物/服装 等
5	<p>草木染 (絞り染め)</p> <p>対象：幼児～大人 推奨年齢：年長児～小学生 定員：40名程度 所要時間：120分～180分 会場：第一 or 第二炊飯場 天候：全天候実施可</p> <p>※<u>下処理で豆乳を使用します。アレルギー等ある場合、事前にご相談ください。</u></p> <p>★このプログラムはスズカトスタッフが指導を行います。参加者の安全管理やケア等は団体様の管理下で行ってください。</p> 	<p>内容</p> <p>草花や野菜などの自然の色を用いて染める「草木染」の技法をつかって布を染めます。</p> <p>世界に一つだけのオリジナルハンカチ、オリジナルトートバックを作ります。</p> <p>※<u>クチナシの実を使って染めます。染めた後は、明るい黄色に染まります。</u></p> <p>行程</p> <p>①布を絞ったり結んだりして模様をつける ②染め液と媒染液に交互に着けこむ ③色が定着したら完成</p> <p>※作品の状況によっては、後日センターへ取りに来ていただくよう、お願いする場合がございます。</p> <p>※草木染の特性上、ハッキリとした色には染まりません。草木染の淡い色味をお楽しみください。</p> <p>※染めた後に色が変化する場合がございます。また、洗濯等でも色が変化する可能性がございます。</p> <p>※染色中は、<u>約30分程度待ち時間</u>が発生します。</p>	<p>【料金】</p> <p>○指導料 1,500円/1回</p> <p>○材料費(染液込) ハンカチ：500円/1枚 トートバッグ：650円/1枚</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>○草木染セット</p> <ul style="list-style-type: none"> ・原液 ・媒染液 ・ほし竿 ・ぼんじゅう、箱類 ・輪ゴム ・ビー玉 ・トング 	<p>【参加者服装】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クラフトができる汚れても良い服装 <p>【個人用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・飲み物 ・持ち帰り用のビニール袋 ・軍手 <p>【団体用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・救急セットなど 
6	<p>飾り炭 (火起こし含む)</p> <p>対象：小学生～大人 推奨年齢：小学生 定員：1班 ～6名 ※最大20班120名 所要時間：120分～180分 会場：第一 or 第二炊飯場 天候：全天候実施可</p> <p>★このプログラムはスズカトスタッフが指導を行います。参加者の安全管理やケア等は団体様の管理下で行ってください。</p> 	<p>内容</p> <p>センター内で採取、または、お持ち込み頂いた木の实・枝葉・折り紙などを使って、カマドで火を起こし、炭焼き体験をします。</p> <p>そのままにしておくとかちていくだけのものを有効活用し、できたものは作品として持ち帰ります。</p> <p>※使用するスチール缶は団体様で用意ください。 (レンタルの用意もごございます)</p> <p>※作品の状況によっては、後日センターへ取りに来ていただくよう、お願いする場合がございます。</p> <p>行程</p> <p>①カマドに火を起こす ②スチール缶に木の实などを入れ、しっかりとフタをする(重石をのせると良い) ③穴から煙が出なくなるまで火にかける ④缶が冷めてから中身を取り出し、コースターに飾り付ける</p> 	<p>【料金】</p> <p>○指導料 1,000円/1クラス ※1クラス～30名</p> <p>○材料費 250円/1個</p> <p>○新代(必須) 300円/1束</p> <p>○レンタル缶 100円/1缶 (30cm×30cm×高さ15cm)</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>○飾り炭セット</p> <ul style="list-style-type: none"> ・レンタル缶(最大25缶) ・コースター(直径10cm程度) ・ボンド、色ペン ・火ばさみ 	<p>【参加者服装】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クラフトができる汚れても良い服装 ・ヤケド防止のため綿製の長袖 <p>【個人用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・飲み物 ・軍手(綿100%滑り止め無) ・木の実・枝・折り紙など <p>【団体用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マッチまたはライター ・救急セットなど ・新聞紙 ・スチール缶(フタの中心に直径5mm程度の穴をあけること)

No.	プログラム名	内容	料金/備品	持ち物/服装等
7	<p>伊勢型紙</p> <p>対象：小学5年生～大人 推奨年齢：全対象年齢可 定員：30名×5クラス程度 所要時間：90分～150分 会場：施設内研修室 天候：全天候実施可</p> <p>※研修室のセッティング・片付けは団体様で行ってください。</p> <p>★このプログラムはスズカトスタッフが指導を行います。参加者の安全管理やケア等は団体様の管理下で行ってください。</p> 	<p>内容</p> <p>鈴鹿市の伝統工芸である「伊勢型紙」の創作活動を体験します。</p> <p>伊勢型紙の歴史も学習しながら、しおりや色紙作りに挑戦します。</p> <p>※色紙の場合は、しおりと比較して作業時間が長くなります。</p> <p>行程</p> <p>①持参した図案と渋紙をホチキスでとめる ②スタッフの指示をよく聞き、ケガに注意しながらカッターを使って原画通りに切り抜く ③しおりの場合、紐をつける。色紙の場合は糊付けをして完成。</p> 	<p>【料金】</p> <p>○指導料 2,500円/1クラス ※1クラス～30名</p> <p>○材料費 しおりセット 300円/1人 色紙 400円/1人</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>○伊勢型紙セット</p> <ul style="list-style-type: none"> ・渋紙 ・カッターマット ・カッター ・ホチキス 	<p>【参加者服装】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クラフトができる汚れても良い服装 <p>【個人用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・飲み物 ・色紙原画 <p>※活動2週間前までに、別紙「伊勢型紙発注表」をご提出ください。</p> <p>【団体用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・救急セットなど 
8	<p>勾玉作り</p> <p>対象：小学3年生～大人 推奨年齢：全対象年齢可 定員：30名×3クラス程度 所要時間：90分～120分 会場：施設内研修室 (※中研修室以外) 天候：全天候実施可</p> <p>※研修室のセッティング・片付けは団体様で行ってください。</p> <p>★このプログラムはスズカトスタッフが指導を行います。参加者の安全管理やケア等は団体様の管理下で行ってください。</p> 	<p>内容</p> <p>制作キットを用いて、オリジナル勾玉を作ります。</p> <p>※作品の状況によっては、後日センターへ取りに来ていただくよう、お願いする場合がございます。</p> <p>※ロウ石を削る際に粉が出ますので、「むせ」などが気になる方はマスク着用を推奨します。</p> <p>行程</p> <p>①エンピツを使いロウ石に作りたい形を下書きする ②粗目やすりを使ってロウ石を削る ③形ができてきたら、耐水ペーパーと水で磨く ④紐を通して完成</p>  	<p>【料金】</p> <p>○指導料 1,500円/1クラス ※1クラス～30名</p> <p>○材料費 600円/1人</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>○勾玉作りセット</p> <ul style="list-style-type: none"> ・勾玉キット ・やすり ・バケツ ・水 ・ぞうきん 	<p>【参加者服装】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・クラフトができる汚れても良い服装 <p>【個人用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・飲み物 ・勾玉のふき取り用キッチンペーパーまたは、ティッシュを1人2枚程度 <p>・(マスク)</p> <p>【団体用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・個人でキッチンペーパーやティッシュを持参ではなく、団体に雑巾・布切れ等持参でも可 ・救急セットなど 

■研修プログラム活動（スズカト指導プログラム）

No.	プログラム名	内容	料金／備品	持ち物／服装 等
1	<p>チームビルディング 研修</p> <p>対象：新入社員研修・部活の チーム作りや子ども会 の親睦会など</p> <p>推奨年齢：小学5年生～大人</p> <p>定員：50名程度</p> <p>所要時間：60～120分</p> <p>会場：プログラムによる</p> <p>天候：全天候実施可</p> <p>★このプログラムはスズカト スタッフが指導を行います。 参加者の安全管理やケア等は 団体様の管理下で行ってくだ さい。</p> 	<p>内容</p> <p>初めて出会った仲間、あるいは出会ってから日が浅い仲間同士が、様々な体験活動と一緒にいくことで、協力や相互理解を通し、関係性を構築していきます。</p> <p>また、一緒に過ごす時間が長い仲間の新たな一面を発見する機会にもなります。</p> <p>※このプログラムを実施する場合は、事前に「ねらい」「内容」「対象年齢」等をご相談ください。その後プログラム内容を決定いたします。</p> 	<p>【料金】</p> <p>○指導料 60分/3000円</p> <p>○冷暖房費（総合研修館） 1回/3,100円</p> <p>※空調は、活動時の「暑さ指数」や「寒さ」によってスズカトスタッフが調整します。使用しなかった場合は、お知らせします。</p> <p>【スズカト備品】 プログラムによる</p>	<p>【参加者服装】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・季節に合わせた動きやすく 野外活動ができる服装 <p>【個人用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・飲み物 ・屋外の場合、帽子 ・総合研修館の場合、 室内シューズ ・筆記用具+メモ用紙 (A4一枚程度) <p>【団体用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・救急セットなど ・団体に用いる振り返りシートや感想シートなど（必要な場合）
2	<p>課題解決型研修</p> <p>対象：新入社員研修・部活の チーム作りなど</p> <p>推奨年齢：大学生～大人</p> <p>定員：50名程度</p> <p>所要時間：60～120分</p> <p>会場：プログラムによる</p> <p>天候：全天候実施可</p> <p>★このプログラムはスズカト スタッフが指導を行います。 参加者の安全管理やケア等は 団体様の管理下で行ってくだ さい。</p> 	<p>内容</p> <p>チームビルディングの発展型として、与えられた課題をグループのメンバーで解決していきます。</p> <p>その過程で、一人ひとりの心の葛藤や、自分の気持ちを表すことの難しさに気づき、グループとしての成長を目指します。</p> <p>※このプログラムを実施する場合は、事前に「ねらい」「内容」「対象年齢」等をご相談ください。その後プログラム内容を決定いたします。</p> 	<p>【料金】</p> <p>○指導料 60分/3000円</p> <p>○冷暖房費（総合研修館） 1回/3,100円</p> <p>※空調は、活動時の「暑さ指数」や「寒さ」によってスズカトスタッフが調整します。使用しなかった場合は、お知らせします。</p> <p>【スズカト備品】 プログラムによる</p>	<p>【参加者服装】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・季節に合わせた動きやすく 野外活動ができる服装 <p>【個人用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・飲み物 ・屋外の場合、帽子 ・総合研修館の場合、 室内シューズ ・筆記用具+メモ用紙 (A4一枚程度) <p>【団体用意備品】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・救急セットなど ・団体に用いる振り返りシートや感想シートなど（必要な場合）

No.	プログラム名	内容	料金/備品	持ち物/服装 等
3	<p>野外活動危険予知研修</p> <p>対象：野外活動やキャンプを実施する引率者・ボランティアリーダーなど 推奨年齢：小学5年生～大人 定員：50名程度 所要時間：60～120分 会場：プログラムによる 天候：全天候実施可</p> <p>★このプログラムはスズカトスタッフが指導を行います。参加者の安全管理やケア等は団体様の管理下で行ってください。</p>  	<p>内容</p> <p>団体の指導者やボランティアリーダー等、キャンプや野外活動などでグループを担当する人、引率責任者となる人を対象に行います。</p> <p>危険を回避するためには、事前にどの程度リスクが見込まれるかを想像し、予測しておくことが有効です。このトレーニングでは、実際の状況を想定しながら、そこに見え隠れする危険の芽を見つけるワークショップを行います。</p> <p>・座学「危険予知」とは何か。 ・ワークショップ「危険の芽を探せ」 等</p> <p>※このプログラムを実施する場合は、事前に「ねらい」「内容」「対象年齢」等をご相談ください。その後プログラム内容を決定いたします。</p>	<p>【料金】</p> <p>○指導料 60分/3000円</p> <p>○冷暖房費（総合研修館） 1回/3,100円</p> <p>※空調は、活動時の「暑さ指数」や「寒さ」によってスズカトスタッフが調整します。使用しなかった場合は、お知らせします。</p> <p>【スズカト備品】 プログラムによる</p> 	<p>【参加者服装】</p> <p>・季節に合わせた動きやすく野外活動ができる服装</p> <p>【個人用意備品】</p> <p>・飲み物 ・屋外の場合、帽子 ・総合研修館の場合、室内シューズ ・筆記用具+メモ用紙（A4一枚程度）</p> <p>【団体用意備品】</p> <p>・救急セットなど ・団体に用いる振り返りシートや感想シートなど（必要な場合）</p>
4	<p>野外活動体験研修 (ボランティア・青少年育成)</p> <p>対象：野外活動やキャンプを実施する引率者・ボランティアまたは、野外スキルを身につけたい教員の方など 推奨年齢：高校生～大人 定員：30名程度 所要時間：60～180分 会場：プログラムによる 天候：全天候実施可</p> <p>★このプログラムはセンタースタッフが指導を行います。参加者の安全管理やケア等は団体様の管理下で行ってください。</p>  	<p>内容</p> <p>野外活動の指導や運営、ボランティアに興味がある方、アウトドアをこれから始めたい方を対象にした実践形式の体験研修です。主催事業での活動や指導をスムーズに行えるよう事前に活動内容を体験します。スズカトのボランティアスタッフとして活動できる人材の育成も目指します。</p> <p>※このプログラムを実施する場合は、事前に「ねらい」「内容」「対象年齢」等をご相談ください。その後プログラム内容を決定いたします。</p> 	<p>【料金】</p> <p>○指導料 60分/3000円</p> <p>○冷暖房費（総合研修館） 1回/3,100円</p> <p>※空調は、活動時の「暑さ指数」や「寒さ」によってスズカトスタッフが調整します。使用しなかった場合は、お知らせします。</p> <p>【スズカト備品】 プログラムによる</p>	<p>【参加者服装】</p> <p>・季節に合わせた動きやすく野外活動ができる服装</p> <p>【個人用意備品】</p> <p>・飲み物 ・屋外の場合、帽子 ・総合研修館の場合、室内シューズ ・軍手 ・筆記用具+メモ用紙（A4一枚程度）</p> <p>【団体用意備品】</p> <p>・救急セットなど ・団体に用いる振り返りシートや感想シートなど（必要な場合）</p>

No.	プログラム名	内容	料金/備品	持ち物/服装 等
5	<p>テント設営体験</p> <p>対象：小学3年生～大人 推奨年齢：全対象年齢可 定員：1班 ～5名 25名程度（最大5張） 時間：60分～120分 会場：公園内 天候：雨天不可</p> <p>★このプログラムはセンタースタッフが指導を行います。参加者の安全管理やケア等は団体様の管理下で行ってください。</p>  	<p>内容</p> <p>ドーム型テントを仲間と協力して設営し、テント内の空間を体験します。</p> <p>1人では立てることができないテントを仲間と立てることで、自然と会話が生まれ、団体の研修にも利用できます。</p> <p>組み立てやすいタイプですので、異年齢のグループでも比較的立てやすいものとなっています。</p> <p>※このプログラムを実施する場合は、事前に「ねらい」「内容」「対象年齢」等をご相談ください。その後プログラム内容を決定いたします。</p> 	<p>【料金】</p> <p>○指導料 60分/3000円</p> <p>○テント 300円/1張</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>・テントセット その他プログラムによる</p>	<p>【参加者服装】</p> <p>季節に合わせた動きやすい、 野外活動ができる服装</p> <p>【個人用意備品】</p> <p>・帽子 ・飲み物（多めに） ・季節によって虫よけなど</p> <p>【団体用意備品】</p> <p>・救急セットなど ・団体に用いる振り返りシートや感想シートなど（必要な場合）</p>
6	<p>自然学習 レクリエーション</p> <p>対象：年長～大人 推奨年齢：小学生～大人 定員：1班 ～5名 50名程度（10班） 所要時間：60分～120分 会場：公園内 天候：雨天相談</p> <p>※小雨の場合、雨具持参の団体様は実施可能。</p> <p>★このプログラムはセンタースタッフが指導を行います。参加者の安全管理やケア等は団体様の管理下で行ってください。</p>  	<p>内容</p> <p>人間の持つ感覚をフルに活用し、全身で自然を感じる環境教育プログラムです。</p> <p>アイスブレイクプログラムから始まり、徐々に感覚を研ぎ澄ましていながら、自然と一体になる体験をします。</p> <p>私たちも自然の一部であり、その中で生活していることを体験的に学びます。</p> <p>ゲーム性や自然活動性が高い研修プログラムです。</p> <p>※1グループにつき1個程度、時計をお持ちください。</p> 	<p>【料金】</p> <p>○指導料 60分/3000円</p> <p>【スズカト備品】</p> <p>・バインダー ・えんぴつ その他プログラムによる</p>	<p>【参加者服装】</p> <p>季節に合わせた動きやすい、 野外活動ができる服装</p> <p>【個人用意備品】</p> <p>・帽子 ・飲み物（多めに） ・季節によって虫よけなど ・カッパ（雨天の場合） ・腕時計</p> <p>【団体用意備品】</p> <p>・救急セットなど ・団体に用いる振り返りシートや感想シートなど（必要な場合）</p>  <p>写真：日本シェアリングネイチャー協会</p>

メモ