

キャンプハンドブック

アウトドアクッキングキャンプ

目 的

- ・ 共同生活を通して、自分とお友達を大切にする心を養う。
- ・ 日頃とは違う生活の中で、様々なことに気づき感謝の気持ちを育む。
- ・ 色々なことにチャレンジし、新しい自分を発見しよう。
- ・ 自然の中での生活を思いっきり楽しもう。

実 施 内 容

期 間	3 月 25 日（木）～3 月 27 日（土） ※2 泊 3 日
活 動 地	（名称）YMCA 阿蘇キャンプ （住所）阿蘇市車帰 3 5 8 （電話）0 9 6 7 - 3 5 - 0 1 2 4
集 合	3 月 25 日（木）南熊本駅
解 散	3 月 27 日（土）南熊本駅

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 松野 利美（クッキーリーダー）

グループリーダー 数名

ご不明な点がございましたら、むさしセンター 096-248-6334（松野）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下さい。

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_____ 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	集合・出発 YMCA 阿蘇キャンプ到着 開所式 キャンプ場探検	起床 朝の集い 朝食 夜市作戦タイム② グループ発表 夜市最終確認	起床 朝の集い 朝食 キャンプ場清掃 お弁当作り
午後	昼食 グループタイム 夕食クッキング	昼食 お買い物へ GO ! 夜市準備クッキング	昼食 片付け 閉所式 YMCA 阿蘇キャンプ場出発
夜	夕食 入浴 夜市作戦タイム① 1 日の振り返り 就寝	クッキング夜市 入浴 1 日の振り返り 就寝	

持 ち 物

No	名称	数量	備考
1	弁当	1 つ	1 日目の昼食
2	水筒	1 つ	肩から掛けられるもの
3	エプロン	1 つ	給食エプロン以外のもの
4	三角巾	1 つ	
5	軍手	1 つ	野外活動用
6	着替え	3 組	2 日目用、3 日目用、予備
7	長袖、長ズボン	1 組	キャンプファイヤー用
8	パジャマ	1 組	部屋着
9	タオル	3 枚	汗拭き、お風呂、活動用
10	ビニール袋	3 枚	汚れたもの用
11	洗面用具	1 式	歯磨きセット含む
12	中履き	1 足	上履き可
13	ハンカチ	3 枚	
14	ティッシュ	1 つ	必要に応じて
15	筆記用具	1 式	キャンプ日記用
16	出発時調査書		
17	常備薬		

- 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。

ご不明な点がございましたら、むさしセンター 096-248-6334（松野）までご連絡をお願いいたします。

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。