

# 木から木へひとつ飛び!!ハーネスをつけて森の冒険へ出発だ!!アスレチックキャンプ～運動能力向上～

◆◆◆ 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
朝	しゅうこう うけつけ うめだ ひしのみや てんのうじ 集合・受付(梅田・西宮・天王寺・なんば) リーダーたちと一緒にバスに乗って出発★	あさ た 朝ごはんを食べよう★ かつどう じゅんび 活動の準備をしよう★
午前	ならけんそにこうげん バスで奈良県曽爾高原へ★ バスの中では楽しいゲーム大会や グループのみんなで仲良くなるよう♪	やま なか ほんかく ちょうせん 山の中で本格アスレチックに挑戦!! グループでおもいきり楽しもう♪
午後	しせつとうちやく し ぶんによてい 施設到着(11時30分予定) べんどう た お弁当を食べよう♪	べんどう お弁当を食べよう★ こと ばしょ こと キャンプの事、この場所の事、みんなでふりかえて ものしりはかせやキャンプ名人になろう★ の おおさか かえ バスに乗って大阪へ帰ろう★
夜	しょくどう はん 食堂でおいしいご飯をたべよう♪ たの みんなもお楽しみのカンパファイヤー おも き たの 思い切り楽しもう★ ぶろ お風呂に入ろう★ へや ね じゅんび お部屋で寝る準備。おやすみなさい	おおさか とうちやく 大阪に到着★ たの おも て 楽しかった思い出を はな おうちの人に話そう♪

## ◆◆◆ 集合解散時刻 ◆◆◆

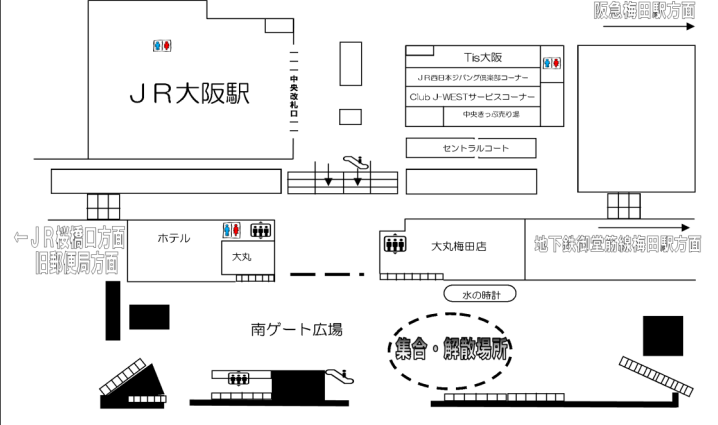
集合	梅田	なんば	西宮	天王寺
4月3日(月)	8:15	8:00	8:00	8:00
解散	梅田	なんば	西宮	天王寺
4月4日(火)	17:00	17:30	17:30	17:30

## ◆◆◆ 宿泊施設・活動場所 ◆◆◆

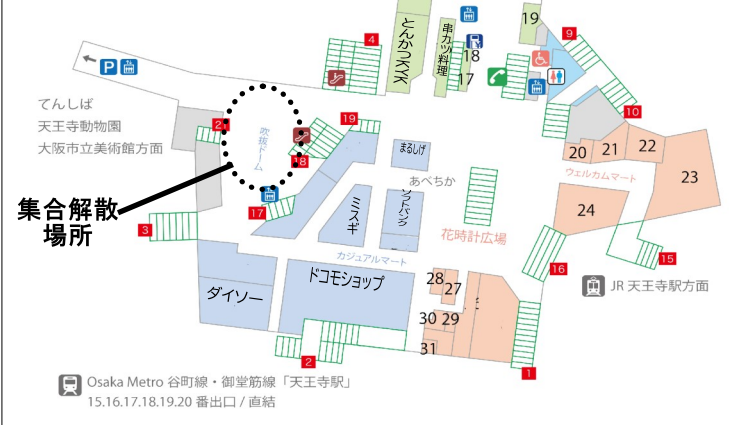
施設名	住所	電話番号
こくりつそせいしょうねんしぜん いえ 国立曽爾青少年自然の家	〒633-1202 奈良県宇陀郡曾爾村太良路1170	0745-96-2121
スタッフ緊急連絡先		080-6188-1116

出発時刻に、スタッフがあいさつをはじめさせていただきます。受付は20分前より開始いたしますので出発時刻までにお越しください。  
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。

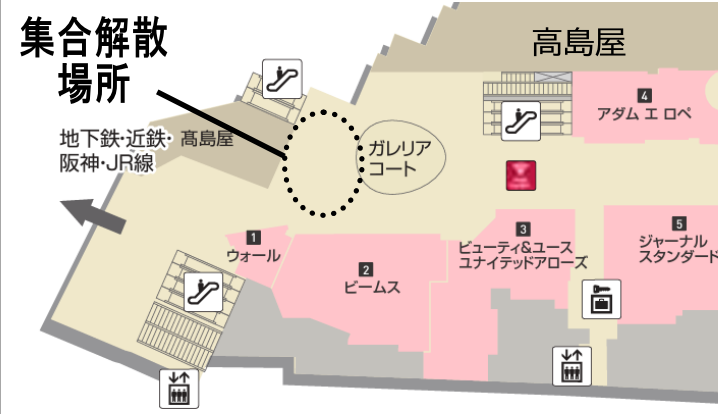
### 【梅田】 集合解散場所地図



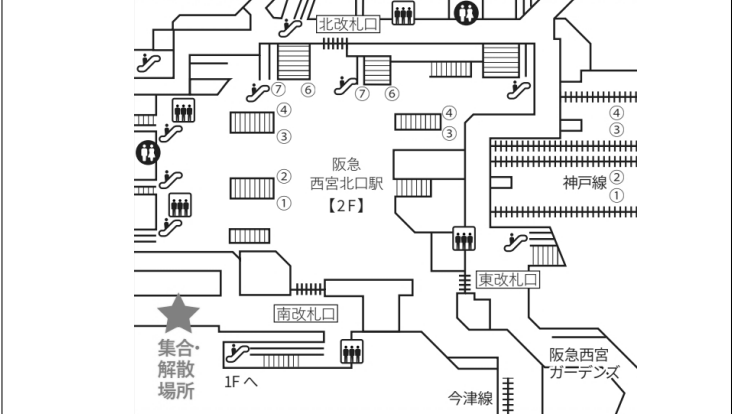
### 【天王寺】 集合解散場所地図(地下1階)



### 【なんば】 集合解散場所地図(地下1階)



### 【西宮】 集合解散場所地図



## ◆◆◆ キャンプブログのご案内 ◆◆◆

キャンプ期間中のお子様の活動中の様子をブログでご確認いただけます。当日の朝7時に実施に関する記事をアップさせていただきます。

パソコン、スマートフォン、携帯電話からも見ることができます。お子様の元気な姿をご覧ください。

バス・公共交通機関での移動となるので交通渋滞による遅れが生じる可能性がありますので予めご了承ください。

交通状況、到着予定もこちらのブログでご連絡させていただきます。 **キャンプブログアドレス：** <http://ameblo.jp/pal-smile/>



## ◆◆◆ 持ち物 ◆◆◆ ※1日目の昼食は提供させていただきますのでお弁当の持参は不要です。

持ち物		数	備考	☑
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 常備薬・酔い止め	必要数	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。) 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 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	2	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。	
	すいどう 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。	
	ひっきょうく 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。	
	マスク	必要数	感染症予防のためご持参お願いいたします。	
	うわぐつ 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)	Tシャツ	3	着替えは、当日に着てくる服とは別にご用意ください。	
		3	着替えはジップロックなどで小分けしておくことと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)	
		3	<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>	
	スポン(長スポンが望ましい)	1	ジーパンや綿パンなど ※マダニ等の虫刺され対策の為、長スポンが望ましいです。	
	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)	
	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)	1~2	汗拭き用などに使用します。	
	ビニール袋(大)	1	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。)	
	ごみ袋(45L程度)	1	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。	
活動など	ぐんて 軍手	1	プログラムで使用します。	
	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。	

### ■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) □■

- 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りしたものか、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、盗難に対しての保険には加入していません。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。

## ◆◆◆ 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

