

# ③しまなみ海道チャレンジサイクリングキャンプ

2019年8月2日(金) ~ 8月5日(月) 3泊4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
朝	しゅうごう 集合			ふりかえり
午前	ひろしまけんおのみちしとうちやく 広島県尾道市到着 しゅうぱつじゆんび 出発準備	サイクリング② いんのしま おおみしま 因島 ~ 大三島 (23.3Km)	サイクリング③ おおみしま いまぼりし 大三島 ~ 今治市 (31.1km)	かいさん 解散
午後	サイクリング① おのみち いんのしま 尾道 ~ 因島 (18.5 km)			
夜	ナイトハイク げんち しぜん どの 現地の自然を楽しもう!	やがいすいじ 野外炊事 みんなて美味しいごはんを作ろう!	じょうせん フェリー乗船 おおさか む じょうせん 大阪へ向かうフェリーに乗船!	

## ■ 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、子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機会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中に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子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、人間関係を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子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 ◆◆◆

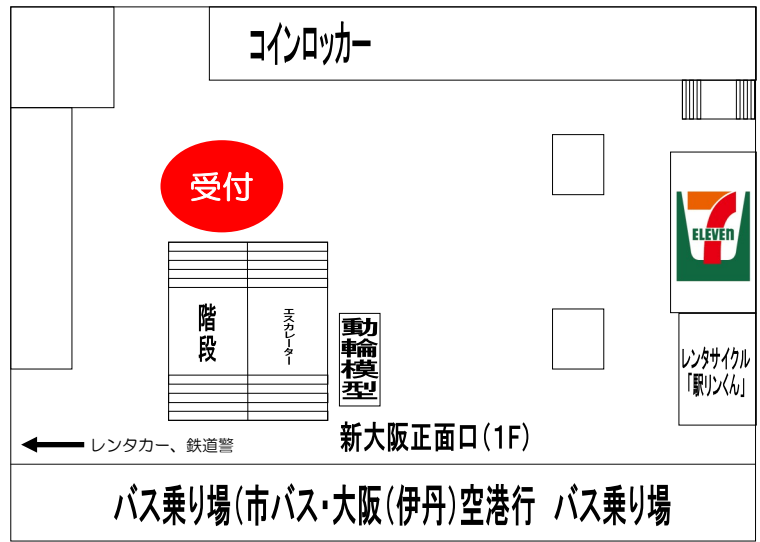
出発日	出発
	新大阪
8月2日(金)	9:00

解散日	解散
	新大阪
8月5日(月)	10:00

新幹線やフェリーでの移動のため、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。

## ◆◆◆ 集合解散場所 ◆◆◆



## ◆◆◆ 宿泊施設・活動場所 ◆◆◆

施設名	住所	電話番号
おのみちし 尾道市 マリニューズセンター	広島県尾道市向島町立花 3035-3	0848-44-6707
ただら 多々羅キャンプ場	今治市上浦町井口7523番地	0897-87-3855
オレンジフェリー	東予港~南港間 関西航路	06-6612-1811
スタッフ緊急連絡先		080-6138-1116

## ◆◆◆ お問い合わせ ◆◆◆

【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 ぶららてんま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	<input checked="" type="checkbox"/>	
受付時提出	PALカード おくすりカード よど 酔い止めカード しょうひやく よど 常備薬・酔い止め		必ず受付時にご提出ください。 (ダウンロードの方は切り取ってご持参ください。) 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。		
	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。(キャップやハットなど。※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、夜や朝に着用します。		
ひつよう がた サングラス(必要な方)		1	日光による紫外線等で目に負担がかかります。眼の保護の為ご持参ください。		
ひや ど 日焼け止め		1	現地は日差しが強いので肌が弱い方や日焼けで腫れやすい方はお持ちください。 ※SPFやPA値が高いものはお子様への負担になるので低刺激なものやSPFやPA値が低いものをお選び下さい。		
ポケットティッシュ		3			
フェイスタオル		1	手拭き用、汗拭き用に使います。		
ずいどう 水筒		1	衛生上、ペットボトルは避けて頂きますようお願い致します。		
ひっきようぐ 筆記用具		1式	プログラムなどで使用します。		
レインウェア	1	セパレート式の物をご用意ください。 雨天時の着用やサイクリング中の着用も考えられます。しっかりとした素材のものをご用意ください。			
べんどう 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必ずご用意ください。 容器・箸に関しては、使い捨てものをご用意ください。			
大カバン (宿泊室に置いておくもの)	宿泊セット	はんぞで Tシャツ (半袖)	4	着替えは、当日に着てくる服とは別に用意ください。	
		したぎ 下着	4	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楽に行えます。 (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 なが のせ 靴下 (長いものが望ましい)	4	<b>※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。</b> ※怪我防止・虫刺され防止の為、半袖の代わりに薄手の長袖や長袖のアンダーウェアなどを着用	
		ズボン	2~ 3	ジーパンや綿パンなど。 ※マダニ等の虫刺され対策の為、ハーフパンツや短い丈のものは避けてください。	
		しんい 寝衣	1	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)	
	活動など	風呂 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。 シャンプー、リンス、ボディソープ (石鹸)、身体を洗う用のタオル、身体を拭くタオル <b>※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。</b>	
		フェイスタオル (又はマフラータオルなど)	3~ 4	汗拭き用などに使用します。	
		くんで 軍手	1	途中で野外炊事や保温用に使用します。	
		ぶくろ たい ビニール袋 (大)	2~ 3	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 ていど 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。	
		ひつよう かた マスク (必要な方)	3~ 4	喉の乾燥防止、風邪などの予防の為、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。			

## ■口必ずお読みください。(保護者のみなさまへのご協力とお願い) 口■

- ご準備は、必ずお子様と一緒にを行うようお願い致します。(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。最近、ご自身の持ち物が分からないお子様が増えております。)
- 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。カバンは必ず分けてご準備ください。)
- すべての持ち物に名前を必ずご記入ください。※お子様自身が落としたものか、持ってきたものかの判断できないことが多いため必ず名前をご記入ください。(名前が無い忘れ物につきましては、一定期間の保管後にすべて処分致します。)
- 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、盗難に対する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。