

# ナイトハイキング

山形市少年自然の家

## 1. 活動概要

闇夜の中、定められたコースを懐中電灯の光に反射する標識を頼りにハイキングをします。  
夜の自然を肌で感じるとともに、子どもに冒険・挑戦する気持ちを呼び起こさせます。

**ねらい**：聴覚や嗅覚などが鋭くなる感覚を味わいながら、班の仲間との絆を深めるきっかけとなる。

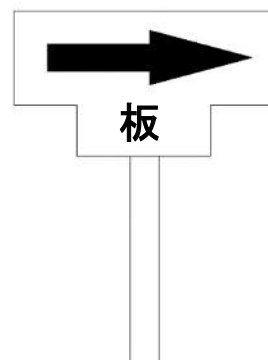
## 2. 活動場所・所要時間 <コースは季節によって変更することがあります>

- ・本館コース (約1.5km・45分～1時間) ※標識の色は『赤』
- ・荒沼コース (約3.0km・1時間～1時間30分) ※標識の色は『青』
- ・板橋沼コース (約3.0km・1時間～1時間30分) ※標識の色は『緑』

※上記の時間は、休憩を入れずに順調に歩いた時の時間です。

※班の数により異なりますが、時間設定を多めにしてください。

夜間ハイキング標識



## 3. 準備

《各自》 懐中電灯 (明るすぎないものをグループで1個)

※グループ内に懐中電灯が多数あると、班がバラバラになる危険性が高まります。

## 4. 活動内容

- ・本館コースは、本館玄関前がスタート・ゴール
- ・荒沼コースは、荒沼キャンプ場がスタート・ゴール
- ・板橋沼コースは、板橋沼キャンプ場がスタート・ゴール
- ・スタートは、班毎に3～4分間隔で出発し、班の数が多いときは2～3班一緒に出発します。

## 5. 実施上の留意点

- ・分岐点には必ず標識があるので、よく探して忠実に進みます。
- ・班員は必ずまとまって行動し、はぐれないように事前指導を徹底します。
- ・道に迷ったら、歩き回らないで前のポイントまで戻ります。
- ・絶対に走らないようにします。
- ・車道を通る場合は、車等に十分注意しましょう。
- ・指導者は、要所に立って、通過した人数を確認します。
- ・夜間は虫に刺される危険が高まります。虫除け対策を十分にしましょう。

