

体験プログラム

プログラム名	所要時間	プログラム内容
創作プログラム (有料・内容により異なる)	約 1 時間	ふるる函館職員がご案内いたします。先生方はサポートをお願いいたします。 (雨天時プログラム可)
ニュースポーツプログラム (無料)	約 1 時間 ～2 時間	各種ニュースポーツ、レクリエーションのプログラムです。(雨天時プログラム可) ふるる函館職員による導入説明も相談に応じます。 ※詳細は次のページをご覧ください。種目によっては、実施できない場合がございます。
科学実験プログラム (有料・内容により異なる)	約 1 時間	外部講師による科学実験のプログラムです。※詳細は4ページをご覧ください。
妙心寺座禅体験 (大人 1 名300円)	約 1 時間	ふるる函館から徒歩 5 分の場所にある、日蓮宗・臥牛山妙心寺での座禅体験プログラム。 お寺での基本的な修行方法でもある座禅を体験してみよう！お坊さんのお話も聞けます。 ※参加人数により、ふるる函館で体験する場合がございます。
函館公園ウォークラリー (1 冊 50 円)	約 1 時間	国の文化財にも登録されている公園。史跡にあふれ、小さな動物園や函館唯一の乗り物系遊園地もあって、見所がいっぱいです！現存する日本最古の観覧車を探しに行こう！

※各体験プログラムの所要時間は、30 名程の人数を目安に設定しておりますので人数により変動する場合があります。

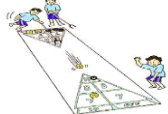
※雨天時のプログラムとして希望される場合は、受け入れ準備の都合上、天気予報をご覧ください**実施前日 17:30 まで**にスケジュールの決定をお願いしております。**ただし、外部の方をお願いしている科学実験プログラムと妙心寺座禅体験は、雨天時変更プログラムとしては実施できません。**

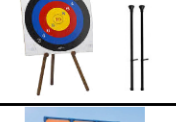
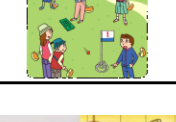
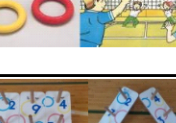
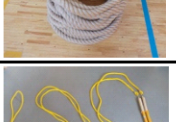
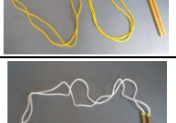
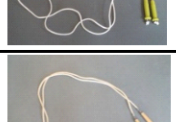
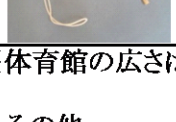
※妙心寺座禅体験は、12 月～2 月まで暖房費がかかります。(1 団体 500 円)

○創作プログラム

	プログラム名	所要時間	プログラム内容
	焼き板クラフトを作ろう！ 200 円・屋内外	約 90 分	角目材を焼いて、たわしで擦り、ボスカで好きなデザインを描いて表札を作ろう！
	フォトフレームを作ろう！ 250 円・屋内	約 60 分	フレームにグルーガンで飾りをつけて 世界にひとつだけのオリジナルフォトフレームを作ろう！
	スノードームを作ろう！(少人数向け) 300 円・屋内	約 60 分	好きなフィギュアを選んで、オリジナルのスノードームを作ろう！クリスマス Ver.以外の作品も可愛く作れます♪
	ブレスレットを作ろう！ 50 円・屋内	約 60 分	カラフルな色で自分だけのブレスレットを編もう！ ずっと身につけて、切れたらいいことがあるかも？
	缶バッジを作ろう！ 100 円・屋内	約 60 分	自分の好きなデザインで缶バッジを作ろう！
	デコパージュ石鹸を作ろう！ 150 円・屋内	約 60 分	ペーパーナプキンに描かれた絵の切り抜きを使って、コーティング剤を塗り重ねてデコパージュ石鹸を作ろう！
	消しゴムハンコを作ろう！ 50 円・屋内	約 60 分	消しゴムを削ってハンコを作ろう！自分の名前やかわいいスタンプなど好きなデザインにしよう！

○ニュースポーツプログラム

	種 目	詳 細	数 量	目 安 時 間	対 象 人 数
	サークルジャンプ	ロープにつながったボールを回し、その中に一人ずつ入りながらジャンプし、記録に挑戦。	1	30分	8人
	キャッチング・ザ・スティック	横一列に並び、リズムに合わせて位置を変えながらスティックを倒さずに何回キャッチ（受け渡し）できるか挑戦。	4 (64本)	30分	10人 (20人)
	ドンパー・リレーⅡ	スティックを持ち、内側を向いて円陣を作り、「ドンドン、パッ」と隣りの人にスティックをリレーし、何回続けてできるかに挑戦。	4 (64本)	30分	8人 (16人)
	グループ・バン・ダンス	長い竹を用いて、3拍子のリズムに合わせてステップし、記録に挑戦。	1	30分	8人
	バンブー・タイムレース	3拍子のリズムに合わせてステップし、2分間で何回飛べるか記録に挑戦。	1	30分	5人
	スポーツチャンバラ	面をつけ、中身が空気のソフト剣で打ち合うチャンバラです。	面10 長剣10 小太刀10	30分 ～1時間	10人
	シャフルボード	ディスクを細い棒で押して得点を競う、陣取りゲームです。	1	30分 ～1時間	2～4人
	ディスクドッジ	ドッジボールの代わりに柔らかいディスクを使って競います。	12	30分	何人でも
	ソフトバレーボール	ゴム製ボールを1チーム4人がバドミントンコートで打ち合うバレーボールです。	子供用2 大人用3	30分 ～1時間	8人
	ミニバレー	ビニール製ボールを1チーム4人がバドミントンコートで打ち合うバレーボールです。（大樹町発祥のニュースポーツ）	3	30分 ～1時間	8人
	インディアカ	羽つきボールをバレーボールの要領で手で打ち合う競技です。	3	30分 ～1時間	8人
	ヘルスバレーボール	直径90cmの楕円形ボールを使ったバレーボール競技です。	4	30分 ～1時間	8～12人
	パラシュート	取手の付いた円形の大きな布を使って遊びます。幼児でも遊べます。	4	30分	6～12人
	エアボール	風船のように浮き上がる空気で膨らませた軽くて大きなボールです。球体、立方体、三角錐状のものがああります。	○2 □3 △3	30分	何人でも

	ペタンク	標的球に自チームのボール6球を投げ、より近いほうが勝利となるゲームです。(屋外用)	4	30分 ～1時間	2～12人
	ニチレクボール	ペタンクの室内版。標的球にどれだけ近づけるかを競うゲームです。	4	30分 ～1時間	2～12人
	カラーリング	ローラーがついた屋内でもできるカーリングです。	1	30分	6人
	フリーブロー	吸盤のついた矢をターゲットに向かって吹くスポーツ吹矢。	1	30分	1～4人
	ディスクゲッター	フライングディスクを使用したストラックアウトです。(屋内外)	1	30分	1人～
	ディスクゴルフ	ゴルフボールの代わりにフライングディスクを使用し、専用ゴールに何投で入れられるかを競うゲームです。(屋内外)	2	30分	1人～
	グラウンド・ゴルフ	専用の用具で簡単に行えるゴルフ競技です。(屋内外)	1	30分 ～1時間	1～6人
	リングテニス	ゴム製のリングをネットを挟んで投げ合うゲームです。	4	30分	2～4人
	わなげ9 & Q	3×3に並べられた輪投げ。 リングは9本あります。	1	30分	1～2人
	綱引き	長さ43.5mのロープ	1	30分	2人～
	大縄	長さ10.1mのロープ	2	30分	3人～
	長縄	長さ5.4mのロープ	4	30分	3人～
	単縄	長さ2.5mのロープ	7	30分	1人

※体育館の広さは26.6m×16.4mで、ミニバスケットボールのコート1面、バドミントンコート3面の大きさです。

○その他

バレー1面、テニス1面、バスケットボール1面、バドミントン3面、ドッジボール1面、卓球4台、得点板3個
フライングディスク、ドッジビー、プーメラン、フリーテニス、竹馬、フラフープ、リレーバトン、はちまき、ビブス、カラーコーン

○科学実験プログラム（外部講師・千賀 慎一先生）

<2020/2/15 改訂>

	プログラム名	付属する物作り	所要時間
1	大道仮説実験「ころりん」 ￥20×人数分 重さや太さや中身の違う円筒形の物はどれが速く転がるかを予想していくうちに運動の原理が見えてくる。	ぴこぴこカプセル(転がる姿がユーモラス)	45 分～1 時間
2	大道仮説実験「しゅぼしゅぼ」 1 実験 ￥300 見えない空気の分子が見えるようになる真空ポンプの実験のいろいろ	なし	45 分～1 時間
3	大道仮説実験「もくもく」 ￥50×人数分 ドライアイスの性質と白煙の正体を、実験によって結果を予想しながらすすめる。	ドライアイスで一気を作るアイスクリーム 30 人前	45 分～1 時間
4	大道仮説実験「どっかーん」 1 実験 ￥2,000 鉄は燃えるか？砂糖は？どうなれば爆発の危険が？の実験	なし	45 分～1 時間
5	大道仮説実験「びりりん」 ￥20×人数分(①②) ￥30×人数(③) 見えない電気が見えてくる。その昔欧米で流行った静電気実験の再現	① 静電気シャワー ② 電気くらげ ③ 静電気モーター	45 分～1 時間
6	電子レンジの世界 1 実験 ￥1,000 いろいろな物を電子レンジに入れて、温まるとは？火花の正体は？など物質の世界を考える実験	なし	45 分～1 時間
7	自由落下(モンキーハンティング) ￥70×人数分 物のいろいろな落ち方を考えながら、百発百中の空中衝突(実演)自然の法則の不思議を科学の方法の一端を紹介	放物運動すだけ	1～1. 5 時間
8	バンジーチャイム(音を出す物) ￥10×人数分 実験を通して音の世界を考える。最後にみんなで演奏会	ストロー笛	45 分～1 時間
9	ドライアイスで遊ぼう ￥40×人数分 ドライアイスを使った実験のいろいろ	ドライアイスで一気を作るアイスクリーム 30 人前	45 分～1 時間
10	ふくらむスライム ￥10×人数分 おなじみのスライムですが膨らますことができるものです。	スライム	45 分
11	北海風(ミニ風) ￥430×人数分 とてもよく揚がる北海風(正方形 梅谷先生創作)の小型版	北海風	1～1. 5 時間
12	紙ブーメラン ￥10×人数分 カンタンに作って飛ばす技術を競う。形のバリエーションも創意して	ブーメラン	45 分
13	折り染め ￥10×人数分 折りたたんだ和紙の角や辺を染めて広げると意外な模様が…	折り染め	45 分～1 時間

※「大道仮説実験」は NPO 法人「楽知ん研究所」のプログラムです。問題(実験)の結果を予想しながら楽しく進めていくうちに、本格的な科学への入門のその入口に達することができるように考えられたものです。

※3, 9のアイスクリーム作りについては要相談

～キャンプファイヤー・キャンドルファイヤーについて～

以下プログラムについては、貸出のみとしております。実施の流れは各団体にお任せとなります。

火気に十分お気をつけてお楽しみください。

キャンプファイヤー用具一式

＜ふるるでご用意できるもの＞

焚き火台	1
	無 料



シャベル	1
消化器	2
消火用水バケツ	3
松明棒	5
灯油	1
火バサミ	2
ほうき	1
チャッカマン	1
古新聞紙	1
薪	1コンテナ
	1,000 円



＊放送機器類

キャンドルファイヤー用具一式

＜ふるるでご用意できるもの＞

燭台(大型・貸出)	110円
燭台(点火用・大)	無料
燭台(点火用・小)	無料
ろうそく(大)	110円
ろうそく(小)	10円



＊貸出用大型燭台に残っている大ろうそくはそのままお使いいただけます。不足分のみ購入していただければと思います。

＊小ろうそくは人数分ご用意ください。