

2025 年 3 月 改訂

白河市内に通じる堀川・谷津田川上流の自然を感じながら森の中を歩く体験です。
「流れる水のはたらき」の学習と関連付け、冷涼な沢の流れを楽しむことができます。

ショートコース 約 3 時間
緑→茶→赤→水色→黒→紫→緑

展開例

1. 集合し、点呼を行う。
2. 活動のしかたについて説明する。
①コース ②活動内容と方法
③留意事項・安全指導
3. 指導者が先導して出発する。

留意点

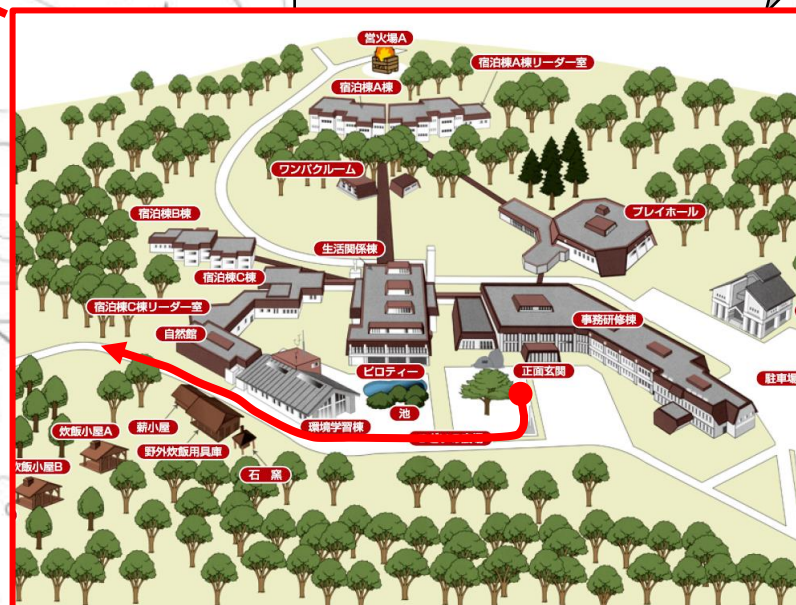
1. 安全対策を十分にするため、事前にコースを踏査しておく。
2. 裏面の写真を参考に迷わないよう危険箇所を協議しておく。
3. 参加者の実態を考慮して、活動内容を工夫する。
4. 水分補給等の熱中症対策を十分に行う。
5. 必要に応じてトランシーバーで安全管理ができるようにする。

青少年自然の家

なすかしの森トレッキング

水色が実際に沢の脇を通るコース

⑧ポイントが沢に実際に入れる場所



拡大図

沢コース 約 3 時間 30 分
緑→茶→赤→水色→紫→緑

浸食・運搬・堆積
観察学習ポイント

