

キャンプハンドブック

九重登山キャンプ

目 的

- ・ 仲間を知り、自分を知る
- ・ 自然の中で生活することで、人々の営みを省みる
- ・ 地球環境に配慮した活動の考え方を学ぶ

実 施 内 容

期 間	2024年8月19日（月）～22日（木）
活 動 地	YMCA 阿蘇キャンプ 坊ガツルキャンプ場
集 合	熊本駅 おてもやん広場 8：30
解 散	熊本駅 おてもやん広場 17：10

引 率 体 制

ディレクター 伊藤眞太郎（ひげたまごリーダー）

プログラムディレクター 末松 大喜（ヘルメットリーダー）

グループリーダー

ご不明な点がありましたら、

東部グローバルコミュニティプラザまで

電話：096-382-6661 メール：toubu@kumamoto-ymca.org

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
/	. °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

	1 日目	2 日目	3 日目	4 日目
午前	集合：熊本駅 電車移動 赤水駅到着 YMCA 阿蘇キャンプへ オリエンテーション 開所式	起床 朝の集い 朝食 登山口へ移動 牧ノ戸峠登山 口到着 登山開始	起床 朝食 テント撤収 長者原登山口へ	起床 朝の集い 登山振り返り 昼食
午後	昼食 登山ガイダンス① 休憩 登山ガイダンス② 入浴・夕食	久住山登頂 坊ガツルキャ ンプ場到着 休憩 テント設営 温泉 夕食準備 夕食	長者原登山口到着 昼食 YMCA 阿蘇キャン プ場へ 休憩 YMCA 阿蘇キャン プ到着・片付け 入浴	クラフト 閉所式 赤水駅到着 電車移動 熊本駅到着・解散
夜	登山ガイダンス③ 就寝	ふりかえり 就寝	BBQ 就寝	

■ 天候等諸状況により登山スケジュールが変更となる場合があります。予めご了承下さい。

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)

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)

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)

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

[illegible]

- ・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