

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）				
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振り返り：活動の感想を発表 ⑤片付け：備品の返却と確認 ⑥報告：所員へ活動の終了と研修生の健康状態を報告				





<その他>

- ・コースは、瀬戸コース（往復約10.4 km）のみ。時間にて距離を調整できる。
- 公共トイレまで 2.5 km（往復5.0 km）
- T-flow まで 4.1 km（往復8.1 km）
- ※3.5 km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」  



○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. 道幅が広がる（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