山形市少年自然の家

利用の手引き

自然と友と

［令和６年度版］

所　章（昭和５７年３月１３日制定）

作者：川口祐美子

［構図のねらい］

・地色モスグリーン…豊かな自然の深緑

・上部山形構図…白鷹丘陵の山々と最高峰白鷹山

・下部人像構図…自然に親しむ少年像

目　次

第１章　山形市少年自然の家とは

１．山形市少年自然の家について　……3
２．山形市少年自然の家の運営方針　……3
３．施設案内　……8
４．交通案内　……9
５．利用できる人　……9
６．利用できない日　……9

第２章　利用の手続き

１．利用手続き順序と会計　……10
２．バス等借り上げ代金の助成　……11

第３章　利用に必要な経費

１．自然の家の使用料金　……12
２．食 事 代　……12
３．シーツ洗濯代　……12
４．研修材料費　……12
５．野外活動センター諸経費　……13

第４章　食事について

１．食物アレルギー対応について　……14
２．食材や食料の持ち込みについて　……14
３．食事数変更について　……14
４．「本館 食堂」メニュー表　……15
５．「炊飯」メニュー表　……18
６．「その他の炊飯」メニュー表　……20

第５章　研修プログラムの作成

１．プログラム作成の手順　……21
２．プログラムを作成する上で大切にしたいこと　……21
３．発達段階に応じて大切にしたいこと　……22
４．特色ある研修活動　……23
５．冬期間のプログラム　……23
６．研修プログラムの記入例　……24

第６章　自然の家の活動

１．野外研修活動　及び　屋内研修活動　……26
※詳細については「夏期研修資料」及び「冬期研修資料」参照。
２．クラフト等活動場所一覧　……26
３．貸出用具一覧　……27

第７章　利用前の準備

１．事前指導　……28
２．用意するもの　……28

第８章　自然の家での生活（本館利用）

１．標準生活時間帯　……29
２．入　　所　……29
３．オリエンテーション　……30
４．係　　会　……30
５．食　　事　……30
６．炊　　飯　……31
７．引率代表指導者と職員の打ち合わせ　……31
８．夕べのつどい　……32
９．入　　浴　……32
10. 就寝の準備（ベッドメーキング）　……32
11. 反 省 会　……32
12. 就　　寝　……33
13. 起床・洗面・清掃　……33
14. 朝のつどい　……33
15. 奉仕活動　……33
16. 退所前の準備　……33
17. 退　　所　……34

第９章　本館以外の利用

１．キャンプ場の利用　……35
２．サービスセンターの利用　……35

第 10 章　健康・安全対策

１．健康及び安全の確保　……36
２．野外活動の安全対策　……36
３．熱中症対策　……37
４．冬期間の安全対策　……38
５．事故が起きた場合の救急体制　……38
６．応急処置　……39
７．ＡＥＤ（自動体外式除細動器）の設置場所　……41

資　料

（資料１）　本館案内図　……42
（資料２）　サービスセンター案内図　……42
（資料３）　荒沼キャンプ場　……43
（資料４）　板橋沼キャンプ場　……44
（資料５）　各炊飯棟内（かまど・水道）の配置図　……45
（資料６）　山形市少年自然の家活動広域図　……47

第１章　山形市少年自然の家とは

１　山形市少年自然の家について

山形市少年自然の家は、市政施行 85 周年記念事業として建設計画が決定（昭和 53 年 3 月）され、昭和 54 年 7 月 20 日から研修業務が開始されました。また、平成 8 年 4 月より野外活動センターがオープンし、一般市民も利用できる「生涯学習の場」の機能をもつ施設として整備されました。

施設環境としては「県民の森」の中に位置し、白鷹山（標高 994 ㍍）をシンボルにして大小 13 の湖沼群に囲まれており、春は新緑、夏は冷涼な高原の風情、秋は紅葉、冬は白銀の世界と四季折々の自然に恵まれています。この豊かな環境を利用して、さまざまな研修活動を展開していくことが可能です。

子どもたちは、四季の変化の美しい大自然の中で、学校や家庭では得難い「体験活動」を通し、のびのびと、しかも生き生きとした野外活動や自然散策などの活動を行うことができます。その中で、自然の雄大さや規律・協同・友愛及び奉仕の尊さを体験的に学び、豊かな感性を身につけるとともに、未来に向かう「生きる力」を伸ばすことができると信じています。

２　山形市少年自然の家の運営方針

「山形市教育大綱」及び「山形市教育振興基本計画」に基づき、豊かな自然の中での集団宿泊生活や野外活動を通し、児童生徒及び幼児の心身ともに健全で豊かな人間性の育成を目指します。また、広く市民を対象に「自然と人間の共生」をテーマとし、生涯学習の場として、市民が利用しやすい施設運営を行います。

１　山形市教育振興基本計画における施策の展開

施策の方向1	学校教育の充実
基本施策1	魅力ある学校づくり
施策1-2	価値ある豊かな体験活動の充実
施策の方向2	生涯学習の推進
基本施策6	恵まれた自然環境での体験活動を通した、心身ともに健全で豊かな人づくり
施策6-1	市内小中学生を対象とした自然体験活動を通して生きる力を育む自主事業の実施
施策6-2	広く市民が「自然と人間の共生」について学ぶ環境整備の推進

２．具体的な施策と取組・概要

施策の方向１　学校教育の充実　　基本施策１　魅力ある学校づくり

施策 1-2　価値ある豊かな体験活動の充実

子どもの「社会を生き抜く力」として必要な基礎的な資質・能力を養うため、価値ある豊かな体験活動の充実を図る。

また、自然体験活動を通して、子どもたちが自ら学ぶ態度や社会の変化に対応できる総合的な生きる力が身につくように支援する。

■取組１　発達段階に即した体験活動　【学校教育課】

■取組２　地域や関係機関と連携した体験活動　【学校教育課】

■取組３　少年自然の家における学校教育への支援　【少年自然の家】

⑴　利用する学校の主体的活動に対する支援

少年自然の家での活動は、校内生活ではなかなか経験できない体験が実践できる機会となる。自然に親しむこと、友達と生活を共にすることなど、利用する学校の宿泊学習のねらいが達成されるように活動を支援する立場として、学校のニーズに応じた指導の工夫・改善を行う。

①　研修プログラムへの支援

自然の家周辺の自然環境や施設を生かした研修活動を提供し、子どもにとってゆとりがあり満足感・達成感を得ることができるプログラムを展開できるように支援する。

②　指導者講習会及び事前打合せ会の充実

指導者を対象とした実技研修、リスクマネジメント等の指導者講習会を行うことで、指導への不安解消、危機管理意識を高め、子どもへの指導の充実や事故の予防を徹底する。

事前打合せ会では、各学校のねらいが達成できるプログラムになっているのかを検討し、子どもが主体的・協働的に学ぶことができるゆとりある研修プログラムになるよう助言する。

また、活動場所の確認や実際に活動を行うなど、指導者がより活動の見通しをもって子どもの指導を行っていくことができるように支援し、子どもが自ら学ぶ体験活動を目指す。

③　指導資料の活用と整備

利用する学校が活用しやすいように、活動の目的がわかりやすい指導資料を整備し、ホームページ等を利用して資料や情報の提供を行うことで、研修プログラムの作成や手続き等の更なる利便性の向上を目指す。

④　バス利用への支援

小中学生の自然体験活動を推進し充実させていくために、山形市内の小中学校の利用に対して貸し切りバス代等の助成を行う。

施策の方向 2	生涯学習の推進	基本施策 6	恵まれた自然環境での体験活動を通した、心身ともに健全で豊かな人づくり

施策 6-1

市内小中学生を対象とした自然体験活動を通して生きる力を育む自主事業の実施

豊かな心を育み、安らぎと潤いのある市民生活を支援するため、自然の中での活動やふれあいの場を提供していく。また、環境に関する情報提供を通して、市民が環境について学ぶ場を提供するとともに、次代を担う子どもたちに対する環境学習を実施する。

■取組１　子ども自身による体験学習の場の提供　【少年自然の家】

⑴　年間を通した自然体験宿泊活動（第３８期　少年団）

心身ともにたくましく、自然を愛する子どもを育成するため、「少年団」を結成し、年７回(一泊二日×７回)の継続した活動を行う。プロジェクトアドベンチャー、野外炊飯活動、白鷹山ウォークラリーなど、日常生活では経験できない自然体験活動を行い、自分で生活を創っていくために必要な基本的技能を身につけるとともに、集団生活を通してリーダーとしての資質を高めることも目的とする。

⑵　季節に応じた自然体験宿泊活動

児童生徒を対象に、夏にはテント泊、いかだアドベンチャー、また、冬には門松作り、雪上運動会など、その季節にしかできない自然宿泊体験活動を実施する。季節で変化する自然のすばらしさと厳しさにふれることにより、自然に対する畏敬の念を深めることを目指す。あわせて、初めて出会う仲間と協力することにより、人とのかかわりのよさを再認識することも目的とする。

①　サマーキャンプ・ウィンターキャンプ(各１回)

市内小学４年生から中学生２年生までを対象に、季節に応じ冒険的要素を取り入れた宿泊体験活動を長期休業中に実施する。

②　キッズキャンプ(夏×１回　冬×１回)

自然に対する興味関心を高めるとともに、人とのかかわりのよさを再認識することができるように、市内小学３、４年生を対象にした育成事業を年２回実施する。

■取組２　親子によるふれあいの場の提供の推進　【少年自然の家】

⑴　親子そば打ち道場

自然に親しみながら親子の絆を深めることができるように、自然の家周辺で取れた竹を使ってそば猪口や箸を作ったり、そば打ちを行ったりする。また、そば打ちの講師として地域人材を活用することにより、地域コミュニティの活性化を図る。

⑵　親子ふれあい自然体験(２回)

親子自然散策や焚火での調理などを通して、親子のコミュニケーションの活性化を図り、親子で自然の豊かさを体験する活動を行う。

親子での協働のもと子どもの自立を促すために、保護者へ「見守る姿勢」の重要性も伝えながら、活動を展開する。

■取組３　自然と共生する事業の充実　【少年自然の家】

⑴　野外活動センターにおける野草・昆虫標本・水生生物の展示や標本づくり体験

自然環境に対する認識を深め、環境保全への実践力を高めるため、野草や昆虫等の標本及び水生生物を展示する。また、年間３回にわたって、昆虫標本づくりを体験する「森の昆虫見つけ隊」を実施する。

⑵　施設一般開放

広く市民に自然の家の施設や活動内容について理解してもらい、自然に親しむきっかけとなるよう、施設を市民に開放し、野外活動・創作活動などの機会を提供する。また、野外活動センターにおいての

市民の利活用が促進されるよう広報していく。

⑶　プラネタリウムの一般公開　（３回）

天体への興味や関心を高めるために、市民を対象にしたプラネタリウムの一般公開を行う。

あわせて、プラネタリウム後に実際の星空の観察や天体望遠鏡による観察を行い、星空への関心を更に高める。また、「小さな天文学者の会」と連携し、より専門的な知識を借りながら開催する。

⑷　スキー場の一般開放

スキーやそりすべり、チューブすべりなど、積雪時の自然とのかかわりを体験し、自然環境への理解を深めるため、冬季に野外活動センター前のゲレンデを一般開放する。また、親子一緒の雪遊びを通し、親子の絆を深めるとともに保護者の方には童心に帰る楽しさを味わうことができる場の提供を目指す。

冬季の自然を楽しみ、動物の足跡や植物の冬芽などの環境を観察するため、自然の家周辺を散策するラングラウフスキーの貸出し（小中学生無料）も行う。

施策の方向 2　生涯学習の推進　**基本施策 6**　恵まれた自然環境での体験活動を通した、心身ともに健全で豊かな人づくり

施策 6−2　広く市民が「自然と人間の共生」について学ぶ環境整備の推進

安全・安心な施設の運営を図るとともに、自然環境の保全に配慮しながら施設・設備の活用を図る。

■取組１　各種利用団体への支援　【少年自然の家】

子ども会等、自然の家を利用する各種団体の目的を明確にした体験活動を通して、子どもが自ら学ぶ態度や社会の変化に対応できる総合的な力を身につけることを目指し、活動を支援する立場として研修プログラムへの支援や指導の工夫・改善を行う。

⑴　研修プログラムへの支援

自然の家周辺の自然環境や施設を活かした研修活動を提供し、子どもにとってゆとりがあり満足感・達成感を得ることができるプログラムを展開していくことができるように支援する。

⑵　指導者講習会及び事前打合せ会の充実

指導者を対象とした実技研修、リスクマネジメント等の指導者講習会を行うことで、指導への不安解消、危機管理意識を高め、子どもへの指導の充実や事故の予防を徹底する。

事前打合せ会では、各団体のねらいが達成できるプログラムになっているのかを検討し、子どもが主体的・協働的に学ぶことができるゆとりある研修プログラムになるよう助言する。

また、活動場所の確認や実際に活動を行う等、指導者がより活動の見通しをもって子どもの指導を行っていくことができるように支援し、子どもが自ら学ぶ体験活動を目指す。

⑶　指導資料の活用と整備

利用する団体が活用しやすいように、活動の目的がわかりやすい指導資料を整備し、ホームページ等を利用して資料や情報の提供を行うことで、研修プログラムの作成や手続き等の更なる利便性の向上を目指す。

■取組２　野外活動センターの事業の充実　【少年自然の家】

⑴　環境に関する情報提供

自然保護の意識を高めるために、野山に住む生き物の模型や自然の家周辺の動植物の写真などの掲示等を用いて、環境に関する情報を提供する。また、季節ごとに特徴的な動植物等の展示も行う。

⑵　野外活動の発信及び季節毎の周辺自然観察会・野外活動体験会の実施（4 回）

少年自然の家の野外活動に対する興味や関心を高めるために、ホームページや所報等で情報の発信をする。また、季節に合わせて市民対象の自然観察会（春１回・秋１回・冬１回）と、ラングラウフスキー

体験会(冬１回)を行い、周辺の自然の魅力や野外活動の楽しさを伝えていく。

⑶　市民へのキャンプ入門の場の提供(3 回)

板橋沼キャンプ場の無料提供を実施し、入門期のキャンプ場利用の提供を行う。このことによって、広く市民に自然の家の活動内容や施設の機能の理解を促す。

⑷　相談機能の充実

利用者からの自然の家周辺の自然環境に関する問い合わせや、児童生徒の課題研究への相談に対応するため、野外活動センター職員を対象とした、動植物等の自然環境に関する研修を実施する。

■取組３　社会貢献活動の推進　【少年自然の家】

⑴　ボランティア・社会教育スタッフ育成事業

生涯学習や社会教育に関わる人材を育成するために、大学生(山形大学・東北文教大学・東北芸術工科大学等)を対象にしたボランティアの育成とともに、山形大学・東北芸術工科大学の社会教育実習への協力を行う。

自主事業で行う活動を実際に体験しながら、体験活動を通した子どもの資質・能力や子どもへの指導・支援のポイントについて具体的に学ぶ。

■取組４　施設環境の整備の推進　【少年自然の家】

⑴　施設・設備の改修・安全管理

施設利用者が安心・安全に活動することができるようにするために、定期的な点検を行い、施設・設備の維持・改修・安全管理に努める。

⑵　環境保全

少年自然の家の環境保全とともに、広く市民が環境保全を推進するきっかけをつくるために、コンポストによる生ごみの処理や合成洗剤等の使用制限などを行う。

■取組５　職員研修の充実　【少年自然の家】

⑴　研修スタッフへの計画的な研修

充実した体験学習の推進のため、研修活動を適切に指導・支援することができるよう、研修スタッフ全員を対象にした計画的な職員研修を実施する。また、各事業及び各団体への支援におけるＰＤＣＡ（計画・実施・評価・改善）のサイクルを日常的に行う。

⑵　危機管理及びリスクマネジメント研修の充実

安全管理の徹底とリスクマネジメントの充実を図るために、危機管理マニュアルの見直しや避難訓練、救急蘇生講習会の継続的な実施を行う。

⑶　積極的なモニター事業の実施と次年度への反映

新たな事業の運営・実施につながるようなモニター事業を積極的に実施し、次年度以降の主催事業へとつなげていくことができるようにする。

■取組６　課題等の検討　【教育企画課・少年自然の家】

⑴　山形市小年自然の家の今後のあり方の検討

令和５年度に定めた「山形市少年自然の家の今後のあり方」に基づき、学校教育を支援する機能を継続しつつも、教育施設という現在の施設の位置付けを見直し、子どもから大人まで、障がい者も高齢者も、幅広い層が、施設や自然環境をはじめ、地域資源の魅力を様々な用途で楽しむことができる、持続可能な施設へと転換していくことを目指し、今後、基本構想を策定する中で、公民連携も含めて具体的な事業手法の検討を行う。

3　施設案内

山形市少年自然の家は、大きく２つの機能をもっており、小・中学校や子ども会などの団体利用と、市民の方々の個人利用に対応しています。団体利用の場合は、すべての施設を利用できますが、個人利用の場合は一部施設（本館宿泊棟施設、荒沼キャンプ場施設）の利用ができません。

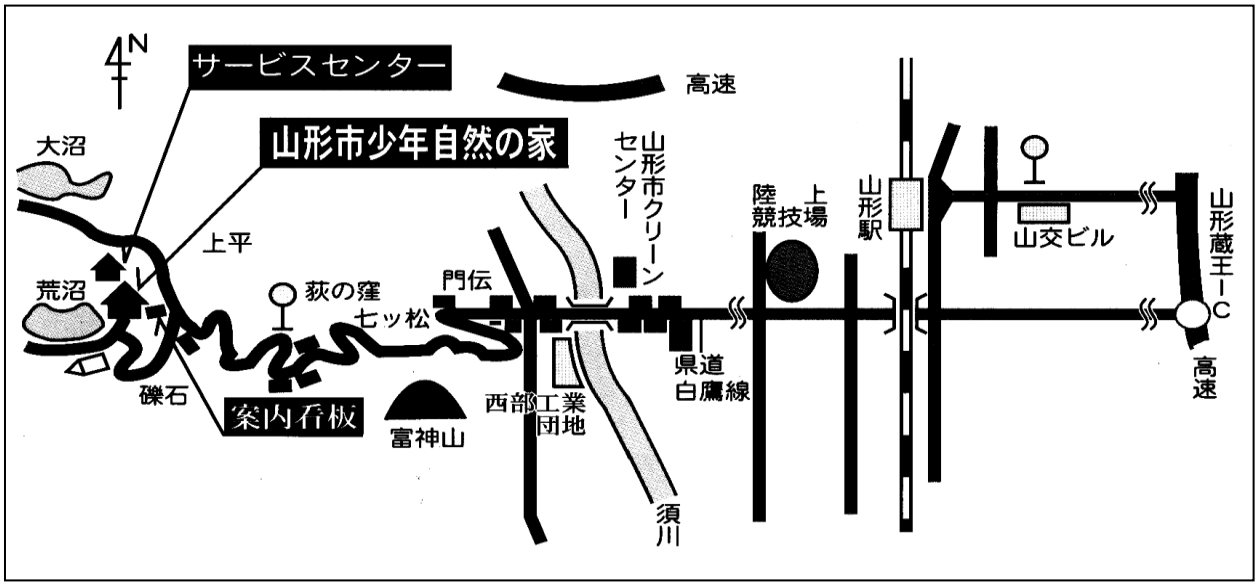
４ 交通案内

■ 車 ／　市内中心部（市役所）より約１８Km（約３５分）

■バス／　荻の窪行き（千歳公園　発　→　山形市役所・山形駅西口 経由）

荻の窪バス停（山形市内より約４０分）下車

→　徒歩２.２Km（約３５分）



５ 利用できる人

少年自然の家　本館	野外活動センター
・山形市内の幼稚園や保育園の園児 ・小中学校児童・生徒及びその指導者 ・山形市内の子ども会や各種少年団体など 及びその指導者・保護者 ・山形市以外の県内団体は条件付で利用可	・どなたでも ※但し、一部個人では利用いただけないものがあります。また、事前の申し込みが必要な施設があります。

６ 利用できない日

■休業日

・月曜日（第３日曜日の翌日を除く）
・第３日曜日とその前日
・国民の祝日
・前日及び翌日が国民の祝日である日
・年末・年始（１２月２８日～１月３日）

■その他

・主催事業や施設点検のため団体利用ができない日があります。

■利用時間（制限される施設とその時間）

・サービスセンター　午前９時～午後４時３０分
・野外ステージ　　午前９時～午後９時

第２章　利 用 の 手 続 き

自然の家を団体で利用するには、次のような手続きが必要です。各団体のねらいを達成するためには、子どもの実態を把握し、どのような活動内容を展開すればよいかを考えることが大切です。そのために、指導者講習会や事前打ち合わせを有効に活用してください。

１　利用手続き順序と会計

仮申し込み

①市内の小中学校、幼稚園・保育園と前年度利用の市外の小中学校には、**仮申し込み案内書** を送付。その他は電話で受付。

利用日決定通知

①利用日の調整後、各団体へ **決定通知書** を送付。
※　利用日決定後も利用状況に応じて、電話で受付します。

指導者講習会

①代表者1名以上は必ず参加(参加団体が優先されます)。
②**調整一覧表** 提出
※　利用期日を変更する場合は、速やかに連絡してください。

事前打合せの申し込み
（利用期日の１ヶ月前まで）

①**電話連絡** の上、**FAX送信書** 送信。
※　実技研修が必要な場合、明記してください。

事前打合せ
(利用期日の14日前まで)

①事前に必要な研修を行う。
②書類(自然の家ホームページよりダウンロード)の提出。

ⅰ使用許可申請書（印は不必要）・使用許可証
ⅱ食事数申込書・炊飯活動における食材の分け方
※食事数の変更期限は、P.１４を参照
ⅲ研修プログラム→貸出物品数も記入
ⅳバス会社の見積書と市請求書と内訳(市内の小中学校のみ)

入所

①**使用許可証 ・ 請求書内訳書** を本館事務室かサービスセンターに提示。
②緊急車両用ステッカーの受け取り。
③活動内容、活動時間、必要な諸用具などについての最終確認。
※　変更が必要な場合、職員と打ち合わせを行ってください。
☆学級閉鎖等で中止や延期の場合、速やかに連絡してください。

研修中

①キャンプ場では **野外炊飯用具点検カード** 及び **テント点検カード** を記入。
②本館宿泊の場合は部屋点検カード記入。
※　各種点検カードは利用団体で管理してください。

退所

①会 計
食事代・シーツ代… **請求書** をお渡しします。(後日振り込み)
研修材料費(クラフト代等)…現金支払い。
②**研修日誌・傷病者記録** を提出(後日FAXも可)。

※　事務手続きについては、別紙　チェックシート（ホームページからダウンロード可）も参照してください。
※　プラネタリウムの鑑賞やそり・チューブすべりの活動だけの場合は、電話での事前打ち合わせが可能です。

２ バス等借り上げ代金の助成　（山形市内の小中学校利用のみ該当）

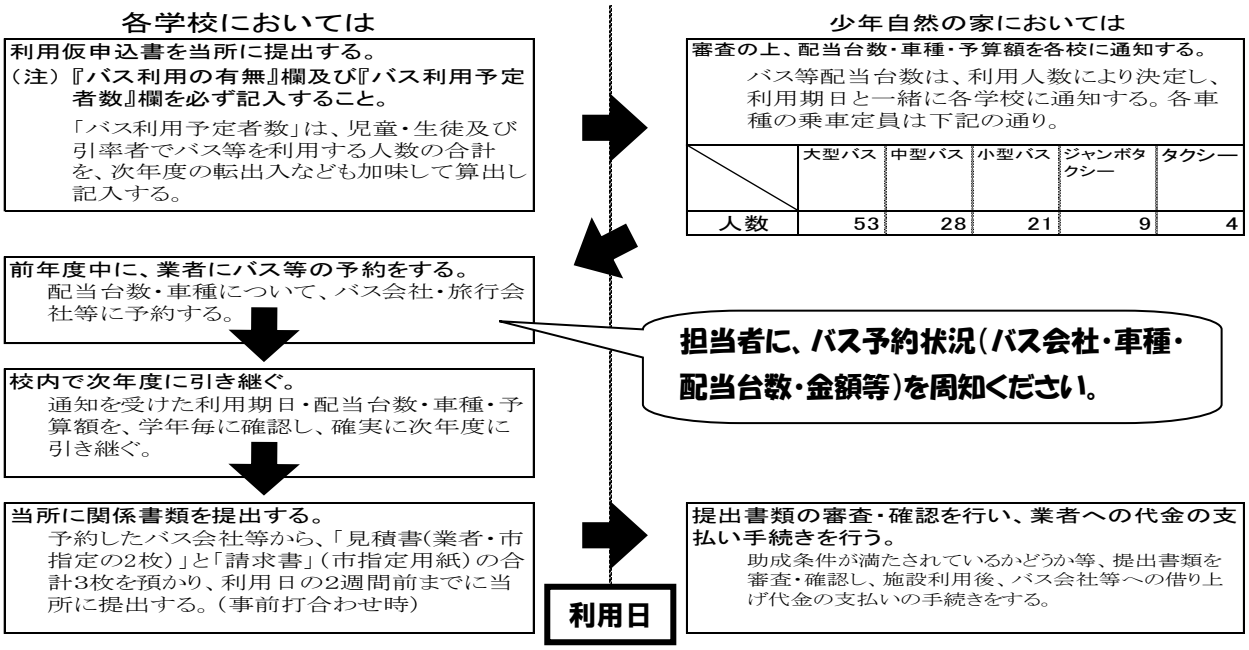
（１）バス等借り上げ代金助成の条件

①山形市内の小学校・中学校が各学校の教育課程内に位置づけられた学習活動で利用する場合
②当少年自然の家の施設を利用し、利用目的が明確な活動であると認められること
③次年度分の少年自然の家利用仮申込みを行っていること
④少年自然の家から利用学校への利用期日等決定通知を受理していること
⑤利用学校においてバス等の手配を行っていること
⑥利用学校から少年自然の家への関係書類提出が滞りなく済んでいること

＜助成できない場合＞

○教育課程外の諸活動（部活動、ＰＴＡ行事など）で利用される場合
○当施設を利用した研修活動を行わない場合
・バス等の発着場所、または、単なる集合場所としてだけ利用する場合
・研修活動の場所が当施設エリア外の県民の森等である場合
・施設内を通過するだけの場合
・一時的な休息（待避）のために使用する場合
・学校と少年自然の家間の送迎途中、別の施設等に立ち寄る場合
・その他、利用目的が不明確な場合

（２）バス等借り上げ代金を助成するまでの手順



（３）備　考

次のような場合は、学校で負担いただくことになります。

・提出書類の審査により、助成条件が満たされていないと判断された場合の全額
・当所からの決定通知よりバス配当台数や車種を変更したことにより、代金がオーバーしてしまった場合の差額分

（例）　決定通知 大型バス１台（86,900 円） 中型バス１台（73,920 円）　総額 160,820 円
　　変　更　 大型バス２台（86,900 円×２台＝173,800 円）　　総額 173,800 円
　　この場合、変更に伴う差額の 12,980 円は学校負担になります。

※学級・学年閉鎖等、やむを得ない理由により中止・延期になる場合は、速やかに少年自然の家へご相談ください。

第３章　利用に必要な経費

１　自然の家の使用料金

施設使用費及び貸出用具類の使用は無料です。

２　食事代　（退所時に「納付書」をお渡しします。後日指定金融機関にてお支払いください。）

食堂の朝食…４６０円
食堂の昼食…５００円　　※詳しくはP.１４～「第４章　食事について」をご覧ください。
食堂の夕食…６４０円～

３　シーツ洗濯代　（退所時に「請求書」をお渡しします。後日指定口座にお振り込みください。）

本館・キャンプ場　それぞれ１６０円
※　本館１泊、キャンプ場１泊の２泊３日は、３２０円

４　研修材料費　（退所時に、現金支払いとなります。）

品　名	単　位	価　格	備　考	
キャンプファイヤー	１セット	大 3,000 中 2,500 小 2,000	丸太 24 本（荒沼では禁止） 丸太 20 本 丸太 16 本 ※灯油は必要量つきます。	火の神・巫女の衣装並びに、マイク・アンプを貸し出します。 トーチ棒 10 本で、灯油１ℓが目安です。
ろうそく(大)	１　本	70		キャンドルサービスの営火長用です。
ろうそく(小)	１　本	10		手持ち用燭台の貸出しもできます。
カップろうそく	１　個	10		キャンドルサービスを食堂で行う際使えます。
竹とんぼ	１　個	20	竹	通常版と簡易版の２種類があります。
Ｍｙはし	１　膳	20	竹	切り出しナイフを使い、竹で作ります。
焼き板	１　個	150	板・絵の具・バーナー・ひも	木の板をバーナーで焦がして仕上げます。
ペンダント・キーホルダー	１　個	50	ウッドチップのみの場合 20 円	ウッドチップを紙やすりで磨き、絵付けをしてから紐などを付けます。
ひもこまの絵付け	１　個	300	こま木地・紐・絵の具	絵の具かペンで絵付けします。
手回しこまの絵付け	１　個	300	こま木地・紐・絵の具	同　上
けん玉の絵付け	１　個	500	けん玉木地・絵の具	同　上
ヨーヨーの絵付け	１　個	300	ヨーヨー・絵の具	同　上
原始の火起こし	１セット	170	火きり棒・発火板	火を起こしたら、次の活動に生かしましょう。
勾玉	１セット	260	滑石・紙やすり・耐水ペーパー・ひも	太古の昔の人々の暮らしに思いをはせて…
アロマキャンドル	１　個	100	プリンカップ・芯・ろう・アロマオイル・クレヨン	手作りで香り付きのろうそくを作りましょう。
エコバック	１　個	300	無地バック・布スプレー・スプレーのり	葉っぱの模様のマイバックを作ります。

バードコール	1　個	100	乾燥木・アイボルト・紙やすり・ひも	完成したら外に出て鳥たちを呼べます。
草木染め	1セット	150	布・輪ゴム・ミョウバン・割り箸	身近な草花を使って、布に染色していきます。
こけしの絵付け	1　個	250	こけし木地・絵の具	自分なりのこけしに仕上げます。
トーチ棒	1　本	150	木・布・はりがね・釘	作ったものは、キャンプファイヤーに利用します。
オリジナル鉛筆	1　本	130	鉛筆木地・カッター・やすり	形を工夫した自分だけの鉛筆を作ります。
消しゴムはんこ	1　個	150	はんこ用消しゴム・枝・カッター・写し紙・粘着テープ	消しゴムを彫って自分だけのはんこを作ります。

★ 荒沼キャンプ場営火場でのキャンプファイヤーの場合、いけたの大きさは『中:2500 円』もしくは『小:2000 円』を選択してください。『大:3000 円』は火災の心配があるため、禁止にしています。

5 野外活動センター諸経費

下表の使用代金は、使用日の 10 日前までに現金でお支払いください。（小中学校・子供会等は除く）

野外活動センター有料施設名	区　分	使用料	摘　要
サービスセンターホール	入場料を徴しない場合	3 時間までごと 1,000 円	⑴サービスセンターホール、野外ステージ及び運動広場は、専用使用の場合のみ使用料を徴収する。 ⑵音響設備、照明設備、テントとその他規則に規定する付属設備及び備品類の使用者から、１設備及び１備品類に付き５００円以内で、規則で定める額の使用料を徴収する。 ⑶「入場料」とは、いずれの名義であるかを問わず、入場者から徴収するその入場の対価をいう。 ⑷「１泊」とは、午前１０時から翌日午後２時までをいう。
	入場料を徴する場合	3 時間までごと 2,000 円	
野外ステージ	入場料を徴しない場合	3 時間までごと 2,000 円	
	入場料を徴する場合	3 時間までごと 4,000 円	
運動広場	―	3 時間までごと 500 円	
板橋沼キャンプ場	―	一張一泊 300 円	

品　名	使用単位	使用料	概　要
野外ステージ音響設備	一式　1 時間までごと	100 円	「１泊」とは、午前１０時から翌日午後２時までをいう。
野外ステージ照明設備	一式　1 時間までごと	500 円	
温水シャワー	一人　1 回	100 円	
机（いす 3 脚付）	一組　3 時間までごと	100 円	
ワイヤレスアンプ(マイク 2 本付)	一組　3 時間までごと	100 円	
テント	一張一泊	300 円	
シュラフ	一張一泊（シーツ洗濯代込）	300 円	
炊飯用具	一式	200 円	

下記の使用代金は、借用前にサービスセンターカウンターでお支払いください。

ラングラウフスキー板、ストック	一式 1 回	500 円	中学生以下は無料。
ラングラウフスキー靴	一式 1 回	500 円	

第4章　食事について

1　食物アレルギー対応について

子どもたちの食における安全を確保するために、「特定原材料 及び 特定原材料に準ずるもの」（以下、「特定原材料等」と称す）をできるだけ抑えたメニューを提供することにしています。また、個別の「アレルギー対応食（除去食・代替食）」につきましても、事故防止を考慮し、提供しないことにしています。

★食物アレルギーをもっているお子さんがいる場合は・・・

アレルギーの程度（重度かどうか）に関わらず、メニュー表をご覧いただき、各利用団体の指導者 並びに 保護者の方の責任と判断において、自然の家で提供する食事をとらせてもいいのかを決定してください。

尚、子どもの安全に関わることですので、保護者の方と相談する際は、実際に提供する食事のメニュー表を保護者の方に提示した上でご検討ください。メニュー表を双方向からチェックし、的確な判断をお願いします。

【個別のアレルギー対応食の提供ができない理由】

○ アレルギー対応食を他の一般食と完全分離して調理できる施設・設備がないため。
○ 厨房内は常に忙しく、調理できる人員数も限られるため、アレルギー対応食へのダブルチェック体制（何度も複数名でチェックする体制）を組織するのは困難であるため。

☞ **全ての子どもに食事を提供してあげたい…という思いはあるものの、アレルギー対応食が必要な子どもの安全を維持していくのは困難かつ危険である。**

【具体的な対応策】

（1）特定原材料等の使用を抑えたメニュー及び食材提供に努めることにしています。

☞**対応する特定原材料等**

「そば、えび、かに、キウイフルーツ、くるみ、いくら、まつたけ、あわび、いか、落花生、カシューナッツ」

☞**メニューによっては対応できない特定原材料等**

「卵、乳、小麦、大豆、ごま、牛肉、豚肉、鶏肉、りんご、オレンジ、バナナ もも、さけ、さば、ゼラチン、やまいも、（さといも、グレープフルーツ）」

※詳しくは、次ページ以降のメニュー表をご参照ください。
※特定原材料等以外のアレルギーについては、直接お問い合わせください。

（2）メニュー表を各団体に提示できるようにし、調理に使用される「食材」やそれに含まれる「特定原材料等」を明示しています。

☞**自然の家の食事をとれない場合の対応については、職員に相談ください。**
（対応例：個別にレトルト食品や弁当等を持ち込み、冷蔵庫に保管する）

2　食材や食料の持ち込みについて

団体で同じものを食べるための食材や食料の持ち込みをする場合は、食堂の利用や炊飯食材の提供は一切できません。万が一、食中毒等が発生した場合に、発生源の調査に「食堂」が含まれ、他の団体の食事提供に多大な影響を与えてしまうからです。１食分でも持ち込みをする場合は、全ての食事について持ち込んでいただくことになります。

但し、個別に持参する家庭弁当等については、その限りではありません。

3　食事数変更について

変更については以下の通りとなります。

（1）食堂及び炊飯の食事数変更
☞休館日と土日祝日を除き、**入所日の３日前午前中まで**

（2）おにぎり弁当、おにぎりなどの携帯食の変更
☞休館日と土日祝日を除き、**入所日の２日前午前中まで**

※上記以降の変更は、実費分をいただきます。
※学級、学年閉鎖等、やむを得ない理由による中止や延期で食事数をキャンセルする場合は、速やかに自然の家へご連絡ください。

食事数変更に関するお問い合わせ先：　山形市少年自然の家　023-643-8533
メニューに関するお問い合わせ先：　エイムカイワ（株）　023-686-2222

４ 「本館 食堂」メニュー表
【本館食堂　朝食メニュー】

※Ａ，Ｂの選択はできません。メニューについてのお問い合わせは、食堂023-686-2222までお願いします。

朝昼夕		メニュー	食材等	特定原材料 及び 特定原材料に準ずるもの
食堂　朝食 ABとも460円 利用時間 7:30～8:30 ※ 選択はできません	食堂　朝食A	オムレツ	ミートオムレツ	卵、乳、小麦、大豆、鶏肉、豚肉
			ケチャップ	
		ウインナー	ウインナー	豚肉、大豆、牛肉
		サラダ	レタス	
			フレンチドレッシング	卵、大豆
		パ　ン	食パン	小麦、乳、卵、大豆
			いちごジャム	
		スープ	キャベツ	
			タマネギ	
			コンソメ	乳、牛肉、豚肉、鶏肉、ゼラチン、大豆、ごま
			塩、こしょう	
		ヤクルト	ヤクルト	乳
	食堂　朝食B	ミニハンバーグ	ミニハンバーグ	卵、乳、小麦、大豆、鶏肉、豚肉
		厚焼き卵	厚焼き卵	卵、小麦、大豆
		金平ごぼう	金平ごぼう	ごま、小麦、大豆
		野菜	レタス	
			中華ドレッシング	小麦、大豆、ごま、鶏肉
		ご　飯	精　米	
		味噌汁	味　噌	大豆
			わかめ	
			タマネギ	
			和風だし	
		ふりかけ	ふりかけ	卵、乳、小麦、ごま、さば、大豆、鶏肉
		ヤクルト	ヤクルト	乳

納品の都合で、食材が変わる場合があります。

納品の都合で、食材が変わる場合があります。

【本館食堂　昼食メニュー】

※Ａ～Ｃの選択はできません。メニューについてのお問い合わせは、食堂023-686-2222までお願いします。

朝昼夕		メニュー	食材等	特定原材料 及び 特定原材料に準ずるもの
食堂　昼食 A～C 全て 500円 利用時間 12:00～ 13:00 ※ 選択は できません	食堂　昼食A	カレーライス	精　米	
			豚　肉	豚肉
			ジャガイモ	
			タマネギ	
			ニンジン	
			アレルゲンカレーフレーク	
			ケチャップ	
			福神漬け	小麦、大豆、ごま
		メンチカツ	メンチカツ	小麦、乳、牛肉、大豆、鶏肉
			サラダ油	
			中濃ソース	りんご
		サラダ	キャベツ	
			レタス	納品の都合で、食材が変わる場合があります。
			キュウリ	
			ニンジン	
			中華ドレッシング	小麦、大豆、ごま、鶏肉
		デザート	ゼリー	オレンジ
	食堂　昼食B	スパゲティ ミートソース	スパゲティ	小麦
			ボロニアソース（ミートソース）	小麦、牛肉、豚肉、大豆、ゼラチン
			粉チーズ	乳、卵
		野菜コロッケ	野菜コロッケ	乳、小麦、大豆
			サラダ油	
			中濃ソース	りんご
		サラダ	キャベツ	
			レタス	納品の都合で、食材が変わる場合があります。
			キュウリ	
			ニンジン	
			フレンチドレッシング	卵、大豆
		デザート	ゼリー	オレンジ
	食堂　昼食C	焼き肉丼	精米	
			焼き肉の具	牛肉、小麦、大豆、ごま、りんご、もも
		春巻き	春巻き	小麦、豚肉、大豆、ごま
			サラダ油	
		サラダ	キャベツ	
			レタス	納品の都合で、食材が変わる場合があります。
			キュウリ	
			ニンジン	
			フレンチドレッシング	卵、大豆
		デザート	ゼリー	オレンジ

【本館食堂　夕食メニュー】

※Ａ～Ｃの選択はできません。メニューについてのお問い合わせは、食堂023-686-2222までお願いします。

朝昼夕		メニュー	食材等	特定原材料 及び 特定原材料に準ずるもの
食堂　夕食　A～C　640円　利用時間 17:30～18:30　※ 選択はできません	食堂　夕食A	ハンバーグ	ハンバーグ	卵、乳、小麦、牛肉、大豆、鶏肉、豚肉、りんご
			デミグラスソース	小麦、牛肉、大豆、豚肉
		サーモンフライ	サーモンフライ	小麦、卵、さけ、大豆
			サラダ油	
			キャベツ	
		ポテマカサラダ	ポテサラ（マカロニ入り）	小麦、卵、乳、さけ、大豆
			ホールコーン	
		スープ	キャベツ	
			タマネギ	
			コンソメ	乳、牛肉、豚肉、鶏肉、ゼラチン、大豆、ごま
			塩、こしょう	
		ご　飯	精　米	
		デザート	ヨーグルト	乳、ゼラチン
	食堂　夕食B	とんかつ	豚カツ	乳、卵、小麦、大豆、豚肉
			サラダ油	
			キャベツ	
			中濃ソース	りんご
		ツナとごぼうのサラダ	ごぼうサラダ	卵、乳、小麦、大豆、ごま
			キュウリ	
			ニンジン	
			ホールコーン	
			ライトツナフレーク	大豆
		スープ	わかめ	
			タマネギ	
			白ゴマ	ごま
			中華味	大豆、豚肉、鶏肉
			塩、酒、醤油	小麦、大豆
		ご　飯	精　米	
		デザート	ヨーグルト	乳、ゼラチン
	食堂　夕食C	唐揚げ	唐揚げ	鶏肉、小麦、大豆
			サラダ油	
			キャベツ	
			中華ドレッシング	小麦、大豆、ごま、鶏肉
		中華はるさめサラダ	中華はるさめサラダ	小麦、大豆、ごま
			キュウリ	
		味噌汁	わかめ	
			タマネギ	
			和風だし	
			味噌	大豆
		ご　飯	精　米	
		デザート	ヨーグルト	乳、ゼラチン

納品の都合で、食材が変わる場合があります。

納品の都合で、食材が変わる場合があります。

納品の都合で、食材が変わる場合があります。

5 「炊飯」メニュー表

※食堂以外、箸が付きません。『Ｍｙ箸運動』実施中！

※炊昼Aのカレーフレークはアレルゲンフリーに変更可能です。
申し込み書を提出する際にお申し出下さい。

朝昼夕		メニュー	食材等	特定原材料 及び 特定原材料に準ずるもの
炊飯朝食 提供時刻 6:30以降 ※A～C選択	炊朝A 430円	サンドウィッチ	食パン	小麦、乳、卵、大豆
			ロースハム２枚	卵、乳、大豆、豚肉
			マヨネーズ	卵、大豆、りんご
			スライスチーズ	乳
		牛　乳	牛　乳	乳
	炊朝B 430円	炒飯	冷凍炒飯	小麦、卵、大豆、鶏肉、豚肉
			サラダ油	
		お茶	お茶	
	炊朝C 430円	豚　汁	豚　肉	豚肉
			ジャガイモ	
			ダイコン	
			ニンジン	
			タマネギ	
			味　噌	大豆
			和風だし	
		ご　飯	精　米	
		ふりかけ	ふりかけ	卵、乳、小麦、ごま、さば、大豆、鶏肉
炊飯昼食 提供時刻 9:30以降 ※A～C選択	炊昼A 500円	カレーライス	精　米	
			豚　肉	豚肉
			ジャガイモ	
			タマネギ	
			ニンジン	
			福神漬け	小麦、大豆、ごま
			カレーフレーク	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、やまいも
			アレルゲンカレーフレーク	
		飲み物（3つから選択）	選択：　お　茶	
			選択：　牛　乳	乳
			選択：　ジョア	乳
	炊昼B 500円	やきそば	やきそば	小麦、大豆
			豚　肉	豚肉
			キャベツ	
			モヤシ	
			ニンジン	
			粉末ソース、サラダ油	小麦、大豆、りんご、鶏肉、豚肉、ごま
		飲み物（3つから選択）	選択：　お　茶	
			選択：　牛　乳	乳
			選択：　ジョア	乳
	炊昼C 500円	ポトフ	ウインナー	豚肉、大豆、牛肉
			キャベツ	
			ジャガイモ	
			タマネギ	
			ニンジン	
			コンソメ	乳、牛肉、豚肉、鶏肉、ゼラチン、大豆、ごま
		ご　飯	精米	
		飲み物（3つから選択）	選択：　お　茶	
			選択：　牛　乳	乳
			選択：　ジョア	乳

※昼食メニューを朝食でも提供できますが、その場合は昼食料金になります。
※仕入れの都合により,食材が多少変更になることもあります。
※炊タAのカレーフレークはアレルゲンフリーに変更可能です。
申し込み書を提出する際にお申し出下さい。

朝昼夕		メニュー	食材等	特定原材料 及び 特定原材料に準ずるもの
炊飯夕食 提供時刻 14:40 以降 ※A～D 選択	炊タA 640円	カレーライス	精　米	
			豚　肉	豚肉
			ジャガイモ	
			タマネギ	
			ニンジン	
			カレーフレーク	小麦、乳、大豆、鶏肉、豚肉、やまいも
			アレルゲンカレーフレーク	
			福神漬け	小麦、大豆、ごま
		ゼリー	ゼリー	オレンジ
		飲み物 （3つから選択）	選択：　お　茶	
			選択：　牛　乳	乳
			選択：　ジョア	乳
	炊タB 640円	やきそば	やきそば	小麦、大豆
			豚　肉	豚肉
			キャベツ	
			モヤシ	
			ニンジン	
			粉末ソース、サラダ油	小麦、大豆、りんご、鶏肉、豚肉、ごま
		ゼリー	ゼリー	オレンジ
		飲み物 （3つから選択）	選択：　お　茶	
			選択：　牛　乳	乳
			選択：　ジョア	乳
	炊タC 660円	牛　丼	精　米	
			牛　肉	牛肉
			糸こんにゃく	
			タマネギ	
			紅しょうが	
			和風だし	
			醤油、砂糖	小麦、大豆
		ゼリー	ゼリー	オレンジ
		飲み物 （3つから選択）	選択：　お　茶	
			選択：　牛　乳	乳
			選択：　ジョア	乳
	炊タD 660円	ハヤシライス	牛肉	牛肉
			タマネギ	
			ニンジン	
			ハヤシフレーク	乳、小麦、大豆、鶏肉、豚肉
			精　米	
		ゼリー	ゼリー	オレンジ
		飲み物 （3つから選択）	選択：　お　茶	
			選択：　牛　乳	乳
			選択：　ジョア	乳

６ その他の炊飯メニュー　※朝昼夕いずれの時間帯においても、ご注文可能です。

献立名	メニュー	食材等	特定原材料 及び 特定原材料に準ずるもの
いも煮セット 740円 里芋の収穫時期のみ、提供できます。	**いも煮**	牛　肉	牛肉
		さといも	
		こんにゃく	
		ネ　ギ	
		しめじ	
		醤油、砂糖	小麦、大豆
		酒	
		和風だし	
	ご　飯	精　米	
	ゼリー	ゼリー	オレンジ
	飲み物（3つから選択）	選択：　お　茶	
		選択：　牛　乳	乳
		選択：　ジョア	乳
簡単炊飯セット 630円	**ご　飯**	パックご飯	
	カレー	レトルトカレー	卵、乳、小麦、牛肉、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、りんご
	飲み物（3つから選択）	選択：　お　茶	
		選択：　牛　乳	乳
		選択：　ジョア	乳

★携帯食（昼食弁当）としてご検討ください。提供時刻は9：00以降

※牛乳とジョアは冷蔵保存のため、提供は飲食の３０分前となります。

献立名	メニュー	食材等	特定原材料 及び 特定原材料に準ずるもの
おにぎり弁当（2個） 420円	**鮭　おにぎり**	海苔、精米、鮭	さけ、大豆
	昆布おにぎり	海苔、精米、昆布	大豆、小麦、ごま
	鶏から揚げ	鶏から揚げ	鶏肉、小麦、大豆
		油	大豆
	ウインナー	ウインナー	豚肉、大豆、牛肉
	卵焼き	卵焼き	卵、小麦、大豆
	漬物	桜大根	
おにぎり 2個セット230円 3個セット345円 ※選択できません	**鮭　おにぎり**	海苔、精米、鮭	さけ、大豆
	昆布おにぎり	海苔、精米、昆布	大豆、小麦、ごま
	梅おにぎり	海苔、精米、練り梅	大豆、りんご
昼食のお供に	**飲み物 105円**	お　茶	
		牛　乳	乳
		ジョア	乳
	菓子パン 各125円	あんぱん	乳、卵、小麦、大豆
		クリームパン	乳、卵、小麦、大豆
		苺ジャムパン	乳、卵、小麦、大豆、りんご

第５章　研修プログラムの作成

子どもの主体的で創造的な活動にしていくためには、子どもも教師も活動に対する目的や課題意識を明確にもっていることが大切です。目の前の子どもの実態把握を的確に行い、子どもの意識、教師や保護者また社会のニーズも把握し、「どのような力をつけたいのか」を整理した上で、研修を実施するにあたって、子どもに「何をさせるか」ではなく「何のために何をするのか」といったコンセプトを明確にする必要があります。

研修プログラムの作成は、子どもに力を付けるため、あるいは、子どもの自立に向けた育ちを実現するための『活動プラン』です。教師主導の活動ではなく、子ども自身が、知・情・意を一体として、知恵を出し合い達成感を感じていくことができるようなプログラムの展開を計画していかなければなりません。そのためには、「ゆとりある活動の流れ」などが必要になります。「ゆとり」は、一つ一つの活動をつなぐ役目を果たし、各活動後に行う振り返りを「活動の具体で語り合うような質的に高いもの」にできる可能性を生み出します。

このように、活動を通して子どもを育てようとする『教師の願い』を明確にもち、『支援の方向性』を見定め、ねらいが達成できる研修プログラムをデザインしていくことが重要となります。

１ プログラム作成の手順

（１） 活動のねらいを設定する。（子どもの実態把握→宿泊研修の教育的意義の理解）
（２） 少年自然の家の教育的機能や活動内容を知る。
（３） ねらい達成のための研修内容や活動の流れを検討し、他の団体との調整をする。

２ プログラムを作成する上で大切にしたいこと

（１） 時間的・内容的にゆとりのあるプログラム

・活動に余裕がないのは、事故のもと。（半日で１活動をじっくりと）
・その時々の子どもの様子や状況などにより、変更できるように。

（２） 感動体験が得られるようなプログラム

・自然の雄大さ、幽玄さ、動植物の神秘。
・仲間との生活から得る思い。

（３） 冒険的要素を含むプログラム

・危険も予想される活動　→　全身全力を集中する　→　充実感、たくましさ。
・小さなケガは、将来の大きなケガの免疫。
・リスクマネジメントとクライシスマネジメントを十分に意識して安全対策を。

（４） 選択可能なプログラム

・活動内容のグループによる選択。（個人の選択）
・炊飯メニューの選択（原則として食材の持ち込みは禁止。全食持込の場合は可）

（５） 児童生徒の企画を取り入れたプログラム

・子ども自身が、自分たちの生活をつくる。（下見などに子どもを参加させるのも一つの方法）

（６） 他団体との交流を取り入れたプログラム

・入退所式、朝夕のつどいなどでの交流。
・食事や入浴などでの交流。
・研修活動での交流。

（７） 荒天時のプログラム

・できるだけ雨天でも決行する気構えと準備を。

（８） 奉仕活動を取り入れたプログラム

・自然環境を守るための活動。

・お世話になった施設への奉仕活動。

３ 発達段階に応じて大切にしたいこと

（１）低学年

生活科で自然の家を利用する場合は、指導計画にどのように位置づくかを吟味することが大切です。生活科は自分たちの生活圏を素材にして教材化を図り、学習していくことを基本にしています。自然の家での虫とりや木の実拾いなどの活動と自分たちの生活圏とを結ぶような手立てを明確に仕組んでおくことが大切になります。拾った木々や木の実で作品を作るなど、図工的なねらいをもった活動に発展させることもできます。

また、自然散策を行う場合、子どもたちが五感を使って主体的に活動できるように工夫する必要があります。散策道を案内してもらうという活動よりも、遊び感覚で楽しく活動できるゲームなどを取り入れてみてはいかがでしょうか。

（２）中学年

高学年の宿泊学習の前段階として、1 泊や日帰り研修として仕組む場合が多いようです。この場合、次の学年での研修を想定して、内容を吟味する必要があります。次年度に、子どもの主体的な活動（プログラム作りも含めた）を予定している場合は、次の点を考慮してみてはどうでしょうか。

①自然の家のフィールドを地理的に把握できるような活動を取り入れる。

②「来年も自然の家に来たい」という思いを持てるような活動を取り入れる。

③あれもこれもと欲張らずに、余裕を持って活動できるようにする。

☆　４年生の場合、天体学習の一環としてプラネタリウムを利用する学校が多くありますが、天体に関する興味関心を高め、学習へのきっかけづくりとして取り入れるのか、学習のまとめとして取り入れるのか等、ねらいを明確にしておくことも大切です。

（３）高学年

宿泊学習を組む学校が多く見られますが、学校や学年としての目的を明確にしておくことが重要です。目的に合わせて、本館泊、キャンプ場泊、炊飯活動の回数、さらに、他の活動は何を選択するのかといったもとが決まってくることになります。また、高学年の子どもたちが自主的に活動を展開するためには、目的だけではなく見通しをもっていることも重要です。経験や知識がないことを子どもに任せてしまってもその場を取り繕うことしかできないでしょう。子どもの実態の把握や事前学習も含めて、目的に合わせた計画が重要になります。また、子どもが考えて行動するための時間のゆとりも必要です。子ども自身が自分で判断・決定して行動していくことを支援していくことが可能な研修プログラムを作成していきましょう。

（４）異学年

発達段階の違いを考慮し、学年毎の活動のめあてや内容について十分に吟味した上で、全校での宿泊学習を仕組んでいる学校もあります。

異学年合同の研修を行うのも、上位学年の子どもたちのリーダー性が育つなど、他との関わりが強化され、子どもたちの自立を促すことができます。高学年までの宿泊学習を系統的に仕組んでいく方法として、異学年の合同研修も考えられます。

（５）中学生

中学校は、ほとんどが１学年での利用です。多くの小学校が何度も自然の家を利用している現状を踏まえた、利用の仕方の工夫が求められます。次の点を考慮してみてはどうでしょうか。

① 生徒たちが、小学校時代に自然の家でどのような活動をしてきたかを把握する。そして、小学校との連携を密にして計画していく。

② 中学生の発達段階に合わせて、小学校ではできなかった学術的要素や冒険的要素を活動の中に取り入れていく。

目的に合わせて、生徒会や学級単位での利用なども考慮してはいかがでしょうか。

４ 特色ある研修活動

① 入所ハイク 退所ハイク	自然の家まで歩いたり、学校まで歩いて帰ったりします。途中に史跡巡りなどを取り入れることもできます。中学生に多い活動ですが、小学校でも取り入れているところがあります。
② リーダー研修	実行委員などのリーダーの事前研修です。引率者による下見の時に、子どもを参加させる団体もあります。子どもたち自身が研修を創る上で有効です。
③ 地図を活用した研修	地図を読み取りながら、動植物の調査をしたり、目的地に向かってハイキングをしたりします。
④ 手づくりの資料を活用した研修	手作りの資料を利用して自然散策を楽しみます。
⑤ 他校との合同研修	小規模校や他校種との交流を図りながら、一緒に研修を行います。
⑥ 異学年合同研修	上学年が先に宿泊して下学年を迎え、学んだことを伝えるといった研修スタイルをとる学校もあります。

５ 冬期間のプログラム

雪国の子どもらしく、雪まみれになって一日を過ごしてみてはいかがでしょうか。そり、チューブすべり、ラングラウフスキーが冬の活動の代表となっていますが、そのほかの活動も是非ご検討ください。自然の家では、それぞれの団体の目的に応じてプログラム作成を支援いたします。

【こんな活動はいかがですか】

○自作そりすべり　○尻すべり　○冬の森探検（かんじきハイキング）　○雪合戦
○冬の自然散策（冬芽の観察、生き物の冬越し、アニマルトラッキング…）　○冬山登山
○斜面からの雪玉転がし　○雪の結晶調べ　○雪像作り・かまくら作り・イグルー作り
○ラングラウフスキーでの氷上渡りや新雪滑り　○雪上カルタ
○スノーランタン作り　○星座観察　○ナイトハイキング

＜職員の支援＞

- **いかだアドベンチャー・ＰＡ（プロジェクトアドベンチャー）・アイスブレイキングは、安全指導のため、職員も一緒に支援します。**
- **プラネタリウムについては、職員が指導します。**
- **ラングラウフスキーや自然散策、クラフト活動などの指導希望については、事前打ち合せ時に申し出てください。**

６ 研修プログラムの記入例

（１）夏期の日帰り利用

研修のねらい	① プラネタリウムでの天文学習により、星の神秘さや不思議さを感じ、星や星座に対する興味関心を高め、今後の学習に生かす。 ② 目的意識をもって、自分が選んだ自然体験活動に取り組み、自然の美しさやおもしろさを味わわせる。
使用部屋	

第１日 ６月９日									
活動時刻 食堂	7:30(冬8:00)				12:00				17:30
活動時刻 その他		9:30	9:50	11:50		13:00	14:10		
活動内容 晴	朝食場所（ ）提供時刻（ ）	入所式（ＳＣ前）※挨拶依頼	自然体験選択活動（ＳＣ周辺）①昆虫採集 ②木の実拾い ③植物観察（やぶこぎ）	昼食（持参弁当）	昼食場所（ＳＣ前）提供時刻（なし）	フィールドアスレチック	退所式（本館玄関前）※挨拶依頼		夕食場所（ ）提供時刻（ ）
活動内容 雨		同上	（雨天）…ＳＣ１Ｆ ・けん玉大会 等	（雨天）SC1F		（雨天）退所式 …体育館			
備考			・トランシーバー３ ・熊鈴１２						

（２）夏期２泊３日の利用（キャンプ場→本館）

研修のねらい	① 豊かな自然に親しむ活動を通して、自然に対する関心や環境を守ろうとする意識を高める。 ② 集団行動を通して、協力・規律・友情の精神を養う。
使用部屋	７月３日の夜 宿泊棟２Ｆ全ての部屋

第１日 ７月２日											
活動時刻 食堂	7:30(冬8:00)				12:00			17:30			
活動時刻 その他		9:00	9:30			13:30	15:30		19:30	21:00	21:30
活動内容 晴	朝食場所（ ）提供時刻（ ）	入所式（屋根付広場）※挨拶依頼 キャンプ場オリエンテーション	アイスブレイキング（体育館脇）	プロジェクトアドベンチャー ※要指導２名	昼食場所（食堂）提供時刻（12:00）	テント設営（板橋Ａサイト）	野外炊飯（Ａ棟）・カレーライス	夕食場所（屋根付広場）提供時刻（15:00）	キャンプファイヤー（板橋営火場）	ふり返り（屋根付）	就寝
活動内容 雨		同 上	（雨天）…屋根付広場 原始の火起こし ※要初期指導			同 上			（雨天） キャンドルサービス …屋根付広場	同 上	
備考			☂火起こし１８セット						・大２４本・石油８ℓ・衣装・ドラム ☂ろうそく 大１本 小９５本		

第２日 ７月３日												
活動時刻 食堂		7:30(冬8:00)			12:00			17:30				
活動時刻 その他	6:00 6:30 7:00		8:40	9:50		16:00	16:30 17:00		18:30	19:40	21:00	21:30
活動内容 晴	起床 朝の集い（屋根付） 野外炊飯（Ａ棟）・サンドイッチ	朝食場所（屋根付広場）提供時刻（6:30）	テント撤収 奉仕活動	白鷹山ウォークラリー（大平コース）◆おにぎり飲み物注文	昼食場所（山頂等）提供時刻（9:30）	本館宿泊棟入館	オリエンテーション（体育館）※要指導 ベッドメイキング 荷物整理等	夕食場所（食堂）提供時刻（17:30）	入浴	ナイトハイキング（本館コース）	ふり返り	就寝
活動内容 雨	同 上		（テント濡れ） ・テント内清掃 ・奉仕活動のみ	（荒天）…本館ピロティ 焼き板 ※要指導		（荒天）…体育館 ペンダント ※要初期指導	同 上			（雨天） お話会 …各部屋	同上	
備考	・アンプ ・ドラム			・トランシーバー４ ・熊鈴１８ ☂焼き板９５		☂ペンダント９５				・トランシーバー３		

第３日 ７月４日									
活動時刻 食堂		7:30(冬8:00)			12:00				17:30
活動時刻 その他	6:00 6:30 7:00		8:45	9:20		13:00	13:30		
活動内容 晴	起床 朝の集い（体育館） ベッド片付け・清掃	朝食場所（食堂）提供時刻（7:30）	部屋点検 荷物移動 体育館へ	グリーンアドベンチャー（本館コース）	昼食場所（食堂）提供時刻（12:00）	奉仕活動（本館周辺）	退所式（玄関前）※挨拶依頼		夕食場所（ ）提供時刻（ ）
活動内容 雨	同 上		同 上	（荒天）…体育館 まが玉作り ※要初期指導		同 上			
備考	・アンプ ・ドラム			・トランシーバー３ ・探検バッグ３６ ・熊鈴１８ ・図鑑１８ ☂まが玉９５					

（３）冬期の日帰り利用

研修のねらい	① ラングラウフスキーの活動を通して、植物の様子や動物の足跡などを発見し、冬の自然の楽しさや厳しさを味わわせる。 ② 自然散策や雪遊びを通して、冬の自然を楽しもうとする気持ちを高める。	使用部屋

活動時刻													
食堂		7:30(冬8:00)				12:00						17:30	
その他				9:20	9:40	12:10		13:10	14:40				
第1日 2月3日 活動内容 晴		朝食場所（　）提供時刻（　）		入所式（本館体育館）※挨拶依頼	ラングラウフスキー（ひよこコース）※要指導２名	昼食（持参弁当）	昼食場所（研修室）提供時刻（なし）		そり・チューブ滑り	退所式（ＳＣ前）※挨拶依頼		夕食場所（　）提供時刻（　）	
雨				同 上	(荒天）…体育館 ・ゲーム大会等				(荒天) ・プラネタリウム ※要指導	(荒天) 体育館で 退所式			
備考					・トランシーバー２				・そり、チューブ各６０ ・旗２組				

（４）冬期１泊２日の利用

研修のねらい	① 冬の大自然に親しむ活動を通して、自然や郷土のよさを感じ取らせる。 ② 寝食を共にする活動を通して、仲間との絆を深め、協力することの大切さに気づかせる。	使用部屋：２月１０日の夜 宿泊棟２Ｆ ・２０１～２０５ ・指導員室

活動時刻																	
食堂		7:30(冬8:00)				12:00						17:30					
その他				9:45	10:00			14:00	15:00	16:30		18:30	19:40	20:30	21:30		
第1日 2月10日 活動内容 晴		朝食場所（　）提供時刻（　）		入所式（体育館）※挨拶依頼	ラングラウフスキー練習会（運動広場）◆おにぎり弁当注文	昼食場所（はんのき広場）提供時刻（9:50）		オリエンテーション（研修室）※要指導 荷物整理等	チューブ滑り（ＳＣ前）	休憩 ベッドメイキング	夕食場所（食堂）提供時刻（17:30）	プラネタリウム※要指導	入浴	ふり返り（研修室）	就寝		
雨				同上	(荒天）…本館周辺で。弁当は体育館で。			同　上	(荒天) 体育館で ゲーム。	同 上		同　上					
備考					・トランシーバー２ ・スキー一式５０				・チューブ４５ ・旗１組								

活動時刻														
食堂				7:30(冬8:00)				12:00				17:30	
その他	6:30	7:00	7:30		8:40	9:00	9:20		13:00	14:15			
第2日 2月11日 活動内容 晴	起床	朝の集い（体育館）	奉仕活動・本館周辺の雪かき	朝食場所（食堂）提供時刻（8:00）	部屋整理・清掃	部屋点検	ラングラウフスキー（Ｂコース）※要指導	昼食場所（食堂）提供時刻（12:00）	雪遊び（ＳＣ付近）	退所式（ＳＣ前）※挨拶依頼		夕食場所（　）提供時刻（　）	
雨	同　上				同　上		(荒天）…Ｄコース ※要指導		(荒天)…ＳＣ 自然散策 ※要指導２名	同上			
備考							・トランシーバー２ ・スキー一式　５０		・スコップ４５				

第６章　自 然 の 家 の 活 動

１　野外研修活動　及び　屋内研修活動

詳しい内容については、別冊『夏期研修活動』もしくは『冬期研修資料』に記載してありますので、そちらをご覧ください。

以下の研修用動画のＤＶＤ貸し出しを行っております。尚、山形市内の先生方は、コミュニケーションシステムでご覧いただくことができます。

★オリエンテーション
★チューブすべり・ソリすべり
★正しいテントの片づけかた
★春の草花
★冬の自然観察
★原始の火起こし
★プロジェクトアドベンチャー
★正しいテントの組み立て方
★正しいコンパスの使い方
★炊飯活動
★焼き板

２　クラフト等活動場所一覧

	体育館（130 人程度）	体育館ピロティー（20人程度）	研修室（70人程度）視聴覚室（110 人程度）学習室（50人程度）	ガレージ（50人程度）	ピロティー（100 人程度）	生活体験の家（100 人程度）	サービスセンター１階（50人程度）２階（120 人程度）	サービスセンターピロティー（20人程度）	屋根付き広場（100 人程度）	キャンプ場大テント（50人程度）
原始の火起こし	○	○		○	○			○	○	○
ペンダント・キーホルダー	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
竹トンボ・My はし作り	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
焼き板		○			○			○	○	
こま・けん玉絵付け類	○		○			○	○			
勾玉つくり	○	○			○	○	○	○		
バードコール作り	○			○	○	○	○	○	○	○
アロマキャンドル	○	○		○	○		○	○	○	○
エコバッグ		○		○	○			○		
草木染め		○			○			○		
キャンドルサービス	○								○	○

※（　　）内の人数は、クラフト活動での最大人数の目安です。
※　その他の活動場所については、事前打合せの際にご相談ください。

３ 貸出用具一覧

No.	(1)体育用具	数	保管場所
1	卓球台	1	体育館
2	卓球ラケット	20	体育館
3	バトミントンラケット	6	体育館
4	長縄	5	体育館
5	輪投げ（セット数）	2	体育館
6	リング・フラフープ	117	体育館
7	バレーボール	3	体育館
8	ラグビーボール	2	体育館
9	ソフトバレーボール	0	体育館
10	ゴムボール	1	体育館
11	その他ボール	9	体育館
12	ビブス（赤・黄・緑）	各20	保健室前

No.	(2)天体関係用具	数	保管場所
1	６cm望遠鏡	7	学習室
2	星座早見表	88	プラネ室

No.	(3)クラフト関係用具	数	保管場所
1	グルーガン	14	工作室・サービスセンター
2	はさみ	38	工作室・サービスセンター
3	のこぎり（両刃）	60	工作室・工作室2階
4	のこぎり（片刃）	10	工作室
5	のこぎり（竹切り）	13	工作室
6	小刀	130	工作室
7	小刀（左）	18	工作室
8	彫刻刀	26	工作室
9	カッター大	11	工作室
10	カッター小	12	工作室
11	キリ	123	工作室・サービスセンター
12	金属ヤスリ（3種類あり）	84	工作室
13	金づち	14	工作室
14	木づち	5	工作室
15	ペンチ	15	工作室
16	ﾗｼﾞｵﾍﾟﾝﾁ	11	工作室
17	ドライバー	28	工作室
18	工作板	214	工作室・サービスセンター
19	図画板	139	工作室・サービスセンター
20	ガスバーナー	24	工作室
21	なた	16	工作室
22	段ボールカッター	60	工作室
23	ランタン	16	工作室
24	原始の火起こし固定板	39	工作室
25	原始の火起こし（ハンドピース）	39	工作室

No.	(4)観察・採集用具	数	保管場所
1	ルーペ	57	サービスセンター
2	双眼鏡	45	学習室
3	聴診器	9	会議室
4	フィールドスコープ	4	学習室
5	移植べら	19	サービスセンター
6	剪定バサミ	23	工作室・サービスセンター
7	のこぎり	12	サービスセンター
8	捕虫網	23	サービスセンター
9	三角缶	28	サービスセンター
10	展翅板	多数	サービスセンター
11	ピンセット	46	サービスセンター
12	毒ビン（代替瓶）	29	サービスセンター

No.	(5)図鑑・図書	数	保管場所
1	昆虫図鑑	25	サービスセンター・学習室
2	グリーンアドベンチャー用図鑑（秋用）	37	学習室
3	グリーンアドベンチャー用図鑑（春用）	35	学習室
4	野草図鑑1～8（各1）	8	学習室
5	昆虫図鑑　名前といわれ	9	サービスセンター・学習室
6	川と湖の魚	1	学習室
7	山野草　ポケット図鑑	11	サービスセンター・学習室
8	樹木1（野外ハンドブック6）	30	サービスセンター・学習室
9	樹木2（野外ハンドブック7）	38	サービスセンター・学習室
10	山形のキノコ	7	学習室
11	ポケット版　植物　小学生の原色図鑑1	8	学習室
12	ポケット版　昆虫　小学生の原色図鑑2	3	学習室
13	バードウォッチング	6	学習室
14	やまがたの鳥図鑑	17	学習室
15	水辺の鳥	32	サービスセンター・学習室
16	山野の鳥	19	サービスセンター・学習室
17	身近な樹木　ポケット図鑑	6	サービスセンター
18	野の草花図鑑１	6	サービスセンター・学習室
19	野の草花図鑑２	6	サービスセンター・学習室
20	野の草花図鑑３	6	サービスセンター・学習室
21	野の草花図鑑４	6	サービスセンター・学習室
22	魚の図鑑１・２	6	サービスセンター
23	釣りの魚	2	サービスセンター
24	草花遊び・虫遊び	8	サービスセンター
25	名前といわれ野山の鳥	10	サービスセンター
26	名前といわれ水辺の鳥	6	サービスセンター
27	チョウ１・２	1	サービスセンター
28	バードウォッチング	1	サービスセンター
29	川・池の生物	2	サービスセンター

No.	(6)研修活動用具	数	保管場所
1	トランシーバー	12	印刷室・サービスセンター
2	携帯用トランジスタメガホン	4	各管理棟
3	生活科バッグ	90	保健室前
4	ﾜｲﾔﾚｽｱﾝﾌﾟ（ﾜｲﾔﾚｽﾏｲｸ1付）	4	本館印刷室・キャンプ場
5	ＣＤプレーヤー	3	本館印刷室・キャンプ場
6	ドラムコード	6	本館印刷室・キャンプ場
7	火の神・火の巫女衣装	4	本館印刷室・キャンプ場
8	熊鈴	87	保健室前
9	シルバコンパス	23	会議室
10	いかだ用拡声器	1	荒沼いかだハーバー
11	いかだ	12	荒沼いかだハーバー
12	いかだ監視用ボート	1	荒沼いかだハーバー
13	いかだ救命用浮き輪	2	荒沼いかだハーバー
14	いかだ胴長	4	体育館
15	いかだライフジャケット　小	43	体育館
16	いかだライフジャケット　大	90	体育館
17	いかだオール	132	体育館昇降口
18	焚き火台	10	工作室
19	ホットサンドメーカー	12	工作室
20	ダッチオーブン	10	工作室
21	フリスビー	215	体育館・サービスセンター
22	レジャーかまど	10	工作室
23	モルック	6	工作室
24	ボッチャ	3	工作室
25	ハンズフリー拡声器	10	印刷室

No.	(7)その他	数	保管場所
1	ピアノ（移動不可）	1	研修室
2	ホワイトボード	2	本館・サービスセンター
3	移動用黒板	1	体育館

※上記の内訳をご覧の上、使用希望が重複する場合は各団体で使用する数および時間などを調整してください。

第７章　利 用 前 の 準 備

１ 事前指導

効果的な利用ができるように、次のことを話し合いましょう。

① 自然の家の利用についてのねらいや心構え
② 活動のねらい・内容・方法
③ 自然の家での生活の仕方
④ 班編成や役割分担
⑤ その他

２ 用意するもの

（１）個人やグループで用意するもの

《衣　服》　私服や運動着（長そで、長ズボンが原則）、帽子、ズック（内・外）、軍手、夜着、替下着（多めに）、替靴下（多めに）など

必要に応じて・・・防寒用セーター（テント泊）、ウィンドブレーカー、スキーウェア　など

《携行品》　洗面用具、ちり紙、タオル、筆記用具、メモ帳など

《活動用品》　雨具、長靴

・登山の場合・・・・・・・・・・ナップザック　など
・炊飯活動の場合・・・・・・・・箸、スプーン、皿、おわん、敷物、新聞紙、軍手、うちわ　など
・キャンプ場利用の場合・・・・・懐中電灯　など
・キャンプファイヤーの場合・・・トーチ棒　など
・雪上活動の場合・・・・・・・・帽子、手袋、スパッツ、ゴーグル　など

持ち物には、「学校名」と「氏名」の記名を忘れずに！

（２）団体で用意するもの

救急用具、　懐中電灯、　事務用品、　ごみ袋、　ランタン用乾電池（単１を４個）
お茶の葉（指導者用）、　ポット、　保護者への連絡手段（SOS カード等）
ブルーシート、　部屋出入り口に表示する名簿、　急病者用毛布、　プログラム
活動に必要なカードや地図などをダウンロードして必要分を準備、利用許可証
必要経費、　虫除けや殺虫剤、　　など

※　炊飯用として・・・マッチ、指導者用の食器　　など

第８章　自然の家での生活（本館利用）

１ 標準生活時間帯

タイムスケジュールは、各団体の計画によって進めていただきますが、子どもの体力や他の利用団体との連携・協調等の必要性から、原則として、次のような標準生活時間帯を設定していますので、ご協力をお願いします。

① **起床と就寝・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・**　起床　６：００
就寝２１：３０

② **本館食堂での食事時間・・・・・・・・・**　朝食　７：３０～８：３０
※　１２月～３月は、８：００～９：００
昼食１２：００～１３：００
夕食１７：３０～１８：３０
※　１８：１５までに下膳をお願いします。

③ **お昼の弁当類の提供・・・・・・・・・・・**　９：００～

④ **入浴時間・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・**　１８：３０～２１：００※天候や団体数により変更可能。

⑤ **本館部屋点検・・・・・・・・・・・・・・・・・**　８：４５～

⑥ **入退所の時間・・・・・・・・・・・・・・・・・**　９：００～１６：００までの間
※　１２：００～１３：００の間を除く。

２ 入　所

① 入所されたら、指導者代表の方は、事務室かサービスセンターへ（キャンプ場利用の場合も代表者は本館事務室へ）使用許可証など(p10 参照)を提示し、活動プログラムの確認をしてください。
※ 本館玄関前までのバスの進入はできません。

② 自家用車は、大型駐車場または荒沼駐車場へ置いてください。尚、本館正面玄関前及び宿泊棟周辺は、子どもたちの活動場所ですので、駐車できません。
※　各団体につき１台に限り、自然の家ステッカーを貼った車を、緊急車として以下の場所へ駐車できます。
・本館・・・・・・・・・本館前斜路 及び 冒険の森入り口
・キャンプ場・・・・・・管理棟前など（村長の指示に従ってください。）

③ 団体の特色を生かして入退所を行います。入退所式では、職員があいさつに伺います。
〔入所式の場所〕
○本館玄関前　○体育館　○研修室　○視聴覚室　○各キャンプ場の広場
○サービスセンター前広場

〔入所式の内容例〕

（１）はじめのことば
（２）旗の掲揚（校旗、団旗、子供会旗、市旗　等）
（３）自然への呼びかけ・歌　など

例１　おーい　虚空蔵山
　　〇〇が来たよ
　自然と仲良くします！
　自然を大切にします！
　おーい　虚空蔵山
　よろしくお願いします！

例２　おーい　青い空よ　緑の森よ
　私たちは　広い野原の中で
　元気に活動します！
　力いっぱい挑戦します！
　おーい　大自然よ
　よろしくお願いします！

（４）研修生代表のことば（決意、めあて　等）
（５）自然の家の職員の話
（６）引率者代表の話
（７）おわりのことば

３ オリエンテーション

宿泊する団体は、オリエンテーションを行います。本館に宿泊する団体には、職員が行いますので、２０～３０分程時間を設定してください。

※　事前に各団体で行うことも可能です。（ＤＶＤを貸出してますので、お問い合わせください）
※　市内小中学校向けのホームページに動画をアップしています。
※　キャンプ場に宿泊する団体は、入所式の際に簡単なオリエンテーションを行います。

４ 係　会

各班には班長、生活係、整備係等の係をおいてください。必要に応じて、各団体で工夫した係を準備しても結構です。

・班　長・・・・研修・生活活動のリーダー、５分前行動の徹底、諸連絡など。
・生活係・・・・シーツの受け取りと返納、ベッドメーキング、食事の世話、各部屋の整理等。
・整備係・・・・清掃（各部屋、廊下、階段、洗面所）、浴室の整理など。

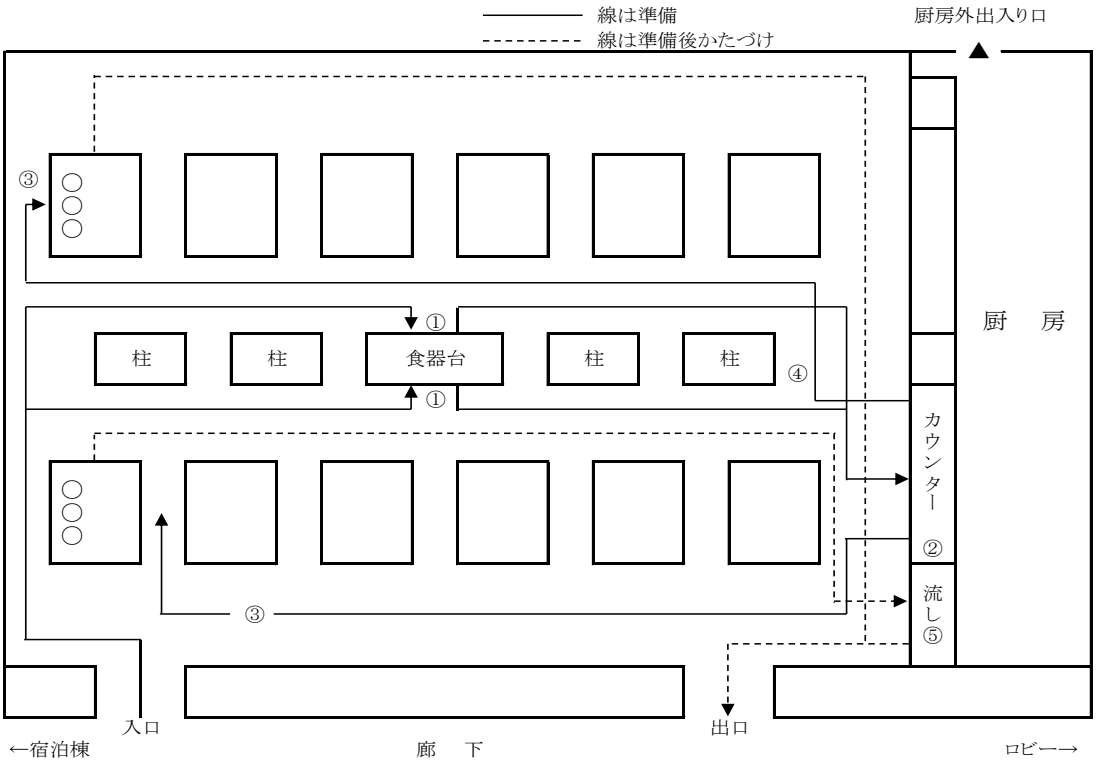
５ 食　事　　**※キャンプ場利用の団体は炊飯活動が基本になります。**

食事はセルフサービスで行います。カウンターにおかずが準備されますので、下記の方法で取ってください。

(1) 手洗いは、宿泊棟の洗面所でしてください。
(2) 食事の手順は、入り口、①で食器を、②でおかずを準備し、③でテーブルへ進みましょう。
(3) 奥のテーブルから順に席に着くようにしましょう。
(4) 食べ終わったら食べ残しは④、食器は⑤へ片付けてください。(係の人がまとめて運ぶ。)
(5) 食べ終わったらテーブルと椅子を拭き、椅子をテーブルの下に寄せてください

※　注文された弁当類、炊飯活動材料は、**食堂のテーブルでお受け取りください。**

食堂見取り図



※　入口横の流し場に給湯器があり、夜間もお湯が出ます。ポット、茶器も棚にありますので、お使いください。

６ 炊　飯

① 炊飯材料は、本館食堂のテーブルから各々受け取ってください。
② コンテナ、薪、除菌スプレー（スキッシュ）を用具庫から持ってくる。
　※ 薪について・・・原則として炊飯１回につき、１班で１束となります。
③ コンテナの道具、数を確認する。
　・道具の点検はカードで行う。（少年自然の家ＨＰよりダウンロード）
　・不足などがあったら職員へ申し出る。
④ 炊飯道具は除菌スプレーをする。（鍋の外側にクレンザーを塗ると片付けが楽になります。）
⑤ 決められたかまどで調理する。（肉は切らずに調理します。）
　・利用団体で計画して下さい。
⑥ 食事は班ごとに適当な場所で行う。その際、熱い鍋などを草の上に直接置かないこと（熱いものを直に置くと、草が枯れてしまいます）。
⑦ 道具は、自然の家で準備したクレンザーのみを使用してきれいに洗い、点検カードを確認して、水が切れるようにコンテナに逆さに入れる。　→　コンテナ置き場に返す。
⑧ 生ゴミ、残飯はコンポストに捨てる。その他のゴミは分別し、配付された袋に入れて、本館玄関わきのゴミ箱に入れる。
⑨ 水切り用のバケツもきれいに洗う。
⑩ かまどを掃除する。薪には絶対に水をかけない。燃やしきって灰になったらドラム缶に捨てる。

７ 引率代表指導者と職員の打ち合せ

必要があれば、夕方５時１５分までの間に、自然の家職員と夜の活動や次の日の研修内容の確認や諸準備の打ち合わせを行ってください。

8 夕べのつどい

一日の反省と評価などを交えながら、これからの研修活動を盛り上げるつどいにしましょう。

また、他団体との交流も大いに深め、お互いに紹介しあったり、良いところを学びあったりしながら、親睦を深めましょう。

［夕べのつどい　内容例］　特色ある構成にしましょう。

○団体紹介　　○活動のふり返りや感想発表　　○活動におけるグループや個人の表彰

○歌（所歌・校歌・今まで育ててきた合唱など）　　○ゲームやフォークダンスなど

○指導者の幼い頃の思い出話（民話や自然の話などもよい）　　○諸連絡　　など

9 入 浴

一日の緊張感が心身共にほぐれる時であり、友だちや指導者との裸のつき合いができる場です。少なくとも 15 分は入浴できるように工夫しましょう。（シャワーの数は男子浴室、女子浴室とも 10 個程度使用可。一度に 20～25 人の入浴可。）遅くとも夜 9 時までには済ませてください。

［注　意］

○常備してある固形石鹸以外のシャンプー等は使用しないでください（水を汚さないためです）。

○浴槽にタオルを入れないでください。

○浴槽内にある循環孔をふさがないでください。

○シャワーは湯加減を水道の蛇口で調整してから、コックで切り替えてください。

○最後に浴室を出る人は、必ず水道を止め、電灯、換気扇、扇風機などを消してください。

○洗い桶、腰掛の整理も心がけてください。

○体をしっかりとタオルで拭いてから脱衣所に入ってください。

○キャンプ場（荒沼・板橋）に一泊宿泊の場合は、原則として利用できません。どうしても入浴が必要な方がいる場合は、ご相談ください。板橋キャンプ場に入所された場合はシャワー(４台)が使えます（ただし、２泊以上の時にご利用ください）。

※　指導者は必ず付き添って入浴のマナーなどについて指導してください。尚、下着や靴下等の忘れ物が目立ちますので、入浴後に必ず浴室と脱衣場の確認をお願いします。

※　個別に入浴が必要な場合は、職員にご相談ください。

10 就寝の準備（ベッドメイキング）

「１階衣料庫」から、１人分につきシーツ２枚と枕カバー１枚を部屋の人数分持っていきます。

11 反 省 会（団体の裁量で）

一日の活動を振り返り、自分やグループ・全体のあり方はどうだったかについて、充分時間をとって話し合い、これからの活動や生活に生かしていくことができるようにしたいものです。

［記録の例］

○日記形式にまとめる。

○指導者や親への手紙文としてまとめる。

○グループや個人新聞としてまとめる。

○事前に目標を分析し、細分化したものをチェックしながらまとめる。

12 就　寝(たっぷり睡眠をとること)

ドアの開け閉め、話し声、足音など他人の迷惑にならないよう気配りをしてください。

[注　意]

○必要のない電気は消すなど、節電にご協力ください。

○冬は暖房が入っていますから、室内の乾湿に気を付けてください。

※　緊急避難の場合もありますので、指導者は必ず『部屋担当責任者』になってください。

13 起床・洗面・清掃

○　起床後はベッドを整理し、使用済みシーツと枕カバーを「２階の衣料庫」に返してください。

※　マットレスやシーツ等、汚した場合は職員にご相談ください。

○　清掃については、「来た時よりも美しく」という合言葉で。宿泊室の他に、廊下や玄関、階段、洗面所等も清掃してください。掃除用具は、廊下の用具室の中にあります。

○　洗面所は、流しや鏡をきれいにしてください。風呂場の整理整頓にもご配慮ください（トイレの清掃はやらなくて結構です)。

○　キャンプ場では、テントの中と外のごみ拾い、トイレの床、炊飯棟の清掃をしてください。

○　キャンプファイヤーを実施した団体は、翌朝速やかに営火場を片付けてください。

※　火守り役の方は、残り火がある間は、燃え尽きるまで作業をお願いします。

14 朝のつどい

一日の活動に対する意欲づけや健康観察をしてください。また、前日の反省に立って新たなめあてを掲げたり、個人やグループの活動の様子などを認めてあげたりすることも大切です。

[朝のつどい内容例]

○朝のあいさつ　　○健康観察　　○旗の掲揚　　○朝の運動　　○歌

○朝の話（指導者ばかりでなく、子どものお話なども）　　○他団体との交流　　○諸連絡

15 奉仕活動

子どもたちに社会や他人のために働く意義と喜びを味わわせましょう。

※　**宿泊団体は、原則として奉仕活動を取り入れることになっています。**

○草とり　　○荒沼のごみひろい　　○石拾い　　○館内清掃

○雪はき、雪踏み　　○スキーの整理整頓

※　子どもたちにさせたい奉仕活動がありましたら、それをぜひ実行してください。

※　ゴミ拾いを行ってくださる場合は、**ゴミ袋を持参**の上、**分別をお願いします。**

16 退所前の準備

退所前にしなければならないことは、次のとおりです。

①研修活動に借用した物品の返納。

②研修日誌・傷病者記録の提出（後日、ＦＡＸまたはメール〈SHIZEN@ymgt.ed.jp〉でも可)。

※　研修日誌はＨＰよりダウンロードできます。

③部屋の点検。整理完了したら事務室に連絡してください。その時､各部屋の荷物はすべて廊下などに出して､各班の代表の子どもを点検に立ち合わせてください。

④引率者は事務室で食事代やシーツ代の請求書を受け取ったり、クラフト代などの実費の支払いをしたりしてください。

17 退 所

団体の特色を生かして退所式を行います。

めあてにどれだけ近づいたか、この活動で学んだこと、感じたことなどを表現してください。

［退所式の内容例］

（１）はじめのことば
（２）感想発表
（３）白鷹宣言（退所前に話し合ったことをまとめて宣言）
（４）合唱など
（５）自然の家の職員の話
（６）指導者の話
（７）旗の降納
（８）おわりのことば

ひとことメモ

「ふり返り」は 子どもの育ちを実現するための貴重な活動！

子どもが本気になって「価値ある活動」を体験しても、自分の変容への気付きが掘り起こされなければ、活動した意味も子どもの育ちも半減してしまいます。子どもが、自らの高まりやこれから頑張りたい課題を意識してこそ、次の活動や今後のくらしに活かされるからです。無自覚のままに過ぎ去ってしまうのは、とてももったいないことです。

そこで、「ふり返り」のポイントを紹介させていただきます。

① 子どもが忘れてしまわないうちに、時期を空けずに「ふり返り」の活動を設定する。
② 学年・学級で掲げた活動のねらいについてのふり返りを個別に書く。
③ 全員がふり返りを書き終わったら、全体交流により共有を図る。「高まったこと」と「もうひと息のところ」を区別して板書する。
④ 子どもの発表が「～できてよかった」「～したのが楽しかった」という結果一辺倒のものばかりの場合は、「どうしてできた（楽しめた）のか。自分は、どんなことを頑張ったのか」を考えるポイントとして提示し、再考させた後に、再び全体交流を設定する。
⑤ 全体交流の場に出された今回の高まりを、どんな活動に活かしていくのかを決める。また、もうひと息のところをどんな活動で高めていくのかも決める。
⑥ 決めたことが達成できた時の素晴らしさをイメージさせ、子どもたち全員の今後の目標にできるように意識付けをする。励ます。→ 日常的に評価する。

第９章　本 館 以 外 の 利 用

１ キャンプ場の利用

（１）入所について

① 入所式の方法は本館での方法に準じます。本職員によるキャンプ場利用についてのオリエンテーションを行ってください。

② オリエンテーションの後、テントに入り荷物を整理します（板橋沼キャンプ場は、各班でテント設営・撤収を行います）。

③ 銀マット・シュラフ・インナーシーツを配付します。村長（管理人）もお世話しますが、子どもには利用団体の指導者が配付してください。コンテナは炊飯活動の直前に配付します。

（２）生活と研修活動について

① 本館の施設、設備を使って活動する場合（プラネタリウム、体育館など）は、本館利用団体が優先となります。本館利用団体が使用しない時間帯にのみ利用可能です。

② 落雷や暴風雨などの非常時には、本館等へ避難する場合もあります。その場合は、本所の職員ならびに管理人の指示に従ってください。

（３）安全確保と諸注意

① 火を使う場合が多いので、やけどなどに注意してください（軍手使用など）。

② 夜間の活動では、指導者は十分な監視体制を取ってください。

③ キャンプファイヤーの残り火がある間は、1名以上の引率者が残って、完全に火が消えるまで離れないようにしてください。尚、熱くなっている火床に水をかけないようにしてください。

④ 禁止事項

×テント内での火気使用　　×炊飯場以外での煮炊き
×飲　酒　　×花　火　　×煙草等の投げ捨て

（４）退所にあたって

① 退所の前にはテント内外の清掃をしてください。

※板橋沼キャンプ場はテントの撤収をしてください。テントが濡れている場合は撤収できないので、必ず朝に、職員や村長（管理人）と相談の上、時間を設定してください。

② 撤収の際は、テント点検カードを使って点検してください。

③ 退所日に他の入所団体があるときは、午前10時までにはテントを空けてください。

２ サービスセンターの利用

(1) サービスセンターは生涯学習のための施設です。一般の方々も利用しますので、迷惑のかからないようにしてください。各団体の荷物は、1F ふれあい工房か2Fホールに置いてください。

(2) 車椅子ご使用の場合は、サービスセンター横のスロープからセンターに入ることができます。

(3) 食事は、1Fふれあい工房と2Fホールでとることができます。

(4) お湯が必要な場合は、職員に申し出てください。

(5) コンセントからの電気使用は、原則できません。使用希望の場合は、事前打ち合わせ時に、申し出てください。

第10章　健 康・安 全 対 策

1 健康及び安全の確保

①利用前、利用中、利用後も健康状態の観察を行い、適切な指導をしてください。
②アレルギー体質や既往症等に関して心配な点がある場合は、事前にご相談ください。
③専用の医療品等があれば、必ず持参してください。
④けが人や急病人・事故などが発生した場合や途中で帰る場合は、すぐ事務室に連絡してください。
⑤深夜における急病などの場合は、本館は夜警に、キャンプ場は管理人に連絡してください。
⑥非常時の避難など
　ⅰ　到着後、必ず非常口・避難経路・避難場所の確認をしてください。
　ⅱ　火災などにより、避難の必要があると判断した場合は、緊急非常全館放送によりその旨を連絡します。最寄りの非常口から子どもたちを安全に避難させてください。

2 野外活動の安全対策

（1）はじめに

美しい自然の中にも危険が潜んでいます。その危険から身を守ることも大切な学習の一つです。
※　事故にあったり、怪我をしたりしたら、すぐに本館事務室にご連絡ください。

（2）服　装

活動には、それに適した服装があるものです。活動に入る前に、服装を確認しましょう。
（例）森の中に入るときは、長袖、長ズボン、帽子、できれば軍手も用意する。
　　ハチに刺されるのを防ぐために、黒い洋服は避ける。

（3）危険な動物

★ツ キ ノ ワ グ マ⇒気配でわかることがあります。 見つけたら騒がず遠ざかるようにします。鈴の音や声を出して行けば、熊の方から遠ざかっていきます。（熊鈴は本館で貸し出していますので、森に入る際には必ず身につけましょう。）

★ニホンカモシカ⇒めったに向かってきませんが、角は大変危険です。刺激しないようにします。

★イ　ノ　シ　シ⇒興奮したイノシシは大変危険です。（クマ対応と同じ）

（4）毒のある蛇　*（もし、かまれたら　→ｐ４０）*

★ニホンマムシ　★ヤマカガシ（血清がありません）

身を守るために…ゴム長靴をはき長袖長ズボンを着用し、万が一噛まれても被害の出にくい服装をすることが大切です。

遭遇したら……蛇の存在に気づいたら１ｍ以内には近寄らず、逃げる時はなるべく蛇の視野から逃れるように静かにその場から立ち去ってください。危険なのは急に藪に入ったり、周りを取り囲んで蛇の逃げ道を塞いだりすることです。蛇が動かずに死んだと思っても近寄らず、手で触らないようにしましょう。

※　マムシは頭が三角形で首が細く、銭形模様が特徴的です。噛まれると上あごにある２つの毒牙の跡が残ります。

※　ヤマカガシは、毒蛇らしい三角形の頭をしておらず、比較的細く丸形です。首周りのリボン状の模様と、黒と赤の市松模様が特徴的です（個体差あり）。毒牙も口の奥にあり、噛み跡はマムシと異なります。

（5）危険な昆虫　*（もし、さされたら　→ｐ３９）*

★スズメバチ　★ギバチ　★アシナガバチ　など

身を守るために…ハチは黒い物に寄ってくるので、黒い服装は避けましょう。白っぽい服装に帽子をかぶり、できるだけ肌は出さないように心掛けましょう。いたずらをしたり、刺激したりしないようにします。巣を見つけたら避けて通りましょう。巣に近づいたり、石を投げたり棒でつついたりしないでください。大変危険です。

遭遇したら……蜂が襲ってきたら、できるだけ体を低くして逃げましょう。刺された場合、体質によっても症状が異なってきます。特に、アレルギー体質かどうかについて、事前に確認しておきたいものです。

（６）危険な植物

★オクトリカブト　★ドクウツギ　★ウルシ　★ヤマゴボウ　★イチリンソウ　など

※　間違って触ったら、すぐにきれいな水で洗いましょう。当然食べてはいけません。

（７）毒のあるキノコ

★テングダケ　★コレラダケ　★ニガクリタケ　★ツキヨタケ　★カエンダケ　など

※　カエンダケは触るだけで皮膚がただれます。自分の知らないキノコは採らないようにします。知っている人に聞きましょう。勝手に持ち帰らないようにしましょう。

（８）いかだアドベンチャーの注意

① いかだ乗りの時は、必ず救命胴衣を着用します。
② 救命胴衣が正しく装着されているか点検します。
③ いかだに乗る時、降りる時は、前後左右のバランスを考えて行動します。
④ いかだの上で立ったり、移動したりすることは厳禁です。
⑤ 万が一、水に転落したら、全員で緊急笛をならし、救命ボートを呼びます。

（９）雨天時や雨上がりのプロジェクトアドベンチャー・アスレチックの禁止

濡れている場合は滑って危険なため、活動を中止します。

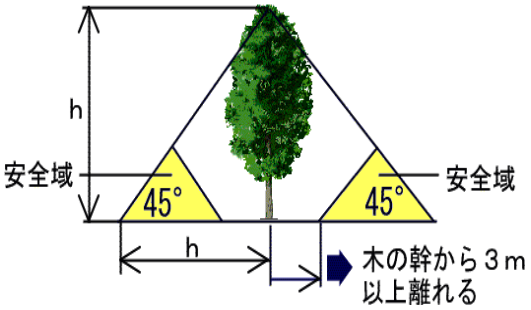
(10) 落雷対策

① 雷の性質

・大気が不安定な時に、局地的上昇気流によって、雷雲（積乱雲）が発生します。
・積乱雲の成長するのが見えたら、数分後に落雷の危険があります。
・「ゴロゴロ」と雷鳴がかすかにでも聞こえたら、そこに落雷する危険があります。

② 野外で雷に遭遇した時

・近くに建物があれば、その中に逃げます。
・建物のない平坦なところで、高い木があるときは木のすぐ下は避け、立ち木を４５度くらいで見上げられる場所で、低い姿勢になります。
（右図参照　木の下は感電する危険があります。）
・野原のように何もないところでは、できるだけ低い姿勢で様子を見ます。
・眼鏡・時計などの貴金属を持っていなくても、落雷の危険性は変わりません。



・レインコートなどの電気を通さない物を身につけていても、雷から身を守る効果はありません。

※　天気予報、警報注意報などの情報をこまめに確認してください。

３　熱中症対策

夏期は、本館で気温・熱中症指数を定期的かつ状況変化に応じて計測し掲示します。気温３５℃以上、またはWBGT３１℃以上となる時及び未満であっても湿度が高い場合や日差しが強い時は、利用団体にその状況を伝え、野外活動等の中止や内容の変更を勧告します。利用団体は、児童生徒の安全を第一に考え判断してください。

【予防の原則】

・環境条件を把握し、屋内外にかかわらず水分と休憩をとること
WBGTが28℃以上になると熱中症発生率が上がります。また、水分補給してから30分経過しないと体内に行き届きません。
・暑さに体を徐々に慣れさせること
体に暑さが慣れていない梅雨の時期にも、熱中症は起こりかねます。
・服装に気を付けること
黒色を避け、吸湿性・通気性があるものが適しています。着替えもあるとよいでしょう。
・常に健康観察を行うこと
環境条件だけでなく、寝不足など、個人の条件によっても熱中症になりやすいです。また、子どもが自分で不調を感じたら申し出て休むような声掛けや習慣づけが大切です。

※　活動を行う際には、活動前・活動中・活動後の健康観察を行うなど、児童生徒の体調管理に、十分に配慮してください。

※　熱中症の疑いのある症状がみられた場合は、適切な対応(P.39参照)を迅速に行ってください。

４ 冬期間の安全対策

（１）特に注意していただきたいこと

・活動に余裕がなくなると、怪我も多くなります。プログラムを作成するときは、時間に追われなくても済むように配慮してください。
・服装・用具などは、それぞれ自分に合ったものを準備してください。
・活動後の汗の始末をしっかりすること。替えの下着や靴下などは多めに準備してください。
・活動の最初と最後に事故が起こりやすいので、指導者は活動の様子を十分に把握してください。
（準備運動をしっかりする。疲れたら休む。最後の「もう１回」が事故のもと。）
・宿泊棟の暖房は部屋ごとになっていますので、引率指導者が管理してください。
・つららや落雪の危険がありますので、軒下では活動しないでください。

（２）ラングラウフスキーの注意

・ストックを振り回して他の人に怪我をさせないように注意しましょう。
・特に下り坂では、前の人との間隔をあけて衝突をさけましょう。
・コースによっては、脇に溜め池などがある場合があります。落ちていかないように引率指導者が付いて安全を確保してください。

（３）そり乗りの注意（衝突事故を防ぐために）

・スタートや隣の人との間隔を十分にあけてください。
・気象条件によって、滑り具合が違います。乗り方だけでなく止まり方の指導も行ってください。
・引率指導者は、ゲレンデの上と下に付いて、安全に配慮しながら指導してください。

（４）チューブ滑りの注意（衝突事故を防ぐために）

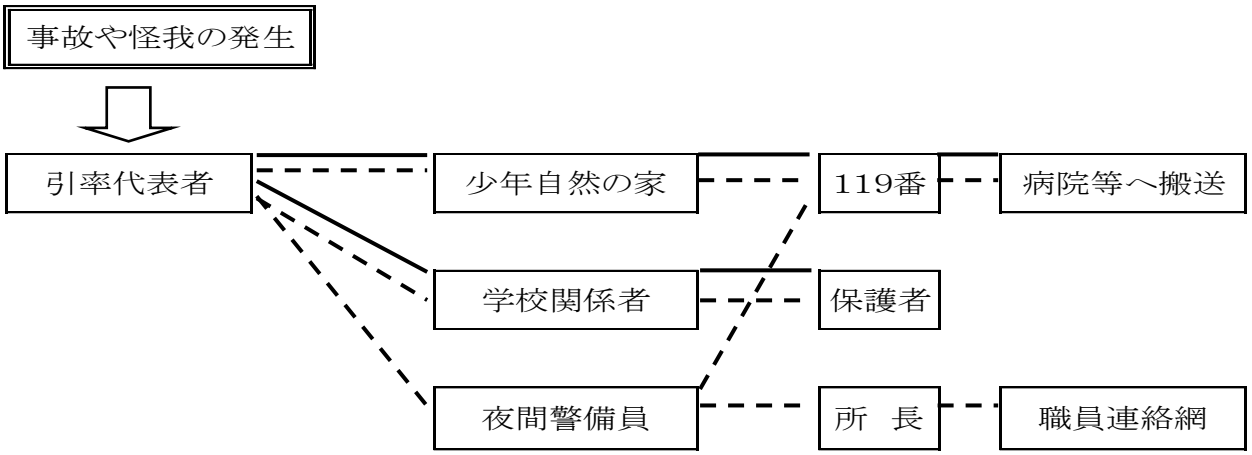
・前の人が滑り終わって立ち上がってから、スタートしてください。
・滑り終わったら、上から滑ってくる人に注意しながら、すぐによけるように指導してください。
・途中で転倒したり、帽子などを飛ばしたりした時は、引率指導者が直接対応してください。
・引率指導者は上と中と下の３カ所に付いて、安全に配慮しながら指導してください。

５ 事故が起きた場合の救急体制

（１）緊急連絡先	救　急　車	…	119
（２）最寄りの病院	山形厚生病院	…	645-8118
	至誠堂とかみクリニック	…	646-5588
（３）休日/急病診療所	山形市休日夜間急病診療所	…	635-9955
	休日救急歯科診療所	…	629-9988
（４）救急病院	山形市立病院　済生館	…	625-5555
	県立中央病院	…	685-2626
	小白川至誠堂病院	…	641-6075
	篠田総合病院	…	623-1711
	東北中央病院	…	623-5111
	山形済生病院	…	682-1111
	山形大学医学部附属病院	…	633-1122
	山形徳州会病院	…	647-3434

※自然の家から救急車を要請した場合、「ドクターヘリ」も一緒に出動し、大駐車場もしくはＳＣ前広場に着陸します。患者の搬送には、引率者１名が必ず付き添ってください。

（５）緊急連絡網　　昼間 ――――
夜間 - - - - -



※　緊急時の連絡先、即住症（ぜんそく、心臓病、腎臓病など）を把握しておいてください。

６ 応 急 処 置

（１）蜂に刺された

【処置法】

ⅰ 針を抜く：針等が刺さっている時は根元からおさえて毛抜きなどで抜く。
ⅱ 毒抜きを行う：爪や吸引器で毒をしぼり出す。
ⅲ 傷口を洗う：患部を清潔な水で十分洗い流す。
ⅳ 抗ヒスタミン剤を塗り、ガーゼ保護を行う。
ⅴ 氷嚢や保冷材でアイシングする。

→応急処置をしたら、早急に医師の診察を受けましょう。

※　アナフィラキシーに注意；じんましん、腹痛や嘔吐、呼吸困難などが現れます。中でも重篤な状態をアナフィラキシーショックと呼ばれます。特に蜂に刺されたのが二回目の時は、注意が必要であり、刺された後 30 分以内に起こるので十分に観察します。

（２）毒蛇（マムシ、ヤマカガシ）に噛まれた

【処置法】

ⅰ 安静にする：噛まれたらまず、安静に寝かせる。
※　動くと毒素のまわりが速くなります。噛まれた部位は心臓より低く保ちます。
ⅱ 傷口を洗う：傷口をきれいな水で洗い流す。５％タンニン酸があればそれで洗い流す。
ⅲ 布等で縛る：手足であれば、傷口より上部（心臓に近い方、5～10ｃｍ）を脈が止まらない程度で縛る。約 10～15 分に一回 90 秒程度ゆるめ血を通わせる。
ⅳ 毒を吸い出す：毒を吸い出し、吐き出す。
※　口の中に傷や虫歯がある人は危険。蜂同様、吸引器を使用するのが効果的です。
ⅴ 元気づける：精神的なショックを取り除く。
※　応急処置をしたら早急に医師の診察を受けてください。

（３）熱中症

【症　状】

・顔が赤くなる　・呼吸が速く浅くなる　・体温が上昇する
・汗は出ない　・血圧が低下する　・頭痛、めまい

【処置法】

ⅰ 風通しがよい涼しい所に運び衣類を緩める。

ⅱ 基本、下半身をやや高めに寝かせる。【図１】
吐気嘔吐がある場合は、気管につめないように横向きで寝かせる。【図２】

【図１】

【図２】

ⅲ 体温が高いときには、水で全身の皮膚を濡らし仰いで風を送り体温を下げる。

※ 額、首・わきの下・足の付け根の動脈を冷やします。

ⅳ 意識がはっきりあり、吐き気や嘔吐がなければ、水やスポーツ飲料、塩分を取らせる。

※ 無理に飲ませず、徐々に様子を見ながら行ってください。

※ めまいで倒れる場合があるので注意してください。

（４）火 傷

【処置法】

ⅰ 徹底的に冷やす。

※ 服を着た上の場合、脱がさないで服の上から流水で（冷たい水、水道水、濡れたタオル、氷を入れたタオル）痛みが取れるまで、5～20 分が目安です。ただし広範囲の場合、体温低下の恐れがあるため注意します（10 分以上冷やさない）。

ⅱ 火傷の程度を確認する。

程度	外 見	症 状
１度	皮膚の色が赤くなる	痛みと、ヒリヒリする感じ
２度	皮膚ははれて赤くなり水ぶくれになるところもある	浅２度（真皮浅層の障害）；強い痛みと焼けるような感じ 深２度（真皮深層の障害）；痛みや皮膚の感じが分からなくなる
３度	皮膚は乾いてかたく弾力性がなく、蒼白になり場所によってはこげている	痛みや皮膚の感じが分からなくなる

※ 水ぶくれが出来ても潰さずに、ガーゼやバンソウコウで保護してください。

※ 氷等で冷やす時は冷やしすぎに注意します。健康な皮膚が痛くなるほど冷やさず、休み休み冷やすようにします。

※ 火傷の程度に関わらず広範囲の場合は皮膚科・外科へ。→軟膏・油・消毒薬等はぬらないようにします（感染の原因になったり、医師の診療の妨げになります）。清潔な布等で覆いながら搬送するとよいでしょう。

（５）切り傷、刺し傷 等

出血には下記の 3 つの種類がある。

・毛細血管からの出血：赤い色でにじみ出るような出血。

・静脈からの出血：赤黒い色でじわじわと出血。傷口を圧迫して止血。

・動脈からの出血：鮮やかな赤色で勢い良く出血。止血点を圧迫止血する必要。
特に動脈からの出血の時には注意が必要。

切り傷 ・軽いものは、傷口を消毒しガーゼを当てておく程度で治る。
・大きな傷は周りの皮膚をつまんで傷をふさぐようにすると良い。
・きれいなガーゼをあてる。

刺し傷 ・大きなものが刺さったら無理に抜かないようにする。
・動脈に傷ついて抜くと、一気に血が出るので無理せずできる範囲で止血する。
→ 皮膚科・外科へ搬送する。

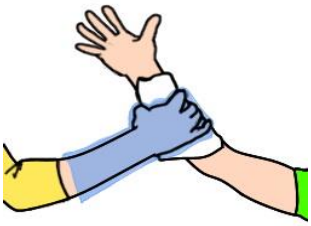
【止血方法】

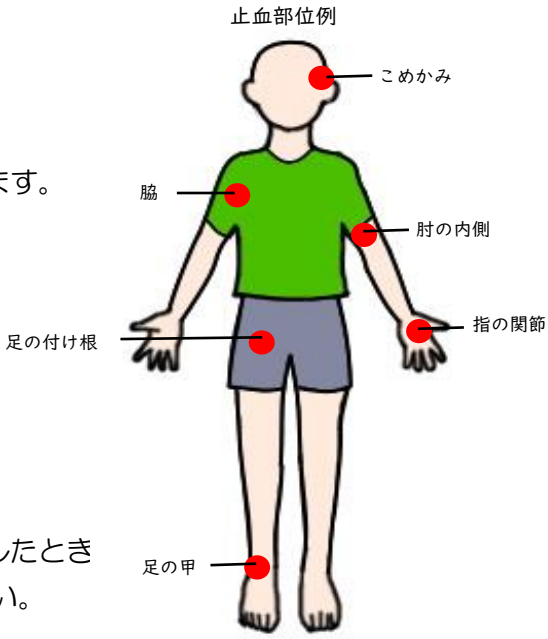
ⅰ　直接圧迫止血法

・ガーゼやタオルで傷口を当て、手のひらで圧迫する。

・感染予防のため、ビニール手袋などをつける。

※　基本的に大体の出血は、直接圧迫止血法で止まります。





ⅱ　間接圧迫止血法

・傷口より心臓に近い動脈を圧迫して止血する。

※　動脈の流れを一時的に遮断するため、圧迫を解除したとき再出血する可能性があります。適切に行ってください。

（６）骨　折

全身状態を観察し、少しでも骨折が疑われる症状（腫れ、変形、皮膚の変色、触れた時の激しい激痛）があれば骨折の手当てを行う。

【処置法】

痛みを和らげ骨折部の安静をはかるために、まず副子（添え木）を当て骨折部を固定する。副子は傘・板・クッション・座布団・毛布など、身近にあるものが利用できる。骨折した部位の上と下の２関節に届く長さが必要。また、腫れがある場合は冷やす。

【副子の当て方】

ⅰ　一人が骨折部を動揺しないようにしっかりと支える。

ⅱ　皮膚との間（かかと、足首、膝、手首、肘など）にはタオルなど柔らかい布を十分に入れる。

ⅲ　副子は、骨折部が動かないように骨折部の上下２関節を包帯・三角巾等でしっかり固定する（末梢の血行を妨げない程度の強さで）。

※　骨折部が変形している時は、むやみに戻さずに固定します。固定したらできるだけ早く整形外科か外科に受診しましょう。移動の際、動かすと痛みが強くなるため、できるだけ振動が加わらないように注意します。

（７）捻　挫

関節の痛みと腫れが主な症状。冷やす、又は冷湿布をし、関節を固定して動かさないようにすることが大切となる。

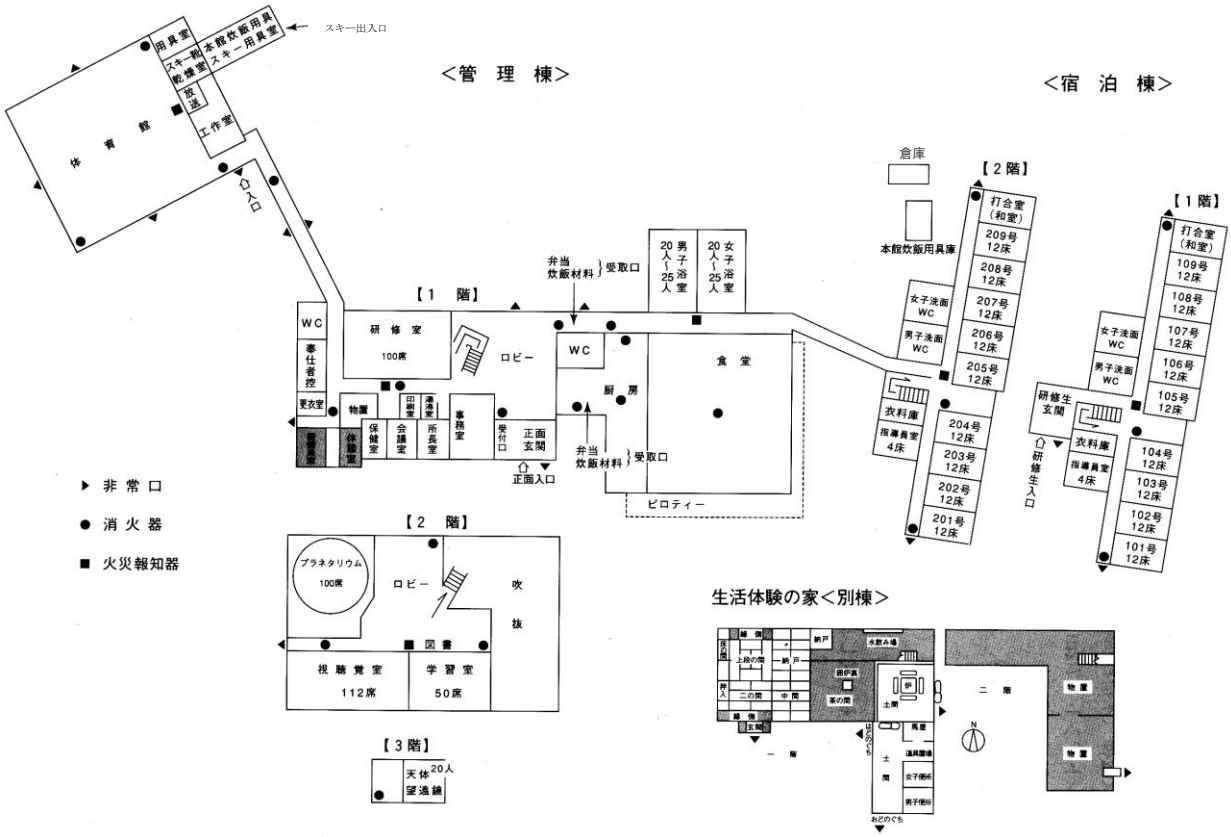
７　AED（自動体外式除細動器）の設置場所

ＡＥＤとは、心臓がけいれんし血液を流すポンプ機能を失った状態（心室細動）になった心臓に対して、電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器である。ＡＥＤは、操作方法を音声ガイドしてくれるため、簡単に使用することができる。また、心臓の動き（心電図）を自動解析し、電気ショックが必要な方にのみ電気ショックを流す仕組みになっている。

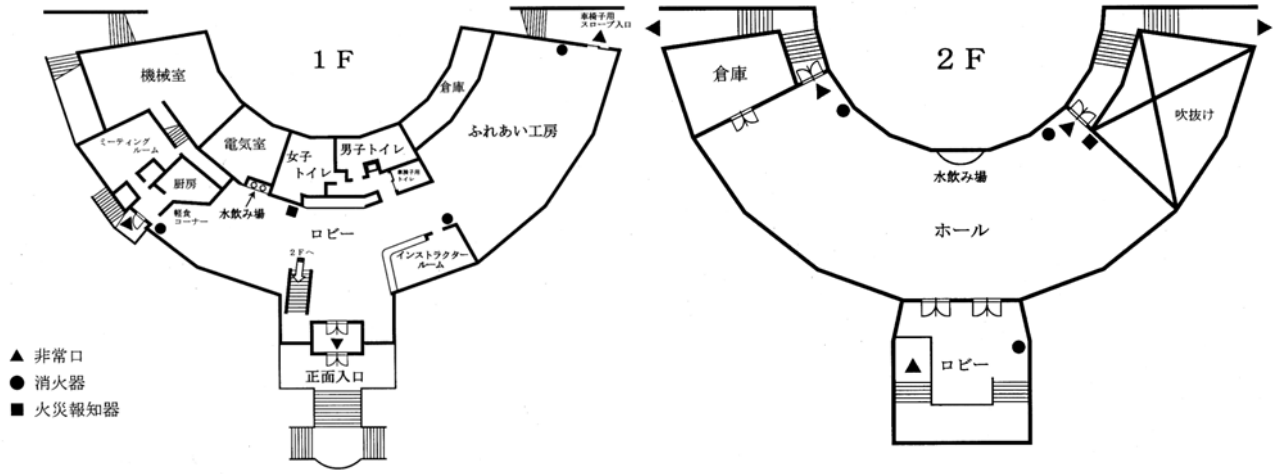
【ＡＥＤ設置場所】

★本館ロビー　★サービスセンター　★板橋沼キャンプ場管理棟　★荒沼キャンプ場管理棟

［資料１］本館案内図



［資料２］サービスセンター案内図



［資料３］荒沼キャンプ場（常設テント）

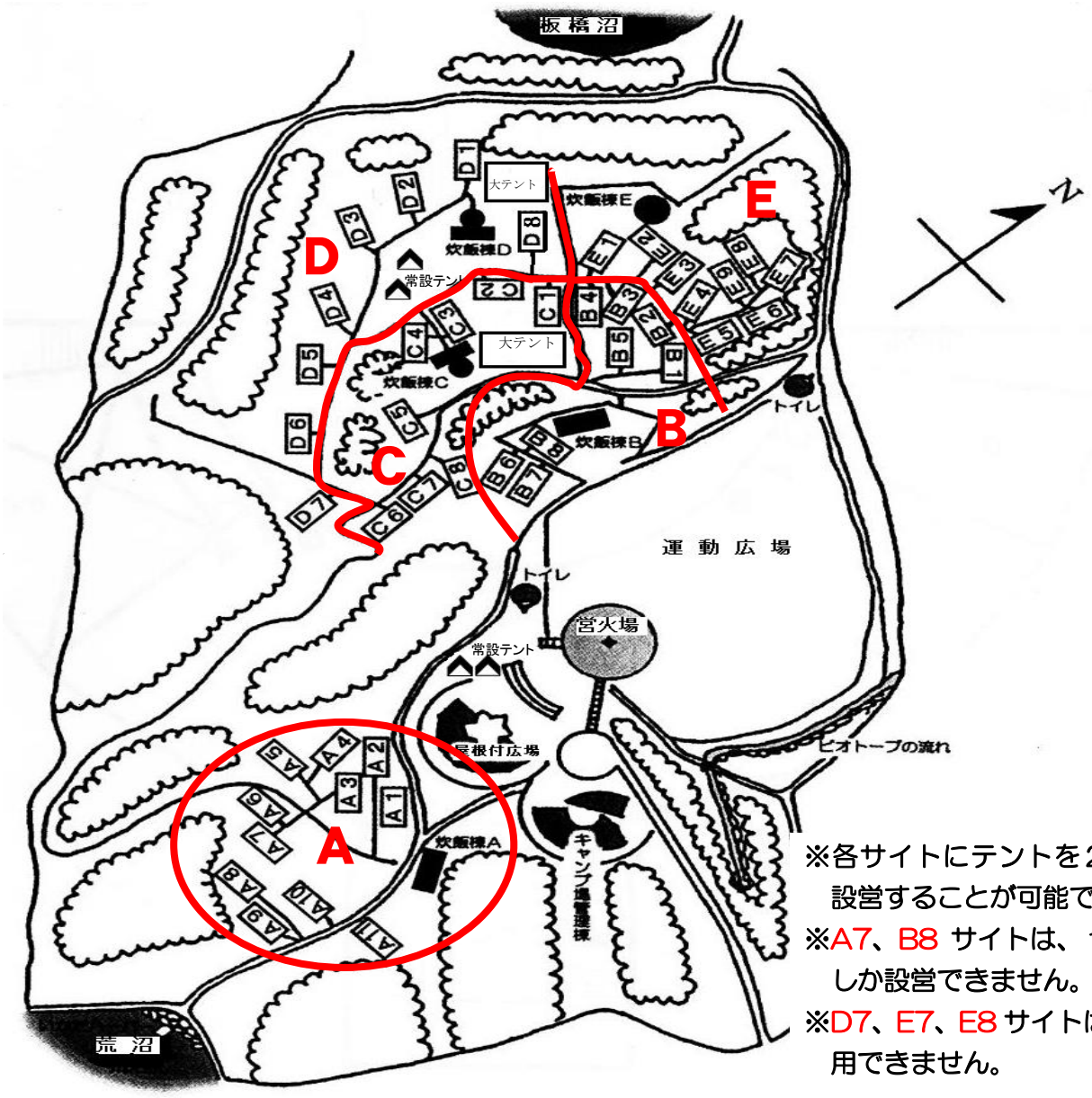
建　物	管理棟、用具棟、バンガロー５棟（１棟定員８～10 人）、 炊飯棟（水道蛇口 36、かまど 28）、トイレ３棟（うち１棟はバイオマストイレ）、 薪小屋、展望台、イベントテント（大テント）
設　備	場内用放送機器、ワイヤレスアンプ（マイク付き）、ドラム、ＣＤラジカセ、 公衆電話、営火場
用　具	常設テント 40 張（3,4 人用）、シュラフ 150（不足した場合は追加可能）、 炊飯用コンテナ 40 セット、ランタン 40 個 炊飯用コンテナの内容…鍋 2、まな板 1、包丁 2、フライ返し 1、しゃもじ 1、 ボウル（大１・中１）、ざる（大１・中１）、おたま 1、皮むき 2

荒沼キャンプ場案内図　（常設テント）

［資料４］板橋沼キャンプ場（テント設営・撤収）

建　　物	管理棟（シャワー５室）、コンテナや炊飯用コンテナ及び薪倉庫、 水洗トイレ２棟、指導者用常設テント４張（屋根付広場・C炊飯棟裏 各２張） 大テント２張（B炊飯棟とC炊飯棟の間・D炊飯棟とE炊飯棟の間）				
テントサイト	A	B	C	D	E
テント数	11 ｻｲﾄ 21 張	8 ｻｲﾄ 15 張	8 ｻｲﾄ 16 張	8 ｻｲﾄ 16 張	9 ｻｲﾄ 18 張
かまど	１２	１２	１０	１０	６
水道	１２	１２	１２	１２	６
設　　備	場内用放送機器、ワイヤレスアンプ（マイク付）、ＣＤラジカセ、ドラム、 公衆電話、営火場				
用　　具	ドーム型テント 55 張程度（5,6 人用）、シュラフ 300、炊飯用コンテナ、 ランタン 炊飯用コンテナの内容･･･鍋（２）、まな板１、包丁２、フライ返し１、しゃもじ１、 ボウル（２）、ざる（２）、おたま１、皮むき２				
他 の 施 設	運動広場、屋根付き広場、ビオトープ				

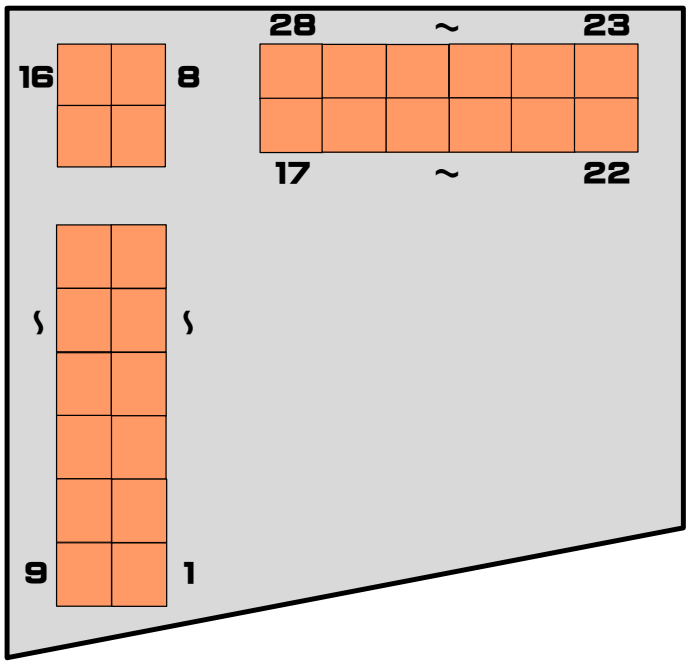
板橋沼キャンプ場案内図

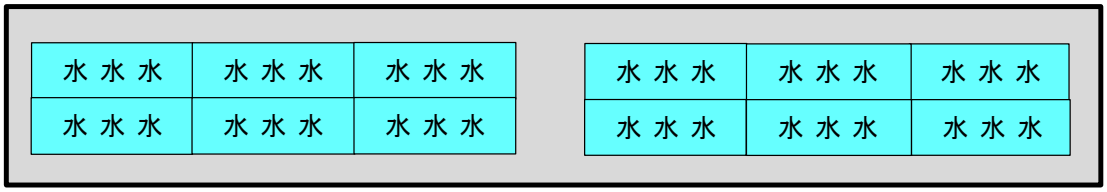


※各サイトにテントを２張設営することが可能です。
※A7、B8 サイトは、１張しか設営できません。
※D7、E7、E8 サイトは利用できません。

［資料５］各炊飯棟内の配置図

荒沼キャンプ場　炊飯棟　　かまど２８　（水道３６）

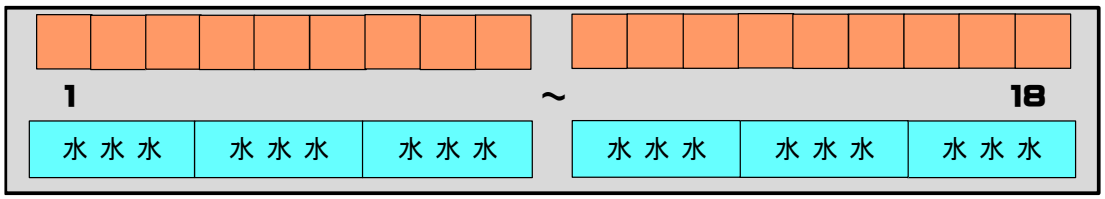




水場近くに『大テント』があります。雨天時や地面が濡れている際に便利です。

コンテナ置場と薪庫は、別棟（離れた場所）に位置しています。近くの職員にお尋ねください。

本　館　炊飯棟　　かまど１８　　水道１８

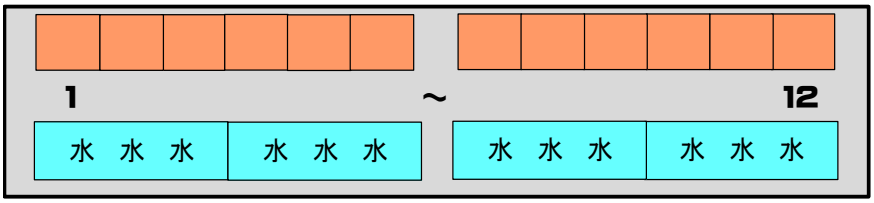


雨天時や地面が濡れている際の「食事の場所」を他の団体と調整し、確保しておくことをおすすめします。

用具庫（コンテナ・薪・クレンザー・スキッシュ等）は、本館炊飯棟から宿泊棟前に見える２棟の右側です。各団体で、コンテナや薪など必要な数だけお持ちください。また、クレンザーやスキッシュは、２～３班で１つの割合になるようにお持ちください。

板橋沼キャンプ場　炊飯棟　　かまど　計５０（水道　計５４）

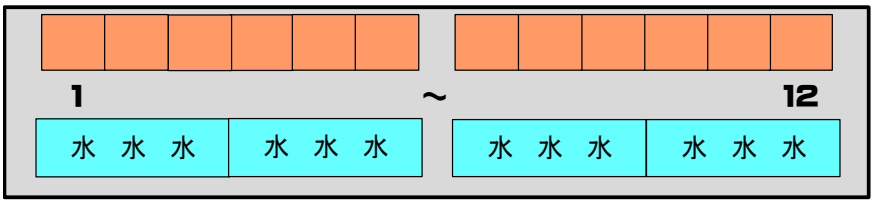
【A炊飯棟】



かまど　12
水道　12

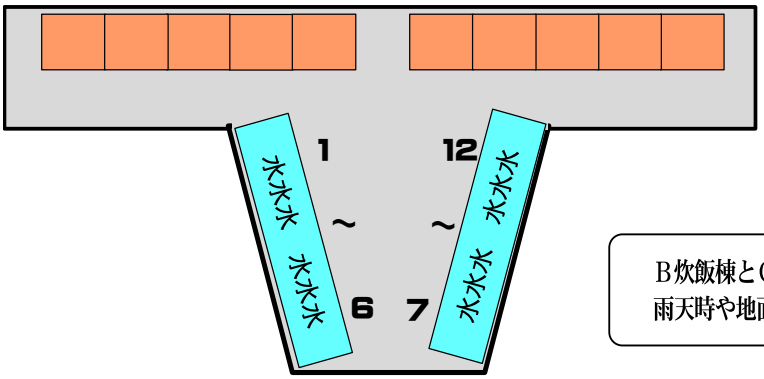
雨天時や地面が濡れている際は、『屋根付広場』を使うと便利です。

【B炊飯棟】



かまど　12
水道　12

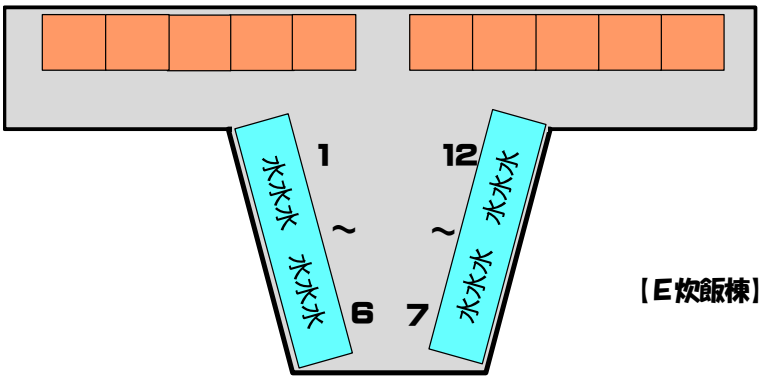
【C炊飯棟】



かまど　10
水道　12

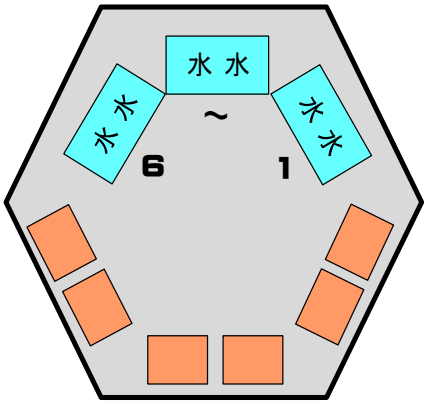
B炊飯棟とC炊飯棟の間に『大テント』があります。雨天時や地面が濡れている際に便利です。

【D炊飯棟】



かまど　10
水道　12

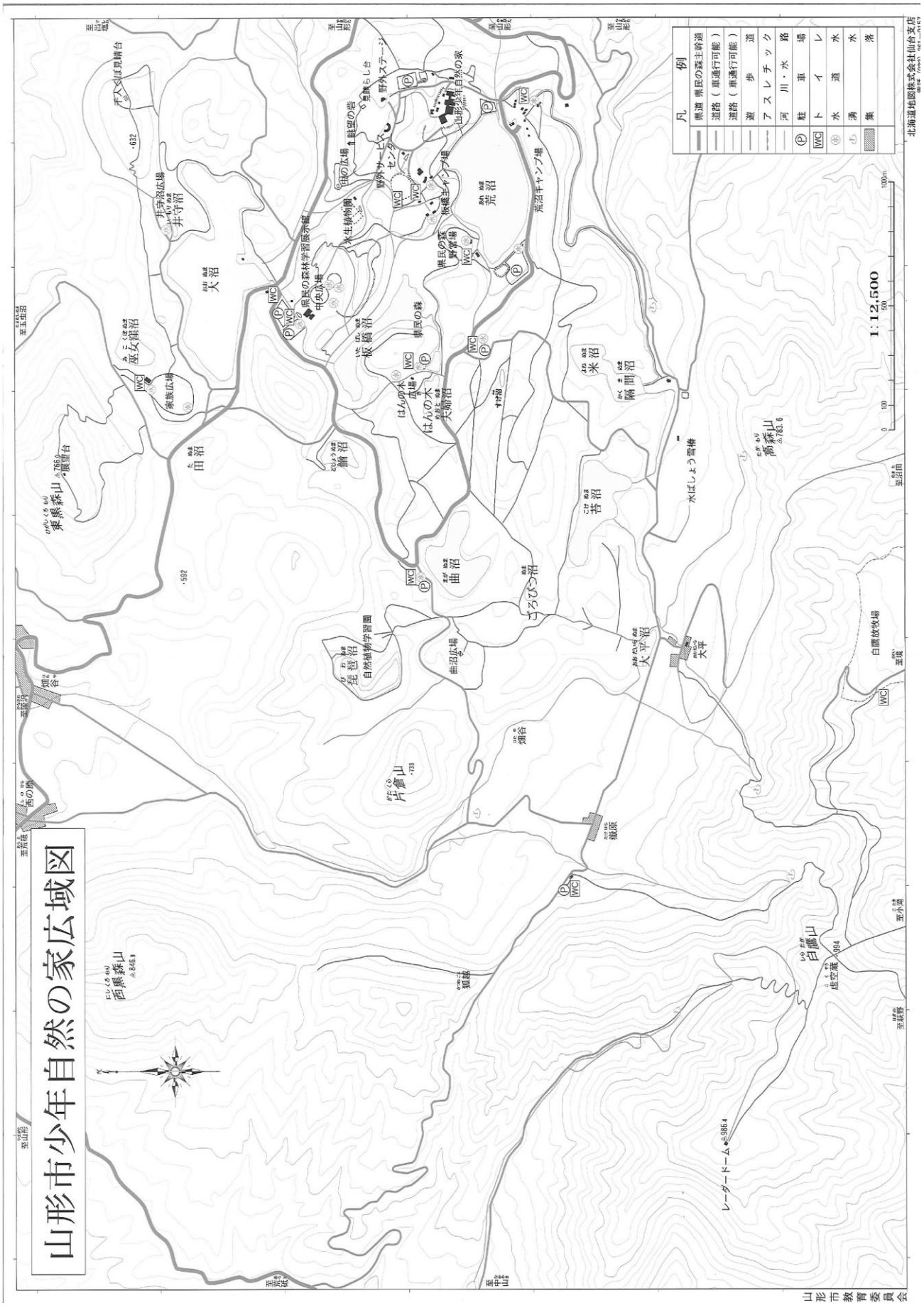
【E炊飯棟】



かまど　6
水道　6

D炊飯棟とE炊飯棟の間に『大テント』があります。雨天時や地面が濡れている際に便利です。

［資料６］山形市少年自然の家活動広域図



山形市少年自然の家

〒990－0361

山形県東村山郡山辺町大字畑谷字板橋 3725番地

＜本館 事務室＞

電 話: 023－643－8533 FAX:023－643－8574

URL : http://www.ymgt.ed.jp/shizennoie/

E－mail : SHIZEN@ymgt.ed.jp

＜野外活動センター＞

電 話: 023－643－8633（サービスセンター）