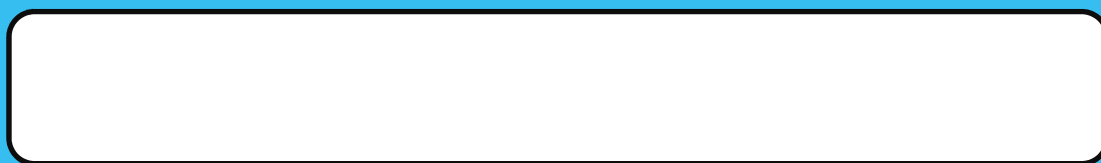


キャンプハンドブック

アウトドアクッキングキャンプ



目的

- 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	3月28日(火)～3月30日(木) *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	3/28(火) 熊本駅前(おてもやん像) 8:30 ※JR 出発 9:11
解 散	3/30(木) みなみセンター 16:30

※電車の時刻がありますので、時間厳守をお願いいたします。

引率体制

ディレクター 福山 裕敏 (げじパパリーダー)

プログラムディレクター 緒方 由美子 (たけのこリーダー)

グループリーダー 数名予定

ご不明な点がございましたら、熊本YMCAながみねファミリーセンター (096-353-6391 ㊦ 3)

緒方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、5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、近し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

<p>ごぜん 午前</p>	<p>しゅうごう 集合 くまもとえきまえ 熊本駅前 8:30 (おてもやん像) しゅっぱつしき 出発式 しゅっぱつ 出発 きゅうしゅうおうだんとつきゅう 九州横断特急 あそぼーい! 9:11発</p>	<p>きしやう 起床 あさ 朝のつどい ちやうしやくじゅんび 朝食準備 ちやうしやく 朝食</p>	<p>きしやう 起床 あさ 朝のつどい ちやうしやく 朝食 DUTY しぜんさんさく 自然散策 あそはる 阿蘇の春をさがそう</p>
<p>ごご 午後</p>	<p>とうちやく 赤水駅到着 しぜんさんさく いどう 自然散策 (移動) あそ YMCA阿蘇キャンプ到着 かいしよしき 開所式 ちゅうしやく 昼食 グループタイム おもいで 思い出のクラフト ゆう 夕べのつどい</p>	<p>ちゅうしやく 昼食 グループタイム 野外調理 ゆう 夕べのつどい</p>	<p>ちゅうしやく 昼食 グループタイム へいしよしき 閉所式 バスで移動 いどう 到着・解散 とうちやく かいさん 到着・解散 みなみセンター 16:30</p>
<p>よる 夜</p>	<p>ゆうしやく 夕食 キャンプファイヤー ふる にっき お風呂・日記 しゅうしん 就寝</p>	<p>ゆうしやく 夕食 (スプリングパーティー) グループタイム ふる にっき お風呂・日記 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。
- みんながしたいことがあったら、リーダーに教えてくださいね。

持ち物

<集合時の服装>

- 下着 + 長袖シャツ + 上着 (ジャンパー、フリース等)
 長ズボン + 帽子 + 履きなれた運動靴 + マスク

活動用リュックサックに入れるもの 移動中や野外活動時に使用します。荷物用とは分けてください。

- おべんとう 1日目のお昼です。容器は捨てられるものをお願いします。
- 水筒 適宜補給します。
- レインウェア上下 降雨時だけでなく、防寒着としても使用します。上下分かれているものをご用意ください。
- 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15ℓ程度の容量のもの。ベルトが紐のものは不可
- ※マスク 4枚 毎日交換します。子ども用使い捨てマスクをご用意ください。

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く荷物です。活動用とは分けてください。

- 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組をご用意ください。
- 長袖の替え2組 下着の上に着ます。
- くつ下の替え3組 予備を含め3組をご用意ください。
- 長ズボンの替え1組 怪我防止のため、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2枚 お風呂・洗面に使います。フェイスタオルのサイズでよいです。
- 長袖・長ズボン(綿素材) 1日目キャンプファイヤー・2日目野外調理時に使用します。
- 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よいです。
- 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 荷物整理に使います。1枚でよいです。
- 軍手 1組 野外調理の時に使います。手のサイズに合った、綿素材で滑り止め無しのもの。
- 空の牛乳パック 1ℓの空の牛乳パックを洗浄し、乾燥させたもの。(切り開かずにご準備ください)
- ※くすり 健康チェック記入欄に記入し、出発時に保護者様からリーダーにお渡しください。
- 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よいです。

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。
- ・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、上記以外の物は持たせないでください。

キャンプ日記

たのしかったことをなんでもかいてみよう！

() 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

たのしかったことをなんでもかいてみよう！

() 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。