

テーマ 07

教科とのかかわり  
理科・保健体育



# 青森の雪とふれあい 冬を楽しむ



- 学習のねらいとその効果
- ① フィールドワークを通して冬の自然を観察する。
  - ② 雪とふれあい雪と親しむ中で、冬の自然を学ぶ。
  - ③ 五感を解放して冬の自然の美しさを体感する。
  - ④ 自然の美しさや不思議にふれることにより、豊かな感性や自然に対する優しさ、命を大切に思う心を育む。
  - ⑤ スキーの技術を習得して技能を高め、体力を育成する。



## 雪の白神山地を楽しみながら 自然と命の尊さを肌で感じる

真っ白な雪に覆われる冬の白神山地。広大な森に広がるブナをはじめとする木々は、すっかり葉を落とし、緑深い夏の表情とは一変し、静寂に包まれた白い世界が広がります。そこには雪に覆われながらも命を育む動物や植物の存在を、しっかりと感じることができます。

雪の山を歩くには、かんじきが最適。または西洋かんじきのスノーシューを履いて、ブナ林の散策やアニマルトラッキングに出掛けてみましょう。カモシカや野ウサギなど、動物たちがエサを求めて歩いた足跡を見つけることができます。動物たちの足跡は、雪山での行動パターンや生活の様子を知る手がかりとなります。

なかなか自然とふれあう機会が少ない今の時代、冬の白神山地は自然の素晴らしさを感じ、生命の尊さを学ぶ最高の舞台となります。  
※アニマルトラッキング…雪の上の動物たちの足跡から、何の動物か、何をしていたのかを追跡すること。

## ウィンタースポーツのメッカ 初心者でも気軽にスキー体験

本州の最北端に位置する青森は、日本海側の津軽地方を中心に春先までウィンタースポーツを楽しめるスキー場が点在。アルペンやクロスカントリーなど、これまでに多数の名選手を輩出しているスキー王国としても知られています。

上級者向けだけではなく、初心者向けのスキー場もあるので、これまでにスキーをしたことがないという子供たちでも大丈夫。基礎からしっかりと学べます。青森県内にある様々なスキー場では、インストラクターが、それぞれのレベルに合わせた丁寧な指導を行っています。

普段、雪遊びをする機会の少ない地域の子供たちにとって、雪国でスキーを学び、雪に親しむことは、思い出深い体験となることでしょう。



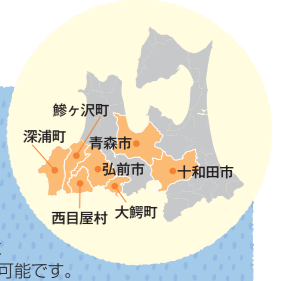
## 体験プランの一例

深い雪で覆われる厳冬の白神山地。解説員(ガイド)とともにブナの森を歩き、白神山地の冬を体験します。



服装の注意：  
帽子・耳当て・手袋・防寒用ジャンパー・防水のスポン・厚手の靴下・防水防寒の靴、又は冬用の長靴が必要。かんじき・スノーシューは現地で準備。

県内各地で展開されているスキー教室では、初めてスキーを体験する人からテクニカルに滑りたい人まで、どんなレベルの人でも対応可能です。



### 冬の白神山地体験(2時間～)

西目屋村での「スノートレッキング」、鯉ヶ沢町での「岩木山・スノートレッキング」、深浦町での「十二湖スノーハイク」など、様々なコースや体験内容が準備されています。

#### ①コースの説明・かんじきやスノーシューの装着指導(約20分)

同行する解説員(ガイド)からコースについての説明を受け、靴や長靴の上からかんじき、または適応荷重にあったスノーシューを装着



#### ②雪原・雪山体験(90分～)

解説員(ガイド)の案内で雪の上を歩きながら自然を観察、五感で冬の魅力を体感



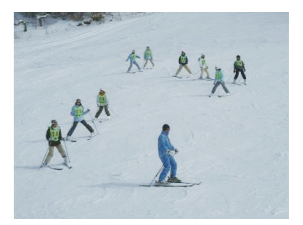
### スキー教室(時間は学校側の要望に応じます)県内各スキー場

#### ①クラス分け

準備体操の後、これまでのスキー経験やレベルによるクラス分け

#### ②スキー講習

ブルークローゲン(曲がる・止まる)、パラレルターン(平行のまま滑る)、ウェーデルン(小回り)など、技術の向上を目標とするクラス分けのレッスンを受講



## おもな体験内容とお問い合わせ先、アクセスなど詳細情報

### スノートレッキング(西目屋村) 中高

お問合せ先【受付窓口】 ①4月下旬～11月上旬  
アクアグリーンビルディングANMON  
☎0172-85-3021  
アクセス/JR「弘前駅」より直通バスで約90分  
【受付窓口】 ②11月上旬～4月下旬  
ブナの里 白神館  
☎0172-85-3011  
アクセス/JR「弘前駅」から車で約30分

世界自然遺産「白神山地」の純白な大自然の中をスノーシューを履いてブナ林等の新雪をゆっくりと歩き、冬ならではの体験をお楽しみ出来ます。  
※昼食に関しては事前にご相談下さい。 ※保険に加入

受入期間	体験可能時間	体験人数	料金
1月～3月(要問合せ)	2時間～(応相談)	最大30名(解説員1名につき10名)	団体の場合、要相談(散策ガイド料、保険料、スノーシューレンタル含む)

### 十二湖スノーハイク(深浦町) 中高

お問合せ先【受付窓口】アオーネ白神十二湖 ☎0173-77-3311  
アクセス/JR「十二湖駅」から車で約5分  
冬でも凍ることのない「青池」をはじめとする十二湖や、深い雪の中で野ウサギやカモシカなどの足跡を観察することもできます。  
※1グループに1名のガイドがつきます。

受入期間	体験可能時間	体験人数	料金
1月～3月(要問合せ)	8:30～15:30(3時間)	最大10名(5名で1グループ)	ガイド1名につき13,200円(長靴、かんじき、保険料含む)

### スキー教室 小中高

- モヤヒルズ ☎017-764-1110 P43参照
- 奥入瀬渓流温泉スキー場 ☎0176-74-2008 P53参照
- 大鱈温泉スキー場 ☎0172-49-1023 P48参照