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）トイレットペーパー　※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）

事　前①コース決定：距離の設定

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

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

④実施方法の決定：活動時間や休憩時間の設定

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

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

実施判断：気象を基に、協議の上決定

確認事項：人数、健康状態、貸出備品

活　動①指導：指導者より

人数・健康状態確認

注意事項

②活動開始

適時、人数・健康状態確認、休憩

※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

※緊急時は団体車両にて病院へ搬送または救急車の要請。搬送を優先し、その後事務室へ連絡。

③確認事項：人数、健康状態

④振返り：活動の感想を発表

⑤片付け：備品の返却と確認

⑥報告：所員へ終了、研修生の体調を報告

<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】
≪避 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) 避
・マリンショップ「T－flow」 避
・浜名湖遊覧船「瀬戸港」 避
猪鼻湖
浜名湖
1
3
4
三ケ日青年の家
弘法鼻
公共トイレまで
2.5km(片道)
6
R
R・・・自転車レスキュー場所
首なし弘法
マリンショップ
「T－flow」
T－flowまで
4.1km(片道)
磯遊び場
磯遊び場まで
3.5km(片道)
13
遊覧船乗り場
「瀬戸港」
猪鼻湖神社
つぶて島
静岡県立三ケ日青年の家
TEL 053－526－7156
○印のポイントで人数・健康確認をしてください

ハイキングコース（瀬戸コース）

1．本館と体育館の間の通路を抜け、左折してスタート

2．歩道を歩く

3．交差点を左折

4. トリトンチェーン横を左折

5．坂を下り自転車道へ

6．公共トイレがある

7．首なし弘法

8. 左前方につぶて島が見える

9. 車止めがある（自転車道終了）

10. 道幅が広くなる（車が入れる）

11．マリンショップ「T－flow」

12. 一般道と合流（レスキューポイント）

13．浜名湖遊覧船「瀬戸港」

14．湖沿い道なり

15.赤い橋（瀬戸橋）をくぐり神社へ

16．道が細いため注意

17．階段注意

18．ゴール