

野外活動

プログラム名	ハイキング ※団体主導			
概要	三ヶ日の雄大な自然や景色を五感を使い、楽しみながら歩く。			
ねらい	三ヶ日の自然を感じながら歩き、体力を高めることができる。 歴史文化にふれたり、地理・自然の観察をしたりできる。			
条件	対象	全年齢	人数（指導者人数）	～200人（4人以上）
	活動時間	30～150分	活動時期	通年
	活動場所	施設外	費用	不要
	下見	要	活動名簿提出	不要
持ち物・準備	（個人）帽子、飲料、雨具、タオル（携行品はリュック等に入れて準備） ※必ず運動靴を履くこと （団体）トイレトペーパー ※必要に応じて、虫よけスプレー （貸出）地図（指導者人数分）			
安全上の留意点 （対策方法）	熱中症、脱水症状（休憩場所の確認、適度な水分補給や帽子着用の徹底） 迷子（下見の徹底、指導者の連絡体制・配置、集団行動の徹底） 転倒、転落（足元への注意を促す） 交通事故（交通ルールの厳守） 有害動植物（有害動植物が出たら速やかに立ち去る、指導者へ報告、虫よけスプレーの持参） 私有地への侵入や落書き			
活動内容（手順）				
<p>事前①コース決定：距離の設定</p> <p>②指導者配置：所定の「活動プログラム時の団体指導者の役割分担表」を作成、提出</p> <p>③下見の実施：活動エリア状況と安全把握、チェックポイントの確認等を実施、トイレ箇所の確認</p> <p>④実施方法の決定：活動時間や休憩時間の設定</p> <p>⑤研修生への事前指導：「概要」「ねらい」「安全上の留意点」等を指導、服装や持ち物の確認</p>				
<p>活動前①打合せ（活動10分前）：事務室前で所員と団体責任者・担当指導者にて実施</p> <p>実施判断：気象を基に、協議の上決定</p> <p>確認事項：人数、健康状態、貸出備品</p>				
<p>活動①指導：指導者より</p> <p>人数・健康状態確認</p> <p>注意事項</p> <p>②活動開始</p> <p>適時、人数・健康状態確認、休憩</p> <p>※時期・時間によっては、日陰がないので安全に配慮して活動</p> <p>③確認事項：人数、健康状態</p> <p>④振り返り：活動の感想を発表</p> <p>⑤片付け：備品の返却と確認</p> <p>⑥報告：所員へ終了、研修生の体調を報告</p>				

<その他>

- ・コースは、瀬戸コース（往復約10.4km）のみ。時間にて距離を調整できる。

公共トイレまで 2.5km（往復5.0km）







T-flowまで 4.1km（往復8.1km）

※3.5km付近にて湖岸遊びもできる

ハイキング

【瀬戸コース 片道約5.2km】

◀緊急避難場所・トイレ休憩場所▶

- ・公共トイレ(レスキュー場所)  
- ・マリンショップ「T-flow」  
- ・浜名湖遊覧船「瀬戸港」  



静岡県立三ヶ日青年の家
TEL 053-526-7156

○印のポイントで人数・健康確認をしてください