

キャンプハンドブック

冬のワイルドキャンプ3DAYS！

目的

- 忘れられない冬休みの思い出を作ります。
- 集団生活を通して新しい友だちをつくることを経験し、社会性、協調性を学びます
- 阿蘇の自然に接する機会を通して、自然に対する興味と関心を育てます。

実施内容

| | |
|-----|---|
| 期間 | 2026年1月4日（日）～6日（火）2泊3日 |
| 活動地 | （宿泊）YMCA 阿蘇キャンプ （住所）阿蘇市車帰358 （電話）0967-35-0124 |
| 集合 | 1月4日（日）ながみねファミリーセンター 8:30 |
| 解散 | 1月6日（火）ながみねファミリーセンター 15:45 |

引率体制

ディレクター 堤 雄一郎（くろちゃんリーダー）
プログラムディレクター 相嶋 千尋（ミントリーダー）
グループリーダー 数名参加します
ご不明な点がありましたら、むさしGCC 353-6391【音声ガイダンス：4】
相嶋（ミントリーダー）までご連絡ください。
※平日：13:00～19:00、土：9:00～18:00

スケジュール

| | にちめ 1日目 | かめ 2日目 | かめ 3日目 |
|-----------|---|---|--|
| ごぜん 午前 | <p>8:30 ながみね FC集合 しゅうごう</p> <p>しゅっぱつしき 出発式</p> <p>あそ 阿蘇キャンプ到着 とうちやく</p> <p>かいしょしき 開所式</p> <p>グループタイム</p> <p>おもしろ自然あそび しぜん</p> | <p>きょう 起床</p> <p>カチカチさんぽ</p> <p>あさ 朝のつどい</p> <p>ちょうしょく 朝食</p> <p>お部屋の片づけ</p> <p>きりたお 切り倒した木でひみつきちを つくろう②</p> | <p>きょう 起床</p> <p>ひでみい 日の出を見に行こう！！</p> <p>あさ 朝のつどい</p> <p>ちょうしょく 朝食</p> <p>お部屋の片づけ</p> <p>おあそじたいかい 大掃除大会</p> <p>おもで 思い出クラフト作り</p> |
| ごご 午後 | <p>ちゅうしょく 昼食・休憩</p> <p>きりたお 切り倒した木でひみつきちを つくろう①</p> <p>ひようまき ～たき火用薪づくり～</p> <p>はんごうすい 飯ごう炊さん (カレー)</p> | <p>ちゅうしょく 昼食・休憩</p> <p>グループ選択活動</p> <p>～なにをするかは お楽しみに～</p> <p>かんせい 完成したひみつきちを まも 守ろう</p> <p>ゆう 夕べのつどい</p> | <p>ちゅうしょく 昼食・休憩</p> <p>グループタイム</p> <p>かいしょしき 閉所式</p> <p>かいさんしき 解散式</p> <p>15:45 ながみね FC 解散 かいさん</p> |
| よる 夜 | <p>ゆうしょく 夕食</p> <p>ほしそらかんさつ 星空観察</p> <p>おふろ お風呂・日記</p> <p>しゅうしん 就寝</p> | <p>ゆうしょく 夕食</p> <p>キャンプファイヤー</p> <p>おふろ お風呂・日記</p> <p>しゅうしん 就寝</p> | |

※ 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 + □長袖シャツ + □防寒着 (フリース、ダウンジャケット等)
□長ズボン + □フリース帽子 (ニット帽) + □履きなれた運動靴 + □マスク (任意)

かつどうよう 活動用リュックサックに入れるもの バスの中や野外活動時に使用します。荷物用とは分けて下さい。

| | |
|--------------|-------------------------------|
| □ お弁当 | 1日目のお昼です。容器は捨てられるものでお願いします。 |
| □ 飲み物 | リュックに入るサイズでお願いします。お水を適宜補給します。 |
| □ 折り畳み傘 | 小さくて軽いものをご用意下さい。 |
| □ 手袋 | 5本の指に分かれているものが良いです。こども用軍手でも可。 |
| □ 小さめのタオル | 活動時、濡れた時等に使用します。小さいもので結構です。 |
| □ 活動用リュックサック | 上記のものが入るもの。 |

にもつよう 荷物用リュックサックに入れるもの バスの荷物室や宿泊する場所に置いておく荷物です。活動用とは分けて下さい。

| | |
|---------------|--|
| □ 下着の替え3組 | パンツと肌着です。入浴の際に持っていきます。予備用を含め3組ご用意ください。 |
| □ 長袖の替え2枚 | 下着の上に着ます。2日目のキャンプファイヤーでも着用します。 |
| □ くつしたの替え3組 | 降雪降雨時に濡れることがあります。予備を含め3組ご用意下さい。 |
| □ 長ズボンの替え2枚 | 怪我防止の為、七分丈（足首までないもの）は不可とさせていただきます。 |
| □ タオル1枚 | お風呂・洗面に使えます。スポーツタオルのサイズが良いでしょう。 |
| □ ※LEDライト | あれば。小さめのもの。夜の活動時に使います。 |
| □ 歯みがきセット | 普段使用しているもの。 |
| □ パジャマ（寝間着） | 普段の寝る時に使用しているもので結構です。 |
| □ ビニール袋（大）1枚 | 汚れた服、濡れたタオルなどをまとめて入れます。1枚で結構です。 |
| □ ビニール袋（中）1枚 | 荷物整理に使えます。1枚で結構です。 |
| □ 筆記用具・ハンドブック | お子様用のハンドブックに日記を書きます。 |
| □ ※くすり | 詳細を出発時調査書に記入し、出発時に保護者様からスタッフにお渡し下さい。 |
| □ 荷物用リュックサック | 上記のものが入る大きめのもの。ボストンバックでも構いません。 |

保護者様へ、持ち物・着替えについて

- ・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。
- 帽子、手袋、下着や靴下などにも記入をお願いいたします。ジップロックに分けて入れると便利です。
- ・荷物は動きやすい活動用と部屋に置いておく荷物用に分けて下さい。
- ・荷物を詰めるときは本人と一緒に、どこに何が入っているかを確認してください。
- ・おこづかい、ゲーム、カメラ、スマホ、おもちゃ、おやつ等、上記以外のものは持たせないで下さい。
- ・ワイルドに過ごすため、服の汚れや破れ等の可能性があります。予めご了承下さい。



みつかる。つながる。よくなっていく。

公益財団法人 熊本 YMCA