

# 生き抜く力！テントで泊まろう！無人島サバイバルキャンプ(高学年編)

◆◆◆ 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   |
|----|--|--|---|
| 朝  | <p>集合・受付<br/>(梅田・天王寺・なんば)<br/>リーダーたちと一緒にバスに乗って出発★</p>  | <p>朝ごはん作り★<br/>アツアツのホットドックを食べよう★<br/>活動の準備をしよう★</p>    | <p>朝ごはんを食べよう★<br/>テントの撤収作業！がんばろう！<br/>活動の準備をしよう★</p>  |
| 午前 | <p>バスで姫路港へ★<br/>バスの中では楽しいゲーム大会や<br/>グループのみんなで仲良くなる♪<br/>姫路港からは船に乗り換えて無人島へ★<br/>約1時間の船旅を楽しもう★</p>  | <p>海遊びタイム<br/>照りつける太陽！白い雲！青い海！<br/>無人島の海で思い切り遊ぼう！</p> <br> | <p>メモリアルタイム★<br/>キャンプの思い出をみんなで話そう。</p>  |
| 午後 | <p>施設到着(13時予定)お弁当を食べよう♪<br/>荷物を持ってテントサイトに移動★</p>    | <p>食堂でお昼ご飯を食べよう！<br/>晩ごはんは野外炊飯に挑戦★<br/>力を合わせておいしい料理を作ろう★</p>   | <p>お弁当を食べよう★<br/>キャンプの事、この場所の事、みんなでふりかえって<br/>ものしりはかせやキャンプ名人になろう★</p>  |
| 夜  | <p>夜の散歩に出発★<br/>無人島の夜の自然を感じよう★<br/>テントで寝る準備。おやすみなさい</p>   | <p>みんなもお楽しみのキャンプファイヤー<br/>思い切り楽しもう★<br/>テントで寝る準備。おやすみなさい</p>   | <p>楽しかった思い出を<br/>おうちの人に話そう♪</p>                                        |

## ◆◆◆ 集合解散時刻 ◆◆◆

| 出発日      | 出発   |      |      |
|----------|------|------|------|
|          | 大阪   | なんば  | 天王寺  |
| 8月13日(土) | 8:45 | 8:30 | 8:30 |

| 解散日      | 解散    |       |       |
|----------|-------|-------|-------|
|          | 大阪    | なんば   | 天王寺   |
| 8月15日(月) | 17:30 | 18:00 | 18:00 |

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)



### ◆◆◆ 宿泊施設・活動場所 ◆◆◆

| 施設名            | 住所        | 電話番号          |
|----------------|-----------|---------------|
| 兵庫県立家島自然体験センター | 兵庫県姫路市家島町 | 079-327-1508  |
| スタッフ緊急連絡先      |           | 080-6188-1116 |

### ◆◆◆ 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い合わせ】  
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 びらでん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

# ◆◆◆ 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ござい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<br>おくすりカード<br>酔い止めカード<br>常備薬・酔い止め |     | <u>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。)</u><br>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提出ください。<br>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。     |   |
|                    | 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)  |   |
| 小カバン (活動中持ち歩く物)    | 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。   |   |
|                    | ポケットティッシュ                                | 2   |  |   |
|                    | フェイスタオル                                  | 1   | 手拭き用、汗拭き用に使います。  |   |
|                    | 水筒 (500ml~1000ml容量程度)                    | 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。   |   |
|                    | 筆記用具                                     | 1式  | プログラムなどで使用します。   |   |
|                    | 雨合羽又はレインウェア                              | 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。<br>雨天時の移動で使用しますが保温用にも使用できます。傘は禁止です。  |   |
|                    | 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。   |   |
| 大カバン (宿泊室に置いておくもの) | Tシャツ (半袖)                                | 3   | 着替えは、当日に着てくる服とは別に用意ください。<br>着替えはジップロックなどで小分けしておくと整理整頓が楽に行えます。<br>(数量に関しては泊数+予備で計算しておりますが合わせて用意ください)<br><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> |   |
|                    | 下着                                       | 3   | ※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していただいても構いません。  |   |
|                    | 靴下 (長いものが望ましい)                           | 3   |  |   |
|                    | ズボン (長ズボンが望ましい)                          | 2~3 | シーパンや綿パンなど ※ジャージなどは避けてください。<br>※マダニ等の虫刺され対策の為、長ズボンが望ましいです。   |   |
|                    | 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  |   |
|                    | 歯磨きセット                                   | 1   | 歯ブラシ、歯磨き粉、うがい用コップなど (名前を必ずご記入ください)   |   |
|                    | お風呂セット                                   | 1   | 海の環境保全のため、シャンプー、ボディソープなどは備え付けのものを使用しますので不要となります。体洗い用のタオルとバスタオルをお持ち下さい。<br>必要な方は洗い流さないタイプのリンス、コンディショナーをご持参ください。                             |   |
|                    | フェイスタオル (又はマフラータオルなど)                    | 2~3 | 汗拭き用などに使用します。  |   |
|                    | 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。)   |   |
|                    | 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用意ください。   |   |
| 活動など               | 懐中電灯 (電池入り) ※ヘッドライトが望ましい                 | 1   | 夜の移動やテントでの活動時に使用します。   |   |
|                    | 野外炊事セット                                  | 1   | 新聞紙 (朝刊1冊分)、パンダナ、軍手、お米2合、ふきん   |   |
|                    | 水筒セット                                    | 1   | 水筒、ラッシュガード、ウォーターシューズ、ゴーグル ※おもちゃは使用できません  |   |
|                    | 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心配な方はご持参ください。<br>※SPFやPA値が高いものはお子様への負担が高いので低刺激なものやSPFやPA値が低いものをお選びください。   |   |
|                    | 牛乳パック (1リットルのもの)                         | 1   | プログラムで使用します。開かずにお持ちください。   |   |

### ■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。

