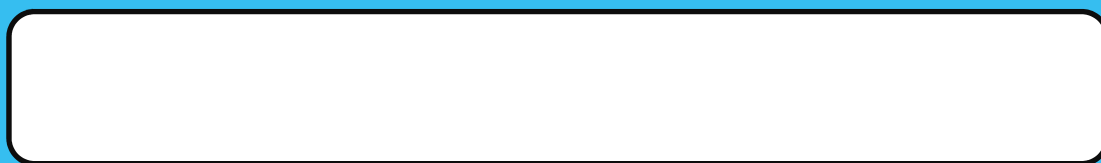


キャンプハンドブック

夏のガールズキャンプ



目的

- 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。
- 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。
- SDGsについて学び、わたしたちにできることを実践します。

実施内容

期 間	8月1日(月)～8月3日(水) *2泊3日
活 動 地	(名称) YMCA 阿蘇キャンプ (住所) 阿蘇市車帰358 (電話) 0967-35-0124
集 合	8/1(月) 熊本駅 新幹線口 (おてもやん像) 9:20 ※電車の時刻がございましたので、時間厳守のご協力をお願いします。
解 散	8/3(水) 熊本駅 新幹線口 (おてもやん像) 16:30

引率体制

ディレクター 上村 文美 (さんぽリーダー)
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 グループ数にあったリーダーが参加します
ご不明な点がございましたら、熊本 YMCA むさしセンター (096-353-6391 ナビ4番)
相嶋までご連絡をお願いします。

新型コロナウイルス（COVID-19）対応について

感染予防対策について

実施のプログラムは、感染症予防対策の観点から、①密閉空間 ②密集場所 ③密接場面の3つの条件が発生しないように努め、検温、手洗い、消毒、換気など、十分な感染症対策を行ったうえ安全で安心な環境を整えて運営を行います。つきましては、ご参加の子どもたちや保護者の皆様には様々な場面でご協力をお願いすることがございます。ご理解、ご協力の程、宜しくお願いいたします。

事前の健康観察についてのお願い

参加の皆様には、6日前から毎朝の検温及び健康チェックと記録を「健康チェック記入欄」に記入をお願いいたします。

尚、以下の症状がある場合は参加を控えて頂きます。参加者本人だけでなく、ご家族・同居者、近い間柄の方の健康に十分ご注意ください。

1. 発熱（37.5度以上）※37.5度に達していなくても平熱より高く、体調不良等を感じる場合については該当します。

2. 倦怠感

3. 呼吸器の症状（息苦しさ）

4. のどの痛み

5. せき

6. 味覚臭覚がない

◆ 家族・同居者等に発熱及び上記に該当する症状がある場合。

◆ 家族・同居人等で感染拡大している地域や国への訪問歴が14日以内にある場合。

◆ 確定症例者との濃厚接触がある場合。

◆ 次の基礎疾患や既往歴のある方は必ず「事前調査書」にご記入下さい。

糖尿病・心不全・呼吸器疾患の基礎疾患・人工透析・免疫抑制剤や抗がん剤等服薬中の方

健康チェック記入欄

ふりがな	
氏名	

平熱	.	°C
----	---	----

日付	検温(朝)	呼吸器症状	味覚臭覚	保護者印	確認欄
7/26	・ °C	なし・咳・咽頭痛・鼻水	あり・なし		
7/27	・ °C	なし・咳・咽頭痛・鼻水	あり・なし		
7/28	・ °C	なし・咳・咽頭痛・鼻水	あり・なし		
7/29	・ °C	なし・咳・咽頭痛・鼻水	あり・なし		
7/30	・ °C	なし・咳・咽頭痛・鼻水	あり・なし		
7/31	・ °C	なし・咳・咽頭痛・鼻水	あり・なし		
8/1 当日	・ °C	なし・咳・咽頭痛・鼻水	あり・なし		

熊本 YMCA 宛	
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	にちめ 3日目
ごぜん 午前	<p>しゅうごう 集合</p> <p>くまもとえき 熊本駅（おてもやん像）9:20</p> <p>しゅつぱつしき 出発式</p> <p>いどう 移動</p> <p>Y M C Aあそきやんぶとうちやく YMCA阿蘇キャンプ到着</p> <p>ちゅうしょく 昼食</p>	<p>きしやう 起床</p> <p>あさ 朝のつどい</p> <p>ちゅうしょく 朝食</p> <p>みんなであそぼう★</p>	<p>きしやう 起床</p> <p>あさ 朝のつどい</p> <p>ちゅうしょく 朝食</p> <p>にもつせいり 荷物整理</p> <p>おそうじ</p>
ごご 午後	<p>かいしよしき 開所式</p> <p>しぜんはっけん 自然発見</p> <p>フィールドトリップ</p> <p>クラフト</p> <p>ゆう 夕べのつどい</p>	<p>ちゅうしょく 昼食</p> <p>キャンプ場</p> <p>70歳のお誕生日★</p> <p>看板づくりをしよう♪</p> <p>グループタイム</p> <p>ゆう 夕べのつどい</p>	<p>ちゅうしょく 昼食</p> <p>サイン会</p> <p>へいしよしき 閉所式</p> <p>YMCAあそきやんぶしゅつぱつ YMCA阿蘇キャンプ出発</p> <p>くまもとえき 熊本駅</p> <p>とうちやく かいさん 到着・解散 16:30</p>
よる 夜	<p>ゆうしょく 夕食</p> <p>グループタイム</p> <p>お風呂</p> <p>日記を書こう</p> <p>しゅうしん 就寝</p>	<p>ゆうしょく 夕食</p> <p>キャンドルナイト</p> <p>お風呂</p> <p>日記を書こう</p> <p>しゅうしん 就寝</p>	

■ スケジュールはあくまでも予定です。天気やその他の理由で変更になる場合があります。

持ち物

<集合時の服装>

□^{したぎ}下着 + □^{はんそで}半袖シャツ + □ズボン + □^{ぼうし}帽子 + □^{はきなれた}履きなれた^{うんどうぐつ}運動靴 + □マスク

活動用ナップサックに入れるもの

<input type="checkbox"/>	おべんとう	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。
<input type="checkbox"/>	水筒	さげひも付きのものをご用意ください。
<input type="checkbox"/>	小さいの汗拭きタオル	活動時、濡れた時等に使用します。小さいもので結構です。

荷物用リュックに入れるもの 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。
リュックがお勧めですがボストンバック等でも構いません。

<input type="checkbox"/>	レインウェア	体のサイズに合うものをご準備ください。ポンチョ型でも上下分かれていてもどちらでも結構です。 ※出発当日曇りだった場合は活動用のナップサックへ入れて下さい。
<input type="checkbox"/>	着替え・ハンカチ 3~4組	必要な方は、多めにご準備ください。スカートではなく、ズボンでお願いします。
<input type="checkbox"/>	下着・靴下 3~4組	必要な方は、多めにご準備ください。靴下はくるぶしが隠れるもの。
<input type="checkbox"/>	長袖・長ズボン 1組	怪我防止や日焼け、虫刺され防止の為。薄手のもので結構です。
<input type="checkbox"/>	タオル3~4枚	お風呂・洗面に使います。スポーツタオルのサイズで結構です。
<input type="checkbox"/>	汚れてもいい服上下	クラフトの時に塗料などがついてもいい服で捨てようとしていたもので結構です。
<input type="checkbox"/>	歯みがきセット	普段使用しているもの。
<input type="checkbox"/>	寝る時の服	活動着・パジャマどちらでも結構です。
<input type="checkbox"/>	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。
<input type="checkbox"/>	ビニール袋(中) 1枚	荷物整理に使います。1枚で結構です。
<input type="checkbox"/>	軍手	クラフトの時に使用します。自分の手に合うものをご準備ください。
<input type="checkbox"/>	虫よけ・日焼け止め	ガスのスプレータイプは避けてください。
<input type="checkbox"/>	マスク	毎日交換します。子ども用使い捨てマスク、予備を含めてご用意下さい。
<input type="checkbox"/>	筆記用具・ハンドブック	えんぴつや色えんぴつ等。日記を書きます
<input type="checkbox"/>	※くすり	詳細を「健康チェック記入欄」の下記に記入し、出発時に保護者様からスタッフにお渡し下さい。

*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、軍手などにも記入をお願いいたします。
*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便利です。
*おこづかい、ゲーム、カメラ、携帯電話、おもちゃ、おやつなどはお持たせにならないでください。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)

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。