

キャンプハンドブック

はじめて体験1泊キャンプ

目的

- ・お友だちやリーダーと楽しく過ごす。
- ・『はじめて』のことにもチャレンジし「できた!」を増やそう。
- ・自分のことは自分でしよう。

実施内容

期 間	2024 年 7 月 28 日（日）～7 月 29 日（月）
活 動 地	（名称）YMCA 阿蘇キャンプ （住所）熊本県阿蘇市車帰 358 （電話）0967-35-0124
集 合	7 月 28 日（日） 8：15 熊本駅新幹線口 ＊おてもやん像前
解 散	7 月 29 日（月） 16：00 ながみねファミリーセンター

引率体制

ディレクター

本田 奈緒子（キンギョリーダー）

プログラムディレクター

下田 奈央子（うさぎリーダー）

グループリーダー

数名を予定

ご不明な点がございましたら、

むさしグローバルコミュニティセンター 096-353-6391 【ナビ:4】

（下田）までご連絡をお願いします。

健康チェック 記入欄

参加の皆様には、当日朝の検温及び健康チェックをお願いいたします。

ふりがな		平熱 . °C
氏 名		

日付	検 温 (朝)	保護者印	確認欄
7/28	. °C		

熊本 YMCA 様		
下記の通り与薬を依頼し、与薬の責任は保護者と致します。 20__年__月__日		
参加者氏名_____ 保護者氏名_____ 印		
内服薬	種類	風邪薬__種類 症状_____ 抗生物質__種類 症状_____ その他 (
	投薬時間	起床後・朝食後・昼食後・夕食後・入浴後・就寝前・その他 (
	与薬方法	そのまま飲む・水で飲む・その他 (
外用薬	種類	ぬり薬__種類 症状_____ はり薬__種類 症状_____ 目薬__種類 症状_____ その他_____
	投薬時間	起床後・朝食後・昼食後・夕食後・入浴後・就寝前・その他 (
	箇所・方法	() に塗る・() に貼る・その他 (
病院 (薬局) 名・電話番号 TEL — —		
その他にスタッフ・リーダーが注意すべき点がありましたら、ご記入下さい。		

スケジュール

	にちめ 1日目	にちめ 2日目
ごぜん 午前	くまもとえき 8：15 集合 熊本駅 はつかいしき 発会式：リーダー紹介 開所式 あそ 阿蘇キャンプ到着 開所式 キャンプ場を探検しよう！	きしょう 起床 あさ 朝の集い つか 使った場所の掃除 にもつ 荷物の整理 みずでっぼう 水鉄砲づくり
ごご 午後	ちゅうしょく 昼食 みずあそ 水遊び グループタイム タベの集い	ちゅうしょく 昼食 キャンプの振り返りとサイン会 グループタイム へいしょしき 閉所式、キャンプ場出発 ながみねファミリーセンター到着 かいさんしき 解散式
よる 夜	ナイトプログラム にゅうよく 入浴（お風呂タイム） 1日の振り返り しゅうしん 就寝（おやすみなさい）	

※ 天候等諸状況により内容・日付・時間を変更することがあります。予めご了承下さい。

※ 変更の際は前日または前々日にお電話にてご連絡を致します。

持ち物

〈集合時の服装〉

☐下着 ☐T シャツ ☐長ズボンもしくは半ズボン (スカート不可) ☐つば付き帽子 ☐履きなれた運動靴

- | | | |
|---------------------------------------|---|-----------------------------------|
| ☐ 荷物用リュックサック | 下記のものが全て入る大きめのもの。 | |
| ☐ キャンプハンドブック | 健康チェック記入欄に体温のご記入をお願いします。キャンプ日記を使用いたします。 | |
| ☐ おべんとう | 1日目の昼食です。保冷剤・容器等は捨てられるものでお願いします。 | |
| ☐ すいとう (堤げ紐つき) | 中身はお茶かお水をお願いします。キャンプ場で適宜洗浄、補給します。 | |
| ☐ ハンカチ | ハンドタオルでも構いません。 | |
| ☐ ポケットティッシュ | スタッフも携行しますので1つで結構です。 | |
| ☐ 活動用リュックサック | レインウェアと水筒が入る容量で、ベルトが紐状ではないもの。 | |
| ☐ Tシャツの替え2組 | 分かりやすいよう、2日目用と予備セットをビニール袋に分けて入れて下さい。 | |
| ☐ したぎの替え2組 | | |
| ☐ くつしたの替え2組 | | |
| ☐ ズボンの替え2組 | | |
| ☐ サンドルかぬれてもいい靴 | かかとのついているもの。水遊びで使用します。 | } タオルも含め、1つにまとめて
ビニールに入れてください。 |
| ☐ ぬれてもいいようふく | 水遊びで着用します。 | |
| ☐ 水着 | 水遊びで着用します。 | |
| ☐ ながそで、ながズボン | 綿素材のものが好ましいです。キャンプファイヤーで使用します。 | |
| ☐ ぐんて | お子さまの手に合うサイズのものをご用意ください。 | |
| ☐ パジャマ (寝巻) | 普段使用しているもので結構です。 | |
| ☐ タオル4枚 | お風呂・洗面・水遊び・雨天時に使います。 | |
| ☐ はぶらし・コップ | シャンプー・石鹸はいりません。 | |
| ☐ あまぐ | レインコートもしくはポンチョをご用意ください。傘は不要です。 | |
| ☐ ひっきようぐ | 日記を書きますので、鉛筆・色鉛筆をご用意ください。 | |
| ☐ ビニール袋(大) 1枚 | 使用した服、濡れたタオルなどをまとめて入れます。 | |
| ☐ ビニール袋(中) 1枚 | 予備 | |
| ☐ ※くすり | 詳細を健康チェック記入欄に記入し出発時に直接リーダーにお渡しください。 | |
| ☐ ※その他必要なもの | 日焼け止め、虫よけなどお子さまに必要なもの | |

- ①持ち物や衣服はなるべく普段から使用しているもので、必ず名前の記入をお願いいたします。特に、下着や靴下などにも記入をお願いいたします。
- ②荷物を詰めるときは本人と保護者と一緒に、どこに何が入っているかを確認しながら準備してください。ビニール袋に分けていれておくとう便利です。
- ③おこづかい、ゲーム、カメラ、携帯電話、おもちゃ、おやつなどは持たせないでください。簡単なおやつはこちらで準備いたします。

キャンプ日記

たのしかったことなどなんでもいいからかいてみよう

() 月 () 日 () 曜日

-
- げんきですか？ (すごくげんき ふつう つかれた)
 - まえのひぐっすりねむれた？ (ねむれた ねむれなかった)
 - でた？ (でた でてない)

サインをもらおう

リーダーからのメッセージ
リーダーより



みつかる。つながる。よくなっていく。

公益財団法人 熊本 YMCA