

# ⑤PAL大冒険キャンプ

2017年8月10日(木)~8月15日(火) 5泊6日

## ◆◆主なプログラム予定◆◆

当日のプログラム予定です。状況により変更することがございます。

	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目
朝	しゅうごう 集合 げんき い 元気に行ってください！	やがいすいはん 野外炊飯① アウトドアクッキングに チャレンジ☆	かわあそ 川遊び あつ なつ る と 暑い夏を吹き飛ばせ！	アドベンチャープログラム グループの絆を深めよう！		メモリアルタイム このキャンプを振り返ろう！
午前	いどう バスで移動☆ そに 曾爾にレッツゴー！			やがいすいはん 野外炊飯② やがいすいはん 野外炊飯パーティーをしよう！	だいぼうけんとうざん 大冒険登山 めざ おうじょう 目指せ頂上！ じかん だいぼうけん 8時間の大冒険にチャレンジ！	いどう バスで移動☆ おおさか 大阪に帰ろう！
午後	しせつとうちやく 施設到着 はいせいじゆんび 入所式、荷物整理、滞在準備	しぜんたんけん 自然探検 そに やま たんけん 曾爾の山を探検しよう！	きゅうそく 休息 こうはん も からだ やす 後半に向けて身体を休めよう！			かいさん 解散 またね～！
夜	こうりゅうかい 交流会 レクリエーション大会	ナイトハイク よる しぜん かん 夜の自然を感じよう♪	キャンプファイヤー ゲーム大会！	ほしぞらかんさつ 星空観察 そに ひる なつ さんかくけい 曾爾に広がる夏の大き三角形を 見よう☆	キャンダルファイヤー さいご よる さいこう ながまつ 最後の夜を最高の仲間と過ごそう！	

## ■現地プログラムについて■

ピープルアクティブライフでは、こども達に親元から離れて、雄大な自然の中で様々な生き物や普段は関わる事が少ない他の地域の人との出会いを通じて楽しみながら成長していくことを大切にしています。そのために、時間やプログラムのみならず左右されるのではなく、のびのびとゆったりとした時間の中でこども達ひとりひとりの様々な「気づき」や「チャレンジ」を引き出していきます。上記のプログラムはあくまでも予定となり、遊びや学びの時間、人間関係に深く入り込んだプログラムを設けたり、お子様の体調や体力、天候なども含めて適宜変更をさせていただきますので予めご了承ください。

尚、自然環境下での活動はお子様には危険を伴う活動となります。プログラム進行に関してはこども達に安全指導を行った上で行ない、危険を理解した行動をしていけるよう、安全第一に努めております。また、当日の引率責任者及びスタッフは事前に安全管理、指導方法を習得した者が同行させていただきますのでご安心ください。

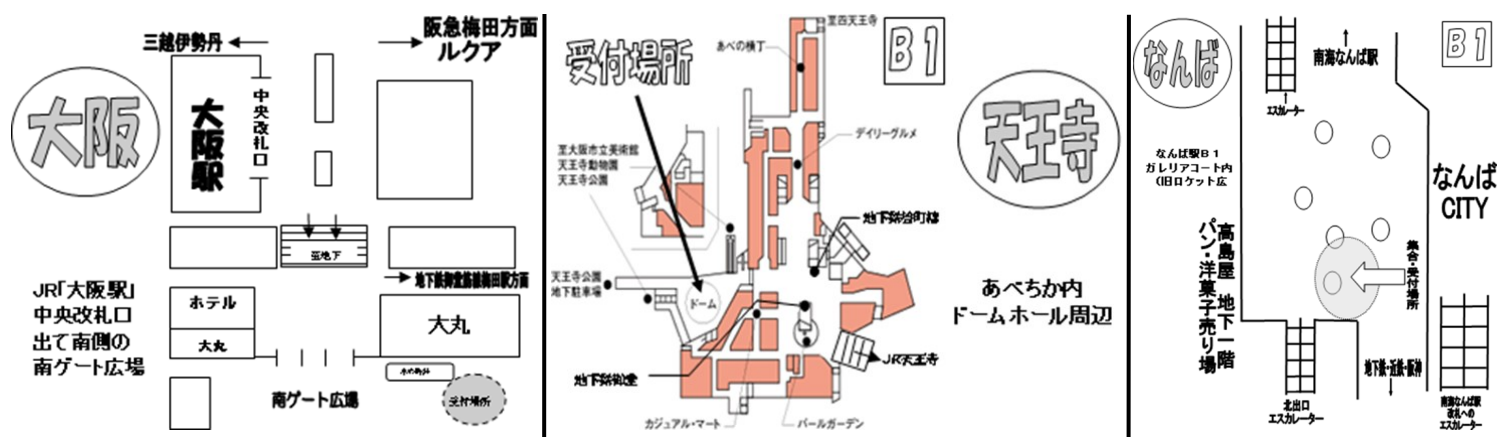
ピープルアクティブライフ事務局

## ◆◆集合解散時刻◆◆

出発日	出発		
	大阪	なんば	天王寺
8月10日(木)	9:15	9:00	9:00

解散日	解散		
	大阪	なんば	天王寺
8月15日(火)	17:00	17:30	17:30

バスでの移動のため、当日の交通事情により出発時間、帰着・解散時間に遅れが生じる場合がございます。予めご了承ください。



## ◆◆宿泊施設・活動場所・移動手段◆◆

施設名	住所	電話番号
こくつそせいししょうねんしぜん いえ 国立曾爾青少年自然の家	奈良県宇陀郡曾爾村太良路1170	0745-96-2121
スタッフ緊急連絡先		080-6138-1116

## ◆◆お問合せ◆◆

【旅行企画・実施】  
ワールドツアーシステム株式会社 天満営業所  
(社)全国旅行業協会正社員 大阪府知事登録(2)2047号 取扱管理者 畠山勝

【キャンプ活動内容に関するお問合せ】  
特定非営利活動法人ピープルアクティブライフ

〒530-0033  
大阪府大阪市北区池田町3-1ぶららてん2階  
TEL:06-6135-1117 FAX:06-6135-1119  
営業時間: 10:00~18:00 定休日: 土 日 祝日 毎週木曜日

# ◆◆◆ 持ち物 ◆◆◆

持ち物		数	備考	☑
受付時提出	PALカード おくりカード よど 酔い止めカード しょうやくよど 常備薬・酔い止め	必要数	<u>必ず受付時にご提出ください。(カード類はすべて切り取ってご持参ください。)</u> 常備薬・酔い止めがある場合は、お薬カード・酔い止めカードと一緒にご提出ください。 なお、ハンドクリームなど本人管理の場合もお薬カードにご記入いただきお知らせください。 ※ご本人様管理の場合でご記入がない場合は自己管理となり、服用間違いなどの事故が起こる可能性がございますので必ずカードにご記入ください。	
	小カバン 活動中持ち歩く物 常時必要なもの	ぼうし 帽子	1	集合時に着用してご集合ください。(サンバイザーは不可)
うわぎ はお 上着(羽織れるパーカーなど)		1	移動時や早朝、夜のプログラムなど寒い時に着用します。	
ポケットティッシュ		3	汚れを拭くときなどに使用します。(予備は大きいカバンにお入れください)	
フェイスタオル		1	手拭き用、汗拭き用に使います。	
みいとう 水筒(500ml~1000ml容量程度)		1	衛生上、ペットボトルは避けるようにお願いします。ふた付きのものが望ましい。	
ひつぎようぐ 筆記用具		1式	プログラムで使用することがございます。	
あまがっぱ 雨合羽(レインウェア)		1	セパレート式が望ましいですがない場合は普通のカッパでも大丈夫です。	
べんとう お弁当		1	1日目の昼食です。こちらではご用意しておりませんので <u>必ずご用意ください。</u> 容器・箸に関しては、 <u>使い捨てものをご用意ください。</u>	
うわぶつ 上靴	1	宿泊施設などで使用します。		
大カバン 宿泊室に置いておくもの 宿泊セット	はんそで Tシャツ(半袖)	6	着替えは、当日に着てくる服とは別にご用意ください。	
	したぎ 下着	6	着替えはジップロックなどで小分けしておく整理整頓がスムーズに行えます。 (数量に関しては泊数+予備で計算しておりますが必要に合わせてご用意ください)	
	くつした あしくびたけ のぞ 靴下(足首丈が望ましい)	6	<u>※洋服の忘れ物が非常に多いので名前を必ずご記入ください。</u>	
	なが のぞ ズボン(長ズボンが望ましい)	3~4	ジーパンや綿パンなど。 ※マグ二等の虫刺され防止の為、ハーフパンツや丈の短いものは避けてください。	
	しんい 寝衣	2~3	パジャマ、ジャージ、スウェットなど身体を締め付けないゆとりのある服をご用意ください。	
	はみが 歯磨きセット	1	歯ブラシ、歯磨き粉、うがい用コップなど(必ず名前をご記入ください)	
	あろ お風呂セット	1	施設には備え付けシャンプーなどはありません。必ずご用意ください。 袋に[シャンプー、リンス、ボディソープ、身体を洗う用のタオル、身体を拭くタオル]入れてください <u>※忘れ物や取り間違いが非常に多いので名前を必ずご記入ください。</u>	
	フェイスタオル (又はマフラータオルなど)	4~5	汗拭き用などに使用します。	
	ぶくろ だい ビニール袋(大)	3~4	スーパーの袋などで結構です。(濡れたものなどを入れるために使用します。)	
	ぶくろ ていご ごみ袋(45L程度)	2	使用後の着替えや汚れた服を入れるためにご用意ください。	
	くんで 軍手	2	野外炊飯用と川遊び用でご用意ください。(安全上、濡れた軍手は野外炊飯では使用できません)	
	活動など	みずぎ 水着セット	1	水着、ラッシュガード(又は薄手の長袖)、ウォーターシューズ、ゴーグル、身体を拭くタオル(バスタオル) <u>※現地は岩場が多く素肌を晒すとケガに繋がりますので必ず肌を守れるようにご準備ください。</u>
ひつよう かた マスク(必要な方)		4~5	野外炊飯の煙からの保護、喉の乾燥防止や風邪などの予防の為、必要な方はご用意ください。	
かいちゆうでんとう でんち い 懐中電灯(電池入り)		1	夜の移動などに使用することがありますが使わないこともあります。	
ひ や ど ひつよう かた 日焼け止め(必要な方)		1	現地は日差しが強いので肌が弱い方やご心配な方はご持参ください。	
やがいすいばん 野外炊飯セット		1	新聞紙(朝刊2冊分)、パンダナ、お米(2合)、ふきん(2枚) ※汚れてもよいものをご用意ください	

■☐準備にあたって(お願いとご注意)☐■

- ご準備は、必ずお子様と一緒にを行うようにお願い致します。(自分のカバンに何が入っているのか、着る服はどれか、どこに入れたかを確認しておくことで当日の整理整頓がスムーズに行うことができます。また、お子様自身が持ち物に対しての責任の意識を育むためにもご協力をお願い致します。)
- 小カバンと大きなカバンは分けてご用意ください。(小カバンは基本的に常に持ち歩きます。荷物が多いとお子様自身に負担がかかります。)
- すべての持ち物に名前を必ずご記入ください。名前の記入がない場合、紛失などで見つかることが出来なくなります。  
(名前が無い忘れ物につきましては、一定期間の保管後すべて破棄致します。)
- お菓子、携帯、スマートフォンやタブレット、ゲーム機、カメラ、時計といったものはお持ちにならないでください。  
キャンプ中はお金を使用できません。また、忘れ物や破損、盗難に対しての保険には加入しておりません。すべて自己責任となりますので、貴重品は一切お持ちにならないでください。
- キャンプ期間中は、普段よりも体を動かします。また、冷暖房は基本的にはありませんので日常生活よりも大量の汗をかいたり、汚れたりします。  
必要な方は着替えやタオルを余分にお持ちください。

