

体験活動の諸注意

1 「登山」「散策」

- 最初はゆっくり歩いて、体を慣らすのがコツです。
- 休憩も大切な山歩きの技術です。(休憩の目安：30分に5分、1時間に10分)
- 車道は右側一列になって歩きましょう。(グループの隊列を崩さない)
- ケガの9割は下り坂です。「走らない・跳ばない・追い越さない」
- 危険箇所等があったら、後ろの人に声をかけましょう。(石のぐらつき等)
- スズメバチ、まむし、うるし等の危険な動植物に注意しましょう。
- のどが渴いたら、こまめに水分補給をしましょう。(熱中症、脱水症状を防ぐ)
- 気温・体温に合わせて衣服を調節しましょう。
- 荷物は全部リュックサック(斜めがけカバンは×)に入れ、両手をフリーにしておきましょう。
- 気分が悪くなったら、引率者やリーダー、友達に早めの連絡をしましょう。
- ゴミは持ち帰りましょう。また、草花など山から持ち帰らないようにしましょう。
- 英彦山山頂や神社、史跡のある場所は神聖な場所とされていますので、大声で騒いだり、むやみに足を踏み入れたり、荒らしたりしないようにしましょう。
- 山歩きでは、すれ違う者同士で積極的に挨拶を交わしましょう。
- 石や岩を上から投げたり、蹴飛ばして落としたりしないようにしましょう。
- 基本的に、登山道は登りが優先です。
- 体力的に弱い人を先頭に配置して隊列を組みましょう。

2 「野外活動」

○オリエンテーリング ○ミニオリエンテーリング ○ナイトハイク
○フィールドビンゴ ○ウォークラリー ○英彦山フォトラリー
○グリーンアドベンチャー ○星空観察 など

- ★ 単独で行動せず、必ずグループでそろって行動しましょう。
- ★ 危険と思われる場所へ近づかないようにしましょう。
- ★ 車道は広がったりせず、道路の端を並んで歩きましょう。(車やバイクが急に飛び出してくる)
- ★ 足場の悪い所が多いので暴れたり走ったりしないようにしましょう。特に【星空観察】は足下が暗いので注意が必要です。
- ★ 周りにある草花を採ったり傷つけたりしないようにしましょう。
- ★ ゴミは持ち帰りましょう。
- ★ スタート前に必ずトイレを済ませましょう。
- ★ 熱中症予防やスズメバチ対策のため、必ず帽子をかぶりましょう。
- ★ 順番に観察しましょう。【星空観察】

3 「クラフト」の諸注意

○焼き杉 ○写真立て ○イーゼル ○世界に一つだけの笛 ○葉っぱのブローチ
○竹トンボ ○ダンボールアート ○キーホルダー ○竹箸 ○プラ板 ○押し花パウチ
○ミニ門松 など

- 刃物を移動させる時には刃を下に向けましょう。
- 刃物やのこぎり、ガスバーナー等を使う時には周りに人がいないか確認しましょう。
- 使用中の道具は無造作に置き放しにせず、決められた場所に置きましょう。
- 後片づけ、用具の返却をしましょう。
- ドリルを使う時には木を万力でしっかり固定しましょう。【笛等】
- 使用したグルーガンのコンセントは抜いておきましょう。【ブローチ等】
- 小刀やナタは、切る方向を自分に向けないようにしましょう。【竹箸・竹トンボ等】
- 竹トンボは外で、周りに注意しながら飛ばしましょう。
- オープントースターやラミネーター等、熱くなっている時はさわらないようにしましょう。
【プラ板等】

4 「レクリエーション」の諸注意

○キャンプファイヤー ○キャンドルのつどい ○レクリエーション

- ◆ スムーズな進行にするため、リハーサルをしましょう。
- ◆ 薪組の近くに火が燃え移る危険なものがないか、事前に確認しましょう。【キャンプファイヤー】
- ◆ 風が強いときは、中断・中止の措置を迅速にとりましょう。【キャンプファイヤー】
- ◆ トーチの先端は風下に向けましょう。【キャンプファイヤー】
- ◆ 火源の調整や崩れた薪組の処理は引率者が行いましょう。（風上から火に近づく）【キャンプファイヤー】
- ◆ 交歓（2部）の活動は、暴れたり激しく移動したりする内容は避けましょう。【キャンプファイヤー】
- ◆ ファイヤーの周りにラインを書くなど、火に近づかないような工夫をしましょう。【キャンプファイヤー】
- ◆ 指導者は、消火の確認を何度も行いましょう。【キャンプファイヤー】
- ◆ ロウソクの火を分火するとき、ロウが手や床に落ちないように気をつけましょう。【キャンドル】

5 「野外調理」の諸注意

○カレー ○ピザ など

- ◎ 軍手はラバー（ゴム）がついたものは避けて下さい。（熱でゴムが溶けて火傷してしまう）
- ◎ 濡れた軍手で熱したモノを触らないようにしましょう。（蒸気で火傷してしまう）
- ◎ ナタを使うときは素手でもち、薪をもつ手に軍手をしましょう。（滑らないようにするため）
- ◎ かまど周辺やナタ・包丁をもっている人の周りで走ったり暴れたりしないようにしましょう。
- ◎ ナタや包丁などは、使ったら元の場所に戻しましょう。（無造作に置かない）
- ◎ 借りた調理器具や食器の数が、返却時にきちんとあるかどうか確かめましょう。
- ◎ 調理器具や食器返却の際、きちんと水気を拭き取りましょう。（カビやサビにならないように）
- ◎ 活動後の清掃の際、流し台の排水口の点検（生ゴミ等）を忘れないようにしましょう。
- ◎ 後片づけ等、活動の最後まで協力し合い、責任を持ってやり遂げましょう。