

# キャンプハンドブック

クライミングキャンプ

## 目的

- クライミングを通して、楽しさ、達成する喜びを感じよう。
- 豊かな自然の中で、安全に楽しく過ごし、自然に対する興味や関心を高めよう。
- 思いやり・誠実さ・責任感・尊敬心の価値を大切に活動しよう。

## 実施内容

|        |  |
|--------|--|
| 期 間    | 3月29日(月)～3月31日(水) *2泊3日  |
| 宿 泊 地  | (名称) 大牟田市立多目的活動施設リフレスおおむた<br>(住所) 大牟田市大字四ヶ 1221<br>(電話) 0944-58-7777 |
| 集合について | 3/29(月) ながみねファミリーセンター 8:20   |
| 解散について | 3/31(水) ながみねファミリーセンター 16:00  |

\*到着・解散時刻は予定です。(交通事情により遅れる場合がございます)

## 引率体制

ディレクター 藤本 博人 (かんかんリーダー)  
プログラムディレクター 柘崎 翔士 (くじらリーダー)  
リーダー 数名

ご不明な点がございましたら、みなみセンター 096-385-9370 (柘崎<sup>くきざき</sup>)

までご連絡をお願いします。

## 健康チェック記入欄

### 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、3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 |
|----|-------|-------------|-------|------|-----|
| /  | ・ °C  | なし・咳・咽頭痛・鼻水 | あり・なし |      |     |
| /  | ・ °C  | なし・咳・咽頭痛・鼻水 | あり・なし |      |     |
| /  | ・ °C  | なし・咳・咽頭痛・鼻水 | あり・なし |      |     |
| /  | ・ °C  | なし・咳・咽頭痛・鼻水 | あり・なし |      |     |
| /  | ・ °C  | なし・咳・咽頭痛・鼻水 | あり・なし |      |     |
| /  | ・ °C  | なし・咳・咽頭痛・鼻水 | あり・なし |      |     |

|   |   |
|---|---|
| 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_____<br>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   |
|----|---|---|--|
| 午前 | ながみね F センター<br>8:20 集合 8:30 出発<br><br>リフレッシュおおむた到着<br>開所式<br><br>施設探検 | 起床<br>朝の集い<br>朝食<br><br><br>クライミング体験                          | 起床<br>朝の集い<br>朝食<br>お部屋の片づけ<br><br>クライミング体験                    |
| 午後 | 昼食<br><br>クライミングの道具に<br>触れよう<br><br>野外炊飯<br><br>入浴<br><br>就寝          | 昼食<br><br>クラフト<br><br>夕食<br><br>キャンプファイヤー<br><br>入浴<br><br>就寝 | 昼食<br><br>グループタイム<br><br>閉所式<br><br>ながみね F センター<br>16:00 到着、解散 |

- 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

| No | 名称      | 数量 | 備考  |
|----|---------|----|---|
| 1  | 弁当      | 1  | 1日目昼食   |
| 2  | 着替え     | 3組 | 2日目の、3日目の、予備用                                 |
| 3  | 長袖、長ズボン | 1組 | キャンプファイヤーで使用します                               |
| 4  | パジャマ    | 1組 | 部屋着（ジャージやスウェット等）                              |
| 5  | タオル     | 4枚 | 汗拭き用、お風呂用、お風呂後体拭き用                            |
| 6  | 軍手      | 1組 | クラフト等で使用します                                   |
| 7  | 上履き     | 1足 | 日頃学校などで使用されているもので構いません                        |
| 8  | ハンカチ    | 3枚 | 必要に応じて数はお持たせください                              |
| 9  | ティッシュ   | 1つ | 必要に応じて数はお持たせください                              |
| 10 | ビニール袋   | 3枚 | 汚れた服などを入れます                                   |
| 11 | 水筒      | 1つ | 肩から掛けられる物がお勧めです                               |
| 12 | 洗面用具    | 1式 | はみがきセットなど（石鹸やシャンプーは不要です）                      |
| 13 | 筆記用具    | 1式 | 鉛筆、消しゴムなど                                     |
| 14 | 常備薬     |    | 普段からお飲みの薬や酔い止めなど<br>与薬依頼書を添えて出発時にリーダーへご提出ください |
| 15 | 出発時調査書  |    | （兼与薬依頼書） 出発時にリーダーへご提出ください                     |

- 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。

サインをもらおう



みつかる。つながる。よくなっていく。

公益財団法人 熊本 YMCA