

子どものための自然体験プログラム

2026年度 年間スケジュール

2026.4 ~ 2027.3

おかげさまで50周年



自然の中で  
ワンパクで  
たくましい  
子どもを育てます



伊豆大島キャンプ

### 野外教育事業所 ワンパク大学とは

1977年に伊豆七島三宅島の観光施設「人間牧場」で発足した団体です。当時、都会のもやしっ子という言葉がはやり、テレビのコマーシャルでは「ワンパクでもいい。たくましく育ててほしい」というキャッチフレーズが使われていた時代でした。四季の自然の中で「新しい発見・大きな感動」を求め、現在は、東京都新宿区に拠点をおき、幼児から大人を対象に、年間を通した自然体験活動の企画運営を行っている都市型の自然学校です。「大学」と名付けたのは、様々な年代の人が共に学び、共に成長をする場という思いが込められています。

### ワンパク大学が大切にしている3つの 新しい発見 大きな感動とは？

**自分**

自分の新しい力を発見  
自信を持って成長する

**ひと**

異年齢集団で活動し、  
人とのふれあいに感動

**自然**

人も自然の一部であることを認識し、自然の  
素晴らしさを発見し感動する活動を体験する

野外教育事業所  
ワンパク大学



ホームページ



Instagram

# あそびむし探検隊



幼少期に とにかく  
たくさんの体験を！

幼児(年中～年長)を対象とした自然体験です。

親元を離れて、班のお友だちと活動します。

日常、家庭や幼稚園や保育園ではやらない、体験を通して感性を育みます。

四季の自然の中で、色々なフィールドに出かけていき、バーチャルではなく実際に

「五感」を使って体験することで、自然の不思議さ、おもしろさを感じます。

「センス・オブ・ワンダー」を大切に活動します。



## ★いろいろな自然のフィールドを探検！！



水が湧き出ている川の探検



ナマコみつけた！

磯の探検 ナマコ発見



あなが  
つながってる！

森の中でもぐらの穴掘り



土手をすべる！！



やった！  
大きいいちご  
みつけた！

大きなイチゴをみつけたよ



つながったよ～

砂浜の探検 トンネルできた！

## ★ドキドキ！ワクワク！ はじめて挑戦する自然体験

はっけよい のこった！



子どもVSおとなのすもう大会

おいも できたよ～



土に触れる収穫体験



年長は10キロ完歩！



だいふ火に慣れてきました！

## ★バーチャルではない「実体験」は五感を使う！



落ち葉の山にジャンプ！



手裏剣の忍者修行中！



焚き火にあたりながら団子を焼く



動物の頭蓋骨を見てみる！  
動物園の探検

# あそびむし探検隊の月例活動 対象：幼児（年中・年長）

4月26日(日)	最初の探検だ！全員集合	光が丘公園	原っぱや森の探検です。新しいお友だちと出会い、探検がはじまり、大人とのすもうもします。
5月17日(日)	川の探検	東久留米市	川底から水が湧いているきれいな川に入って遊びます。タイヤチューブが人気！
6月14日(日)	磯の探検	三浦半島	潮だまりにはカニ、ヤドカリ、ウニがいっぱい。海の生き物とのふれあい体験。
6月28日(日)	砂浜の探検	大田区	たっぷりの砂浜の砂を使って、砂山を作ったり、穴を掘ったり。砂の特性を知ります。
7月12日(日)	火の探検	近郊	色々な物を燃やしてみます。裸火を間近にみる体験です。
9月13日(日)	落花生&さつまいもほり	川崎	秋の収穫体験。土に触れ、作物が育てられている様子を見てみます。
10月25日(日)	忍者修行	光が丘公園	忍者修行として、とことん運動遊びの体験。森の中で忍者になりきって遊びます。
11月15日(日)	動物園の探検	多摩動物公園	じっくりと動物を観察します。動物解説員の方のお話も聞いて、興味深々。
12月13日(日)	落ち葉でクリスマスパーティー	光が丘公園	この季節にしかできない落ち葉遊びに挑戦。落ち葉の山にジャンプ！
1月17日(日)	土手すべり&たこあげ大会	江戸川	段ボールやシートを使って土手を滑り。凧あげにも挑戦。工夫が楽しい活動です！
2月11日(木・祝)	なぞときチャレンジハイク	東海道	年中は6キロ 年長は10キロをなぞをときながら歩き、ゴールの日本橋をめざします。
2月28日(日)	焚き火でスイーツクッキング	近郊	寒い季節は、焚き火が最高！！焚き火を利用したスイーツクッキングに挑戦。
3月14日(日)	春さがし いちごがり	三浦半島	一足早い春を求めて、バスで三浦半島へ。あま〜い いちごは食べ放題。



## 参加者の声

児童報告書は当日の様子を詳しく知ることができてとても有難いです。家庭で見ている姿とはあまりにも違って、良い意味でビックリすることも多く、成長を感じられて嬉しいです。欲を言えば、たくさん良い点を書いて頂いて有難いので、加えて、当日気になった点やもっとこういう点を気をつけたら等の良い点以外の内容も、あれば遠慮なく教えて頂けると参考になります。親自身の目線の見直しにもなっています。(小2)

毎日ではありませんが、身支度や服の出し入れなどを自分でやるようになりました。(年中)

初めて参加させていただきしっかり最後までできるのか不安もありましたが、お友達との交流の姿や頑張っていたところなど細かく児童報告書に書いていただきよく分かりました。良さを見つけ伸ばしていただいたのだと思います。(小3)

大変よく考えられたプログラムで、夜の振り返りまで含めて子どもがとても楽しんで参加しています。(小1)

キャンプ中の様子をオンラインアルバムで見ることができ、今日の活動の様子や子どもの表情を確認することができて、親元を離れていても安心です。(年長)

非常に貴重な機会を頂いており、有り難いです。何より、子どもが安心して楽しめる環境を作って頂いて有難いです。(年長)

自分で感じた事を話したり、作文を書くことが苦手だったのですが、ワンパクに通うにつれて、徐々に自分の言葉でまとめる力がついてきたようです。(小2)

幼児期から小学校低学年で様々な経験ができたことで、始めてのことに臆することなくチャレンジできるようになったと思います。(小3)

# ワンパククラブ



小中学生を対象とした自然体験です。

日常、家庭や学校ではやらない様々な活動を、班単位で体験します。

バーチャル空間で聞く、読む、見るだけでは本当の理解はできません。

自分自身が「実際に体験して感じる」ことに勝ることはありません。

毎回班編成が変わるので、ワンパククラブで会える友だちが増えていきます。

体験を通して  
たくましく！

## ★『海』につながる自然体験が多い



いちに！ いちに！  
シーカヤックにチャレンジ



鴨川シーワールド・シャチのジャンプ



今 スナメリ 見えたんじゃない？  
えっ！ どこどこ？  
野生のスナメリ(イルカの仲間)をウォッチング



大きなカニがいたよ～！！  
干潟でカニをつかまえた！



ウニが手にくっついた！  
磯の生き物観察！



網についでる海苔ってこんななの？！  
海苔付け体験



湧き水の川で生き物がしがし  
ガサガサ体験中

## ★生き物とのふれあいを通して『いのち』のつながりを感じる



馬小屋のそうじもします！



走るよ～！  
ひとりで 馬を操る！！



ハゼ釣りにチャレンジ



かわい～  
鴨川シーワールド・ベルーガタッチ

## ★実際に自分の五感をつかって体験してみる

### ★班活動を通して仲間と協力

日本橋までがんばって あるくぞー！



長い距離を歩く チャレンジハイク



火おこし中！



高～い！！  
おもしろい！！  
ツリークライミング



そうめん  
まだかな・・・  
そうめんは、自分で作った竹箸で食べる



工夫をして土手を滑る！



ハート形の切り株発見

# フンパククラブの月例活動

対象：小学生・中学生

4月26日(日)	森のスタンプラリー	光が丘公園	新しい仲間と公園の中を探検しながら、ポイントをまわりスタンプをゲット。
5月17日(日)	湧き水の川で生き物さがし	東久留米市	川底から水が湧き出ている川で、ガサガサを体験。生き物を探します。
5月31日(日)	日帰り乗馬①	御殿場	乗馬だけではなく、馬小屋のそうじやエサ作りもします。
6月14日(日)	磯の生き物観察	三浦半島	天然記念物に指定されている磯で生き物の観察。沢山の生き物との出会い！
6月21日(日)	日帰り乗馬②	御殿場	馬場から出て、森の中や田んぼの横を馬に乗って歩きます。
6月28日(日)	干潟の生き物観察	多摩川	羽田空港近く。潮の満ち引きによって現れる生き物とは？
7月12日(日)	めざせ！キャンプの達人	近郊	まきを燃やしてカレーライスを作ったりテントのたて方をマスターしよう。
9月13日(日)	竹のおはしづくり&流しそうめん	近郊	ナイフを使って自分だけの竹のお箸を作り、流しそうめんを食べます。
9月27日(日)	日帰り乗馬③	御殿場	1人で、馬をコントロールできるようにがんばりましょう。
10月3日(土) ～4日(日)	野生のスナメリ ウォッチング & 銚子のジオサイト見学	千葉県 銚子	「スナメリ」はイルカの仲間。泳いでいるスナメリを船に乗って見に行こう！恐竜がいた時代よりも前の地層も見よう。
10月18日(日)	ハゼ釣りにチャレンジ	大田区	お店では売っていない「ハゼ」を釣ってみよう。釣れたハゼを食べてみよう。
10月25日(日)	シーカヤックにチャレンジ	葉山	海面を漕いで進むマリンスポーツ。シーカヤックに挑戦だ！
11月15日(日)	日帰り乗馬④	御殿場	今年度最後の日帰り乗馬です。
11月22日(日)	ツリークライミング	近郊	ロープを使い、自分の力で高い木に登ります。木の上から見る景色は最高！
11月28日(土) ～29日(日)	鴨川シーワールド 夜の水族館探検	鴨川シーワールド	水族館の生き物の昼と夜の違いを発見します。シャチのパフォーマンスは必見！
12月13日(日)	自分たちで とことん火を燃やそう	近郊	子どもたちだけで火を燃やすチャレンジ
1月17日(日)	めざせ！昔遊びの達人	江戸川	土手すべり、こま回し、竹馬、Sケンなど昔の遊びを楽しみます。
1月30日(土) ～31日(日)	チャレンジハイク Aコース (中学生以上)	東海道	昔の街道を歩き、ゴールは日本橋。中1は45キロ 中2以上は50キロ
2月11日(木・祝)	チャレンジハイクBコース (小1～小2)	東海道	昔の街道を歩き、ゴールは日本橋。小1は15キロ 小2は20キロ
2月13日(土) ～14日(日)	チャレンジハイクCコース (小3～小6)	東海道	小3は25キロ。学年があがるごとに5キロずつ距離が長くなり、小6は40キロ歩きます。
2月20日(土) ～21日(日)	1泊スキーキャンプ (検定がレッド以上)	長野の予定	冬休みと春休みの間に、スキーを楽しみます。2日間たくさん滑ります。
2月28日(日)	火をおこしてピザパーティー	近郊	原始的な火おこしを体験。おこした火で生地から作るピザを食べます。
3月7日(日)	海苔付け体験	大田区	海苔はどのように作られているのかを知り、伝統技術を体験します。
3月14日(日)	春さがし いちごがり	三浦半島	早春の収穫体験。完熟のおいしいいちごをいただきます。



# サマーキャンプ

## ワンパククラブのキャンプ



「島」「山村」「馬」をメインフィールドにキャンプを実施。自然の中での生活で、たくましく大きく成長します！

### 島

三宅島はワンパク大学の発祥の地です。



7月31日(金)夜 ～8月3日(月)	三宅島 火山島キャンプ	三宅島	小1～ 中3	船中1泊・民宿2泊 火山と噴火跡、海を楽しみ 生きている島を実感します
8月13日(木)夜 ～8月20日(木)	大島 アドベンチャーキャンプ	伊豆大島	小3～ 中3	船中1泊・テント6泊 食事は自然薪による自炊 島の色々な所に行きます
8月13日(木)夜 ～8月16日(日)	大島 マリンキャンプ	伊豆大島	小1～ 中3	船中1泊。民宿2泊 毎日違う海で泳ぎます。大 島が好きになるキャンプ
8月16日(日)夜 ～8月20日(木)	大島 チャレンジキャンプ	伊豆大島	小2～ 中3	船中1泊・テント3泊 キャンプ生活と海の両方を 楽しむよければりなキャンプ



スノーケリングも上達します



透明度が高い海！



森の中の生活



枝を燃やして食事作り



大島への船 さるびあ丸

### 山村



滝に打たれてみる

8月8日(土) ～10日(月)	ワイルド 川遊びキャンプ	檜原村	小1～ 中3	ロッジ2泊 清流で魚を見たり、川でたく ましくワイルドに遊びます。
8月29日(土) ～30日(日)	川遊び 1泊キャンプ	檜原村	小1～ 中3	ロッジ1泊 きれいな川で、色々な川遊び に挑戦します。

### 馬



馬場から外に出ます



8月23日(日) ～25日(火)	乗馬2泊キャンプ	御殿場	小1～ 中3	テント2泊 乗馬だけではなく馬のお世 話も体験。乗馬技術も上達
8月25日(火) ～26日(水)	乗馬1泊キャンプ	御殿場	小1～ 中3	テント1泊 乗馬だけではなく馬のお世 話も体験

## あそびむし探検隊のキャンプ



川を流れていきます

7月24日(金) ～26日(日)	山と川の 探検キャンプ	檜原村	年中～ 年長	ロッジ2泊 きれいな川で遊び、村の探検 もして魚の掴み取りも体験
8月26日(日) ～27日(月)	あそびむし 乗馬キャンプ	御殿場	年中～ 年長	テント1泊 馬に乗って富士山のふもとを 歩きます。テント泊も楽しい
8月29日(土) ～30日(日)	川の探検キャンプ	檜原村	年中～ 年長	ロッジ1泊 きれいな川でとことん川遊 び、キャンプファイヤーも！

# スノーキャンプ

## ワンパククラブのスノーキャンプ



### ワンパクスキーキャンプの特徴



スキーが初めてでも大丈夫



レッスンはレベル別クラス



スキー検定に挑戦中



雪の中のキャンプファイヤー

12月26日(土) ～29日(火)	冬休み ワンパクスキーキャンプ	長野県 木島平	小1～ 中3	スキー初心者も参加できます。スキー検定が魅力
1月5日(火) ～7日(木)	妙高 はじめてのスキーキャンプ	新潟県 妙高	小1～ 小3	スキーがまったく初めての方を対象としたキャンプ
1月5日(火) ～7日(木)	妙高 雪遊びキャンプ	新潟県 妙高	小1～ 小3	スキーはしません。とことん雪遊びを楽しみます
3月26日(金) ～29日(月)	春休み ワンパクスキーキャンプ	長野県 木島平	小1～ 中3	スキー初心者も参加できます。スキー検定が魅力



トンネル開通



かまくらの完成

## あそびむし探検隊のスノーキャンプ



1月5日(火) ～1月7日(木)	妙高 はじめてのスキーキャンプ	新潟県 妙高	年長	スキーがまったく初めての方を対象としたキャンプ
1月5日(火) ～1月7日(木)	妙高 雪遊びキャンプ	新潟県 妙高	年中～ 年長	スキーはしません。とことん雪遊びを楽しみます
3月21日(日) ～3月23日(火)	あそびむしスキーキャンプ	長野県 木島平	年中～ 年長	スキー初心者も経験者もスキーを楽しみます。



大人気！人間スタンプ



無理のないレッスン



# ワンパク大学の理念

## ひとづくり

「新しい発見・大きな感動」を体験し「生きる力」を身につけ、個性豊かで生き生きとした「ワンパクなひと」を育てる「ひとづくり」を目指します。

## いのちのつながりの理解

自然体験活動を通して、地球のすべての「いのち」がよりよく関わるために行動していくことを目指しています。

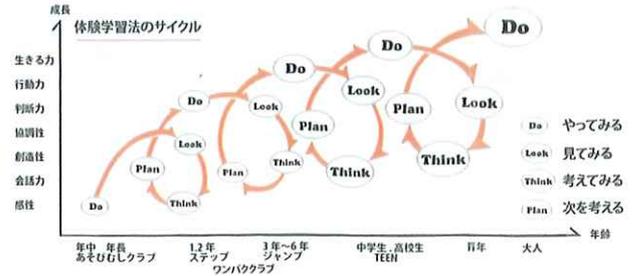
# ワンパク大学の活動の特徴

## 直接体験の重視

「わかっている」「知っている」という知識ではなく「見る 聞く 触れる 嗅ぐ 味わう」という五感を使った直接体験を大切にしています。

## 体験学習法の活用

「やってみる」→「見直す」→「考える」→「次を考える」という体験学習法のサイクルを大切に、体験から学びに繋がっていきます。対象年齢に応じて目標を明確にして体験学習法を活用して、参加者が自らの体験から気づきを共有し、考えて新たな行動を起こし、更なる成長を目指します。



## ワンパク大学がめざすワンパクな子ども、ひととは？

- ・夢を語り、夢を持ち続ける子ども
- ・心も体もたくましい子ども
- ・五感を使い、身近な自然に気づく子ども
- ・コミュニケーション能力のある子ども
- ・自分から気づき、考え、行動ができる子ども
- ・一生懸命が好きな子ども

## ワンパク大学のちがい

ワンパクのちがいは、すべての活動において生活の指針となる約束事です。

- 一、自分のことは自分でする
- 一、最後までやりぬく
- 一、友だちは大切に作る
- 一、あいさつは大きな声でする
- 一、絶対に泣かない
- 一、約束を守る

# 活動に同行するカウンセラーについて

子どもたちと一緒に活動するカウンセラーは、大学生や社会人で構成されております。先生ではなく、子ども達にとって良き相談相手お兄さんお姉さんです。班に付く班付カウンセラーのほかにスタッフがおり、平均するとワンパククラブでは子ども3～4人に1人あそびむし探検隊では子ども2～3人に1人の割合で大人が引率します。

以下のトレーニングを受けた者が担当いたします。

- ・安全管理研修 救急法講習の受講
- ・事前の下見、実習の実施
- ・参加者の理解 子どもに寄り添う
- ・チームでの活動体制

# お申込みの前にご相談ください

日帰り活動も宿泊活動も、少人数のグループでの活動となります。集団での活動が基本となります。

お子様の身体的な面でのご相談。発達における行動面でのご相談を承ります。どのようにサポートできるか、活動に参加する前にご相談の機会を設けたいと思います。

また、食物アレルギーをはじめ各種アレルギーのある方も、活動にお申込みをする前にご相談ください。

# 今年はワンパク大学創設50周年を迎えます

50年前に、三宅島の人間牧場という観光牧場で、都会の子どもたちを対象にサマーキャンプを実施したのが、スタートでした。その後、年間の活動に移行していきました。都会の子どもにもっと自然の中での体験が必要と考えたわけですが、自然体験に限らず、疑似的体験ではなく、五感を使った、「直接体験」の重要性が取り上げられるようになりました。ワンパク大学では、保育園、幼稚園、学校ではできない様々な「体験」を様々なフィールドで1年間を通じて、提供していきます。多くの子どもたちのご参加をお待ちしております。

代表 三好 利和 (ドン・ガバチョ)



当団体は一般社団法人日本アウトドアネットワークのアウトドア事業者安全評価認証制度によって「セーフティーアウトドア事業者」に認証されています。



当団体はNPO法人自然体験活動推進協議会が事務局を務めるSAFETYOUTDOOR キャンペーンに参加しています。



当団体はSDGs(持続可能な開発目標)に参加しています。SDGsは2015年9月、ニューヨーク国連本部において193の加盟国に全会一致で採択された国際目標です。

# お問い合わせ (企画・運営)

野外教育事業所 ワンパク大学

〒161-0031 東京都新宿区西落合1-25-17-101

TEL:03-5906-5491 FAX:03-5906-5492

e-mail: info@wanpakudaigaku.jp

# お申込み (旅行企画・実施)

(株)ハロートラベル ワンパク大学予約センター

〒161-0032 東京都新宿区中落合4-26-16 桂13号

TEL:03-5906-5490 e-mail: info@wanpakudaigaku.jp

東京都知事登録旅行業第2-2884号

(一社) 全国旅行業協会正会員 旅行業務取扱管理者 三好利和