

# 2015 ふくしまキッズ夏プログラム開催概要

## 1. 実行委員長挨拶

### ～5年目、ふくしまキッズ総仕上げの夏！に向けて

ふくしまキッズ実行委員会 委員長 進士 徹



この参加要項を手にして、あなたは今どのような気持ちですか？

早く、夏休みになって参加したい気持ちが高まりましたか？

自分の参加するコースの日程や、荷物のリストを確認しながら、わくわくドキドキ…心が嬉しくなるような、そんな「2015年ふくしまキッズの夏プログラム」であってほしいと思います。

私たちふくしまキッズ実行委員会の活動は、2011年の夏から始まり、2015年で4年が経過し5年目に入りました。当初からふくしまキッズの活動は「5年間の活動」という宣言をしてきましたので、5年目13回目の活動となるこの夏が総仕上げとなります。

子ども達を放射能の不安から解放して、子どもしさを取り戻して、笑顔と元気になって欲しいと願う気持ちからスタートした「ふくしまキッズ」の活動は、徐々に私たちが目的とした、体験から様々な事を学ぶ教育の場として定着してきました。特に、リピーターで参加した子ども達の成長ぶりはめざましく感じるところがあります。福島の起きてしまったマイナスを、プラスに転じたのが、「ふくしまキッズ」の活動でした。

さあ、いよいよ…ふくしまキッズの総仕上げの夏になります。

国内では、福島県内のあぶくまプログラムを始め、県外では大自然に囲まれた北海道プログラム、瀬戸内海が待っている四国・愛媛プログラム、日本一の清流で泳ぐ長野・信州木曽路プログラム、歴史文化、自然豊かな金沢白山プログラム。そして3つの受け入れ地域がつながる「日本海プログラム」があります。確実に福島の子どもたちを支援するネットワークは全国に広がっています。

そして、海外「ドイツ、ザクセン州」プログラムも実施するまでになりました。福島に心をよせてくれる世界中の多くの方々の応援があればこそ実現できたことで、こうしてふくしまキッズの輪が広がり、心が通い始めているのです。

ふくしまキッズはこの夏で一区切りとなります。その後に10月に多大な支援をして頂いたニューヨークのジャパンソサエティーで、海外からの支援者に向けてキッズ代表のお子さんと共に報告会を行います。そして、11月28日には、郡山ユラックス熱海で、支援者の方を始め、全国各地の運営団体が集まる最終報告会とフェアウェルパーティーを実施し活動を完了いたします。保護者や参加者の方も是非たくさん参加してください。

そして、この夏以降の活動は「ふくしまキッズ連絡協議会」(仮名)に組織編成を行い、県内、県外、海外での体験活動が継続出来る仕組みに変わります。このことについては、またホームページを通じてお知らせいたします。

保護者の皆さん、ふくしまキッズの活動は、私達の福島の子どもたちが福島で生きるために必要な希望と勇気と絆を構築してきました。参加した子ども達が、新生福島を創造する大切な一人一人です。その子どもたちが、いつの日か新生福島を築いてくれることを祈って、最後の活動に入ってまいります。

### 【確 認】

\* 事前の家族での話し合う時間を…

今回の夏の活動だけでなく、3~5年先のお子様の成長を見据えながら、体得して欲しい事をご家庭で十分話し合ってください。ふくしまキッズの活動はお申込を頂いた時からプログラムが始まっています。

\* 活動中には…

初参加という子どもたちにお願いは、戸惑いもあるかも知れませんが、一つでも多くの経験を積むこと。一人でも多くの人と会話をする事。積極的に関わるように努力して下さい。リピート参加している子どもは、初参加したときの自分を思い出して、サポートして下さい。互いに協力することで、乗り切って欲しいです。

保護者の方は、ブログで活動を把握して頂き、受入地スタッフにエールを送って欲しいです。

\* 帰宅したら…

活動を終えて帰宅したら、たくさんの事をお子さんからきらきら光る宝箱の報告を聴いて下さい。そして褒め称えて下さい。受入地にお礼状を送って下さい。そうしたつながりがとても大事であると思います。

プログラムの効果の検証のために、お子様と保護者の皆様に簡単なアンケートをお願いします。結果は数値として集計・統計処理され、検証結果が公表される可能性もありますが、その場合でもお子様や皆様個人が特定されるようなことはないようにいたします。ふくしまキッズ事業の効果についての調査・研究にご理解とご協力を願います。なお、ご都合により調査には協力できかねるという方は事務局までお申し出ください。



## ふくしまキッズの基本理念

本プログラム（「ふくしまキッズ」）は、福島原発事故により深刻な影響を受けている福島の子どもたちに、せめて学校長期休暇期間に、放射能の心配をすることなく思いきり遊び、子どもらしくのびのび過ごすことのできる環境を提供することを基本の目的としています。また同時に、「ふくしまキッズ」の活動で子どもたちの「学びと育ち」を支援する各種教育事業を実施し、復興福島を担う人材を育成することを目的とします。

この事業計画にご賛同いただいた福島在住の保護者の方々のお子様たちを対象にしております。基本的には希望者全員をお引き受けすることを原則とし、受け入れ先についてはふくしまキッズ実行委員会での選考により決定いたします。

本プログラム実施にかかる諸経費は、全国の皆さまからの支援金で賄います。こうして、多くの皆さまの支援のもと、本プログラムを継続的に実施することで、支援の輪を徐々に広めながら、「子どもを社会で育てる」という機運を高めていきたいと思います。

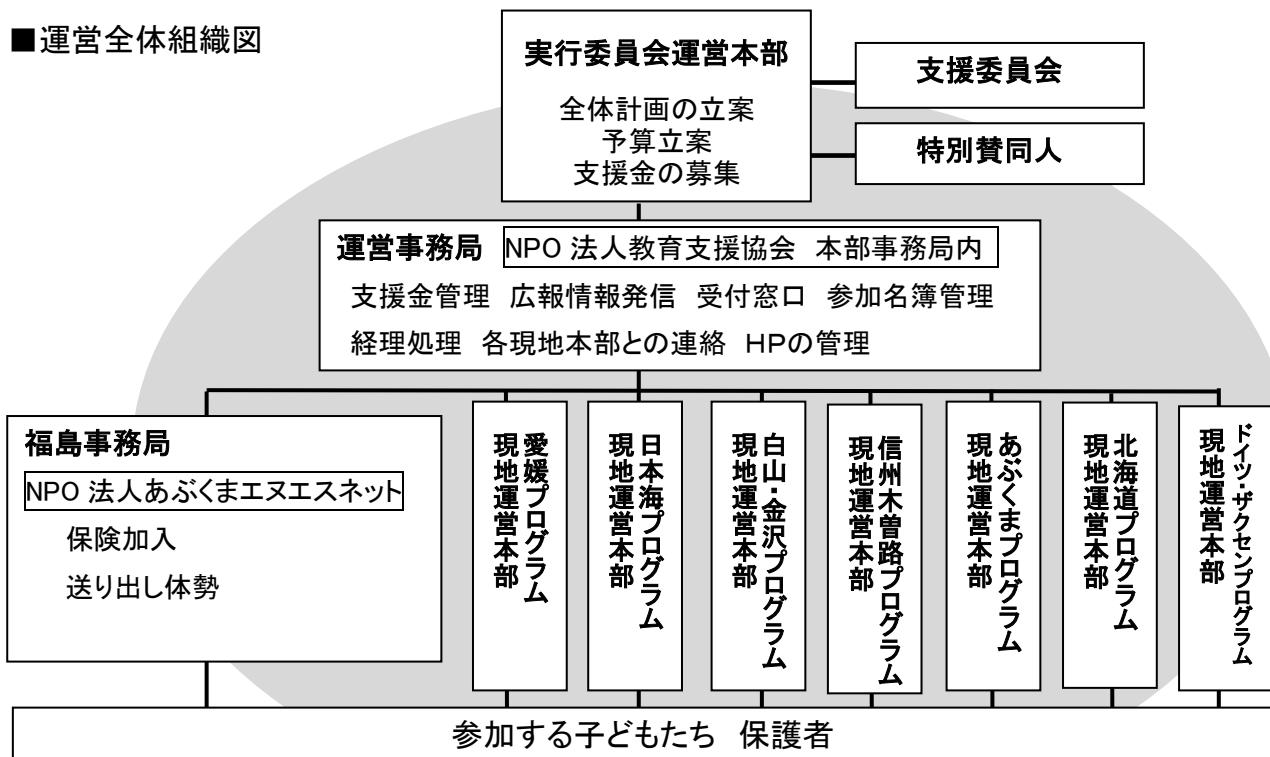
このように「ふくしまキッズ」の活動では、世界中の方々からこの活動を支えていただくために支援金を募集しておりますが、保護者の皆様にも子どもたちの活動へ「参加費」としてご負担をお願いしております。（ただし、生活保護家庭は全額無償としておりますので、対象となる方はお申し出ください。）

事業実施にあたっては実行委員会が、本プログラムの活動趣旨に賛同したうえで協力関係を築いていただける受け入れ地（受入協議会）と協働して、運営します。



## 2. 2015 ふくしまキッズ夏のプログラム運営体制

### ■運営全体組織図



### ■運営・主催・体制

主催: ふくしまキッズ実行委員会

事務局: 特定非営利活動法人教育支援協会 本部事務局

〒232-0024 神奈川県横浜市南区浦舟町 3-46 浦舟複合福祉施設 9階 フリースペースみなみ内

TEL: 045-243-3860 FAX: 045-243-6841 E-mail: [info@fukushima-kids.org](mailto:info@fukushima-kids.org)

北海道プログラム: でっかい教室北海道プロジェクト実行委員会

〒060-0063 札幌市中央区南 2 条東 2 丁目 8-1 大都ビル 902 合同会社北海道観光まちづくりセンター内

TEL: 011-252-2118 Email: [info@hokkaido-machisen.org](mailto:info@hokkaido-machisen.org) URL: <http://furusato-hokkaido.org/>

あぶくまプログラム: NPO 法人あぶくまエヌエスネット

〒963-8403 福島県東白川郡鮫川村大字赤坂東野字葉貫 57 TEL: 0247-48-2508 FAX: 050-3730-7788

信州木曽路プログラム: NPO 法人教育支援協会長野

〒394-0023 長野県岡谷市東銀座 1-12-26 TEL: 0266-55-3572 FAX: 0266-55-5632

日本海プログラム:

① 新温泉町いなか体験協議会: 〒669-6702 兵庫県美方郡新温泉町浜坂 2673-1 新温泉町役場商工観光課内

TEL: 0796-82-5625 FAX: 0796-82-3054

② 田歌舎: 〒601-0702 京都府南丹市美山町田歌上五波 TEL: 0771-77-0509 FAX: 0771-77-0539

③ ジロバタ自然学校(白山麓ジロバタ舎)・NPO 未来の暮らしデザイン研究所(認可申請中):

〒920-2113 石川県白山市八幡町 109 TEL: 090-7749-0702

白山金沢プログラム: ジロバタ自然学校(白山麓ジロバタ舎)・NPO 未来の暮らしデザイン研究所(認可申請中)

〒920-2113 石川県白山市八幡町 109 TEL: 090-7749-0702

愛媛プログラム: こどもの絆プロジェクト 〒794-0056 愛媛県今治市南日吉 2-2-9 常盤公民館

TEL: 090-1174-8252

ドイツ・ザクセンプログラム: ザクセン州ユースホステル協会 Jugendherberge Sayda Mortelgrund 8 09619 Sayda

TEL: 037365-1277

## ふくしまキッズ実行委員会

委員長	：進士 徹	(NPO あぶくまエヌエスネット理事長)	全体総括・福島県内活動受け入れ担当
副委員長	：吉田 博彦	(NPO 教育支援協会代表理事)	事務局長・支援金募集・涉外担当
実行委員	：宮本 英樹	(NPO いぶり自然学校代表理事)	常任実行委員
実行委員	：安江 こずゑ	(NPO 教育支援協会北海道代表理事)	常任実行委員
実行委員	：上田 融	(NPO ねおす理事)	北海道受け入れ担当
実行委員	：芝野 靖	(NPO 教育支援協会長野代表理事)	長野受け入れ担当
実行委員	：藤原 誉	(田歌舎)	日本海(京都)受け入れ担当
実行委員	：中井 達也	(新温泉町いなか体験協議会)	日本海(兵庫)受け入れ担当
実行委員	：南 修	(NPO 未来の暮らしデザイン研究所(認証申請中)・白山麓ジロバタ舍)	日本海(石川)・白山金沢受け入れ担当
実行委員	：中嶋 謙仁	(NPO 未来の暮らしデザイン研究所(認証申請中)所長 代表理事)	ドイツ・ザクセンプログラム担当
実行委員	：青野 信久	(こども絆プロジェクト)	愛媛受け入れ担当
監査委員	：金野 栄太郎	(公認会計士)	会計管理・決算管理担当

## ふくしまキッズ支援委員

玄侑 宗久	(作家・震災復興構想会議委員)
白石 康次郎	(海洋冒険家)
ジョン・ギャスライト	(中部大学教授・ツリークライミングジャパン代表)
田口 ランディ	(作家)
寺脇 研	(京都造形芸術大学教授)
戸塚 隆	(ジャーナリスト)
中島 岳志	(北海道大学大学院法学研究科准教授)
藤田 保	(上智大学教授)
矢吹 俊男	(北海道公民館協会事務局長)
湯川 れい子	(音楽評論、作詞家)
吉田 研作	(上智大学教授)

(50 音順、敬称略)

## ふくしまキッズ特別賛同人

秋山 豊寛	(ジャーナリスト・宇宙飛行士・京都造形芸術大学教授)
新井 満	(作家・作詞作曲家)
鎌田 實	(医師・作家)
小林 武史	(音楽家・ap bank 代表理事)
坂本 龍一	(音楽家)
西田 敏行	(俳優)
日野原 重明	(聖路加国際病院理事長・日本音楽療法学会理事長)
細川 佳代子	(NPO 法人勇気の翼インクルージョン 2015 理事長)
吉永 小百合	(俳優)

(50 音順、敬称略)

# 2015 ふくしまキッズ夏プログラムについて

## 各コース日程について

夏プログラムは、福島県内・県外 5 地域にて開催いたします。

(1)「北海道プログラム」 北海道(主要拠点: 七飯町大沼及び北海道全域)

2015 年 7 月 26 日(日) ~ 8 月 23 日(日) 13 プログラム

(2)「あぶくまプログラム」 福島県(主要拠点: 東白川郡鮫川村)

2015 年 7 月 23 日(木) ~ 8 月 20 日(木) 5 プログラム

(3)「信州木曽路プログラム」 長野県(主要拠点: 大桑村)

2015 年 8 月 1 日(土) ~ 8 月 8 日(土) 7 泊 8 日

(4)「白山金沢プログラム」 石川県(主要拠点: 白山市)

2015 年 8 月 6 日(木) ~ 8 月 14 日(金) 8 泊 9 日

(5)「日本海プログラム」 兵庫県(主要拠点: 美方郡新温泉町)

京都府(主要拠点: 南丹市美山町)

石川県(主要拠点: 白山市)

2015 年 7 月 26 日(日) ~ 8 月 14 日(金) 19 泊 20 日

(6)「愛媛プログラム」 愛媛県(主要拠点: 今治市・西予市・松山市)

2015 年 7 月 31 日(金) ~ 8 月 9 日(日) 9 泊 10 日

## ふくしまメッセージについて

皆さんの福島原発事故から今に至る心の有り様を、引き受けさせていただく地域の方々にわかるように、そのまま書いてください。メッセージは参加するお子様、保護者の方のそれぞれでお書きいただき、参加当日に必ずお持ちください。

内容については、1~4を参考にしてください。

1. 子どもながらに感じる事。保護者の方は、福島で生きなければならない人生の選択。
2. お世話になる受入れ地の子どもたち、地域の人たちへメッセージを。
3. ふくしまキッズの活動で思うこと。
4. 支援金の寄付で活動を応援してくれた方々へ向けて…。

機会を設けて、受入れ地で発表していただく予定です。

ふくしまメッセージは、10年後、30年後、100年後の未来に伝える貴重なメッセージとなるはずです。ふくしまキッズ実行委員会のHPにも掲載させていただきます。

## 参加費について

### 北海道プログラム、信州木曽路プログラム、白山金沢プログラム、日本海プログラム、愛媛プログラム

子ども一人につき3万円

※ 北海道プログラム A コースでは、幼児(保護者同伴)の受入れが可能です。その場合、幼児に同伴される保護者の参加費は3万円、滞在費を1日4千円とします。(4千円×8日=3万2千円)  
保護者の皆様には活動中様々なお手伝いをお願いする場合がありますことをあらかじめご了承ください。

### あぶくまプログラム

子ども一人につき5千円

生活保護を受給されているご家庭について

お一人、1コース参加時の費用

・子ども／全額無料、同伴保護者／(参加費)30,000円+(滞在費)4,000円×滞在日数

※生活保護受給者証の写しを、事務局まで提出していただく必要があります。

### ●キャンセルについて

1)キャンセルをされる場合は、メール・FAX・郵送のいずれかで必ずご連絡ください。お電話でのキャンセルは承っておりません。キャンセルの際は出発日を基準とし、以下のキャンセル手数料を申し受けます。なお、返金手数料として一律2,000円(振込み手数料+諸経費)を申し受けます。

### 日本海プログラム、愛媛プログラム

出発日の21日前から9日前まで	30%
出発日の8日前から2日前まで	50%
出発日前日	70%
出発当日以降	100%

### 北海道プログラム、あぶくまプログラム、信州木曽路プログラム、白山金沢プログラム

出発日の16日前から13日前まで	30%
出発日の12日前から2日前まで	50%
出発前日・当日以降	100%

- 2)事務局に書類・メール・FAX などが到着し確認できた時点でキャンセルの受理といたします。参加費を納入しないことはキャンセルの意志表示にはなりませんので、ご注意ください。
- 3)キャンセル後の返金はプログラムの全日程終了後(平成27年9月1日以降)の処理になります。
- 4)出発時に遅刻しプログラムに参加できない場合は当日キャンセルの扱いとなります。
- 5)当日キャンセルの場合は、集合場所に保護者の方がおいでいただき、スタッフに伝えるか、引率責任者へ必ず電話連絡をお願いします。

## 安全管理や医療体制について

### ●主催者側が活動を中止と判断した場合

- 1)自然災禍(地震・台風・大雪など)やその他の理由(インフルエンザ・開催地に深刻な被害のある場合など)により主催者側で安全にプログラムが実施することが困難と判断した場合、申込書に記載いただいたご連絡先(E-mail・電話)に直接ご連絡いたします。
- 2)主催者側がプログラムの中止を事前に判断した場合、参加費より返金手数料(一律 2,000 円)を除いた金額をご返金いたします。プログラム開始後の自然災禍など不可抗力要因により活動期日を短縮した場合にはご返金しかねますのであらかじめご承知おきください。

### ●安全管理

- 1)各種活動フィールド、施設、移動手段等は、基本的に安全確認済みです。
- 2)活動フィールドの下見と対策、リーダー研修の実施、参加者への安全教育など、危険を最小限にするための安全対策を講じ、また活動中は同様にスタッフが細心の注意を払いますが、100%事故が起きない保障はできません。万が一に備えて主催者側で傷害保険に加入いたします。

### ●傷害保険

- 1)有事の際は、主催者側の過失の有無にかかわらず、当該保険の範囲で補償いたします。なお、疾病は適用外となります。

#### 保険加入内容:日本アウトドアネットワーク野外活動包括保険

**入院保険金:5,000 円/日(180 日限度) 通院保険金:3,000 円/日(90 日限度) 救援者費用:100 万円(上限)**

- 2)活動中の通院につきましては、一旦実費負担となります。また1回の通院にかかる手配同行手数料(2,000 円)も合わせてご負担いただきます。ご家庭へは後日清算させていただきます。

### ●緊急医療体制

- 1)主催者、及び指導者は安全確保を最優先いたしますが、参加者も自己責任をモットーに行動してください。事故発生時には各地で組んでいる緊急医療体制に従って対応します。
- 2)上記傷害保険に加入しています。万一、事故が起きたときは当該保険の範囲での保証になりますのでご了承ください。
- 3)期間中の持病の発病や本人の不注意によって生じた事故については、主催者及び指導者は責任を負いません。病気やケガ、精神的な理由により帰宅させるのが望ましい状況になった場合は、速やかにご家庭に連絡を入れ、ご相談したうえで対応いたします。お子様にやむをえず帰宅いただく際は、原則保護者にお迎えに来ていただきます。保護者のお迎えが困難な場合は、運営側で引率しますが、この場合実費交通費を後日ご請求させていただきます。その際参加費の返金は行いませんのであらかじめご承知おきください。

### ●保険証のコピー

- 1)健康保険証コピーをご持参ください。

※健康保険証のコピーは、封筒に入れてのりづけし、封筒表に「保険証コピー」と記載、参加者(子ども)の氏名を明記しご提出ください。兄弟姉妹でご参加いただく場合でも、健康保険証のコピーは別々にご準備ください。

- 2)病院によっては、コピーした健康保険証では保険の適用を行わないことがあります。その場合には全額自己負担となります。後日「療養費」として払い戻しを受けることができます。

### ●指導者

運営本部と現地本部運営団体と委託協力契約を結びます。開催受入地では、プログラム全体運営、宿泊手配、食事手配、医療環境整備などを進めます。受入地で多くの協力を得ながらプログラムの指導体制を構築し、安全に子どもたちが楽しく生活を送れるように支援していきます。子どもたちの生活班、活動班に直接配属され、生活面(食事、入浴、就寝、体調の管理など)から活動に至るまでの全てのプログラムについての安全管理をしていきます。

## 持ち物について

### ●荷づくりにあたり

- 1)コースによりご持参いただく荷物が違います。細部ご確認をお願いいたします。
- 2)持ち物は、保護者だけで準備せずにお子様に荷づくりをさせてください。準備の段階からすでに活動は始まっています。
- 3)ご家庭で何度も荷物整理の訓練をしてください。くれぐれも忘れ物がないようお願いいたします。
- 4)着替えは1日ごとに袋に入れてください。お子様本人も把握しやすいです。
- 5)必ず所持品全てに名前を記入してください。忘れ物を出さないためにもお願いします。
- 6)荷物は日常使っているものを持たせてください。(新しい物は、お子様が自分の物の認識が薄くなる傾向があります。)

### ●持ってきてはいけないものリスト

- ゲーム機、個人で遊べてしまうもの
- 携帯電話、個人で連絡を取れるもの
- 貴重品、不必要な現金(時計など高価なものやなくして困るようなもの)
- マッチ、ライター、ナイフ類

※お友達と一緒に遊べるもの(トランプなど)はお持ちになっても構いません。

### ●薬について

薬は、原則自己管理となります。スタッフが食後などに声かけはしますが、現在服用している薬がある場合には、事前に用法をお子様によくご説明ください。持参する薬は普段飲み慣れているものにしてください。特別な薬を服用する場合は、薬と処方箋をいっしょに袋に入れ、必ず名前をご記入ください。

持参した薬は決して他の子どもに与えないよう、ご家庭でもお子様にお伝えください。

### ●持ち物の紛失について

持ち物の紛失、破損(汚れを含む)についての責任は負いかねますので、あらかじめご承知おきください。本人の責任においてお取り扱いください。

### ●初日のお弁当について

初日のお弁当は、「おにぎりもしくはサンドイッチ」で統一します。必ず当日作るようにしてください。ゴミの減量にご配慮のほどよろしくお願ひいたします。

## 保護者のみなさまへ

### ●毎日の活動の様子

活動最中の様子は、ふくしまキッズのホームページからご覧いただけます。

ふくしまキッズホームページ URL <http://fukushima-kids.org/>

### ●保護者の方へお願い

- 1)お子様が一時家を離れることになります。ご家庭でも事前に勇気づける言葉をかけてください。また帰宅する日は、お出迎えをお願いします。温かい言葉をかけてください。

### ●個人情報保護について

- 1)参加申込情報、健康調査情報、保険証の写しについては、受入地で管理・保管して、参加者の同意を得た者以外の第三者に提供、開示等一切いたしません。
- 2)今後事務局よりの各種ご案内やアンケートなどを、E-mail、郵便等により送信もしくは送付させていただきますが、参加者のお申し出があれば、これらの取扱いを中止することができます。
- 3)活動期間中に撮影しました写真、ビデオなどにつきましては主催者側でHPやパンフレットなどの活動報告のために使用する事がございますので、あらかじめご了承ください(撮影は原則主催者のみ行います)。ただし、氏名・住所等の掲載・公開は一切いたしません。
- 4)活動期間中にテレビ、新聞などの取材がある場合もございます。その際、インタビューを受けたお子様の氏名などが掲載される場合もございますので、あらかじめご了承ください。テレビ、新聞などの取材が開始された後に、放送、取材を拒否することは、放送局、新聞社等に損害を与えますのでお断りします。
- 5)写真、ビデオなどの使用に際し、不都合のある方はあらかじめ事務局までご連絡ください。

## Q & A

**Q:4歳児がいますが、兄妹と一緒に参加可能ですか？**

A: 幼児の場合、保護者が同伴でないと精神的な問題で宿泊などができることがあります。そのため、小学生の兄弟と一緒にでも、小学生未満が参加するときは、親の同伴が義務づけられています。

**Q:福島県内に住所をおいてあるが、現在県外に避難しています。参加できますか？**

A: 「福島県内に現在でも在住」の方を対象としていますので、参加対象外となります。

**Q:持病があり、自分で薬を服用したり、注射をします。その場合本人がきちんとできますが、スタッフも子どもと一緒にについてほしいのですが？**

A: 体調管理として、毎日体調チェック表を作るようにします。スタッフも期間中確認する態勢でのぞみます。

**Q:うちの子は9歳、6歳、3歳です。この企画を知りぜひ参加したいと思いましたが、3歳の子を残して参加させるわけにはいきません。そのため、親と同伴になると思いますが、親の参加費が一日4,000円だと金銭的にかなり厳しい人が多いと思います。親の滞在費を何とかしてもらえませんか？**

A: ふくしまキッズの支援金はあくまでも参加するお子様の活動を支援する目的でご協力しています。保護者の方の滞在費を支援金から負担することはできませんので、ご理解いただきたいと思います。できるかぎり多くの子どもたちが参加できるように努力していますので、ご負担のご協力よろしくお願ひいたします。

**Q:子どもがまだ幼いので、お風呂などの時にはボランティアの方が一緒に入ったりするのでしょうか？**

A: 基本的に生活には学生ボランティアがつきますので、大丈夫です。ご安心ください。

**Q:体の不具合はなく活発ですが、ちょっと恐がりなところがあり、プログラムを全て参加できるかわかりません。なにしろ集団生活なので心配だらけです。**

A: プログラムの参加は、ある程度柔軟に考えています。出来れば、今日の体験プログラムは「参加希望の子はどうぞ」と言うようなスタイルで行きたいと考えています。

**Q:健康管理、安全管理についてはどうなっていますか？**

A: 体調管理については、プログラム開催中毎日『体調チェック表』を使ってその日の体調をリーダーが把握できるようにしています。また、現地のスタッフが活動場所を事前に下見して、危険箇所の確認をしています。

**Q:『おねしょ』が心配なのですが、大丈夫でしょうか？**

A: 環境が変わると普段心配ないお子様でもおねしょをしてしまうことがあります。心配な場合は健康調査書にその旨をご記入いただければスタッフが夜中に子どもを起こしてトイレに連れて行くなど対応します。やむを得ず貸出寝具を汚してしまった際、場合によってはクリーニング代を請求させていただく場合がございますので、あらかじめご了承ください。

**Q:集合解散場所までひとりで行かせててもよろしいでしょうか？**

A: 小学生の参加者はお手数ですが、保護者もしくはそれに代わる方の付き添いをお願いいたします。中学生は保護者が大丈夫と判断された場合は、事務局に連絡した上で受け入れることにします。

**Q:子どもに家へ電話させたいのですが、できますか？**

A: ご家庭と電話連絡をとることは、お子様の自立心を育てる妨げになりますので禁止とさせていただいております。事務局からご家庭に連絡がなければ、お子様は元気に過ごしているとお考えください。今回のプログラム期間中には、原則ハガキをご自宅に出すことはさせません。なお緊急時には、事務局にご連絡ください。

**Q:乗り物酔いしやすいのですが…**

A: 乗り物酔いをしやすい方は、酔い止めの薬を持たせてください。また、行きはご家庭で酔い止め薬を飲ませてください。帰りは、現地出発前にスタッフが子どもたちに酔い止め薬を飲むように伝えます。

**Q:現地でお土産を買ってもいいですか？**

A: お土産を買う希望があれば行います。ただし高価な物は控えるように指導します。

**Q:お小遣いはどのくらい持つといけばよいですか？**

A: 1,000円～5,000円程度でお願いいたします。お小遣いを使う場面としては、喉が渇いた際の飲み物を買う時や、お土産を買う程度です。財布は自己管理を基本としますが、必要な場合はリーダーが管理します。

**Q:解散の時にお迎えにいけません。友達の保護者に頼んでもいいですか？**

A: お迎えが保護者以外の方(友達の保護者、友達同士で帰る場合、1人で帰る場合など)は、必ず事前に事務局までご連絡をください。急な場合は直接受入地担当者へご連絡ください。

# 開催プログラム コース別詳細

## 北海道プログラム

### 北海道 大沼A・B・Cコースについて

#### 1. 開催日：7月26日（日）～8月23日（日） ※各コース全日程参加が条件

Aコース 7月26日（日）～8月2日（日） 7泊8日

Bコース 8月3日（月）～8月23日（日） 20泊21日

Cコース 8月7日（金）～8月20日（木） 13泊14日

※AコースからBコースへは継続参加可能です。

#### 2. 参加対象者と人数：小学1年生～中学3年生

Aコース：定員40名

Bコース：定員40名

Cコース：定員40名

※Aコースのみ幼児の参加：可（保護者同伴）。

#### 3. プログラム内容

##### Aコース：お手軽1週間コース

流山を中心とした生活重視型プログラムを実施します。ゆったりと毎日を過ごしながら生活のリズムに慣れてきたら道南地域への合宿へ出発します。道南地域の豊かな自然フィールドを複数でまわります、地域の方々が準備してくれたそこでしか体験できないアクティビティや食事など道南の魅力を存分に味わいます。また流山では子どもたちのやりたい！遊びたい気持ちを大事にしながら毎日の予定を一緒に考えて行きます。大沼でのエビとりや水遊び、森あそびや焚き火などワイルドに自然を満喫します。

日 に ち	内 容	備 考
7月26日	日 郡山・福島よりJRで移動 荷物整理	体・心の緊張をほぐします。 ◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
7月27日	月 選択遊び、自由時間、生活の時間	北海道の環境に慣れ、生活のリズムを整えます。 ◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
7月28日	火 選択遊び、自由時間、生活の時間、合宿の準備	出かける準備をします。 ◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
7月29日	水 道南地域への合宿へ	各地域、受け入れ先での活動 ◆各地域施設、民家等宿泊
7月30日	木 道南地域への合宿へ	各地域、受け入れ先での活動 ◆各地域施設、民家等宿泊
7月31日	金 道南地域への合宿へ	各地域、受け入れ先での活動 ◆各地域施設、民家等宿泊
8月1日	土 選択遊び、自由時間、生活の時間 閉校式	思い切り外あそびを楽しみます。 ◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月2日	日 朝食後JRで福島・郡山へ	

### Bコース：たっぷりじっくり3週間コース

3週間というたっぷりとした時間の流れを使い、自由度も高く道南地域の魅力をゆっくりじっくり体感するプログラムです。まずは3泊4日「合宿型地域交流」で地域の方々が用意してくれたそこでしか体験できないアクティビティを楽しめます。流山温泉で一息つくと道南地域限定のJRフリー切符を使用して自分たちで計画を立てたフィールドトリップにでかけます。自分たちで作る旅にはハプニングもあります、どんな状況でも仲間と協力する旅のすばらしさを体験します。また長い活動中に安心して体を休められるように2泊3日のホームステイにでかけ家庭の温かさにふれることで心身ともにリラックスします。そして最後には登山やウォーキング、自転車など自分たちで目標を決めたアウトドア活動にチャレンジして達成感を味わい、3週間を締めくくります。

日 に ち		内 容	備 考
8月3日	月	郡山・福島よりJRで移動 荷物整理	体・心の緊張をほぐします。 ◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月4日	火	選択遊び、自由時間、生活の時間	◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月5日	水	選択遊び、自由時間、生活の時間、合宿の準備	出かける準備をします。 ◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月6日	木	道南地域の合宿へ	各地域、受け入れ先での活動 ◆各地域施設、民家等宿泊
8月7日	金	道南地域の合宿へ	各地域、受け入れ先での活動 ◆各地域施設、民家等宿泊
8月8日	土	道南地域の合宿へ	各地域、受け入れ先での活動 ◆各地域施設、民家等宿泊
8月9日	日	道南地域の合宿より帰着	各地域、受け入れ先での活動 ◆各地域施設、民家等宿泊
8月10日	月	選択遊び、自由時間、生活の時間	◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月11日	火	選択遊び、自由時間、生活の時間、フィールドトリップ計画づくり	フィールドトリップの計画を立てます。 ◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月12日	水	フィールドトリップ	◆各地域施設、キャンプ場等宿泊
8月13日	木	フィールドトリップ	◆各地域施設、キャンプ場等宿泊
8月14日	金	フィールドトリップより帰着	◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月15日	土	選択遊び、自由時間、生活の時間	◆青少年宿泊施設「ネイパルの森」宿泊
8月16日	日	選択遊び、自由時間、生活の時間、民泊の準備	民泊の準備をします。 ◆青少年宿泊施設「ネイパルの森」宿泊
8月17日	月	民泊へ	◆各地域施設、民家等宿泊
8月18日	火	民泊へ	◆各地域施設、民家等宿泊
8月19日	水	民泊より帰着	◆各地域施設、民家等宿泊
8月20日	木	チャレンジプログラム	◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月21日	金	チャレンジプログラム	◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月22日	土	選択遊び、自由時間、生活の時間 閉校式	思い切り外あそびをします。 ◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月23日	日	朝食後JRで福島・郡山へ	

### Cコース：道南各地を訪れるトリップ2週間コース

流山温泉を拠点に道南各地を巡る旅がメインの2週間コースです。高学年を中心に「合宿型地域交流」へ出かけます。グループで施設泊をしながらその地域独自の活動プログラムを通じて地域の方と触れ合います、その地域でしか体験できないアクティビティや見所、食事などをたっぷりと堪能します。一方低学年は民泊体験で家庭との交流を楽しめます。その地域の穴場スポットや家庭の子ども達同士で相談して毎日の過ごし方を決めたりとより具体的な関わりをもつ事でお互いの関係性を深めます。最後のハイライトとして、高学年を中心に道南地域限定JRフリー切符を使用して自分たちで計画を立てたフィールドトリップにでかけます。今まで計画されていた旅、フィールドトリップは0から自分たちで作り上げます。計画づくりは大変かもしれません、でもその分旅をしている間の高揚感、旅が終わった時の達成感、満足感を味わえます。

日 に ち		内 容	備 考
8月7日	金	郡山・福島よりJRで移動	体・心の緊張をほぐします。 ◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月8日	土	選択遊び、自由時間、生活の時間、合宿の準備	◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月9日	日	道南地域の合宿・民泊へ	各地域、受け入れ先での活動 ◆各地域施設、民家等宿泊
8月10日	月	道南地域の合宿・民泊へ	各地域、受け入れ先での活動 ◆各地域施設、民家等宿泊
8月11日	火	道南地域の合宿・民泊へ	各地域、受け入れ先での活動 ◆各地域施設、民家等宿泊
8月12日	水	道南地域の合宿・民泊より帰着	◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月13日	木	選択遊び、自由時間、生活の時間	◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月14日	金	選択遊び、自由時間、生活の時間	◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月15日	土	選択遊び、自由時間、生活の時間、フィールドトリップ計画づくり	フィールドトリップの計画を立てます。 ◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月16日	日	フィールドトリップ・民泊	◆各地域施設、キャンプ場等宿泊
8月17日	月	フィールドトリップ・民泊	◆各地域施設、キャンプ場等宿泊
8月18日	火	フィールドトリップ・民泊より帰着	◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月19日	水	選択遊び、自由時間、生活の時間、閉校式	思い切り外あそびをします。 ◆大沼ふるさとの森自然学校宿泊
8月20日	木	朝食後JRで福島・郡山へ	

※荒天時やその時の状況によってプログラム内容は変更となります、ご了承ください。

※毎日掃除、健康調査を行います。

※基本的に外遊びがメインの活動になります。

※民泊・合宿は地域の事情によりスケジュールの変更がございます。

※子ども約5人に対して1人のボランティアが付きます。部屋は男女別で10人～20人部屋、寝袋と毛布で寝ます。

※高学年と低学年はあくまで目安です、地域事情などにより、低学年であってもフィールドトリップへ、高学年であっても民泊・合宿へ行く場合がございますのでご了承ください。

#### 4. 宿泊場所

- ・大沼ふるさとの森自然学校  
〒041-1351 北海道亀田郡七飯町字東大沼 294-1 TEL: 0138-67-1726 FAX: 0138-67-1626
- ・ネイパル森  
〒049-2141 北海道茅部郡森町駒ヶ岳 657-15 TEL: 01374-5-2110

#### 5. 運営体制

○北海道プログラム総合コーディネート

「でっかい教室北海道プロジェクト実行委員会」

札幌市中央区南2条東2丁目8-1 大都ビル902 合同会社北海道観光まちづくりセンター内

TEL 011-252-2118 FAX 011-252-2117 Email [info@hokkaido-machisen.org](mailto:info@hokkaido-machisen.org)

○総責任者: 上田 融 (NPO法人いぶり自然学校)

○連絡先事務局: 中島・萩原 (北海道観光まちづくりセンター)

○安全管理責任者

穴澤 剛行 (大沼ふるさとの森自然学校事業部長)

高橋 諭子 (大沼ふるさとの森自然学校ディレクター)

高野 克也 (NPO法人ねおすディレクター)

○プログラム中の連絡先: 大沼ふるさとの森自然学校 亀田郡七飯町字東大沼294-1 TEL: 0138-67-3777

## ○地元医療機関

- ・ 大沼公園クリニック 亀田郡七飯町字大沼町258 TEL : 0138-67-3032
- ・ あぜ（野畔）の花クリニック 亀田郡七飯町字大沼町322-3 TEL : 0138-67-5111
- ・ はるこどもクリニック小児科・小児神経科 北海道亀田郡七飯町本町6丁目7-42 TEL : 0138-65-0500
- ・ 函館市夜間急病センター 函館市白鳥町13-32 TEL : 0138-30-1199

## 運営体制について

ディレクター（3名）の下、ボランティアの方々と協力して子どもたちの活動をサポートします。安全管理や体調管理の都合、選択プログラムの定員等の関係から、現場にあわせたグループを作ることもありますが、基本的には「全員で全員を見守る」という姿勢で子どもたちと過ごします。

## 部屋割り・グループ編成について

新しい友だちを作るというのも大切な活動の一つですので部屋割り・グループ編成はこちらにお任せください（期間途中にお部屋割を替える事もあります）。既存の子どもたちの関係性に固執せず、新しい環境ではじめて会った仲間と人間関係を築くことは、お子さんにとってリフレッシュを促すよい方法の一つです。趣旨をご理解いただきご協力のほどお願ひいたします。

## 6. 往路の移動について

【集合時間】 郡山駅8:30受付開始 福島駅 8:50受付開始

※参加人数やJRの予約状況によって列車の変更などが出る場合がございます。変更になり次第保護者の皆様へご連絡致します。

【想定移動時間】 8時間半ほど

内訳：郡山市から福島市を経由して、函館駅へ、函館駅からJRで流山温泉へ移動

【現地到着予定時間】 17:30

【到着場所】 大沼ふるさとの森自然学校（A～Cコース）

〒041-1351 北海道亀田郡七飯町字東大沼294-1 TEL: 0138-67-3777 FAX: 0138-67-1626

## 乗車前の注意事項

- ◇ 集合前にトイレを済ませておいて下さい。くれぐれも遅刻の無いよう時間に余裕を持ってお出かけ下さい。
- ◇ スタッフが郡山・福島集合場所に待機します。ふくしまキッズの旗が目印になります。順次名前を確認します。
- ◇ 受付開始時刻にあわせて名前のチェックを終えてください。
- ◇ 多人数での移動になりますので、指導者の指示に従い円滑に移動するようご協力をお願いします。
- ◇ 手荷物は車内に持ち込む荷物デイパック（お弁当、水筒、保険証のコピー、衛生用品）程度にしましょう。
- ◇ 乗り物酔いをしやすい方は事前に酔い止めの薬をお飲みください。
- ◇ 座席は指定席です。スタッフが号車と座席のおよその場所を示しますので、スタッフの指示に従って列車に順序良く乗りこみ、とりあえず空いている席に座ってください。乗り込んだ後に席を決めます。

※当日何らかの理由でキャンセルする場合は、集合場所まで保護者の方はお出で頂き直接スタッフに伝えるか、大沼ふるさとの森自然学校 TEL: 0138-67-1726 FAX: 0138-67-1626 までご連絡をお願いいたします。

## 7. 復路の移動について

【解散予定時間】福島駅 17時頃着予定 郡山駅 17:30頃到着予定

※参加人数やJRの予約状況によって列車の変更などが出る場合がございます。変更になり次第保護者の皆様へご連絡致します。

【想定移動時間】8時間半ほど 内訳：流山温泉からJRで函館駅へ、函館からJRで移動

### 解散について

◆ スタッフのあいさつの後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてからお帰りください。

※お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る場合、1人で帰る場合など）は、必ず大沼ふるさとの森自然学校 TEL: 0138-67-1726 FAX: 0138-67-1626 までご連絡をお願いいたします。

## 8. 持ち物

### ■大荷物リスト

※荷物には全て（靴下一足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

※必ず旅行用かばんで郵送ください（移動が多々あります。段ボール、衣装ケースは不可）

<input type="checkbox"/>	リュックサック（2泊3日程度の着替えが入るサブザック。フィールドトリップや合宿・民泊時に使用します。当日手荷物用のサブザックと併用でかまいません。水筒、雨具、上着などを入れて野外活動で持ち歩きます）
<input type="checkbox"/>	着替え（長袖・長ズボン・長袖ジャージ上下）
<input type="checkbox"/>	防寒着（フリースなど。10°C以下に冷えることもあるので防寒になるもの）
<input type="checkbox"/>	上靴（合宿先や体育館などで使用します）
<input type="checkbox"/>	靴下、下着（1週間分）
<input type="checkbox"/>	Tシャツ（長袖Tシャツ数枚もあわせて1週間分 線ではなく化学繊維で乾きやすいものを）
<input type="checkbox"/>	帽子
<input type="checkbox"/>	雨具（上下に分かれたじょうぶなもの 100円ショップなどで販売されている薄いものは不可）
<input type="checkbox"/>	タオル3枚、バスタオル2枚
<input type="checkbox"/>	歯磨きセット、洗面用具、シャンプー・リンス（2日分程度）
<input type="checkbox"/>	寝る時に着るもの（パジャマなど）
<input type="checkbox"/>	うがい用コップ（プラスチックのもの・歯磨き用とは別のもの）
<input type="checkbox"/>	水着・水泳帽（水遊びなどをする場合に着用、プールでは水泳帽が必要です）
<input type="checkbox"/>	替えの外靴（汚れた時濡れた時に履きます）
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋）4~5枚程度（汚れた服や濡れたものなどを入れる）
<input type="checkbox"/>	洗濯用洗剤（小分けのものを日数に合わせて）
<input type="checkbox"/>	洗濯ネット（自分のものを入れて洗濯します、大きめなものを2つ以上ご用意ください）
<input type="checkbox"/>	針金ハンガー5~10本（タオルやTシャツを干します ビニールテープ等を工夫して巻いて名前を書くとよいです）
<input type="checkbox"/>	ピンチハンガー1個（靴下やパンツを干します）
<input type="checkbox"/>	軍手（化繊の含まれていないものが望ましい、替えがあると便利）
<input type="checkbox"/>	虫よけ（肌にぬるもの。電池式虫よけ・スプレー式のものは不可）
<input type="checkbox"/>	ポケットティッシュ、ハンカチ
<input type="checkbox"/>	懐中電灯・ヘッドライト（予備電池）
<input type="checkbox"/>	夏休みの宿題（必要であれば）

※ 着替えは1週間分用意ください。

※ 洗濯は5日に1回程度実施します。

■当日手荷物用・サブザック（リュックサックが望ましい）

<input type="checkbox"/>	初日昼食のおにぎり弁当！！
<input type="checkbox"/>	水筒（ペットボトルは不可）
<input type="checkbox"/>	保険証のコピー (封筒に入れ『お子さんの名前』と『保険証在中』を封筒に記入し封をしてください)
<input type="checkbox"/>	列車内を楽しく過ごせるアイテム（トランプやUNOなど。対戦型トレーディングカードゲームはご遠慮ください）
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	持病薬、持病処置の資料（必要があれば） 薬のある方は、処方の仕方と薬を一緒の袋に入れてください。必ず名前を書いてください。
<input type="checkbox"/>	車に酔う子は、酔いどめ・エチケット袋
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ
<input type="checkbox"/>	おやつ（往路の列車内で食べきれる量だけお持ちください） <u>宿泊施設などで個人のおやつは食べません。</u>
<input type="checkbox"/>	財布（小遣い3,000～5,000円程度） (基本的にスタッフが管理します)

その他自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします（貴重品の紛失や破損の責任は負いません）

**大荷物の送り先について  
(送り先・注意事項など)**

「大沼ふるさとの森自然学校」

〒041-1351 亀田郡七飯町字東大沼294-1 TEL 0138-67-3777

※配送業者に各コースの荷物の到着日をご指定ください。

Aコース:7月25日(土)

Bコース:8月2日(日)

Cコース:8月6日(木)

※配送業者に荷物の到着日を必ずご指定ください。

※配送は「ヤマト運輸・往復宅急便」でお願いします。無理な方は復路着払い伝票記入の上ご持参ください。他の運送業者では集荷が無い場合がございますのでご協力お願いいたします。

※伝票には、保護者の方の名前のならびに、必ず「参加するお子様の名前」「参加コースA・B・C」をご記入ください。

## 北海道 大沼コースDコースについて

1. 開催日：8月11日（火）～8月17日（月）6泊7日
2. 参加対象者と人数：小学1年生～中学3年生 Dコース：定員20名
3. プログラム内容

馬と共に暮らす牧場暮らしを体験するプログラムです。

このプログラムは、毎朝動物たちに餌を与えるところからはじまります。牧場には馬や、山羊、うさぎ、猫、犬などたくさんの生き物が暮らしています。その中でも、特に馬との関係を深め、自分の担当馬を持ち、その馬の命を守っていくことを目標に10日間活動していきたいと思います。

活動の基本構造は、午前中の活動と午後の活動の2つから出来ています。午前中は馬を中心とした活動で、お手入れや、馬小屋の掃除、そして馬と共に森の中へと出かけていきます。そして、クライマックスの森の中でのキャンプに向けて必要な森の恵みを採集したり、火おこしなどのキャンプに必要な技術を一つずつ身に付けて過ごします。これら一連の活動は、馬の命を守る活動です。毎日のお世話や、実際に触れ合い、馬の体温や鼓動、匂い、動きなど様々なことを感じ、体験することによって、馬との信頼関係を深めていきます。午後は、比較的自由でゆっくりとした時間を過ごします。森で採ってきたものでの作り物や、動物たちの家を直したり作ったり、焚き火をしたり、お料理をしたり、木に登ったり、釣りをしたり、子ヤギが生まれたら乳搾りをしたり、お出かけしたり、昼寝したり、その都度話し合って決めていきます。私たちの命は、様々な命との繋がりの中で輝きを持ちます。命の繋がりは、命を慈しむ事によって生まれます。この牧場暮らしは、人が人として生きていく上で基礎となる命の輝きに注目した活動を提供します。

子どもたちの豊かな成長がこの牧場暮らしにあります。

日付	内容	備考
8月11日	火 福島よりJR移動 大沼に到着	体・心の緊張をほぐします。 ◆大沼流山牧場宿泊
8月12日	水 牧場暮らし／体験活動	◆大沼流山牧場宿泊
8月13日	木 牧場暮らし／体験活動	◆大沼流山牧場宿泊
8月14日	金 牧場暮らし／体験活動	◆大沼流山牧場宿泊
8月15日	土 牧場暮らし／チャレンジキャンプ	◆テント泊
8月16日	日 牧場暮らし／さよならパーティー	◆大沼流山牧場宿泊
8月17日	月 大沼よりJR移動 福島に到着	

※毎日掃除、健康調査を行います。

※入浴は流山温泉を利用します。

※宿泊は牧場にあるログハウスです。部屋は男女別相部屋で、布団で寝ます。

※荒天時によってプログラム内容は変更となります、ご了承ください。

### プログラムの補足

餌やりや掃除など、毎日同じ仕事をくり返し行い、ルーティンワークを積み重ねていきます。

毎日同じ仕事を行いますが、馬の体調や機嫌は毎日変わります。

毎日の暮らしの中で、色々な変化に気付き、命により添う活動を目指します。

私たちの命は、様々な命との繋がりの中で輝きを持ちます。  
命の繋がりは、命を慈しむ事によって生まれます。  
この牧場暮らしは、人が人として生きていく上で基礎となる命の輝きに注目した活動を提供します。  
子どもたちの豊かな成長がこの牧場暮らしにあります。

#### 具体的な内容

- ・ 大きなログハウスでの宿泊
- ・ 動物たち（馬や山羊、うさぎ、ねこ、犬など）のえさやり
- ・ 馬のお世話（馬小屋掃除、お手入れ）や乗馬、馬と一緒に森へ
- ・ キャンプ
- ・ 焚き火
- ・ 手仕事（染め物、おやつ作り、創作活動、林業体験、大工仕事など）
- ・ 周辺探検やお散歩
- ・ 昼寝

#### プログラム中の生活について

牧場の生活は馬や自然のリズムに合わせて動きます。  
朝のえさやり、昼のえさやり、夕方のえさやりと、時間の決まった毎日のお仕事があるので、大人が色々と指示をしなくとも子どもたちが自分で気付いて行動するようになります。  
生活のリズムも、初めは緊張や不安があり、疲れなれなかったりご飯がいつも通り食べられなかったりということがあるかもしれません、段々と自然のリズムと身体の歩調が合ってきて、昼間思い切り活動して夜はほどよく疲れて眠れるようになります。  
おいしいご飯と十分な睡眠と規則正しい生活リズムで健康的な暮らしを送ります。

#### 基本的な生活スタイル

- 06:00 起床
- 06:30 馬の朝ご飯
- 07:30 人の朝ご飯
- 09:00 牧場での馬のお世話、乗馬
- 11:45 馬のお昼ご飯
- 12:00 人のお昼ご飯
- 14:00 午後の体験活動  
(昼寝、おやつ作り、雪遊び、染め物、創作活動、林業体験、大工仕事、牧場外へお出かけなどなど)
- 17:00 馬の晩ご飯
- 17:30 入浴
- 18:30 人の晩ご飯
- 21:00 消灯

### 4. 宿泊場所

大沼流山牧場 北海道亀田郡七飯町字東大沼 294-1 TEL : 0138-67-3339

### 5. 運営体制

団体名：(株) 流山 大沼流山牧場

所在地：〒041-1351 北海道亀田郡七飯町字東大沼 294-1

連絡先：TEL: 0138-67-3339 FAX: 0138-83-1215

○総責任者：上田 融 (NPO法人いぶり自然学校)

○連絡先事務局：北川 浩二 (大沼流山牧場)

○安全管理責任者：渡部 真子（大沼流山牧場）

○プログラム中の連絡先：

（株）流山 大沼流山牧場 亀田郡七飯町字東大沼 294-1 TEL : 0138-67-3339

○地元医療機関

・大沼公園クリニック 亀田郡七飯町字大沼町258 TEL:0138-67-3032

・あぜ（野畔）の花クリニック 亀田郡七飯町字大沼町322-3 TEL:0138-67-5111

・はるこどもクリニック小児科・小児神経科 北海道亀田郡七飯町本町6丁目7-42 TEL:0138-65-0500

・函館市夜間急病センター 函館市白鳥町 13-32 TEL 0138-30-1199

#### 運営体制について

- ・ スタッフとボランティア 4~5名が子ども達と過ごします。
- ・ 並行して「牧場暮らしキャンプ」を一般募集にて実施しており、その参加者（小1~中3、最大20名程度）と活動を共にします。

#### 部屋割り・グループ編成について

- ・ 期間中ずっとお世話をする担当馬を決めて、馬一頭につき5~6名のグループを作り活動します。
- ・ 宿泊場所はログハウスの大部屋もしくはネイチャーインです。男女別に一部屋ずつに泊まります。

## 6. 往路の移動について

【集合時間】 郡山駅8:30受付開始 福島駅 8:50受付開始

※参加人数やJRの予約状況によって列車の変更などが出る場合がございます。変更になり次第保護者の皆様へご連絡致します。

【想定移動時間】 8時間半ほど

内訳：郡山市から福島市を経由して、函館駅へ、函館駅からJRで流山温泉へ移動

【現地到着予定時間】 17:30

【到着場所】 （株）流山 大沼流山牧場 亀田郡七飯町字東大沼 294-1 TEL : 0138-67-3339

#### 乗車前の注意事項

- ◆ 集合前にトイレを済ませておいて下さい。くれぐれも遅刻の無いよう時間に余裕を持ってお出かけ下さい。
- ◆ スタッフが郡山・福島集合場所に待機します。ふくしまキッズの旗が目印になります。順次名前を確認します。
- ◆ 受付開始時刻にあわせて名前のチェックを終えてください。
- ◆ 多人数での移動になりますので、指導者の指示に従い円滑に移動するようご協力をお願いします。
- ◆ 手荷物は車内に持ち込む荷物デイパック（お弁当、水筒、保険証のコピー、衛生用品）程度にしましょう。
- ◆ 乗り物酔いをしやすい方は事前に酔い止めの薬をお飲みください。
- ◆ 座席は指定席です。スタッフが号車と座席のおよその場所を示しますので、スタッフの指示に従って列車に順序良く乗りこみ、とりあえず空いている席に座ってください。乗り込んだ後に席を決めます。

※当日何らかの理由でキャンセルする場合は、集合場所まで保護者の方はお出で頂き直接スタッフに伝えるか、大沼ふるさとの森自然学校 TEL: 0138-67-1726 FAX: 0138-67-1626 までご連絡をお願いいたします。

## 7. 復路の移動について

【解散予定時間】福島駅 17時頃着予定 郡山駅 17:30頃到着予定

※参加人数やJRの予約状況によって列車の変更などが出る場合がございます。変更になり次第保護者の皆様へご連絡致します。

【想定移動時間】8時間半ほど 内訳：流山温泉からJRで函館駅へ、函館からJRで移動

### 解散について

- ◇ スタッフのあいさつの後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてからお帰りください。

※お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る場合、1人で帰る場合など）は、必ず、ふるさとの森自然学校 TEL: 0138-67-1726 FAX: 0138-67-1626 までご連絡下さい。

## 8. 持ち物

### ■大荷物リスト

※荷物には全て（靴下1足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

※必ず旅行用かばんで郵送ください（移動が多々あります。段ボール、衣装ケースは不可）

<input type="checkbox"/>	リュックサック（2泊3日程度の着替えが入るサブザック。フィールドトリップや合宿・民泊時に使用します。当日手荷物用のサブザックと併用でかまいません。水筒、雨具、上着などを入れて野外活動で持ち歩きます）
<input type="checkbox"/>	着替え（長袖・長ズボン・長袖ジャージ上下）
<input type="checkbox"/>	防寒着（フリースなど。10°C以下に冷えることもあるので防寒になるもの）
<input type="checkbox"/>	上靴（合宿先や体育館などで使用します）
<input type="checkbox"/>	靴下、下着（1週間分）
<input type="checkbox"/>	Tシャツ（長袖Tシャツ数枚もあわせて1週間分 綿ではなく化学繊維で乾きやすいものを）
<input type="checkbox"/>	帽子
<input type="checkbox"/>	雨具（上下に分かれたじょうぶなもの 100円ショップなどで販売されている薄いものは不可）
<input type="checkbox"/>	タオル3枚、バスタオル2枚
<input type="checkbox"/>	歯磨きセット、洗面用具、シャンプー・リンス（2日分程度）
<input type="checkbox"/>	寝る時に着るもの（パジャマなど）
<input type="checkbox"/>	うがい用コップ（プラスチックのもの・歯磨き用とは別のもの）
<input type="checkbox"/>	水着・水泳帽（水遊びなどをする場合に着用、プールでは水泳帽が必要です）
<input type="checkbox"/>	替えの外靴（汚れた時濡れた時に履きます）
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋）4~5枚程度（汚れた服や濡れたものなどを入れる）
<input type="checkbox"/>	洗濯用洗剤（小分けのものを日数に合わせて）
<input type="checkbox"/>	洗濯ネット（自分のものを入れて洗濯します、大きめのものを2つ以上ご用意ください）
<input type="checkbox"/>	針金ハンガー5~10本（タオルやTシャツを干します ビニールテープ等を工夫して巻いて名前を書くとよいです）
<input type="checkbox"/>	ピンチハンガー1個（靴下やパンツを干します）
<input type="checkbox"/>	軍手（化繊の含まれていないものが望ましい、替えがあると便利）
<input type="checkbox"/>	虫よけ（肌にぬるもの。電池式虫よけ・スプレー式のものは不可）
<input type="checkbox"/>	ポケットティッシュ、ハンカチ
<input type="checkbox"/>	懐中電灯・ヘッドライト（予備電池）
<input type="checkbox"/>	夏休みの宿題（必要であれば）

※ 着替えは1週間分用意ください。

※ 洗濯は5日に1回程度実施します。

■当日手荷物用・サブザック（リュックサックが望ましい）

<input type="checkbox"/>	初日昼食のおにぎり弁当！！
<input type="checkbox"/>	水筒（ペットボトルは不可）
<input type="checkbox"/>	保険証のコピー (封筒に入れ『お子さんの名前』と『保険証在中』を封筒に記入し封をしてください)
<input type="checkbox"/>	列車内を楽しく過ごせるアイテム（トランプやUNOなど。対戦型トレーディングカードゲームはご遠慮ください）
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	持病薬、持病処置の資料（必要があれば） 薬のある方は、処方の仕方と薬を一緒の袋に入れてください。必ず名前を書いてください。
<input type="checkbox"/>	車に酔う子は、酔いどめ・エチケット袋
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ
<input type="checkbox"/>	おやつ（往路の列車内で食べきれる量だけお持ちください） <u>宿泊施設などで個人のおやつは食べません。</u>
<input type="checkbox"/>	財布（小遣い3,000～5,000円程度） (基本的にスタッフが管理します)
<u>その他自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします</u> （貴重品の紛失や破損の責任は負いません）	

大荷物の送り先について

（送り先・注意事項など）

「（株）流山 大沼流山牧場」

亀田郡七飯町字東大沼 294-1 TEL : 0138-67-3339

※配送業者に荷物の到着日をご指定ください。

Dコース：8月10日（月）

※配送業者に荷物の到着日を必着でご指定ください。

※配送は「ヤマト運輸・往復宅急便」でお願いします。無理な方は復路着払い伝票記入の上ご持参ください。  
他の運送業者では集荷が無い場合がございますのでご協力をお願いいたします。

※伝票には、保護者の方の名前のならびに、必ず「参加するお子様の名前」「Dコース」をご記入ください。

## 北海道プログラム Eコース(留萌・天売島・滝川・余市)について

1. 開催日：7月24日（金）～8月8日（土）（15泊16日）※全日程参加が条件
2. 参加対象者と人数：小学3年生～中学3年生 定員 30名
3. プログラム内容

**留萌市**は日本海の北で取れる海の幸が豊富。カヌーやバナナボート等マリンスポーツにチャレンジします。留萌でBBQと言えば「浜焼き」。肉ではなく魚介類のバーベキューもお楽しみに。

**天売島**は「海鳥の楽園」。地元の方の案内で1周12kmの島ツアーオロロン島にも会えるかな？岸壁からの青い空とさらに青い海の景色に驚くことでしょう。釣りに磯あそびにと、海遊びをトコトン楽しめます。

**滝川市**は、水田と畑作地域です。今回はそんな農業地域の周りの森を訪れ、農業を支える森で過ごします。

**余市町**は「地球にやさしい暮らし」を目標にしたエコビレッジに滞在。3日間かけて自分達のための理を作ります。地元の果樹園で果物を。有機栽培の畑からは新鮮な野菜を収穫し、自分たちの森のレストランをオープンします。



		内 容
7月24日	金	郡山・福島よりJRで移動、夕方、安平町スポーツセンター合宿所にチェックイン。宿泊
7月25日	土	午前：バスで留萌市へ出発 午後：旧幌糠中学校到着、オリエンテーション。
7月26日	日	1日：チーム力を高めよう！幌糠基地ラリーで食材ゲットの夕食づくり
7月27日	月	午前：遊びまくるために、勉強タイム。 午後：マリンスポーツ（バナナボート、カヌー、ヨット）
7月28日	火	午前：羽幌町海鳥センターで環境学習 午後：フェリーで天売島へ
7月29日	水	午前：天売島1周ツアー（12km）、水平線を眺め地球が丸いことを確認！ 午後：世界にここだけウトウ帰郷。
7月30日	木	離島の海で釣る、泳ぐ、とにかく遊ぶ一日
7月31日	金	午前：フェリーで移動、留萌へ 午後：さよならパーティー バーベキュー
8月1日	土	午前：滝川へ移動（滝川市丸加高原散策、丸加高原宿泊） 午後：自由時間。ゆっくり過ごす。
8月2日	日	午前：滝川市街ウォーキング 午後：余市へ移動
8月3日	月	午前：エコビレッジでエコロジカルな生活体験 午後：森のレストランづくり（果樹園で果物をゲット）

8月4日	火	午前：森のレストランづくり（畠で野菜収穫） 午後：休息・生活/学習の時間 民泊（予定）
8月5日	水	午前：レストランのおもてなしを学ぶ 午後：レストランの買い出し 民泊（予定）
8月6日	木	1日：レストランオープン
8月7日	金	午前：荷物整理 午後 安平町スポーツセンター合宿所へ移動・宿泊
8月8日	土	午前：JR 南千歳から出発 午後：夕方に福島県到着・解散

※毎日健康調査を行います。

※宿泊は、基本的に男女別相部屋で布団となります。一部短期間で寝袋の場合もあります。

※参加者や天候の状況によってプログラム内容が変更となります。

#### 4. 宿泊場所

- ◇安平町 安平町スポーツセンター／北海道勇払郡安平町早来北進 102-5／TEL：0144-22-3944
- ◇留萌市 旧幌糠中学校／北海道留萌市幌糠 1862／TEL：090-6211-7799（海東）
- ◇天売島 天売総合研修センター／北海道苦前郡天売町大字天売字和浦 72／TEL：01648-3-5041
- ◇余市町 余市エコカレッジ／北海道余市郡余市町登町 1863／TEL：090-1303-6485（坂本）

#### 5. 運営体制

##### ◇北海道プログラム総合コーディネート

「でっかい教室北海道プロジェクト実行委員会」  
北海道札幌市中央区南 2 条東 2 丁目 8-1 大都ビル 902 合同会社北海道観光まちづくりセンター内  
TEL：011-252-2118 FAX：011-252-2117 Email：[info@hokkaido-machisen.org](mailto:info@hokkaido-machisen.org)  
総責任者：上田 融（NPO 法人いぶり自然学校）  
連絡先事務局：中島・萩原（北海道観光まちづくりセンター）

##### ◇プログラム責任者

留萌・天売 海東 剛哲（るもい地域子ども農山漁村交流推進協議会）  
余市 佐藤 亜紀子（余市町都市農村共生・交流促進協議会）

##### ◇安全管理責任者

留萌・天売 川口 宏和（るもい地域子ども農山漁村交流推進協議会）  
余市 坂本 純科（NPO 法人北海道エコビレッジ推進プロジェクト理事長）

##### ◇医療体制

留萌市立病院／北海道留萌市東雲町 2 丁目 16-1／TEL：0164-49-1011  
北海道立天売診療所／北海道苦前郡天売町大字天売字和浦 94／TEL：01648-3-5030  
余市協会病院／北海道余市郡余市町黒川町 19-1-1／TEL：0135-23-3126

#### 6. 往路の移動について

【集合時間】 郡山駅 8：30受付開始、 福島駅 8：50受付開始

※参加人数やJRの予約状況によって列車の変更などが出る場合がございます。変更になり次第、保護者の皆様へご連絡致します。

※福島駅→郡山駅→青森駅→函館駅→南千歳駅。南千歳駅からバスに乗り換えて1日目の宿泊地安平町スポーツセンターに到着。現地到着予定時間19:30。翌日バスで留萌市へ。現地到着時間13:00。

※集合前にトイレを済ませておいてください。

※スタッフが郡山駅・福島駅で待機しています。「ふくしまキッズ」の旗が目印です。順次名前を確認します。

※乗り物酔いをしやすい方は、事前に酔い止め薬をお飲みください。

## 7. 復路の移動について

【解散予定時間】 福島駅17時頃着 郡山駅17時半頃到着

※スタッフの挨拶の後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてお帰り下さい。

※お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る、1人で帰る場合など）は、必ず事務局（TEL：011-252-2118 北海道観光まちづくりセンター内 中島・萩原）までご連絡ください。

## 8. 持ち物

### ■大荷物リスト

※荷物には全て（靴下一足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

<input type="checkbox"/>	帽子
<input type="checkbox"/>	黄色いバンダナ（今まで参加して、既に持っている子）
<input type="checkbox"/>	Tシャツ（化学繊維の乾きやすいものが望ましい）
<input type="checkbox"/>	短パン
<input type="checkbox"/>	長袖、長ズボン（火を使う時、森での活動、夜の寒い時などに着ます。2セット）
<input type="checkbox"/>	靴下、下着
<input type="checkbox"/>	フリース（夜は10°C以下になります。防寒として使います）
<input type="checkbox"/>	水遊び用の服（水が冷たいので長袖のものを）
<input type="checkbox"/>	水着、水泳帽（地域のプールに行くことがあります）
<input type="checkbox"/>	水遊び用靴（足が切れることもありますので肌がなるべく出ないものをお勧めします。サンダルの場合は、かかとにバンドのあるものを。替えの靴としても利用します。）
<input type="checkbox"/>	上靴（宿泊施設で使用します）
<input type="checkbox"/>	バスタオル2枚
<input type="checkbox"/>	タオル（3～4枚）
<input type="checkbox"/>	カッパ（上下に分かれた丈夫なもの 100円ショップなどで販売されている薄いものは不可）
<input type="checkbox"/>	水筒
<input type="checkbox"/>	軍手（2組。たき火、森での作業、山登り等の野外活動で使います）
<input type="checkbox"/>	懐中電灯またはヘッドライト（予備の電池もお持ちください）
<input type="checkbox"/>	歯みがきセット、洗面用具
<input type="checkbox"/>	洗濯ネット 洗濯バサミ（自分のものを入れて洗濯して干します）、洗濯洗剤
<input type="checkbox"/>	夏休みの宿題
<input type="checkbox"/>	持病薬、持病処置の資料（必要があれば）※薬のある方は、処方の仕方と薬を一緒の袋に入れてください。必ず名前を書いてください。
<input type="checkbox"/>	酔い止め薬の予備（乗り物酔いする方、飲みなれているもの）
<input type="checkbox"/>	虫よけ（肌にぬるもの。電池式虫よけ・スプレー式のものは不可）
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋5～6枚、汚れた服などを入れるなど）
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	保険証のコピー（『お子さんの名前』と『保険証在中』を封筒に記入し封をしてください）
<input type="checkbox"/>	小さく丸めることができるエコバッグ（ちょっとした着替えや洗濯物を入れるのに便利）
<input type="checkbox"/>	エプロン（余市森のレストラン時に使用）
<input type="checkbox"/>	長靴、ジャージなどの汚れても構わない靴と服（余市農家体験プログラム用）

■当日手荷物用・サブザック（リュックサックが望ましい）

<input type="checkbox"/> 翌日の着替え（1日分だけ）
<input type="checkbox"/> バスタオル
<input type="checkbox"/> 歯磨きセット・洗面道具
<input type="checkbox"/> 保険証の写し
<input type="checkbox"/> 筆記用具
<input type="checkbox"/> 1日目のお弁当（移動中に食べます。おにぎりなど手軽に食べられるものをご用意ください）
<input type="checkbox"/> おやつ（往路の列車内で食べ切れる量だけお持ちください。宿泊施設などで個人のおやつは食べません）
<input type="checkbox"/> 飛行機や車に酔う子は、酔い止め・エチケット袋
<input type="checkbox"/> お小遣い
<input type="checkbox"/> ふくしまメッセージ
その他
・初日は安平町スポーツセンターに1泊し、翌日に留萌市に向かいます
・自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします（貴重品の紛失や破損の責任は負いません）

大荷物の送り先について（送り先・注意事項など）

留萌市立幌糠小学校

〒078-3168 北海道留萌市幌糠1862番地 TEL: 090-2819-6492 (担当: 川口宏和)

\*配達業者に荷物の到着日を「7月25日（午前中）必着」とご指定下さい。

\*配達は、往復宅急便でお願いします。無理な方は復路着払い伝票記入の上ご持参ください。

\*伝票には、保護者の方の名前のならびに、必ず「参加するお子様の名前」をご記入ください。

9. その他の注意点

初日の宿泊は、安平町スポーツセンター（〒059-1502 北海道勇払郡安平町早来北進102-5）です。中継地点として、この施設に一泊し、翌日に留萌市へ向かいます。そこで、一泊分の準備を「当日手荷物用・サブザック」に書かれている通りにご準備下さい。当日手荷物は出来るだけ小さい方が望ましいので、パジャマは入れないでください。翌日の服を着て寝ます。大荷物は安平町スポーツセンターには届かないでご注意ください。

## 北海道プログラムFコース(南富良野・下川)

1. 開催日：7月28日（火）～8月6日（木）（9泊10日）※全日程参加が条件
2. 参加対象者と人数：小学3年生～中学3年生 定員 30名
3. プログラム概要

### 「北海道の森と湖で遊ぶ」

南富良野町の宿泊は湖に面したスポーツセンター。森と湖に隣接した施設なので、無理なく自分のペースで遊び、カヌーや森探検などアウトドアドベンチャーヤーで思う存分に体を動かします。

下川町は木質バイオマスを中心にエネルギー自給率100%を目指しています。人口わずか3,500人の田舎町ながら、町の面積の9割を占める森林を活かした「森林未来都市」の町づくりは注目を集めています。そんな下川町で、自分で薪を探ってきて焚き火したり、森林秘密基地をつくり、木登りや昆虫採集したり…テーマは自由！森の中で好きなことをして思いっきり遊ぼう！



日にち	内 容
7月28日 火	午前：郡山駅・福島駅よりJRにて出発 午後：南千歳駅よりバスで千歳市内の宿泊施設に移動
7月29日 水	午前：千歳市の農場で収穫と取れ立て野菜ランチ。 午後：南富良野町に移動・チェックイン
7月30日 木	午前：生活/学習の時間 午後：静かな湖でカヌーの練習
7月31 金	午前：富良野の森で自然散策 午後：空知川でラフティング体験
8月1日 土	午前：生活/学習の時間 午後：選択プログラム（カヌー・散策・ネイチャーゲーム・室内等）
8月2日 日	1日：旭川市 旭山動物園へバスツアー (日本最北の動物園。生き生きとした動物の行動が引き出される展示が特徴)
8月3日 月	午前：生活/学習の時間、南富良野町出発 午後：下川町到着、チェックイン、森あそび
8月4日 火	1日：森の生活を楽しむ日 ～ふくしまキッズで「美桑が丘の森」をジャック！思いっきり好きなことをして遊ぼう！～
8月5日 水	午前：生活/学習の時間、下川町出発 午後：安平町スポーツセンター合宿所到着
8月6日 木	午前：安平町スポーツセンター合宿所出発、南千歳駅よりJRにて移動 午後：福島駅・郡山駅到着・解散

※毎日健康調査を行います。

※宿泊は、基本的に男女別相部屋で布団となります。一部短期間で寝袋の場合もあります。

※参加者や天候の状況によってプログラム内容が変更となります。

#### 4. 宿泊場所

- ◇千歳市 ありがとうファーム／北海道千歳市泉郷 197-1／TEL : 0123-29-2130
- ◇南富良野 南富良野かなやま湖スポーツ研修センター／北海道空知郡南富良野町東鹿越／TEL : 0167-52-2346
- ◇下川町 下川町農村活性化センター「おうる」／北海道上川郡下川町上名寄 1181 番地／TEL : 01655-4-2401
- ◇安平町 安平町スポーツセンター／北海道勇払郡安平町早来北進 102-5／TEL : 0144-22-3944

#### 5. 運営主体：

- ◇北海道プログラム総合コーディネート  
「でっかい教室北海道プロジェクト実行委員会」  
北海道札幌市中央区南 2 条東 2 丁目 8-1 大都ビル 902 合同会社北海道観光まちづくりセンター内  
TEL : 011-252-2118 FAX : 011-252-2117 Email : [info@hokkaido-machisen.org](mailto:info@hokkaido-machisen.org)  
総責任者：上田 融 (NPO 法人いぶり自然学校)  
連絡先事務局：中島・萩原 (北海道観光まちづくりセンター)
- ◇プログラム責任者  
南富良野 新野 和也 (認定 NPO 法人 どんころ野外学校)  
下川 富永 純光 NPO 法人 森の生活
- ◇安全管理責任者  
南富良野 新野 和也 (認定 NPO 法人 どんころ野外学校)  
下川 麻生 翼 NPO 法人 森の生活
- ◇医療体制  
南富良野 富良野協会病院／北海道富良野市住吉町 1-30／TEL : 0167-23-2181  
下川 町立下川病院／北海道上川郡下川町西町 36／TEL : 01655-4-2039

#### 6. 往路の移動について

【集合時間】 郡山駅 8:30受付開始、 福島駅 8:50受付開始

※参加人数やJRの予約状況によって列車の変更などが出る場合がございます。変更になり次第、保護者皆様へご連絡致します。

※郡山駅→福島駅→青森駅→函館駅→南千歳駅。南千歳駅からバスに乗り換えて 1 日目の千歳市に到着。  
現地到着予定時間 19:30。翌日バスで南富良野へ。現地到着時間 13:00。

※集合前にトイレを済ませておいてください。

※スタッフが郡山駅・福島駅で待機しています。「ふくしまキッズ」の旗が目印です。順次名前を確認します。

※乗り物酔いをしやすい方は、事前に酔い止め薬をお飲みください。

#### 7. 復路の移動について

【解散予定時間】 福島駅 17 時頃着 郡山駅 17 時半頃到着

※スタッフの挨拶の後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてお帰り下さい。

※お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る、1人で帰る場合など）は、必ず事務局（TEL : 011-252-2118 北海道観光まちづくりセンター内 中島・萩原）までご連絡ください

## 8. 持ち物リスト

### ■大荷物リスト

※荷物には全て(靴下一足、タオル1枚にも)お名前を記入するよう徹底願います。

<input type="checkbox"/>	帽子
<input type="checkbox"/>	黄色いバンダナ(今まで参加して、既に持っている子)
<input type="checkbox"/>	Tシャツ(化学繊維の乾きやすいものが望ましい)
<input type="checkbox"/>	短パン
<input type="checkbox"/>	長袖、長ズボン(火を使う時、森での活動、夜の寒い時などに着ます。2セット)
<input type="checkbox"/>	靴下、下着
<input type="checkbox"/>	フリース(夜は10°C以下になります。防寒として使います)
<input type="checkbox"/>	水遊び用の服(水が冷たいので長袖のものを)
<input type="checkbox"/>	水着、水泳帽、ゴーグル(地域のプールに行くことがあります)
<input type="checkbox"/>	水遊び用靴(足が切れることもありますので肌がなるべく出ないものをお勧めします。サンダルの場合は、かかとにバンドのあるものを。替えの靴としても利用します。)
<input type="checkbox"/>	上靴(宿泊施設で使用します)
<input type="checkbox"/>	バスタオル2枚
<input type="checkbox"/>	タオル(3~4枚)
<input type="checkbox"/>	カッパ(上下に分かれた丈夫なもの 100円ショップなどで販売されている薄いものは不可)
<input type="checkbox"/>	水筒
<input type="checkbox"/>	軍手(2組。たき火、森での作業、山登り等の野外活動で使います)
<input type="checkbox"/>	懐中電灯またはヘッドライト(予備の電池もお持ちください)
<input type="checkbox"/>	歯みがきセット、洗面用具
<input type="checkbox"/>	洗濯ネット 洗濯バサミ(自分のものを入れて洗濯して干します)、洗濯洗剤
<input type="checkbox"/>	夏休みの宿題
<input type="checkbox"/>	持病薬、持病処置の資料(必要があれば)※薬のある方は、処方の仕方と薬を一緒の袋に入れてください。必ず名前を書いてください。
<input type="checkbox"/>	酔い止め薬の予備(乗り物酔いする方、飲みなれているもの)
<input type="checkbox"/>	虫よけ(肌にぬるもの。電池式虫よけ・スプレー式のものは不可)ムヒ等虫さされの薬
<input type="checkbox"/>	ビニール袋(レジ袋5~6枚、汚れた服などを入れるなど)
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	保険証のコピー(『お子さんの名前』と『保険証在中』を封筒に記入し封をしてください)
<input type="checkbox"/>	小さく丸めることができるエコバッグ(ちょっとした着替えや洗濯物を入れるのに便利)
<input type="checkbox"/>	薄手のウィンドブ레이カー(寒いときに軽く羽織るもの)

### ■当日手荷物用・サブザック(リュックサックが望ましい)

<input type="checkbox"/>	翌日の着替え(1日分だけ)
<input type="checkbox"/>	バスタオル
<input type="checkbox"/>	歯磨きセット・洗面道具
<input type="checkbox"/>	保険証の写し
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	1日目のお弁当(移動中に食べます。おにぎりなど手軽に食べられるものをご用意ください)
<input type="checkbox"/>	おやつ(往路の列車内で食べ切れる量だけお持ちください。宿泊施設などで個人のおやつは食べません)
<input type="checkbox"/>	飛行機や車に酔う子は、酔い止め・エチケット袋
<input type="checkbox"/>	お小遣い
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ

#### その他

- ・初日は千歳市に1泊し、翌日に南富良野に向かいます
- ・自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします（貴重品の紛失や破損の責任は負いません）

#### 大荷物の送り先について（送り先・注意事項など）

認定NPO法人 どんころ野外学校

〒079-2411 北海道空知郡南富良野町落合 1074 TEL : 0167-53-2171

\* 配送業者に荷物の到着日を「**7月28日（火）必着**」とご指定下さい。

\* 配送は、往復宅急便でお願いします。無理な方は復路着払い伝票記入の上ご持参ください。

\* 伝票には、保護者の方の名前のならびに、必ず「参加するお子様の名前」をご記入ください。

#### 9. その他注意点

初日の宿泊は、千歳市に一泊し、翌日に南富良野へ向かいます。そこで、一泊分の準備を「当日手荷物用・サブザック」に書かれている通りにご準備下さい。当日手荷物は出来るだけ小さい方が望ましいので、パジャマは入れないでください。翌日の服を着て寝ます。大荷物は千歳市には届かないでご注意ください。

## 北海道プログラムGコース(むかわ・大雪山)

- 開催日：7月24日（金）～8月2日（日）（9泊10日）※全日程参加が条件
- 参加対象者と人数：小学3年生～中学3年生 定員 8名
- プログラム概要

「ラフティングと化石探しでアウトドア技術を身につけ、大雪山でレンジャーのお仕事をお手伝い！」

むかわ町は漁業と農業と化石の町。鵡川(むかわ)の上流部で「ラフティング」「農業体験」「化石探し」「流送競技参加」を行います。仲間と協力して目標を達成するチームワークを高めます。

東川町は大雪山国立公園のふもとの町。大雪山の豊かな地下水のおかげで水道が無く全世帯井戸水で暮らしています。今回はその自然を残すお仕事にチャレンジ。大雪山国立公園で旭岳自然保護監視員の仕事、「パトロール」「登山道整備」、「お客様への案内」などを手伝います。自然好きや環境保全に关心の高い人にオススメです。



日にち	内 容	
7月24日 金	午前：郡山駅・福島駅よりJRにて出発 午後：南千歳駅よりバスでむかわ町穂別地区へ移動、オリエンテーション	
7月25日 土	午前：農業体験 午後：流送オリエンテーション（山で切り出した原木を川に流して運ぶ林業作業を模擬体験）	
7月26日 日	午前：流送競技参加 午後：化石探し	
7月27日 月	午前：ラフティング（ゴムボートで川くだり） 午後：生活・学習の時間	
7月28日 火	午前：穂別地区 「街歩き宝探しゲーム “シスト”」 午後：東川町に移動	
7月29日 水	午前：大雪山国立公園・旭岳ロープウェイ乗車、姿見の池トレッキング（高山植物観察） 午後：生活・学習の時間	
7月30日 木	午前：大雪山国立公園・レンジャーのお手伝い①パトロール 午後：生活・学習の時間	
7月31日 金	午前：大雪山国立公園・レンジャーのお手伝い②登山道整備 午後：生活・学習の時間	
8月1日 土	午前：東川町出発 午後：安平町スポーツセンター合宿所到着	
8月2日 日	午前：安平町スポーツセンター合宿所、南千歳駅よりJRにて移動 午後：福島駅・郡山駅到着・解散	

※毎日健康調査を行います。

※宿泊は、基本的に男女別相部屋で布団となります。一部短期間で寝袋の場合もあります。

※参加者や天候の状況によってプログラム内容が変更となります

## 4. 宿泊場所

- ◇むかわ町 穂別キャンプ場／北海道勇払郡むかわ町穂別稻里 553-8／TEL : 0145-45-3244  
◇東川町 NPO 法人大雪山自然学校／北海道上川郡東川町西 4 号北 46 番地／TEL : 0166-82-6500  
◇安平町 安平町スポーツセンター／北海道勇払郡安平町早来北進 102-5／TEL : 0144-22-3944

## 5. 運営体制

### ◇北海道プログラム総合コーディネート

「でっかい教室北海道プロジェクト実行委員会」

北海道札幌市中央区南 2 条東 2 丁目 8-1 大都ビル 902 合同会社北海道観光まちづくりセンター内

TEL : 011-252-2118 FAX : 011-252-2117 Email : [info@hokkaido-machisen.org](mailto:info@hokkaido-machisen.org)

総責任者：上田 融 (NPO 法人いぶり自然学校)

連絡先事務局：中島・萩原 (北海道観光まちづくりセンター)

### ◇プログラム責任者

むかわ町 松田 麻子 (むかわ町交流人口推進穂別協議会)

東川町 大石 拓人 (大雪山自然学校)

### ◇安全管理責任者

むかわ町 鈴木 哲 (むかわ町交流人口推進穂別協議会)

東川町 荒井 一洋 (大雪山自然学校)

### ◇医療体制

むかわ町 むかわ町鶴川厚生病院／北海道勇払郡むかわ町美幸 1-86／TEL : 0145-42-2033

むかわ町国民健康保険穂別診療所／北海道勇払郡むかわ町穂別 81-8／TEL : 0145-45-2121

東川町 東川町立診療所／北海道上川郡東川町東町 1 丁目 14-1／TEL : 0166-82-2101

## 6. 往路の移動について

【集合時間】 郡山駅 8:30 受付開始、 福島駅 8:50 受付開始

※参加人数や JR の予約状況によって列車の変更などが出る場合がございます。変更になり次第、保護者の皆様へご連絡致します。

※郡山駅→福島駅→青森駅→函館駅→南千歳駅。南千歳駅からバスに乗り換えてむかわ町穂別地区へ。現地到着時間 19:30。

※集合前にトイレを済ませておいてください。

※スタッフが郡山駅・福島駅で待機しています。「ふくしまキッズ」の旗が目印です。順次名前を確認します。

※乗り物酔いをしやすい方は、事前に酔い止め薬をお飲みください。

## 7. 復路の移動について

【解散予定時間】 福島駅17時頃着 郡山駅17時半頃到着

※スタッフの挨拶の後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてお帰り下さい。

※お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る、1人で帰る場合など）は、必ず事務局（TEL : 011-252-2118 北海道観光まちづくりセンター内 中島・萩原）までご連絡ください。

## 8. 持ち物

### ■大荷物リスト

※荷物には全て（靴下1足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

<input type="checkbox"/>	帽子
<input type="checkbox"/>	黄色いバンダナ（今まで参加して、既に持っている子）
<input type="checkbox"/>	Tシャツ（化学繊維の乾きやすいものが望ましい）
<input type="checkbox"/>	短パン
<input type="checkbox"/>	長袖、長ズボン（火を使う時、森での活動、夜の寒い時などに着ます。2セット）
<input type="checkbox"/>	靴下、下着
<input type="checkbox"/>	防寒着（フリースやセーターなど。標高1600mの旭岳のふもとでは10°C以下になります。）
<input type="checkbox"/>	軽登山靴（履いてくる靴とは別にご用意ください）
<input type="checkbox"/>	水遊び用の服（水が冷たいので長袖のものを）
<input type="checkbox"/>	水着、水泳帽（地域のプールに行くことがあります）
<input type="checkbox"/>	水遊び用靴（足が切れることがありますので肌がなるべく出ないものをお勧めします。サンダルの場合は、かかとにバンドのあるものを。替えの靴としても利用します。）
<input type="checkbox"/>	上靴（宿泊施設で使用します）
<input type="checkbox"/>	バスタオル2枚
<input type="checkbox"/>	タオル（3~4枚）
<input type="checkbox"/>	レインウェア上下（上下に分かれた丈夫なもの 100円ショップなどで販売されている薄いものは不可）
<input type="checkbox"/>	水筒
<input type="checkbox"/>	軍手（2組。たき火、森での作業、山登り等の野外活動で使います）
<input type="checkbox"/>	懐中電灯またはヘッドライト（予備の電池もお持ちください）
<input type="checkbox"/>	歯みがきセット、洗面用具
<input type="checkbox"/>	洗濯ネット 洗濯バサミ（自分のものを入れて洗濯して干します）、洗濯洗剤
<input type="checkbox"/>	夏休みの宿題
<input type="checkbox"/>	持病薬、持病処置の資料（必要があれば）※薬のある方は、処方の仕方と薬を一緒の袋に入れてください。必ず名前を書いてください。
<input type="checkbox"/>	酔い止め薬の予備（乗り物酔いする方、飲みなれているもの）
<input type="checkbox"/>	虫よけ（肌にぬるもの。電池式虫よけ・スプレー式のものは不可）
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋5~6枚、汚れた服などを入れるなど）
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	保険証のコピー（『お子さんの名前』と『保険証在中』を封筒に記入し封をしてください）
<input type="checkbox"/>	小さく丸めができるエコバッグ（ちょっとした着替えや洗濯物を入れるのに便利）
<input type="checkbox"/>	薄手のウインドブ레이カー（寒いときに軽く羽織るもの）

### ■当日手荷物用・サブザック（リュックサックが望ましい）

<input type="checkbox"/>	保険証の写し
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	1日目のお弁当（移動中に食べます。おにぎりなど手軽に食べられるものをご用意ください）
<input type="checkbox"/>	飲み物。水筒やペットボトルにお持ちください。
<input type="checkbox"/>	飛行機や車に酔う子は、酔い止め・エチケット袋
<input type="checkbox"/>	お小遣い
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ

その他自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします（貴重品の紛失や破損の責任は負いません）

## 大荷物の送り先について（送り先・注意事項など）

むかわ町 穂別キャンプ場

〒054-0201 北海道勇払郡むかわ町穂別稻里 553-8 TEL : 0145-45-3244

\* 配送業者に荷物の到着日を「**7月24日（金）必着**」とご指定下さい。

\* 配送は、往復宅急便でお願いします。無理な方は復路着払い伝票記入の上ご持参ください。

\* 伝票には、保護者の方の名前のならびに、必ず「参加するお子様の名前」をご記入ください。

## 北海道プログラムHコース(留萌・大雪山)

- 開催日：8月1日（土）～8月16日（日）（15泊16日）※全日程参加が条件
- 参加対象者と人数：小学3年生～中学3年生 定員30名
- プログラム概要

### 「日本海と大雪山国立公園でアウトドアアドベンチャー」

留萌市は日本海の北で取れる海の幸が豊富。カヌーやバナナボート等マリンスポーツにチャレンジします。留萌でBBQと言えば「浜焼き」。肉ではなく魚介類のバーベキューもお楽しみに。

苦前町は風のマチ。北海道最大級の風力発電風車45基が有名です。農山漁村社会見学やウォークランなどで地域の子ども達と交流します。

初山別村は日本最北の天文台がある星がきれいなところ。村を歩いて、広い公園で遊んで、星を浴びて、「なにもない」素晴らしさを体験。

東川町は大雪山国立公園のふもと町。大雪山の豊かな地下水のおかげで水道の無い町。全世帯が井戸水で暮らしています。美瑛町の国立大雪青年の家は温泉！ここを拠点に「大雪山トレッキング」「旭川市・旭山動物園」「農業体験」を楽しめます。午前は洗濯や勉強、午後はアウトドア活動と生活のリズムを整えながら過ごします。



日 に ち	内 容
8月1日 土	午前：郡山駅・福島駅よりJRにて出発 午後：南千歳駅よりバスで安平町スポーツセンター合宿所へ移動
8月2日 日	午前：安平町スポーツセンター合宿所出発 午後：留萌市旧幌糠中学校到着、オリエンテーション
8月3日 月	午前：遊びまくるために、勉強タイム。 午後：マリンスポーツ（バナナボート、カヌー、ヨット）
8月4日 火	午前：苦前町へ移動 午後：地元子供達との交流パーティー
8月5日 水	午前：農業体験・漁業体験 午後：ウォークランナー＆花火
8月6日 木	午前：初山別村へ移動 午後：むら探検、天文台「満天の星空」プログラム
8月7日 金	午前：選択部活動【体育系】パークゴルフ部【文化系】写真部 午後：留萌市へ移動 生活の時間（お勉強）夜：きもだめし
8月8日 土	午前：気温変動プログラム。暑かったら海水浴！そうでもなかったら海辺の観察会。雨は？ 午後：さよならパーティー バーベキュー
8月9日 日	午前：留萌市出発 午後：国立大雪青少年山の家（美瑛町）に到着
8月10日 月	午前：生活/学習の時間

		午後：大雪山の森の散策（白樺街道を歩き森に囲まれた滝を目指します）
8月11日	火	1日：旭山動物園遠足（動物の自然な生態が見られる行動展示を実施する最北の動物園・旭山動物園を訪れます）
8月12日	水	午前：生活/学習の時間 午後：青い池遠足（立ち枯れた木々の立つ神秘的な青い池を目指します）
8月13日	木	1日：旭岳姿見の池園地トレッキング (北海道の最高峰旭岳のふもとでのトレッキングプログラム)
8月14日	金	午前：生活/学習の時間 午後：選択プログラム（みんなでつくる「やりたいことを実現」するプログラム）
8月15日	土	午前：国立大雪青少年山の家（美瑛町）出発 午後：安平町スポーツセンター合宿所到着
8月16日	日	午前：安平町スポーツセンター合宿所出発、南千歳駅よりJRにて移動 午後：福島駅・郡山駅到着・解散

※毎日健康調査を行います。

※宿泊は、基本的に男女別相部屋で布団となります。一部短期間で寝袋の場合もあります。

※参加者や天候の状況によってプログラム内容が変更となります。

#### 4. 宿泊場所

- ◇安平町 安平町スポーツセンター／北海道勇払郡安平町早来北進 102-5／TEL : 0144-22-3944
- ◇留萌市 旧幌糠中学校／北海道留萌市幌糠 1862／TEL : 090-6211-7799 (海東)
- ◇苦前町 苦前町公民館／北海道苦前郡苦前町字古丹別 187-15／TEL : 0164-65-4076
- ◇初山別村 旧豊岬小学校／北海道苦前郡初山別村字豊岬 182-1／TEL : 080-1051-5344 (佐古)
- ◇東川町 国立大雪青少年交流の家／北海道上川郡美瑛町白金温泉／TEL : 0166-94-3121

#### 5. 運営体制

◇北海道プログラム総合コーディネート  
「でっかい教室北海道プロジェクト実行委員会」  
北海道札幌市中央区南2条東2丁目8-1 大都ビル902 合同会社北海道観光まちづくりセンター内  
TEL : 011-252-2118 FAX : 011-252-2117 Email : [info@hokkaido-machisen.org](mailto:info@hokkaido-machisen.org)  
総責任者：上田 融 (NPO法人いぶり自然学校)  
連絡先事務局：中島・萩原 (北海道観光まちづくりセンター)

◇プログラム責任者  
留萌・苦前・初山別 海東 剛哲 (るもい地域子ども農山漁村交流推進協議会)  
東川町 荒井 一洋 (大雪山自然学校)

◇安全管理責任者  
留萌・苦前・初山別 川口 宏和 (るもい地域子ども農山漁村交流推進協議会)  
東川町 荒井 一洋 (大雪山自然学校)

◇医療体制  
留萌市立病院／北海道留萌市東雲町2丁目16-1／TEL : 0164-49-1011  
苦前厚生クリニック／北海道苦前郡苦前町字古丹別 187／TEL : 0164-65-3535  
初山別村立初山別診療所／北海道苦前郡初山別村初山別 136-5／TEL : 0164-67-2027  
美瑛町立病院／ 北海道上川郡美瑛町中町3丁目8-35／TEL : 0166-68-7111

## 6. 往路の移動について

【集合時間】 郡山駅 8:30受付開始、 福島駅 8:50受付開始

※参加人数やJRの予約状況によって列車の変更などが出る場合がございます。変更になり次第、保護者の皆様へご連絡致します。

※郡山駅→福島駅→青森駅→函館駅→南千歳駅。南千歳駅からバスに乗り換えて1日目の宿泊地安平町スポーツセンターに到着。現地到着予定時間19:30。翌日バスで留萌市へ。現地到着時間13:00。

※集合前にトイレを済ませておいてください。

※スタッフが郡山駅・福島駅で待機しています。「ふくしまキッズ」の旗が目印です。順次名前を確認します。

※乗り物酔いをしやすい方は、事前に酔い止め薬をお飲みください。

## 7. 復路の移動について

【解散予定時間】 福島駅17時頃着 郡山駅17時半頃到着

※スタッフの挨拶の後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてお帰り下さい。

※お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る、1人で帰る場合など）は、必ず事務局（TEL：011-252-2118 北海道観光まちづくりセンター内 中島・萩原）までご連絡ください。

## 8. 持ち物

### ■大荷物リスト

※荷物には全て（靴下一足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

<input type="checkbox"/>	帽子
<input type="checkbox"/>	黄色いバンダナ（今まで参加して、既に持っている子）
<input type="checkbox"/>	Tシャツ（化学繊維の乾きやすいものが望ましい）
<input type="checkbox"/>	短パン
<input type="checkbox"/>	長袖、長ズボン（火を使う時、森での活動、夜の寒い時などに着ます。2セット）
<input type="checkbox"/>	靴下、下着
<input type="checkbox"/>	フリース（夜は10°C以下になります。防寒として使います）
<input type="checkbox"/>	水遊び用の服（水が冷たいので長袖のものを）
<input type="checkbox"/>	水着、水泳帽（地域のプールに行くことがあります）
<input type="checkbox"/>	水遊び用靴（足が切れることもありますので肌がなるべく出ないものをお勧めします。サンダルの場合は、かかとにバンドのあるものを。替えの靴としても利用します。）
<input type="checkbox"/>	上靴（宿泊施設で使用します）
<input type="checkbox"/>	バスタオル2枚
<input type="checkbox"/>	タオル（3~4枚）
<input type="checkbox"/>	カッパ（上下に分かれた丈夫なもの 100円ショップなどで販売されている薄いものは不可）
<input type="checkbox"/>	水筒
<input type="checkbox"/>	軍手（2組。たき火、森での作業、山登り等の野外活動で使います）
<input type="checkbox"/>	懐中電灯またはヘッドライト（予備の電池もお持ちください）
<input type="checkbox"/>	歯みがきセット、洗面用具、おふろセット（シャンプー・コンディショナー、ボディーソープなど）
<input type="checkbox"/>	洗濯ネット 洗濯バサミ（自分のものを入れて洗濯して干します）、洗濯洗剤
<input type="checkbox"/>	夏休みの宿題
<input type="checkbox"/>	持病薬、持病処置の資料（必要があれば）※薬のある方は、処方の仕方と薬を一緒の袋に入れてください。必ず名前を書いてください。
<input type="checkbox"/>	酔い止め薬の予備（乗り物酔いする方、飲みなれているもの）

<input type="checkbox"/>	虫よけ（肌にぬるもの。電池式虫よけ・スプレー式のものは不可）
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋5～6枚、汚れた服などを入れるなど）
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	保険証のコピー（『お子さんの名前』と『保険証在中』を封筒に記入し封をしてください）
<input type="checkbox"/>	小さく丸めることができるエコバッグ（ちょっとした着替えや洗濯物を入れるのに便利）

■当日手荷物用・サブザック（リュックサックが望ましい）

<input type="checkbox"/>	翌日の着替え（1日分だけ）
<input type="checkbox"/>	バスタオル
<input type="checkbox"/>	歯磨きセット・洗面道具
<input type="checkbox"/>	保険証の写し
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	1日目のお弁当（移動中に食べます。おにぎりなど手軽に食べられるものをご用意ください）
<input type="checkbox"/>	おやつ（往路の列車内で食べ切れる量だけお持ちください。宿泊施設などで個人のおやつは食べません）
<input type="checkbox"/>	飛行機や車に酔う子は、酔い止め・エチケット袋
<input type="checkbox"/>	お小遣い
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ

その他

- ・初日は安平町スポーツセンターに1泊し、翌日に留萌市に向かいます
- ・自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします（貴重品の紛失や破損の責任は負いません）

大荷物の送り先について（送り先・注意事項など）

留萌市立幌糠小学校

〒078-3168 北海道留萌市幌糠1862番地 TEL: 090-2819-6492 (担当: 川口宏和)

- \* 配送業者に荷物の到着日を「8月2日（午前中）必着」とご指定下さい。
- \* 配送は、往復宅急便でお願いします。無理な方は復路着払い伝票記入の上ご持参ください。
- \* 伝票には、保護者の方の名前のならびに、必ず「参加するお子様の名前」をご記入ください。

9. その他の注意点

初日の宿泊は、安平町スポーツセンター（〒059-1502 勇払郡安平町早来北進102-5）です。中継地点として、この施設に一泊し、翌日に留萌市へ向かいます。そこで、一泊分の準備を「当日手荷物用・サブザック」に書かれている通りにご準備下さい。当日手荷物は出来るだけ小さい方が望ましいので、パジャマは入れないでください。翌日の服を着て寝ます。大荷物は安平町スポーツセンターには届かないでご注意ください。

## 北海道プログラムコース(ゆうぱりショート)

1. 開催日：8月1日（土）～8月10日（月）（9泊10日）※全日程参加が条件
2. 参加対象者と人数：小学3年生～中学3年生 定員 15名
3. プログラム内容

ゆうぱりコースの活動場所は北海道三笠市です。三笠市の86%は森林で、石炭やアンモナイトの産出、鉄道保存の活動等が盛んです。ゆうぱりコースの特徴は、北海道教育大学の学生とじっくりと暮らすスタイルと自然体験を生かした教育活動、そして地元のこどもたちとの交流生活が盛り込まれています。

夏と言えば水遊び！水を使った遊びや勉強などを行います！夕食はほぼ毎日自分たちでの炊事となります。その中には自分たちでメニューを決めて買い物と炊事計画を立てる料理も2回あります。札幌方面での軽登山とおいしい果物狩りなどのお楽しみ見学もあります。



日 に ち	内 容
8月1日 土	郡山駅・福島駅よりJRにて出発 南千歳駅よりバス幌内自然体験学習研究施設（三笠市）へ移動
8月2日 日	入所式、ネーム作り、友達作り、衛生教育、環境教育、自由時間、夕食炊事、勉強タイム、入浴
8月3日 ～8月5日 月～木	自由時間、水遊び、おやつ作り、環境教育、お出かけ計画、選択料理計画、選択料理、夕食炊事、勉強、入浴
8月6日 金	お楽しみ見学（藻岩山登山、果物狩り、温泉）、幌内自然体験学習研究施設に戻る
8月7日 ～8月9日 土～日	自由時間、環境教育、アルバム作り、ふりかえり、選択料理、夕食炊事、修了式、勉強、入浴
8月10日 月	幌内自然体験学習研究施設（三笠市）出発、南千歳駅よりJRにて移動 夕方、福島駅・郡山駅到着・解散

※毎日健康調査を行います。

※宿泊は、基本的に男女別相部屋で寝袋となります。

※参加者や天候の状況によってプログラム内容が変更となります。

## 4. 宿泊場所

◇三笠市 北海道教育大学岩見沢校 幌内自然体験学習研究施設／北海道三笠市幌内北星町346番地  
TEL : 01267-2-3344

## 5. 運営体制

- ◇「でっかい教室北海道プロジェクト実行委員会」（北海道プログラム総合コーディネート）  
北海道札幌市中央区南2条東2丁目8-1 大都ビル902 合同会社北海道観光まちづくりセンター内  
TEL : 011-252-2118 FAX : 011-252-2117 Email : [info@hokkaido-machisen.org](mailto:info@hokkaido-machisen.org)  
総責任者：上田 融（NPO 法人いぶり自然学校）  
連絡先事務局：中島・萩原（北海道観光まちづくりセンター）
- ◇ゆうばりネイチャーキッズクラブ（プログラム企画・実施）  
北海道夕張市紅葉山578-2 TEL : 090-3770-4314（期間中のみ）URL : <http://yubar.i.naturum.ne.jp/>
- ◇プログラム責任者  
多々見 ゆりか（ネイパル深川指導員／NPO 法人北海道自然体験活動サポートセンター）  
平田 真子（株式会社モンベル仙台店／NPO 法人北海道自然体験活動サポートセンター）
- ◇安全管理責任者  
能條 歩（北海道教育大学岩見沢校 教授／NPO 法人北海道自然体験活動サポートセンター）
- ◇プログラム中の連絡先：北海道自然体験活動サポートセンター／TEL : 090-3770-4314
- ◇医療体制  
三笠市総合病院／ 北海道三笠市宮本町489-1／TEL : 01267-2-3131

## 6. 往路の移動について

- 【集合時間】 郡山駅 8:30受付開始、 福島駅 8:50受付開始  
※参加人数やJRの予約状況によって列車の変更などが出る場合がございます。変更になり次第、保護者の皆様へご連絡致します。  
※郡山駅→福島駅→青森駅→函館駅→南千歳駅。南千歳駅からバスに乗り換えて現地到着時間 20:00。  
※集合前にトイレを済ませておいてください。  
※スタッフが郡山駅・福島駅で待機しています。「ふくしまキッズ」の旗が目印です。順次名前を確認します。  
※乗り物酔いをしやすい方は、事前に酔い止め薬をお飲みください。

## 7. 復路の移動について

- 【解散予定時間】 福島駅 17時頃着 郡山駅 17時半頃到着  
※スタッフの挨拶の後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてお帰り下さい。  
※お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る、1人で帰る場合など）は、必ず事務局（TEL : 011-252-2118 北海道観光まちづくりセンター内 中島・萩原）までご連絡ください。

## 8. 持ち物

### ■大荷物リスト

※荷物には全て（靴下1足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

<input type="checkbox"/>	帽子
<input type="checkbox"/>	黄色いバンダナ（今まで参加して、既に持っている子）
<input type="checkbox"/>	Tシャツ（化学繊維の乾きやすいものが望ましい）
<input type="checkbox"/>	短パン
<input type="checkbox"/>	長袖、長ズボン（火を使う時、森での活動、夜の寒い時などに着ます。2セット）、日焼け止め
<input type="checkbox"/>	靴下、下着
<input type="checkbox"/>	フリース（夜は10°C以下になります。防寒として使います）・泥で汚れてもいい服
<input type="checkbox"/>	水遊び用の服（水が冷たいので長袖のものを）
<input type="checkbox"/>	水遊び用靴（足が切れることもありますので肌がなるべく出ないものをお勧めします。サンダルの場合は、かかとにバンドのあるものを。替えの靴としても利用します。）
<input type="checkbox"/>	上靴（宿泊施設で使用します）
<input type="checkbox"/>	バスタオル2枚
<input type="checkbox"/>	タオル（3~4枚）、ハンカチ、ティッシュ
<input type="checkbox"/>	カッパ（上下に分かれた丈夫なもの 100円ショップなどで販売されている薄いものは不可）
<input type="checkbox"/>	マイカップ
<input type="checkbox"/>	軍手（2組。野外活動で使います）
<input type="checkbox"/>	懐中電灯またはヘッドライト（予備の電池もお持ちください）
<input type="checkbox"/>	歯みがきセット、洗面用具、シャンプー、リンス、石鹼
<input type="checkbox"/>	洗濯ネット 洗濯バサミ（自分のものを入れて洗濯して干します）、ハンガー
<input type="checkbox"/>	宿題、勉強道具、読書用の本（マンガを除く）、筆記用具
<input type="checkbox"/>	持病薬、持病処置の資料（必要があれば）※薬のある方は、処方の仕方と薬を一緒の袋に入れてください。必ず名前を書いてください。
<input type="checkbox"/>	酔い止め薬の予備（乗り物酔いする方、飲みなれているもの）
<input type="checkbox"/>	虫よけ（肌にぬるもの。電池式虫よけ・スプレー式のものは不可）
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋5~6枚、汚れた服などを入れるなど）
<input type="checkbox"/>	ネームプレート（以前ゆうばりプログラムに参加したことのある人。その時自分で作った木の名札をもってきてください。今回の参加分のストーンが増えます。）
<input type="checkbox"/>	小さく丸めることができるエコバッグ（ちょっとした着替えや洗濯物を入れるのに便利）
<input type="checkbox"/>	薄手のウインドブ레이カー（寒いときに軽く羽織るもの）

### ■当日手荷物用・サブザック（リュックサックが望ましい）

<input type="checkbox"/>	保険証のコピー（『お子さまの名前』と『保険証在中』と封筒に記入し封をしてください）
<input type="checkbox"/>	ハンカチ、ティッシュ
<input type="checkbox"/>	1日目のお弁当（移動中に食べます。おにぎりなど手軽に食べられるものをご用意ください）
<input type="checkbox"/>	飲み物
<input type="checkbox"/>	車に酔う子は、酔い止め・エチケット袋
<input type="checkbox"/>	財布（小遣い 1,000~5,000 円程度。各自の管理となります。必要に応じてスタッフが管理する場合もあります。）※お楽しみ見学でお土産を買うことができます。また、必要に応じて飲料を購入することができます。
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ

その他自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします（貴重品の紛失や破損の責任は負いません）

### ※持ってきてはいけない物リスト

- 電子ゲーム機、携帯電話など、個人で遊べてしまうもの
- 小型携帯テレビ、ヘッドホンステレオ類 ※ カメラ等は、本人の責任においてお取り扱いください。
- お菓子、ガム類
- 貴重品、不必要的現金（時計など高価なものやなくして困るようなもの）
- マッチ、ライター、ナイフ類
- トレーディングカードゲーム

### 大荷物の送り先について（送り先・注意事項など）

北海道教育大学岩見沢校 岩内自然体験学習研究施設  
〒068-2143 三笠市岩内北星町346番地 ／TEL: 01267-2-3344

\* 配送業者に荷物の到着日を「**8月1日（土）必着**」とご指定下さい。この日以前はスタッフが常駐していませんので受け取りができない場合があります。

\* 配送は、往復宅急便をお願いします。無理な方は復路着払い伝票記入の上ご持参ください。

\* 伝票には、保護者の方の名前のならびに、必ず「参加するお子様の名前」をご記入ください。

## 北海道プログラムJコース(ゆうぱりロング)

- 開催日：8月1日（土）～8月23日（日）（22泊23日）※全日程参加が条件
- 参加対象者と人数：小学3年生～中学3年生 定員 15名
- プログラム概要

ゆうぱりコースの活動場所は北海道三笠市です。三笠市の86%は森林で、石炭やアンモナイトの産出、鉄道保存の活動等が盛んです。ゆうぱりコースの特徴は、北海道教育大学の学生とじっくりと暮らすスタイルと自然体験を生かした教育活動、そして地元のこどもたちとの交流生活が盛り込まれています。

夏と言えば水遊び！水を使った遊びや勉強などを行います！そして、むかわキャンプ場で3泊4日のキャンプ。キャンプ中には川遊びやキャンプファイヤーをやって遊びます。夕食はほぼ毎日自分たちでの炊事となります。の中には自分たちでメニューを決めて買い物と炊事計画を立てる料理も4回あります。今回のお出かけは2回あり、札幌方面は軽登山とおいしい果物狩り、千歳方面はさけのふるさと館と工場見学などをしに行きます。北海道ならではのお土産もおでかけの時に買えますし、地元の子どもたちとの生活交流もあります。



日にち		内 容
8月1日	土	郡山駅・福島駅よりJRにて出発 南千歳駅よりバスで幌内自然体験学習研究施設（三笠市）へ移動
8月2日	日	入所式、ネーム作り、友達作り、衛生教育、環境教育、自由時間、夕食炊事、勉強タイム、入浴
8月3日 ～8月5日	月 ～ 木	自由時間、水遊び、おやつ作り、環境教育、お出かけ計画、選択料理計画、選択料理、夕食炊事、勉強、入浴
8月6日	金	お楽しみ見学（藻岩山登山、果物狩り、温泉）、幌内自然体験学習研究施設に戻る
8月7日 ～8月9日	土 ～ 日	自由時間、環境教育、アルバム作り、ふりかえり、選択料理、夕食炊事、修了式、勉強、入浴
8月10日 ～8月13日	月 ～ 木	【3泊4日キャンプ】テント設営、自然体験、川遊び、自由時間、星座観察、キャンプファイヤー、テント撤収、温泉、幌内自然体験施設に戻る、夕食炊事、勉強
8月14日 ～8月16日	金 ～ 日	環境教育、ランタン作り、流しそうめん、おやつ作り、自由時間、夕食炊事、勉強、ランタン点灯、北海盆踊り、入浴
8月17日	月	お楽しみ見学（千歳さけのふるさと館、工場見学、温泉） 幌内自然体験学習研究施設に戻る

8月18日 ～8月22日	火～土	運動会、環境教育、自由時間、おかしつくり、創作料理計画、創作料理、夕食炊事、勉強、 アルバムを作ろう、ふりかえり、終了式、荷造り、入浴
8月23日	日	幌内自然体験学習研究施設（三笠市）出発、南千歳駅よりJRにて移動 夕方、福島駅・郡山駅到着・解散

※毎日健康調査を行います。

※宿泊は、基本的に男女別相部屋で寝袋となります。

※参加者や天候の状況によってプログラム内容が変更となります。

#### 4. 宿泊場所

##### ◇三笠市

北海道教育大学岩見沢校 堀内自然体験学習研究施設／北海道三笠市堀内北星町346番地

TEL : 01267-2-3344

#### 5. 運営体制

##### ◇「でっかい教室北海道プロジェクト実行委員会」（北海道プログラム総合コーディネート）

北海道札幌市中央区南2条東2丁目8-1 大都ビル902 合同会社北海道観光まちづくりセンター内

TEL : 011-252-2118 FAX : 011-252-2117 Email : [info@hokkaido-machisen.org](mailto:info@hokkaido-machisen.org)

総責任者：上田 融（NPO法人いぶり自然学校）

連絡先事務局：中島・萩原（北海道観光まちづくりセンター）

##### ◇ゆうばりネイチャーキッズクラブ（プログラム企画・実施）

北海道夕張市紅葉山578-2 TEL : 090-3770-4314（期間中のみ）URL : <http://yubar.i.naturum.ne.jp/>

##### ◇プログラム責任者

多々見 ゆりか（ネイパル深川指導員／NPO法人北海道自然体験活動サポートセンター）

平田 真子（株式会社モンベル仙台店／NPO法人北海道自然体験活動サポートセンター）

##### ◇安全管理責任者

能條 歩（北海道教育大学岩見沢校 教授／NPO法人北海道自然体験活動サポートセンター）

##### ◇プログラム中の連絡先：北海道自然体験活動サポートセンター／TEL : 090-3770-4314

##### ◇医療体制

三笠市総合病院／北海道三笠市宮本町489-1／TEL : 01267-2-3131

#### 6. 往路の移動について

【集合時間】 郡山駅 8:30受付開始、福島駅 8:50受付開始

※参加人数やJRの予約状況によって列車の変更などが出る場合がございます。変更になり次第、保護者の皆様へご連絡致します。

※郡山駅→福島駅→青森駅→函館駅→南千歳駅。南千歳駅からバスに乗り換えて現地到着時間18:00。

※集合前にトイレを済ませておいてください。

※スタッフが郡山駅・福島駅で待機しています。「ふくしまキッズ」の旗が目印です。順次名前を確認します。

※乗り物酔いをしやすい方は、事前に酔い止め薬をお飲みください。

## 7. 復路の移動について

【解散予定時間】 福島駅17時頃着 郡山駅17時半頃到着

※スタッフの挨拶の後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてお帰り下さい。

※お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る、1人で帰る場合など）は、必ず事務局（TEL：011-252-2118 北海道観光まちづくりセンター内 中島・萩原）までご連絡ください

## 8. 持ち物

### ■大荷物リスト

※荷物には全て（靴下一足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

<input type="checkbox"/>	帽子
<input type="checkbox"/>	黄色いバンダナ（今まで参加して、既に持っている子）
<input type="checkbox"/>	Tシャツ（化学繊維の乾きやすいものが望ましい）
<input type="checkbox"/>	短パン
<input type="checkbox"/>	長袖、長ズボン（火を使う時、森での活動、夜の寒い時などに着ます。2セット）、日焼け止め
<input type="checkbox"/>	靴下、下着
<input type="checkbox"/>	フリース（夜は10°C以下になります。防寒として使います）
<input type="checkbox"/>	水遊び用の服（水が冷たいので長袖のものを）・泥で汚れても良い服
<input type="checkbox"/>	水遊び用靴（足が切れることもありますので肌がなるべく出ないものをお勧めします。サンダルの場合は、かかとにバンドのあるものを。替えの靴としても利用します。）
<input type="checkbox"/>	上靴（宿泊施設で使用します）
<input type="checkbox"/>	バスタオル2枚、タオル（3～4枚）、ハンカチ、ティッシュ
<input type="checkbox"/>	キャンプなどの移動の際に着替えなどを入れるリュックか袋
<input type="checkbox"/>	カッパ（上下に分かれた丈夫なもの 100円ショップなどで販売されている薄いものは不可）
<input type="checkbox"/>	マイカップ
<input type="checkbox"/>	軍手（2組。野外活動で使います）
<input type="checkbox"/>	懐中電灯またはヘッドライト（予備の電池もお持ちください）
<input type="checkbox"/>	歯みがきセット、洗面用具、シャンプー、リンス、石鹼
<input type="checkbox"/>	洗濯ネット 洗濯バサミ（自分のものを入れて洗濯して干します）、ハンガー
<input type="checkbox"/>	宿題、勉強道具、読書用の本（マンガを除く）、筆記用具
<input type="checkbox"/>	持病薬、持病処置の資料（必要があれば）※薬のある方は、処方の仕方と薬を一緒の袋に入れてください。必ず名前を書いてください。
<input type="checkbox"/>	酔い止め薬の予備（乗り物酔いする方、飲みなれているもの）
<input type="checkbox"/>	虫よけ（肌にぬるもの。電池式虫よけ・スプレー式のものは不可）
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋5～6枚、汚れた服などを入れるなど）
<input type="checkbox"/>	ネームプレート（以前ゆうばりプログラムに参加したことのある人。その時自分で作った木の名札をもってきてください。今回の参加分のストーンが増えます。）
<input type="checkbox"/>	小さく丸めることができるエコバッグ（ちょっとした着替えや洗濯物を入れるのに便利）
<input type="checkbox"/>	薄手のウインドブ레이カー（寒いときに軽く羽織るもの）

■当日手荷物用・サブザック（リュックサックが望ましい）

<input type="checkbox"/>	保険証のコピー（『お子さまの名前』と『保険証在中』と封筒に記入し封をしてください）
<input type="checkbox"/>	ハンカチ、ティッシュ
<input type="checkbox"/>	1日目のお弁当（移動中に食べます。おにぎりなど手軽に食べられるものをご用意ください）
<input type="checkbox"/>	飲み物
<input type="checkbox"/>	車に酔う子は、酔い止め・エチケット袋
<input type="checkbox"/>	財布（小遣い 5,000 円程度。各自の管理となりますが、必要に応じてスタッフが管理する場合もあります。）※お楽しみ見学でお土産を買うことができます。また、必要に応じて飲料を購入することができます。
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ

その他自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします（貴重品の紛失や破損の責任は負いません）

**※持ってきてはいけない物リスト**

- 電子ゲーム機、携帯電話など、個人で遊べてしまうもの
- 小型携帯テレビ、ヘッドホンステレオ類 ※ カメラ等は、本人の責任においてお取り扱いください。
- お菓子、ガム類
- 貵重品、不必要的現金（時計など高価なものやなくして困るようなもの）
- マッチ、ライター、ナイフ類
- トレーディングカードゲーム

**大荷物の送り先について（送り先・注意事項など）**

北海道教育大学岩見沢校 幄内自然体験学習研究施設  
〒068-2143 北海道三笠市幌内北星町 346 番地

TEL : 01267-2-3344

- \* 配送業者に荷物の到着日を「**8月1日（土）必着**」とご指定下さい。この日以前はスタッフが常駐していませんので受け取りができない場合があります。
- \* 配送は、往復宅急便でお願いします。無理な方は復路着払い伝票記入の上ご持参ください。
- \* 伝票には、保護者の方の名前のならびに、必ず「参加するお子様の名前」をご記入ください。

## 北海道プログラムKコース(滝上・大雪山)

- 開催日：8月3日（月）～8月16日（日）（13泊14日）※全日程参加が条件
- 参加対象者と人数：小学校3年生～中学3年生 定員：30名
- プログラム概要

### 「酪農とトマトと大雪山のアドベンチャー」

滝上町は、林業・酪農・ハッカ生産の町。乳搾りや農家訪問、ハーブの勉強、地域の子供たちとの交流等を行います。活動拠点は札久留(さっくる)公民館。豊かな森と直結しており、いつでも良質な自然に触れることが出来ます。星空をお楽しみに！

東川町は大雪山国立公園のふもと町。大雪山の豊かな地下水のおかげで水道の無い町。全世帯が井戸水で暮らしています。宿泊施設となる美瑛町の国立大雪青年の家は温泉！たくさん体を動かした後はしっかり体を休めます。ここを拠点に「大雪山トレッキング」や「旭川市・旭山動物園」を楽しめます。午前は洗濯や勉強、午後はアウトドア活動と生活のリズムを整えながら無理なくゆっくり過ごします。



日ごろ		内 容
8月3日	月	午前：郡山駅・福島駅よりJRにて出発 午後：南千歳駅よりバスで安平町スポーツセンター合宿所に到着
8月4日	火	午前：安平町スポーツセンター合宿所出発 午後：滝上町到着 オリエンテーション 森あそび、ウエルカムパーティー
8月5日	水	午前：町内施設めぐり & 自然散策 もぎたてトマト収穫体験 午後：休憩・勉強・札久留(さっくる)の森で自由遊び
8月6日	木	午前：牧場見学&酪農体験 午後：休憩・勉強・札久留(さっくる)の森で自由遊び
8月7日	金	午前：サッカー少年団との交流会 午後：滝上町へのメッセージ 灯籠づくり（おまつりで飾ります！）
8月8日	土	午前：お天気次第でミステリーツアー（去年はオホーツク海で海水浴！！） 午後：お天気次第でミステリーツアー（海水浴の帰りは、しづくたて牛乳のソフトクリーム）
8月9日	日	午前：滝上町出発 午後：国立大雪青年の家（美瑛町）に到着
8月10日	月	午前：生活/学習の時間 午後：大雪山の森の散策（白樺街道を歩き森に囲まれた滝を目指します）
8月11日	火	1日：旭山動物園遠足 (動物の自然な生態が見られる行動展示を実施する最北の動物園・旭山動物園を訪れます)
8月12日	水	午前：生活/学習の時間 午後：青い池遠足（立ち枯れた木々の立つ神秘的な青い池を目指します）
8月13日	木	1日：旭岳姿見の池園地トレッキング (北海道の最高峰旭岳のふもとでのトレッキングプログラム)

8月14日	金	午前：生活/学習の時間 午後：選択プログラム（みんなでつくる「やりたいことを実現」するプログラム）
8月15日	土	午前：国立大雪青少年山の家（美瑛町）出発 午後：安平町スポーツセンター合宿所到着
8月16日	日	午前：安平町スポーツセンター合宿所出発、南千歳駅よりJRにて移動 午後：福島駅・郡山駅到着・解散

※毎日健康調査を行います。

※宿泊は、基本的に男女別相部屋で布団となります。一部短期間で寝袋の場合もあります。

※参加者や天候の状況によってプログラム内容が変更となります。

#### 4. 宿泊場所

◇安平町 安平町スポーツセンター／北海道勇払郡安平町早来北進102-5／[TEL : 0144-22-3944](tel:0144-22-3944)

◇滝上町 札久留公民館／北海道紋別郡滝上町札久留／TEL : 0158-29-2495

◇国立大雪青少年交流の家／北海道上川郡美瑛町白金温泉／TEL : 0166-94-3121

#### 5. 運営体制

◇北海道プログラム総合コーディネート

「でっかい教室北海道プロジェクト実行委員会」

北海道札幌市中央区南2条東2丁目8-1大都ビル902 合同会社北海道観光まちづくりセンター内

TEL : 011-252-2118 FAX : 011-252-2117 Email : [info@hokkaido-machisen.org](mailto:info@hokkaido-machisen.org)

総責任者：上田 融（NPO 法人いぶり自然学校）

連絡先事務局：中島・萩原（北海道観光まちづくりセンター）

◇プログラム責任者

滝上町 伴 久（渚滑川の会）

東川町 木村 恵巳（大雪山自然学校）

◇安全管理責任者

滝上町 伴 久（渚滑川の会）

東川町 荒井 一洋（大雪山自然学校）

◇医療体制

滝上町 滝上町国保病院／北海道紋別郡滝上町幸町／TEL : 0158-29-2220

東川 美瑛町立病院／北海道上川郡美瑛町中町3丁目8番35号／TEL : 0166-68-7111

#### 6. 往路の移動について

【集合時間】 郡山駅 8:30 受付開始、 福島駅 8:50 受付開始

※参加人数やJRの予約状況によって列車の変更などが出る場合がございます。変更になり次第、保護者の皆様へご連絡致します。

※郡山駅→福島駅→青森駅→函館駅→南千歳駅。南千歳駅からバスに乗り換えて1日目の宿泊地安平町スポーツセンターに到着。現地到着予定時間19:30。翌日バスで滝上町へ。現地到着時間13:00。

※集合前にトイレを済ませておいてください。

※スタッフが郡山駅・福島駅で待機しています。「ふくしまキッズ」の旗が目印です。順次名前を確認します。

※乗り物酔いをしやすい方は、事前に酔い止め薬をお飲みください。

## 7. 復路の移動について

【解散予定時間】 福島駅17時頃着 郡山駅17時半頃到着

※スタッフの挨拶の後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてお帰り下さい。

※お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る、1人で帰る場合など）は、必ず事務局（TEL：011-252-2118 北海道観光まちづくりセンター内 中島・萩原）までご連絡ください。

## 8. 持ち物

### ■大荷物リスト

※荷物には全て（靴下1足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

<input type="checkbox"/>	帽子
<input type="checkbox"/>	黄色いバンダナ（今まで参加して、既に持っている子）
<input type="checkbox"/>	Tシャツ（化学繊維の乾きやすいものが望ましい）
<input type="checkbox"/>	短パン
<input type="checkbox"/>	長袖、長ズボン（火を使う時、森での活動、夜の寒い時などに着ます。2セット）
<input type="checkbox"/>	靴下、下着
<input type="checkbox"/>	フリース（夜は10°C以下になります。防寒として使います）
<input type="checkbox"/>	水遊び用の服（水が冷たいので長袖のものを）
<input type="checkbox"/>	水着、水泳帽（地域のプールに行くことがあります）
<input type="checkbox"/>	水遊び用靴（足が切れることもありますので肌がなるべく出ないものをお勧めします。サンダルの場合は、かかとにバンドのあるものを。替えの靴としても利用します。）
<input type="checkbox"/>	上靴（宿泊施設で使用します）
<input type="checkbox"/>	バスタオル2枚
<input type="checkbox"/>	タオル（3～4枚）
<input type="checkbox"/>	カッパ（上下に分かれた丈夫なもの 100円ショップなどで販売されている薄いものは不可）
<input type="checkbox"/>	水筒
<input type="checkbox"/>	軍手（2組。たき火、森での作業、山登り等の野外活動で使います）
<input type="checkbox"/>	懐中電灯またはヘッドライト（予備の電池もお持ちください）
<input type="checkbox"/>	歯みがきセット、洗面用具、おふろセット（シャンプー・コンディショナー、ボディーソープなど）
<input type="checkbox"/>	洗濯ネット 洗濯バサミ（自分のものを入れて洗濯して干します）、洗濯洗剤
<input type="checkbox"/>	夏休みの宿題
<input type="checkbox"/>	持病薬、持病処置の資料（必要があれば）※薬のある方は、処方の仕方と薬を一緒の袋に入れてください。必ず名前を書いてください。
<input type="checkbox"/>	酔い止め薬の予備（乗り物酔いする方、飲みなれているもの）
<input type="checkbox"/>	虫よけ（肌にぬるもの。電池式虫よけ・スプレー式のものは不可）
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋5～6枚、汚れた服などを入れるなど）
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	保険証のコピー（『お子さんの名前』と『保険証在中』を封筒に記入し封をしてください）
<input type="checkbox"/>	小さく丸めることができるエコバッグ（ちょっとした着替えや洗濯物を入れるのに便利）
<input type="checkbox"/>	薄手のウィンドブ레이カー（寒いときに軽く羽織るもの）

## ■当日手荷物用・サブザック（リュックサックが望ましい）

<input type="checkbox"/>	翌日の着替え（1日分だけ）
<input type="checkbox"/>	バスタオル
<input type="checkbox"/>	歯磨きセット・洗面道具
<input type="checkbox"/>	保険証の写し
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	1日目のお弁当（移動中に食べます。おにぎりなど手軽に食べられるものをご用意ください）
<input type="checkbox"/>	おやつ（往路の列車内で食べ切れる量だけお持ちください。宿泊施設などで個人のおやつは食べません）
<input type="checkbox"/>	飛行機や車に酔う子は、酔い止め・エチケット袋
<input type="checkbox"/>	お小遣い
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ
その他	
・初日は安平町スポーツセンターに1泊し、翌日に滝上町に向かいます	
・自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします（貴重品の紛失や破損の責任は負いません）	

## 大荷物の送り先について（送り先・注意事項など）

滝上町 札久留公民館

〒099-5614 北海道紋別郡滝上町札久留 TEL：0158-29-2495

\* 配送業者に荷物の到着日を「**8月4日（火）必着**」とご指定下さい。

\* 配送は、往復宅急便でお願いします。無理な方は復路着払い伝票記入の上ご持参ください。

\* 伝票には、保護者の方の名前のならびに、必ず「参加するお子様の名前」をご記入ください。

## 9. その他の注意点

初日の宿泊は、安平町スポーツセンター（〒059-1502 勇払郡安平町早来北進102-5）です。中継地点として、この施設に一泊し、翌日に滝上町へ向かいます。そこで、一泊分の準備を「当日手荷物用・サブザック」に書かれている通りにご準備下さい。当日手荷物は出来るだけ小さい方が望ましいので、パジャマは入れないでください。翌日の服を着て寝ます。大荷物は安平町スポーツセンターには届かないでご注意ください。

## 北海道プログラムコース(栗山・大雪)

- 開催日：8月9日（日）～8月23日（日）（14泊15日）※全日程参加が条件
- 参加対象者と人数：小学校3年生～中学3年生 定員：30名
- プログラム概要

### 「北海道らしい田園風景の中で暮らす」

栗山町は北海道らしい田園風景が広がる町。地域の子供たちと一緒に宝探しや自然体験を楽しめます。古くから立つ味のある宿泊施設「旧雨煙別（ウェンベツ）小学校」では、学校をモチーフにした運動会や見学旅行はもちろん、国語ではテレビ局のアナウンサーによる詩の朗読会。理科では川探検や川下り等の自然体験。いつもの学校とはひと味違った学校生活を楽しもう！

東川町は大雪山国立公園のふもと町。大雪山の豊かな地下水のおかげで水道の無い町。全世帯が井戸水で暮らしています。宿泊施設となる美瑛町の国立大雪青年の家は温泉！たくさん体を動かした後はしっかり体を休めます。ここを拠点に「大雪山トレッキング」や「旭川市・旭山動物園」を楽しみます。午前は洗濯や勉強、午後はアウトドア活動と生活のリズムを整えながら過ごします。



日 に ち		内 容
8月9日	日	午前：郡山駅・福島駅よりJRにて出発 午後：南千歳駅よりバスで栗山町へ移動
8月10日	月	午前：遊びや生活のルール決め。 午後：施設周辺の散策 夕食はバイキング方式のウェルカムパーティー
8月11日	火	1日：札幌への見学旅行。 札幌ドーム、コカ・コーラ工場見学。夕食は札幌ビール園でのジンギスカン。
8月12日	水	1日：みんなで手作りの大運動会！ 夕張川探検やボートでのんびり川下り。
8月13日	木	1日：地元栗山の子ども達との交流会。 里山ウォークラリーやBBQ交流会。
8月14日	金	午前：水鉄砲を使ったウォーターバトル大会！ 午後：選択プログラム（プール、図書館、お昼寝）
8月15日	土	午前：窯から作るピザ作り。ピザはもちろん、窯も自分達で作ります。 午後：学校祭準備の日。盆踊り。
8月16日	日	1日：雨煙別（ウェンベツ）小学校祭！ グループ毎のゲームブースや歌や踊りのパフォーマンス発表。ふりかえり
8月17日	月	午前：涙の卒業式。栗山町出発 午後：国立大雪青少年山の家（美瑛町）に到着。
8月18日	火	午前：生活/学習の時間 午後：青い池遠足（立ち枯れた木々の立つ神秘的な青い池を目指します）

8月19日	水	1日：旭岳姿見の池園地トレッキング (北海道の最高峰旭岳のふもとでのトレッキングプログラム)
8月20日	木	午前：生活/学習の時間 午後：選択プログラム（みんなでつくるやりたいことを実現するプログラム）
8月21日	金	1日：旭山動物園遠足 (動物の自然な生態が見られる行動展示を実施する最北の動物園・旭山動物園を訪れます)
8月22日	土	午前：国立大雪青少年山の家（美瑛町）出発。 午後：安平町スポーツセンター合宿所到着。
8月23日	日	午前：安平町スポーツセンター合宿所出発、南千歳駅よりJRにて移動 午後：福島駅・郡山駅到着・解散

※毎日健康調査を行います。

※宿泊は、基本的に男女別相部屋で布団となります。一部短期間で寝袋の場合もあります。

※参加者や天候の状況によってプログラム内容が変更となります。

#### 4. 宿泊場所

◇栗山町 雨煙別小学校コカ・コーラ環境ハウス／北海道栗山町字雨煙別 1-4／TEL : 0123-72-1696

◇国立大雪青少年交流の家 北海道上川郡美瑛町白金温泉 TEL : 0166-94-3121

◇安平町 安平町スポーツセンター／北海道勇払郡安平町早来北進 102-5／TEL : [0144-22-3944](tel:0144-22-3944)

#### 5. 運営体制

◇北海道プログラム総合コーディネート

「でっかい教室北海道プロジェクト実行委員会」

札幌市中央区南 2 条東 2 丁目 8-1 大都ビル 902 合同会社北海道観光まちづくりセンター内

TEL : 011-252-2118 FAX : 011-252-2117 Email : [info@hokkaido-machisen.org](mailto:info@hokkaido-machisen.org)

総責任者：上田 融 (NPO 法人いぶり自然学校)

連絡先事務局：中島・萩原（北海道観光まちづくりセンター）

◇プログラム責任者

栗山町 名内 隆（栗山町教育委員会）

東川町 木村 恵巳（大雪山自然学校）

◇安全管理責任者

栗山町 名内 隆（栗山町教育委員会）

東川町 木村 恵巳（大雪山自然学校）

◇医療体制

栗山町 栗山赤十字病院／北海道栗山町朝日 3 丁目 2／TEL : 0123-72-1015

にしみこどもクリニック／住所 北海道夕張郡栗山町中央 3 丁目 324-4／TEL : 0123-73-3666

東川 美瑛町立病院／住所 北海道上川郡美瑛町中町 3 丁目 8 番 35 号／TEL : 0166-68-7111

#### 6. 往路の移動について

【集合時間】 郡山駅 8:30受付開始、 福島駅 8:50受付開始

※参加人数やJRの予約状況によって列車の変更などが出る場合がございます。変更になり次第、保護者の皆様へご連絡致します。

※郡山駅→福島駅→青森駅→函館駅→南千歳駅。南千歳駅からバスに乗り換えて栗山町へ。現地到着時間13:00。

※集合前にトイレを済ませておいてください。

※スタッフが郡山駅・福島駅で待機しています。「ふくしまキッズ」の旗が目印です。順次名前を確認します。  
※乗り物酔いをしやすい方は、事前に酔い止め薬をお飲みください。

## 7. 復路の移動について

【解散予定時間】 福島駅17時頃着 郡山駅17時半頃到着

※スタッフの挨拶の後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてお帰り下さい。

※お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る、1人で帰る場合など）は、必ず事務局（TEL：

011-252-2118 北海道観光まちづくりセンター内 中島・萩原）までご連絡ください。

## 8. 持ち物

### ■大荷物リスト

※荷物には全て（靴下1足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

<input type="checkbox"/>	帽子
<input type="checkbox"/>	黄色いバンダナ（今まで参加して、既に持っている子）
<input type="checkbox"/>	Tシャツ（化学繊維の乾きやすいものが望ましい）
<input type="checkbox"/>	短パン
<input type="checkbox"/>	長袖、長ズボン（火を使う時、森での活動、夜の寒い時などに着ます。2セット）
<input type="checkbox"/>	靴下、下着
<input type="checkbox"/>	フリース（夜は10°C以下になります。防寒として使います）
<input type="checkbox"/>	水遊び用の服（水が冷たいので長袖のものを）
<input type="checkbox"/>	水着、水泳帽（地域のプールに行くことがあります）
<input type="checkbox"/>	水遊び用靴（かかとにバンドのあるサンダル（クロックス等）不可。使わなくなった運動靴などがお勧めです。。替えの靴としても利用します。）
<input type="checkbox"/>	上靴（宿泊施設で使用します）
<input type="checkbox"/>	バスタオル2枚
<input type="checkbox"/>	タオル（3~4枚）
<input type="checkbox"/>	カッパ（上下に分かれた丈夫なもの 100円ショップなどで販売されている薄いものは不可）
<input type="checkbox"/>	水筒
<input type="checkbox"/>	軍手（2組。たき火、森での作業、山登り等の野外活動で使います）
<input type="checkbox"/>	懐中電灯またはヘッドライト（予備の電池もお持ちください）
<input type="checkbox"/>	歯みがきセット、洗面用具、おふろセット（シャンプー・コンディショナー、ボディーソープなど）
<input type="checkbox"/>	洗濯ネット 洗濯バサミ（自分のものを入れて洗濯して干します）、洗濯洗剤
<input type="checkbox"/>	夏休みの宿題
<input type="checkbox"/>	持病薬、持病処置の資料（必要があれば）※薬のある方は、処方の仕方と薬を一緒の袋に入れてください。必ず名前を書いてください。
<input type="checkbox"/>	酔い止め薬の予備（乗り物酔いする方、飲みなれているもの）
<input type="checkbox"/>	虫よけ（肌にぬるもの。電池式虫よけ・スプレー式のものは不可）
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋5~6枚、汚れた服などを入れるなど）
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	保険証のコピー（『お子さんの名前』と『保険証在中』を封筒に記入し封をしてください）
<input type="checkbox"/>	小さく丸めることができるエコバッグ（ちょっとした着替えや洗濯物を入れるのに便利）
<input type="checkbox"/>	薄手のウインドブ레이カー（寒いときに軽く羽織るもの）

■当日手荷物用・サブザック（リュックサックが望ましい）

<input type="checkbox"/>	保険証の写し
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	1日目のお弁当（移動中に食べます。おにぎりなど手軽に食べられるものをご用意ください）
<input type="checkbox"/>	飲み物。水筒やペットボトルにお持ちください。
<input type="checkbox"/>	飛行機や車に酔う子は、酔い止め・エチケット袋
<input type="checkbox"/>	お小遣い
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ

その他自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします（貴重品の紛失や破損の責任は負いません）

大荷物の送り先について（送り先・注意事項など）

栗山町 雨煙別小学校コカ・コーラ環境ハウス  
〒069-1503 北海道栗山町字雨煙別 1-4 TEL : 0123-72-1696

\* 配送業者に荷物の到着日を「**8月9日（日）必着**」とご指定下さい。

\* 配送は、往復宅急便でお願いします。無理な方は復路着払い伝票記入の上ご持参ください。

\* 伝票には、保護者の方の名前のならびに、必ず「参加するお子様の名前」をご記入ください。

## 北海道プログラムMコース(大雪山)

1. 開催日：8月14日（金）～8月23日（日）（9泊10日）※全日程参加が条件

2. 参加対象者と人数:小学校3年生～中学3年生 定

員：30名

### 3. プログラム概要

「山岳国立公園で無理なく生活のリズムを大切にしたプログラム」

東川町は大雪山国立公園のふもと町。大雪山の豊かな地下水のおかげで上水道が無く、全世帯が井戸水で暮らしています。宿泊施設となる美瑛町の国立大雪青年の家は温泉！たくさん体を動かした後はしっかり体を休めます。ここを拠点に「大雪山トレッキング」や「旭川市・旭山動物園」を楽しみます。午前は洗濯や勉強、午後はアウトドア活動と生活のリズムを整えながら、無理のないペースで過ごします。



日	に	ち	内 容
8月14日	金		午前：郡山駅・福島駅よりJRにて出発 午後：南千歳駅よりバスで栗山町または安平町へ移動
8月15日	土		午前：栗山町または安平町出発 午後：国立大雪青少年山の家（美瑛町）に到着。
8月16日	日		午前：生活/学習の時間 午後：森林散策プログラム（白樺街道を歩森に囲まれた滝を目指します）
8月17日	月		午前：生活・学習の時間 午後：スポーツプログラム (パークゴルフ、プール、テニスなど様々なスポーツから選択)
8月18日	火		午前：生活/学習の時間 午後：青い池遠足（立ち枯れた木々の立つ神秘的な青い池を目指します）
8月19日	水		1日：旭岳姿見の池園地トレッキング (北海道の最高峰旭岳のふもとでのトレッキングプログラム)
8月20日	木		午前：生活/学習の時間 午後：選択プログラム（みんなでつくるやりたいことを実現するプログラム）
8月21日	金		1日：旭山動物園遠足 (動物の自然な生態が見られる行動展示を実施する最北の動物園・旭山動物園を訪れます)
8月22日	土		午前：国立大雪青少年山の家（美瑛町）出発。 午後：安平町スポーツセンター合宿所到着。
8月23日	日		午前：安平町スポーツセンター合宿所出発、南千歳駅よりJRにて移動 午後：福島駅・郡山駅到着・解散

※毎日健康調査を行います。

※宿泊は、基本的に男女別相部屋で布団となります。一部短期間で寝袋の場合もあります。

※参加者や天候の状況によってプログラム内容が変更となります。

#### 4. 宿泊場所

- ◇安平町 安平町スポーツセンター／北海道勇払郡安平町早来北進 102-5／TEL : 0144-22-3944  
◇東川町 国立大雪青少年交流の家／北海道上川郡美瑛町白金温泉／TEL : 0166-94-3121

#### 5. 運営体制

- ◇北海道プログラム総合コーディネート  
「でっかい教室北海道プロジェクト実行委員会」  
北海道札幌市中央区南2条東2丁目8-1大都ビル902 合同会社北海道観光まちづくりセンター内  
TEL : 011-252-2118 FAX : 011-252-2117 Email : [info@hokkaido-machisen.org](mailto:info@hokkaido-machisen.org)  
総責任者：上田 融（NPO法人いぶり自然学校）  
連絡先事務局：中島・萩原（北海道観光まちづくりセンター）
- ◇プログラム責任者  
東川町 木村 恵巳（大雪山自然学校）
- ◇安全管理責任者  
東川町 荒井 一洋（大雪山自然学校）
- ◇医療体制  
東川 美瑛町立病院／住所 北海道上川郡美瑛町中町3丁目8番35号／TEL : 0166-68-7111

#### 6. 往路の移動について

- 【集合時間】 郡山駅 8:30受付開始、 福島駅 8:50受付開始  
※参加人数やJRの予約状況によって列車の変更などが出る場合がございます。変更になり次第、保護者の皆様へご連絡致します。  
※郡山駅→福島駅→青森駅→函館駅→南千歳駅。南千歳駅からバスに乗り換えて1日目の宿泊地安平町スポーツセンターに到着。現地到着予定時間19:30。翌日バスで東川町へ。現地到着時間13:00。  
※集合前にトイレを済ませておいてください。  
※スタッフが郡山駅・福島駅で待機しています。「ふくしまキッズ」の旗が目印です。順次名前を確認します。  
※乗り物酔いをしやすい方は、事前に酔い止め薬をお飲みください。

#### 7. 復路の移動について

- 【解散予定時間】 福島駅17時頃着 郡山駅17時半頃到着  
※スタッフの挨拶の後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてお帰り下さい。  
※お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る、1人で帰る場合など）は、必ず事務局（TEL : 011-252-2118 北海道観光まちづくりセンター内 中島・萩原）までご連絡ください。

## 8. 持ち物

### ■大荷物リスト

※荷物には全て（靴下1足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

<input type="checkbox"/>	帽子
<input type="checkbox"/>	黄色いバンダナ（今まで参加して、既に持っている子）
<input type="checkbox"/>	Tシャツ（化学繊維の乾きやすいものが望ましい）
<input type="checkbox"/>	短パン
<input type="checkbox"/>	長袖、長ズボン（火を使う時、森での活動、夜の寒い時などに着ます。2セット）
<input type="checkbox"/>	靴下、下着
<input type="checkbox"/>	フリース（夜は10°C以下になります。防寒として使います）
<input type="checkbox"/>	水遊び用の服（水が冷たいので長袖のものを）
<input type="checkbox"/>	水着、水泳帽（地域のプールに行くことがあります）
<input type="checkbox"/>	水遊び用靴（足が切れることもありますので肌がなるべく出ないものをお勧めします。サンダルの場合は、かかとにバンドのあるものを。替えの靴としても利用します。）
<input type="checkbox"/>	上靴（宿泊施設で使用します）
<input type="checkbox"/>	バスタオル2枚
<input type="checkbox"/>	タオル（3~4枚）
<input type="checkbox"/>	カッパ（上下に分かれた丈夫なもの 100円ショップなどで販売されている薄いものは不可）
<input type="checkbox"/>	水筒
<input type="checkbox"/>	軍手（2組。たき火、森での作業、山登り等の野外活動で使います）
<input type="checkbox"/>	懐中電灯またはヘッドライト（予備の電池もお持ちください）
<input type="checkbox"/>	歯みがきセット、洗面用具、おふろセット（シャンプー・コンディショナー、ボディーソープなど）
<input type="checkbox"/>	洗濯ネット 洗濯バサミ（自分のものを入れて洗濯して干します）、洗濯洗剤
<input type="checkbox"/>	夏休みの宿題
<input type="checkbox"/>	持病薬、持病処置の資料（必要があれば）※薬のある方は、処方の仕方と薬を一緒の袋に入れてください。必ず名前を書いてください。
<input type="checkbox"/>	酔い止め薬の予備（乗り物酔いする方、飲みなれているもの）
<input type="checkbox"/>	虫よけ（肌にぬるもの。電池式虫よけ・スプレー式のものは不可）
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋5~6枚、汚れた服などを入れるなど）
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	保険証のコピー（『お子さんの名前』と『保険証在中』を封筒に記入し封をしてください）
<input type="checkbox"/>	小さく丸めることができるエコバッグ（ちょっとした着替えや洗濯物を入れるのに便利）
<input type="checkbox"/>	薄手のウィンドブ레이カー（寒いときに軽く羽織るもの）

### ■当日手荷物用・サブザック（リュックサックが望ましい）

<input type="checkbox"/> 翌日の着替え（1日分だけ）
<input type="checkbox"/> バスタオル
<input type="checkbox"/> 歯磨きセット・洗面道具
<input type="checkbox"/> 保険証の写し
<input type="checkbox"/> 筆記用具
<input type="checkbox"/> 1日目のお弁当（移動中に食べます。おにぎりなど手軽に食べられるものをご用意ください）
<input type="checkbox"/> おやつ（往路の列車内で食べ切れる量だけお持ちください。宿泊施設などで個人のおやつは食べません）
<input type="checkbox"/> 飛行機や車に酔う子は、酔い止め・エチケット袋
<input type="checkbox"/> お小遣い
<input type="checkbox"/> ふくしまメッセージ
その他
・初日は安平町スポーツセンターに1泊し、翌日に留萌市に向かいます
・自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします（貴重品の紛失や破損の責任は負いません）

### 大荷物の送り先について（送り先・注意事項など）

「独立行政法人 国立青少年教育振興機構 国立大雪青少年交流の家（ふくしまキッズ担当）」

〒071-0235 北海道上川郡美瑛町白金温泉 TEL：0166-94-3121

\*配達業者に荷物の到着日を「8月14日（金）必着」とご指定下さい。

\*配達は、往復宅急便でお願いします。無理な方は復路着払い伝票記入の上ご持参ください。

\*伝票には、保護者の方の名前のならびに、必ず「参加するお子様の名前」をご記入ください。

### 9. その他の注意点

初日の宿泊は、安平町スポーツセンター（〒059-1502 勇払郡安平町早来北進102-5）です。中継地点として、この施設に一泊し、翌日に東川町へ向かいます。そこで、一泊分の準備を「当日手荷物用・サブザック」に書かれている通りにご準備下さい。当日手荷物は出来るだけ小さい方が望ましいので、パジャマは入れないでください。翌日の服を着て寝ます。大荷物は安平町スポーツセンターには届かないでご注意ください。

# あぶくまプログラム

## あぶくまプログラム A・B・D・E コース

### 1. 開催日

- (A) 7月23日（木）～25日（土） 2泊3日
- (B) 7月27日（月）～30日（木） 3泊4日
- (D) 8月 7日（金）～13日（木） 6泊7日
- (E) 8月17日（月）～20日（木） 3泊4日

### 2. 参加対象者： 小学1年生～中学3年生

### 3. プログラム内容： 特別なプログラムではなく、田舎での日々の暮らしをベースに、動物の世話などを行いながら共同生活を送ることで、生活の基本や他人との関わりを学んでいきます。午前は勉強と自由遊び、午後は、みんなで決めた全体プログラムを行います。

#### 特 徴

- イベント的なプログラムはほとんどありません。
- 規則正しい生活習慣など、共同生活のなかで大切なことを学びます。
- 基本的な生活を通して、子どもたちの自主性、協調性、少しの我慢の力を伸ばします。
- のびのびじっくり、時間に追われることなく、みんなで楽しく活動しながら体力向上を目指します。
- 今後、遠方の宿泊プログラムに参加できるだけの、基本的な自立・自己管理力などを育成します。
- 家族で考えた約束の色紙※を掲示して、意識の向上や家族の絆の実感をはかります。

※お子さまが、参加期間中に達成したいことや、普段からできるようになりたいと思っていることなどを、家族で相談して決めて、色紙に書いてご持参ください。期間中に掲示します。このプログラムに参加することで約束の内容を達成できるように応援し、また、期間中に家を離れて過ごすなかでも、家族の存在をともに感じられるようにしたいと考えています。

#### 4. 内容（予定）

	初日	滞在日	帰宅日
午前	10:30 オリエンテーション	7:00 起床 8:00 朝食 9:00 勉強 10:00 自由遊び	7:00 起床 8:00 朝食 9:00 荷物の整理整頓・掃除 10:30 自由遊び
午後	12:00 昼食 13:00 自由遊び 15:00 おやつ休憩 17:00 夕食支度、 犬散歩、入浴①など	12:00 昼食 13:00 全体活動 15:00 おやつ休憩 17:00 夕食支度、 犬散歩、入浴①など	12:00 昼食 13:00 振り返りレポート記入、 終わりの会 14:30 解散
夜	18:00 夕食 19:00 入浴②、日記記入、 子ども会議など 21:00 就寝	18:00 夕食 19:00 入浴②、日記記入、 子ども会議など 21:00 就寝	

#### [活動ラインナップ]

・野山遊び ・小川遊び ・工作 ・ウォールクライミング ・サッカー、キャッチボール、バスケットボール ・薪割り

・フロジエクトアドベンチャー ・ボール ・体育館 ・屋内ゲーム ・犬の散歩 ・ニワトリとヤギの世話

・農作業 ・火おこし ・食事作り ・星空鑑賞 ・ホタル鑑賞

※ 毎日の仕事を役割分担します。仕事内容：日直、食事係、動物の世話、体操係、など

※ 具体的な活動の様子は、これまでの「活動のようす」ブログのあぶくまプログラム記事をぜひご覧ください！

#### 5. 宿泊場所

体験民宿WARERA元気俱楽部 田舎体験の家（あぶくまエヌエスネット フィールド内）

〒963-8403 福島県東白川郡鮫川村赤坂東野字葉貫57 電話 0247-48-2508

## 6. 運営体制

団体名：特定非営利活動法人 あぶくまエヌエスネット

所在地：上述

連絡先：〔電話〕0247-48-2508 〔FAX〕050-3730-7788 〔Eメール〕abukuma@basil.ocn.ne.jp  
〔ホームページ〕<http://abukumansnet.org/>

総責任者、プログラム責任者：進士徹

連絡先事務局、安全管理責任者：伊藤千陽

プログラム中の連絡先：上述のあぶくまエヌエスネット電話番号

医療体制：地元医療機関

・ 城跡町厚生病院 福島県東白川郡城跡町大町1-5 電話0247-43-1145

・ 和田医院 福島県東白川郡棚倉町城跡3-1 電話0247-33-2012

部屋割り・グループ編成について

新しい友達を作ることも大切にしている活動のひとつです。部屋割りはスタッフにお任せください。ご希望がある場合にはできる範囲で考慮しますので、お気軽にお申し出ください。活動時のグループ編成などは子どもたちの自主性を尊重します。なお、子どもには24時間スタッフが付き、活動を共にします。

## 7. 往路の移動について 保護者の方に、現地までのお子さまの送迎をお願いします。

【集合時間】

- (A) コース：7月23日（木）午前10時30分まで
  - (B) コース：7月27日（月）午前10時30分まで
  - (D) コース：8月 7日（金）午前10時30分まで
  - (E) コース：8月17日（月）午前10時30分まで
- ・10時から受け付け開始します。
  - ・当日何らかの理由でキャンセル・遅刻する場合は、あぶくまエヌエスネット電話番号（上述）までご連絡ください。

## 8. 復路の移動について 保護者の方に、現地までのお子さまの送迎をお願いします。

【解散予定時間】

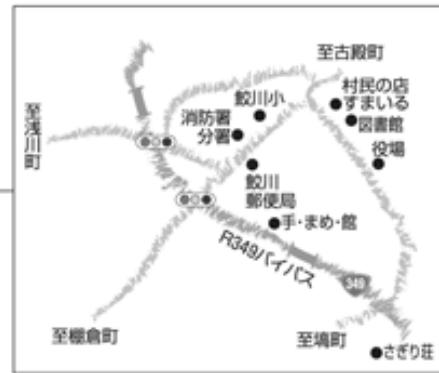
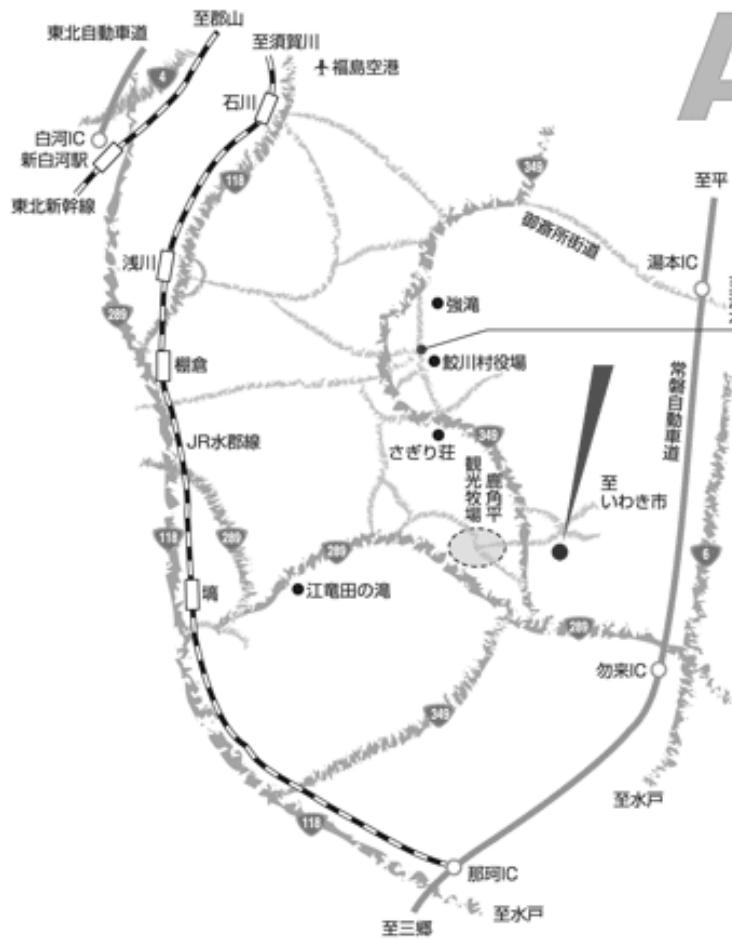
- (A) コース：7月25日（土）午後2時30分
- (B) コース：7月30日（木）午後2時30分
- (D) コース：8月13日（木）午後2時30分
- (E) コース：8月20日（木）午後2時30分

〔あぶくまエヌエスネットまでのアクセス〕

- ・郡山市から 国道4号線→国道118号線→国道349号線
- ・いわき市勿来から 勿来IC→国道289号線→国道349号線

※ ナビ入力では、鮫川村の宿泊施設「ほっとはうす・さめがわ」(TEL 0247-48-2555)が便利です。ただし、「ほっとはうす・さめがわ」は当団体とは別施設であり、駐車不可。

# ACCESS



## 交通のごあんない

- 東北自動車道白河ICより  
国道289—棚倉町—県道—鮫川村役場 (約1時間)  
一ほっとはうす (15分)
- 常磐自動車道那珂ICより  
国道118—境町—国道289—県道—一ほっとはうす (約1時間50分)
- 常磐自動車道勿来ICより  
国道289—国道349—一ほっとはうす (40分)
- 常磐自動車道湯本ICより  
県道—古殿町—国道349—鮫川村役場 (約1時間)  
一ほっとはうす (15分)
- 福島空港  
国道118—国道349—鮫川村役場 (約40分) 一ほっとはうす (15分)

## 9. 持ち物

保護者がすべて準備するのではなく、子ども自身が必ず準備に関わるようにしましょう。

荷物にはすべて（靴下一足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

### ■持ちものリスト

<input type="checkbox"/>	かばん（ボストンバックやトランク等、大きく開くものが便利）	初日の受付時にお預かりします
<input type="checkbox"/>	サブザック（お出かけ用。弁当・防寒着などが入る大きさで、両手が空くもの）	
<input type="checkbox"/>	着替え泊数分 - 刺す虫（ブヨなど）がいるため、長ズボン、長靴下、タイツなど足元の肌を露出しない服装が必須 - (D)コースのみ洗濯ネット持参のうえ洗濯可。	
<input type="checkbox"/>	防寒着（フリースなど）	
<input type="checkbox"/>	タオル2~3枚（バスタオル含む。石鹼、シャンプー、リンスは不要）	
<input type="checkbox"/>	料理セット〔エプロン、マスク、三角巾〕	
<input type="checkbox"/>	プールセット（水着、ゴーグル、水泳帽、バスタオル）	
<input type="checkbox"/>	日よけ帽子	
<input type="checkbox"/>	歯磨きセット	
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋）3~4枚程度（防水。あるととにかく便利です）	
<input type="checkbox"/>	夏休みの宿題・課題	
<input type="checkbox"/>	筆記用具	
<input type="checkbox"/>	長靴	
<input type="checkbox"/>	予備の靴（濡れた時用）	
<input type="checkbox"/>	生理用品（必要であれば。活動中に初潮になる可能性がある場合もお持ちください）	
<input type="checkbox"/>	上履き（体育館やウォールクライミング用）	
<input type="checkbox"/>	保険証の写し	
<input type="checkbox"/>	お小遣いA B Eコース1,000円程度、Dコース2,000円程度 (外出時に飲みものやアイスクリームなどを買うことがあります)	
<input type="checkbox"/>	マイお箸（ケースはいりません）	
<input type="checkbox"/>	マイコップ（割れるものはNG、プラスチック○）	
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ	
<input type="checkbox"/>	常備薬 (自己管理できる場合も必ず服用の方法を書いたものを用意してスタッフにお渡しください)	
<input type="checkbox"/>	おやつ 100円程度分×泊数 ※スタッフが管理します。1つにまとめて記名しておいてください。※飴やガムはNG	
<input type="checkbox"/>	家族約束を書いた色紙	

[あると良いもの]・川遊び用靴(濡れても良い、かかとのあるもの)・軍手・雨着・日焼け止め・虫除け(肌に塗るもの。スプレーはNG)

[不要なもの]・水筒やペットボトル・ゲーム機など一人遊び用品

※9ページもご確認ください。ただし、「初日のお弁当」はあぶくまプログラムでは不要です。

## 10. その他の注意点

- ・ 貴重品の紛失や破損の責任は負いません。
- ・ 忘れものについて、活動終了後に連絡のあったものは着払いで郵送します。連絡のないものはひと月後に処分します。
- ・ 活動時期の気温：朝晩 20°C 前後、日中 20~30°C 前後
- ・ 空間線量：0.10~0.16  $\mu$ s 程度

## あぶくまプログラムCコース

### 1. 開催日 8月1日（土）～8月5日（水）4泊5日

### 2. 参加対象者： 小学1年生～中学3年生

自閉症や発達障がいなど軽度の知的障がいを持つ児童・生徒を対象としています。片付け、掃除などの時間を十分にとり、入浴や就寝時も含めて子どもたちのすべての活動にスタッフが行動を共にします。

### 3. プログラム概要

- ・野山遊び ・小川遊び ・工作 ・ウォールクライミング ・サッカー、キャッチボール、バスケットボール ・薪割り
- ・プロジェクトアドベンチャー ・プール ・体育館 ・屋内ゲーム ・犬の散歩 ・ニワトリとヤギの世話
- ・農作業 ・火おこし ・食事作り ・星空鑑賞 ・杓鑑賞

〔生活テーマ〕新しい友達やスタッフと共にさまざまな経験をして、楽しく生活を作りあげ、自分ることは自分でできるように努力していきましょう。

#### 〔基本的な生活サイクル〕

午前	午後
6:00 起床	13:00 午後の活動
7:30 朝食	生活の時間（入浴、休憩、清掃など）
生活の時間 (身支度、清掃、洗濯など)	18:00 夕食
9:00 午前の活動	19:00 プログラムに合わせた時間 (準備、グループタイムなど)
12:00 昼食	21:00 就寝、スタッフ会議

### 4. 宿泊場所

体験民宿W A R E R A 元気俱楽部 田舎体験の家（あぶくまエヌエスネット フィールド内）

〒963-8403 福島県東白川郡鮫川村赤坂東野字葉貫 57

ホームページ <http://abukumansnet.org/> 電話 0247-48-2508

### 5. 運営体制

総責任者：石井英行（P-MAC 野外教育研究センター）

プログラム・安全管理責任者：鈴木崇史（神奈川県養護学校教諭）

プログラム中の連絡先：上述のあぶくまエヌエスネット電話番号

医療体制：地元医療機関

- ・塙町厚生病院 福島県東白川郡塙町大町1-5 電話0247-43-1145
- ・和田医院 福島県東白川郡棚倉町城跡3-1 電話0247-33-2012

## 6. 往路の移動について

保護者の方に、現地までのお子さまの送迎をお願いします。

※当日何らかの理由でキャンセル・遅刻する場合は、あぶくまエヌエスネット電話番号（上述）までご連絡ください。

【集合時間】 8月1日（土）午前10時30分まで

- ・10時から受け付け開始します。遅刻のないよう余裕を持ってお出かけください。
  - ・スタッフが集合場所に待機します。ふくしまキッズの旗が目印です。
  - ・お弁当を忘れないようにご注意ください。

【集合場所】鮫川村農業者トレーニングセンター 〒963-8401鮫川村大字赤坂中野字宿ノ入64

- ・集合の後、トレーニングセンターの体育館で夕方頃まで遊びます。その後、宿泊先に向かいます。

## 7. 復路の移動について

保護者の方に、現地までのお子さまの送迎をお願いします。

※お迎えが保護者以外の方（友達の保護者など）は、必ず事前にご連絡ください。

【解散時間】 8月5日（水）午後2時00分

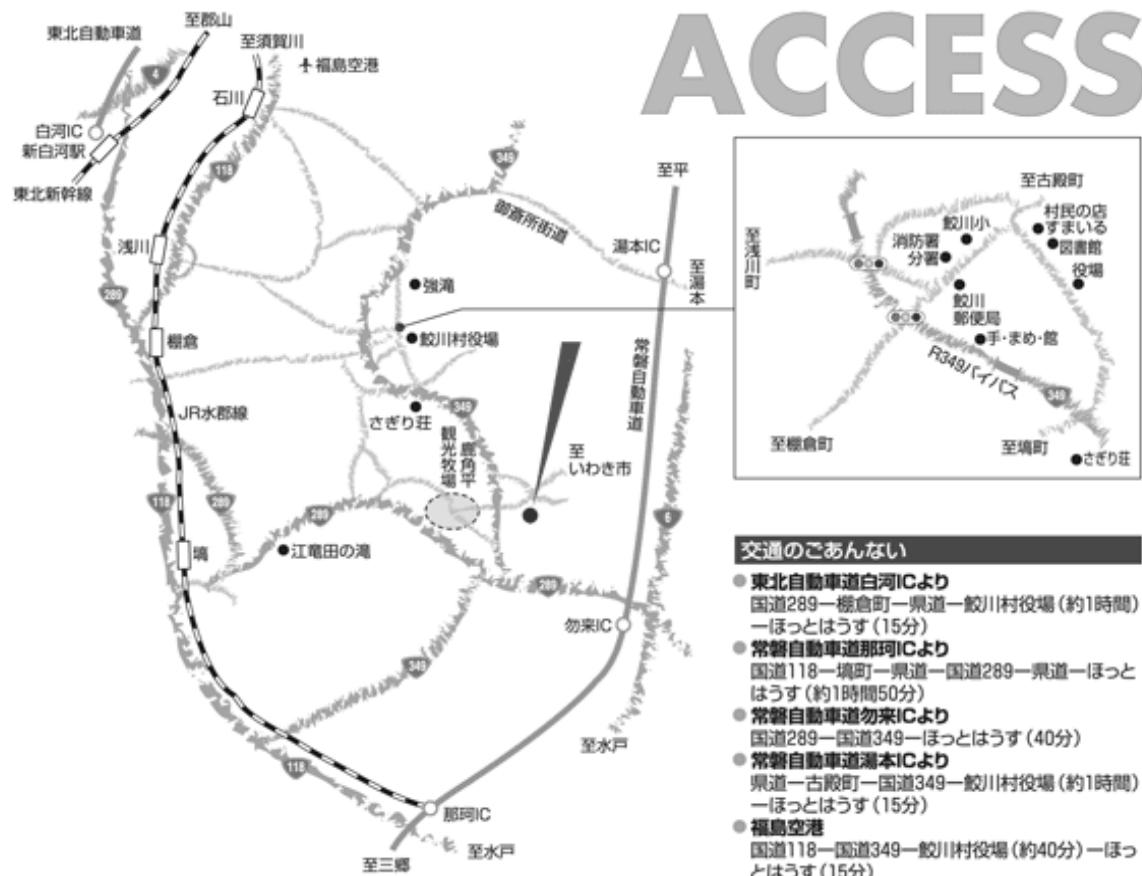
【解散場所】あぶくまエヌエスネット

## 〔あぶくまエヌエスネットまでのアクセス〕

- ・郡山市から 国道4号線→国道118号線→国道349号線
  - ・いわき市勿来から 勿来IC→国道289号線→国道349号線

※ ナビ入力では、鮫川村の宿泊施設「ほっとはうす・さめがわ」(TEL 0247-48-2555) が便利です。

ただし、「ほっとはうす・さめがわ」は当団体とは別施設であり、駐車不可。



## 8. 持ち物

荷物にはすべて（靴下一足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

### ■持ちものリスト

<input type="checkbox"/>	かばん（ポストンバックやトランク等、大きく開くものが便利）	
<input type="checkbox"/>	サブザック（お出かけ用。弁当・防寒着・雨着が入る大きさで、両手が空くもの）	
<input type="checkbox"/>	着替え - 長袖長ズボン、長袖ジャージ上下があると活動的です - 刺す虫（ブヨなど）がいるため、長ズボン、長靴下、タイツなど足元の肌を露出しない服装が必須 - 着替えは日替わりで袋に入れ日付などを付けておくと便利です	
<input type="checkbox"/>	パジャマ	
<input type="checkbox"/>	防寒着（フリースなど）	
<input type="checkbox"/>	タオル2~3枚（バスタオル含む）	
<input type="checkbox"/>	歯磨きセット、洗面用具、シャンプー、リンス	
<input type="checkbox"/>	水着セット（水着、ゴーグル、バスタオル）	
<input type="checkbox"/>	川遊び用靴（濡れても良い、かかとのあるもの）	
<input type="checkbox"/>	日よけ帽子	
<input type="checkbox"/>	日焼け止め	
<input type="checkbox"/>	軍手	
<input type="checkbox"/>	雨着	
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋）3~4枚程度（防水。あるとなにかと便利です）	
<input type="checkbox"/>	筆記用具	
<input type="checkbox"/>	上履き（体育館用）	
<input type="checkbox"/>	保険証の写し	
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ	
<input type="checkbox"/>	常備薬（自己管理できる場合も必ず服用の方法を書いたものを用意してスタッフにお渡しください）	り 時 初 し に 日 ま す の す 預 受 か 付

※9ページもご確認ください。

## 9. その他の注意点

- ・ 貴重品の紛失や破損の責任は負いません。
- ・ 忘れものについて、活動終了後に連絡のあったものは着払い郵送します。連絡のないものはひと月後に処分します。
- ・ 活動時期の気温：朝晩 20°C 前後、日中 20~30°C 前後
- ・ 空間線量：0.10~0.16  $\mu$ s 程度

# 信州木曽路プログラム

1. 開催日：8月1日（土）～8月8日（土） 7泊8日 ※全日程参加が条件

2. 参加対象者と人数：小学1年生～中学1年生 定員：20名

## 3. プログラム内容

長野県は日本の屋根と言われ、南アルプス・中央アルプス・北アルプスの豊かな自然が広がります。大桑村は中央アルプスの稜線と木曽川の美しい風景を楽しむことができ、村面積のうち96%が森林という自然の豊かな村です。

今夏は“大自然の中で遊びながら学ぼう”をテーマに、自然観察やキャンプ場探検、スライムづくりや巨大シャボン玉実験を行います！夏休みの自由研究は決まりだ！！

	午前	午後	備考
8月1日 (土)	福島県よりバス移動	歓迎セレモニー	・ようこそ大桑村へ！村の方々、ボランティアの方々と対面
8月2日 (日)	大桑小学校のみんなと魚のつかみどり大会	ツリークライミング	・元気なマスをたくさん捕まえよう ・大きなクリスマスツリーに木のぼり！？
8月3日 (月)	コカリナづくり	遊びながら学ぼう 科学実験や自然探索	・木曽ひのきで世界に一つのMyコカリナ製作&演奏会 ・好きなコースを選んで自由研究
8月4日 (火)	阿寺渓谷での川遊び		・透明度にびっくり！エメラルドグリーンの川でおもいきり遊ぼう ・川の水で冷やしたスイカは最高のおやつ
8月5日 (水)	木工職人に弟子入り	大自然と友達になろう 自然観察・探検	・今日から君は木工職人！？ ・キャンプ場にはどんな自然の友達が待っているのかな？ ・夜は皆でカレーブル
8月6日 (木)	民泊先との対面式	ホームステイ	・すてきなファミリーとの対面
8月7日 (金)	ホームステイ		・大桑村での生活を体験。おうちのお手伝いをしていろんなことを体験しよう
8月8日 (土)	お別れの会	福島県へバス移動	

### プログラムの補足

- ・1つ1つのプログラムには十分に時間を取り、安全を最優先します。
- ・子どもたちは身の回りの事は、できる限り自分でしていただきます。学生ボランティアは基本的には見守り、必要に応じて補助をします。

### 子どもたちの主な活動・宿泊場所

◇ 大桑村 フォレスパ木曽あてら荘  
0264-55-4455

長野県木曽郡大桑村野尻 939-58 TEL :

大桑村 のぞきど森林公園キャンプ場  
0264-55-3488

長野県木曽郡大桑村野尻 2283 TEL :

### 具体的な内容

集団宿泊体験／川遊び、魚つかみ、ツリークライミング、ネイチャーゲーム、飯ごう炊さん、コカリナ制作・演奏、民泊、木工体験、理科の実験、農業体験

### プログラム中の生活について

☆テーマ：子どもが子どもらしく伸び伸び過ごし、互いに協力し合い、楽しく生活を創りあげ、自分の事は自分でできるように努力していきましょう。約束ごとは現地に着いてからリーダーと決めて行きます。

#### 基本的な生活スタイル

6:00 起床

7:30 朝食

・・・生活の時間（身支度、清掃、など）・・・

9:00 午前の活動（体験活動、自由時間）

12:00 昼食

13:00 午後の活動（体験活動、自由行動）

・・・生活の時間（入浴、休憩、清掃など）・・・

18:00 夕食

19:00 プログラムに合わせた時間（ミーティング、準備、グループタイムなど）

21:00 就寝 スタッフ会議

※「生活の時間」とは、準備や身の回りの整頓などの時間です。

※洗濯は民泊のときに行います。

片付けをする時間、掃除をする時間など、充分に持つようにします。このような活動には学生ボランティアが常に共有しますので、ご安心下さい。

### 4. 運営母体

- 総責任者 金子 智拓（大桑子ども夢学校受入協議会）
- 連絡先事務局 大桑子ども夢学校受入協議会 TEL : 0264-55-4566  
柏平 公次 (090-1616-9197)
- プログラム・安全管理責任者 柏平 公次（大桑子ども夢学校受入協議会）
- 医療・カウンセリングチーム 地元医療機関

### 運営体制について

全体責任者の下、5名程度のグループに分かれて行動します。各グループには大学生ボランティアがつき、地元ボランティアも補助をいたします。

### 部屋割り・グループ編成について

新しい友だちを作るというのも大切な活動の一つですので部屋割り・グループ編成はこちらにお任せください（期間途中にお部屋割を替える事もあります）。既存の子どもたちの関係性に固執せず、新しい環境ではじめて会った仲間と人間関係を築くことは、お子さんにとってリフレッシュを促すよい方法の一つです。趣旨をご理解いただきご協力のほどお願いいたします。

### 医療機関

・県立木曽病院 長野県木曽郡木曽町福島6613-4

TEL : 0264-22-2703

## 5. 往復の移動について

集合・解散：郡山市／福島市 JR福島駅・郡山ビックパレットより、バスで移動します。

## 6. 往路について

●集合場所と時間 9時 福島駅西口ターミナル ⇒10時 郡山ビックパレットふくしま

到着場所：大桑村須原地区館

●想定移動時間：7時間半ほど

内訳：福島・郡山より高速（東北道～関越道～上信越道～中央道）伊那より木曽

●現地到着予定時間：16：30

### 出発までの流れ

- ① 集合前にトイレを済ませておいて下さい。 出発時刻の30分前に受付け開始します。くれぐれも遅刻の無いよう時間に余裕を持ってお出かけ下さい。
- ② スタッフが郡山・福島集合場所に待機します。ふくしまキッズの旗が目印になります。順次名前を確認します。
- ③ 出発時刻の15分前までに名前のチェックを終えてください。
- ④ 多人数での移動になりますので、指導者の指示に従い円滑に移動するようご協力をお願いします。

※当日何らかの理由でキャンセルする場合は、集合場所まで保護者の方はお出で頂くか、引率責任者までご連絡ください。

### 乗車前の注意事項

☆ 手荷物は車内に持ち込む荷物デイパック（お弁当、水筒、保険証のコピー、衛生用品）程度にしましょう。

☆ 乗り物酔いをしやすい方は事前に酔い止めの薬をお飲みください。

### 座席について

バスの座席は自由ですが、乗り物酔いの心配がある場合は、添乗スタッフにお声掛けください。

## 7. 復路について

●想定移動時間：7時間半ほど

内訳：内訳：木曽町～伊那より高速（中央道～上信越道～関越道～東北道）

●到着予定時間：郡山ビックパレット 18時頃 ⇒ 福島駅西口ターミナル 19時頃

### 解散について

スタッフのあいさつの後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてからお帰りください。

※お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る場合、1人で帰る場合など）は、必ず事務局までご連絡を下さい。

## 8. 持ち物

荷物は、持参していただきます。（バスのトランクに入れます。）

### ■大荷物リスト

※荷物には全て（靴下一足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

<input type="checkbox"/>	旅行用かばん（移動が多々あります。段ボール、衣装ケースは不可）
<input type="checkbox"/>	下着（6日分 途中民泊で洗濯します。）
<input type="checkbox"/>	着替え（半袖、長袖・半ズボン、長ズボンなど）3組
<input type="checkbox"/>	上着（ジャンパー、フリースなど1枚） 標高の高い山間部ですので、朝晩ひえることもあります。暖かい上着を持参してください。
<input type="checkbox"/>	帽子
<input type="checkbox"/>	洗面用具、シャンプー、リンス
<input type="checkbox"/>	ねまき（トレーナー、ジャージなど）
<input type="checkbox"/>	水あそびしてもいい靴（サンダルは脱げてしますので×）
<input type="checkbox"/>	軍手3組
<input type="checkbox"/>	雨具（セパレートのものが良い）
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋）3から4枚程度
<input type="checkbox"/>	懐中電灯・ヘッドライト（予備電池） ヘッドライトは両手が自由になるためお勧めです。身につけるため紛失防止にもなります。
<input type="checkbox"/>	タオル 2枚～3枚、バスタオル
<input type="checkbox"/>	枕（枕の代わりになるもの）
<input type="checkbox"/>	夏休みの課題学習（必要であれば）
<input type="checkbox"/>	思い出をつめるビン（インスタントコーヒーのビン等、フタが閉まるもの）

### ■当日手荷物用・サブザック

<input type="checkbox"/>	初日昼食のおにぎり弁当！！
<input type="checkbox"/>	水筒
<input type="checkbox"/>	保険証写し
<input type="checkbox"/>	バス内を楽しく過ごせるアイテム
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	常備薬（必要な子）
<input type="checkbox"/>	車に酔う子は、酔いどめ・エチケット袋
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ

その他自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします。貴重品の紛失や破損の責任は負いません。

※準備については、お子さんも必ず関わるようにしましょう。他のお友達の物と間違えないように、自分の持ち物を覚えておきましょう。

# 日本海プログラム

1. 開催日：7月26日（日）～8月14日（金） 19泊20日 ※全日程参加が条件  
(ア)7月26日～7月30日（1～4泊目） 兵庫県（主要拠点：美方郡新温泉町）  
(イ)7月30日～8月6日（5～11泊目） 京都府（主要拠点：南丹市美山町）  
(ウ)8月6日～8月14日（12～19泊目） 石川県（主要拠点：白山市）

2. 参加対象者と人数：小学3年生～6年生 定員16名

3. プログラム内容

## 【①兵庫県 新温泉町】

活動場所は兵庫県北部にある新温泉町です。町内には温泉（湯村温泉・浜坂温泉・七釜温泉）が湧いていて、温泉が1300世帯に配湯されているなど温泉の恵みにあふれた地域です。海岸部ではホタルイカ、ハタハタ、松葉ガニなど日本海の新鮮な魚介類が豊富に獲れます。また、山間部では様々なブランド牛（神戸牛、飛騨牛、松坂牛等）の素牛（もとうし）である但馬牛を飼育しています。

この地域での活動は町のバックアップを受け、施設、制度を活用しながら、独自の活動プランを組み立てました。新温泉町ならではの活動を通じ、子供たちの学習体験活動、夏の思い出作りをお手伝いします。

日にち		内容	宿泊先
7月26日	日	福島空港出発、伊丹空港到着 マイクロバスで移動（3時間半） 夕方 新温泉町到着	浜坂海岸レクリエーションセンター 松の湯
7月27日	月	アイスブレイク 海遊び、海洋体験（カヌー、バナナボード）	ホームステイ
7月28日	火	一日寺っこ体験（座禅、写経、鐘撞など）	
7月29日	水	国際交流員による外国の遊び JICA 国際協力推進員によるお話 民族衣装の着用体験 送別交流会（BBQ、花火）	ログハウス カナダ
7月30日	木	湯村温泉で温泉玉子づくり 午前中に出発 京都府 美山町へマイクロバスで移動（4時間）	

## 【②京都府 美山町】

美山では全日フリープランで豊かな自然に囲まれた1週間を過ごします。宿舎の側の清流“美山川”では毎日思う存分遊ぶことが出来ます。水泳、飛び込みはもちろん魚獲りでも驚くほどたくさんの魚を捕まえることが出来ます。他にもシャワークライミング、キャニオニングなどのアクティビティも体験

可能。 また、生活は子ども達の自炊がベースです。鹿や猪肉、朝捌いたばかりの鶏、自分たちで取った川魚、菜園の野菜などを食材として、ボランティアスタッフとともに自炊します。関西随一の豊かな自然を誇る美山の山村「田歌」で自然と人との関わりを色濃く体験しよう。

日にち		内容	宿泊先
7月30日	木	夕方ごろ到着	
7月31日	金		
8月1日	土	フリープラン	
8月2日	日		田歌舎
8月3日	月		
8月4日	火		
8月5日	水		
8月6日	木	10:00 出発	

### 【③石川県 白山市】

日本三名山の白山のふもと、石川県白山市の白山麓に滞在し、豊かな自然の中で思いっきり遊び、新しい友達を作ったり、共同生活の中において仲間や年少者など人を思いやること、ルールを守ることの大切さやその理由などを学びながら過ごします。

夏のプログラムでのメインイベントとなる白山（標高 2,702m）への1泊2日の登山、そして今回新たな試みとして地域の人や同世代の子供たちとの交流を深めることを目的としたホームステイ、春のプログラムで好評だった農家でのお手伝い（プチ農業体験）、山あいの小さな集落での滞在を活かし集落全域を使って全員で楽しむゲームなど、白山麓の自然の魅力を満喫するプログラムを始め、日程の後半には、チームごとにテーマを決めて金沢市へ社会見学に訪れ歴史や伝統・芸術に触れてます。そしてそこで発見したことや、体験したことをみんなの前で発表します。

白山で行う「ふくしまキッズ」のプログラムは、毎回テーマを決めて実施しています。今年の春休みは「お世話になった方へ恩返しのお手伝い」というテーマで、いつもお米を提供してくれている農家さんでの農作業のお手伝いを行いました。これは震災後5年という時間が経過をしているのに、いつまでも支援する側とされる側という関係が続くのは決して健全ではない、という思いから、白山と福島の関係を「支援」から次の「交流」というステージに進めていきたいという思いで取り入れた活動でした。

今年の夏休みプログラムのテーマは「受け入れ地域の人々との交流」です。白山の子供と福島の子供の交流の為に地元の同年代の子供がいるご家庭でのホームステイを行うことで、さらにこの活動を「交流プログラム」へと推し進めたいきたいと思います。

最初は初めての土地に戸惑っていた子ども達も、地元の人達やボランティア、スタッフのサポートを受けながらおもいっきり遊び、触れ合い、仲間がたくさん出来、みんなで助け合って生きることを学んできました。そして、自主性を育む参加型体験活動を楽しみながら、生きるための知恵や知識をたくさん吸収してたくましさを増してきました。と同時に、仲間を思いやる優しさや感謝をカタチにしてアクションすることも身につけていきました。

この夏の経験が子ども達にとって、新しい発見や心豊かに育つ、新たなステップとなること信じています。

☆テーマ 仲間と一緒に達成する喜びを知る。

相手の立場に立った思いやりの気持ちを大切にする。

お陰様とお互い様（感謝）の気持ちを持つ

成功体験を自分への自信につなげ、セルフ・エスティーム（自尊感情）を高める

日にち		内容	宿泊先
8月6日	木	京都・美山町から石川県白山市中宮へ 着後、白山金沢プログラムと合流 オリエンテーション	石川県白山市中宮 (吉野谷セミナーハウス泊)
8月7日	金	① みんなで仲良くなろう！（ゲームなど） ② 山あいの集落全体を使って楽しもう 謎解きゲームやケイドロなど	石川県白山市中宮 (吉野谷セミナーハウス泊)
8月8日	土	③ 社会学習（社会貢献活動） ふくしまキッズでお世話になった地元の農家さんに、 ありがとうのお手伝い（プチ農業体験） ④ プールで思いっきり泳ごう ホストファミリーと出会いの集い バーベキューとキャンプファイヤーで盛り上がろう！ みんなで歌を歌ったりゲームをしたりするよ	ホームステイ
8月9日	日	⑤ ホストファミリーと過ごす1日 過ごし方は各ステイ先のファミリーによって異なります。	ホームステイ
8月10日	月	ホストファミリーに送ってもらい石川県立白山青年の家へ集合 ⑥ 白山登山 貸切バスにて別当出合（登山口）へ 南竜山荘（標高2,083m）着 星空観察	石川県白山市白山 南竜ケビンまたは山荘泊
8月11日	火	南竜ケビンより、それぞれの体力や体調に合わせたコースを選んで過ごします。 ・登頂チーム 頂上の御前峰（2,702m）を目指し登山（片道約3時間）、 頂上からアルプスの山々に映えるご来光を望みます。 ・アルプス展望台チーム 展望台（2,301m）まで散策（片道約60分）し、ご来光を望みます。 ・ゆっくり寝坊チーム 南竜ケビンで昼食 昼食後、全員で下山、別当出合（登山口）へ 貸切バスにて石川県立白山青年の家へ 明日の社会学習（金沢）でどこを訪れるか班のみんなで相談をして決めます。	石川県白山市八幡町 (県立白山青年の家泊)

8月12日	水	⑦ 社会学習（歴史と伝統、文化と芸術） 班ごとにテーマを決めて、白山青年の家から地元の鶴来駅まで歩いて、そこからローカル電車で金沢市内へ向かい、兼六園、金沢城、21世紀美術館などを中心に、地元のボーイスカウトやボランティアのお兄さんやお姉さんと一緒に廻ります。	石川県白山市八幡町 (県立白山青年の家泊)
8月13日	木	⑧ 社会学習（前日の金沢見学についての発表） ⑨ 自由遊び（みんなで何をするか決めて遊ぼう） 振り返り（白山での滞在を振り返って）	石川県白山市八幡町 (県立白山青年の家泊)
8月14日	金	わかれの集い（終了証書授与式） 白山市八幡町発、ローカル電車にて金沢駅へ 金沢駅で自由時間（各自昼食） 金沢発、北陸新幹線で大宮へ 大宮から東北新幹線にて福島県へ 郡山駅・福島駅着、着後解散	

天候、子ども達の疲れ具合、利用先の施設の事情等の理由により、安全且つ円滑なプログラムの実施に必要とプログラムの責任者が判断した場合には、活動の日程や内容を変更、または中止することがあります。

#### 4. 子どもたちの主な活動・宿泊場所・運営体制等について

##### 部屋割り・班編成・ホームステイについて

新しい友だちを作るというのも大切な活動の一つですので、班編成は私たちにお任せください（期間中に班編成を替える事もあります）。既存の子どもたちの関係性に固執せず、新しい環境ではじめて会った仲間と人間関係を築くことは、お子さんにとってリフレッシュを促し、社交性を高めるよい方法の一つです。趣旨をご理解下さい。

##### 【①兵庫県 新温泉町】

###### 具体的な内容

- ホームステイ体験（2名～3名で一家庭にお世話になります。）
- 海洋体験（カヌーの乗り方を学びます。バナナボートに乘ります。）
- 寺っこ体験（小坊主さんの衣装をまとい、一般的なお寺の活動を体験します）
- 学習プログラム（国際交流員による外国文化、挨拶の学習、外国の遊び体験）  
(JICA国際協力推進員によるインドネシアのお話、海外協力のお話)
- 世界20数カ国の民族衣装着用体験
- 温泉プログラム（温泉玉子づくり、足湯）

###### プログラムの補足

- ・子どもたちは身の回りの事は、できる限り自分でしていただきます。ボランティアは基本的には見守り、必要に応じて補助をします。
- ホームステイ先では必要に応じて洗濯をお願いしてみましょう

## プログラム中の生活について

### ★テーマ：

子どもらしく伸び伸び過ごし、互いに協力し合い、楽しく生活を創りあげ、自分の事は自分でできるように努力していきましょう。参加者同士、そして受け入れ家族との積極的な交流を心掛けましょう。

#### 基本的な生活スタイル

6:30 起床 身支度、洗面など  
7:00 朝食  
8:00 各家庭出発  
8:30 役場前に全員集合  
9:00 午前の活動（体験活動）  
12:00 昼食  
13:00 午後の活動（体験活動）  
17:00 各家庭へ  
18:00 夕食  
・・・生活の時間（入浴、休憩、準備など）・・・  
22:00 就寝

各受入家庭とは事前打ち合わせを行い、片付けをする時間、翌日の準備をする時間などを家庭活動の中でも十分に取るようにします。また、ホームステイ先では、受入家庭の生活リズムに合わせて起床、就寝を行ってください。

## 運営体制について

ディレクターや、大学生ボランティアと地元ボランティア数名が補助をしながら、参加者全体で活動を行います。受入家庭の子どもさんも一緒に活動することがあります。

### 子どもたちの主な活動・宿泊場所

浜坂海岸レクリエーションセンター「松の湯」 兵庫県美方郡新温泉町芦屋 853-31 TEL : 0796-82-0932

ログハウス「カナダ」 兵庫県美方郡新温泉町湯 753 TEL : 0796-92-2777

### 運営体制

- |                 |   |
|-----------------|---|
| ○ 総責任者          | 小畠 和之（新温泉町いなか体験協議会 会長）  |
| ○ 連絡先事務局        | 中井 達也（新温泉町いなか体験協議会事務局）  |
| ○ プログラム・安全管理責任者 | 田中 豊（新温泉町いなか体験協議会事務局）<br>岩本 孝次（新温泉町いなか体験協議会事務局）<br>中井 達也（新温泉町いなか体験協議会事務局） |
| ○ 医療・カウンセリングチーム |   |

公立浜坂病院 新温泉町二日市 184-1

※プログラム中の連絡先 新温泉町役場商工観光課 0796-82-5625

E-mail:tatsu\_shinonsen@yahoo.co.jp

## 【②京都府 美山町】

### 具体的な内容

自然体験 川遊び／魚獲り／シャワークライミング・キャニオニングなど

山村体験 畑の野菜収穫／鶏の解体／自炊など

※基本的にはフリープランなので、強制ではなく自由に選び、創造的に遊びます。

### プログラムの補足

- ・山村田歌の日本家屋での暮らしが基本です。周囲の豊かな森や清流を、出来るだけ子供たちの自由な発想で楽しんでもらいたい。その補助、安全管理をボランティアスタッフ及び田歌舎スタッフで行います。

### プログラム中の生活について

- ・台所や風呂、トイレも整った日本家屋での共同生活です。大家族のようなイメージで学生ボランティアの補助の下、自炊・自活の生活です。
- ・時間割等は特に定めませんが、規則正しく健康的にが、原則です。

### 運営体制について

プログラムディレクターの下に、男女各2名、計4名のボランティアスタッフが子供たちをサポートします。ボランティアスタッフは常に子供たちと行動を共にし、生活面も含めてサポートします。また活動・宿泊施設の田歌舎スタッフ（計8名）も必要に応じて子供たちの行動をサポートし、安全管理を行います。

### 子どもたちの主な活動・宿泊場所

田歌舎 京都府南丹市美山町田歌上五波1 TEL : 0771-77-0509

### 運営体制

- |               |           |                     |
|---------------|-----------|---------------------|
| ○ 総責任者        | 藤原 誉（田歌舎） | TEL : 090-5060-5909 |
| ○ 連絡先事務局      | 藤原 誉（田歌舎） |                     |
| ○ プログラムディレクター | 藤原 誉（田歌舎） |                     |

プログラム中の連絡先 田歌舎 TEL : 0771-77-0509 Email : [homaru@cans.zaq.ne.jp](mailto:homaru@cans.zaq.ne.jp)

### 医療機関

- |        |                 |                    |
|--------|-----------------|--------------------|
| ・美山診療所 | 京都府南丹市美山町安掛下8番地 | TEL : 0771-45-1113 |
| ・京北病院  | 京都市右京区京北下中町鳥谷3  | TEL:075-854-0221   |

## 【③石川県 白山市】

### プログラム中の生活について

子どもたちには身の回りの事は出来る限り自分でしていただきます。スタッフやボランティアは、基本的には見守り、必要に応じて補助をします。

### テーマ

仲間と一緒に達成する喜びを知る。

相手の立場に立った思いやりの気持ちを大切にする。

お陰様とお互い様（感謝）の気持ちを持つ

成功体験を自分への自信につなげ、セルフ・エスティーム（自尊感情）を高める

### 部屋割り・班編成・ホームステイについて

白山からは、白山金沢プログラムに参加するキッズたちと合同でプログラムを行います。新しい友だ

ちを作るというのも大切な活動の一つですので、白山金沢オリジナルの班編成で活動します。班編成や部屋割りは私たちにお任せください（期間途中に班編成を替える事もあります）。既存の子どもたちの関係性や兵庫・京都での部屋割りや班編成に固執せず、いろいろな仲間と人間関係を築くことは、お子さんにとってリフレッシュを促し、社交性を高めるよい方法の一つです。趣旨をご理解下さい。またホームステイは、小学生のお子さんがいらっしゃる、地域の活動サポーターのご家庭に、2名づつの割合でステイ（年齢性別など考慮します）します。また、受け入れに際して必要な情報（名前、年齢、アレルギーの情報、与薬情報、障害の有無・内容、参加させる理由、お子様の状況など）をホストファミリーに提供します。予めご了承下さい。

#### 現地運営体制

ジロバタ自然学校（白山麓ジロバタ舎）とNPO 未来の暮らしデザイン研究所が連携し、安全管理等を含めプログラム全体の運営をします。日々の活動期間中は、相談員（主に学生のボランティア）や地域のサポーターの方々も参加し、体験活動や学習、生活面も含めて子どもたちをサポートします。ふくしまキッズ（日本海プログラムの白山と白山金沢プログラム）では、ボランティアの方を「相談員」と呼んでいます。先生でも指導員でもリーダーでもありません。それは相談員は子どもたちと同じ目線で話をして、一緒に遊び、一緒に考え、一緒に悩みながら一つのプログラムを創り上げる存在であるということだからです。

相談員の主な役割は、下記となります。

- 子どもたちと一緒に思いっきり遊ぶ
- 子どもたちの挑戦を見守り応援し、サポートする
- 子どもたちのよき相談相手になる
- 子どもたちが約束事に則った集団生活を出来るようサポートする
- 子どもたちに約束を守る大切さとその理由を伝える

また、各班を担当する相談員以外にも、男女1名ずつの「誰でも何でも相談員」を配し、子どもたちからのあらゆる相談事に応じます。

具体的な内容：当参加要項のP85をご覧下さい（白山金沢プログラムと共に通）

基本的な生活スタイル：当参加要項のP85をご覧下さい（白山金沢プログラムと共に通）

子どもたちの宿泊場所：当参加要項のP85~86をご覧下さい（白山金沢プログラムと共に通）

医療体制：当参加要項のP86をご覧下さい（白山金沢プログラムと共に通）

プログラム中の連絡先：当参加要項のP86をご覧下さい（白山金沢プログラムと共に通）

## 5. 全体の移動、引率担当について

福島空港	～	大阪国際空港（伊丹市）	・・	飛行機	(兵庫担当)
大阪国際空港（伊丹市）	～	新温泉町	・・	マイクロバス	(兵庫担当)
新温泉町	～	南丹市美山町	・・・・・	マイクロバス	(兵庫担当)
南丹市美山	～	石川県白山市	・・・・・	貸切バス	(京都担当)
石川県白山市	～	福島県内	・・・・・	ローカル線+新幹線	(石川担当)

## 6. 往路について

出発までの流れ

- 集合場所：福島空港2階
  - 集合時間：午前11時30分
  - 到着場所：浜坂海岸レクリエーションセンター「松の湯」
  - 想定移動時間：4時間半ほど
- 内訳：福島空港から大阪国際空港（伊丹市）まで1時間10分（ANA3176便）  
大阪国際空港から新温泉町まで2時間40分
- 現地到着予定時間：18:00

- ① 集合前に各自で食事を済ませておいて下さい。
- ② スタッフが福島空港集合場所に待機します。ふくしまキッズの旗が目印になります。  
順次名前を確認します。
- ③ 空港で荷物を預ける方はお早めに受付を済ませ、航空チケットをお受け取りください。
- ④ 11時50分に保安検査場に移動しますので、それまでに名前のチェックを終えてください。  
※多人数での移動になりますので、指導者の指示に従い円滑に移動するようご協力をお願いします。  
※当日何らかの理由でキャンセルする場合は、集合場所まで保護者の方はお出で頂き直接スタッフに申し伝えて下さい。

### 搭乗・乗車前の注意事項

手荷物は機内・車内に持ち込む荷物デイパック程度にしましょう。  
乗り物酔いをしやすい方は事前に酔い止めの薬をお飲みください。

### 座席について

飛行機の座席は指定席です。搭乗前に席順に並び、引率スタッフにつづいて機内に乗り込みます。スタッフの指示に従って席に座ってください。飛行機内では他の乗客の迷惑にならないよう静かに過ごしましょう。

## 7. 復路について

- 解散場所：郡山駅・福島駅（列車共通解散場所）

利用列車・時間：はくたか566号 金沢 13:33発 東京行き（大宮 16:02着）  
やまびこ145号 大宮 16:26発 仙台行き（郡山 17:18着・福島 17:32着）  
白山金沢プログラムと同じ列車を利用、合同で移動します。

### 解散について

- スタッフのあいさつの後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてからお帰りください。
- お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る場合、1人で帰る場合など）は、必ず帰着前日までに、引率責任者までご連絡ください。  
引率責任者：南 修（携帯：090-7749-0702）

### その他

参加者の顔写真をお送りください。ボランティア、ホストファミリーと情報共有します。

送付期限：7月10日まで

送付時の注意：・ハッキリと顔がわかる最近のもの

- ・メール送信時の件名は「写真送付：〇〇〇〇、保護者（△△△△）」と書いてください。（〇には、参加者の名前、△には、保護者の方の名前）

送付先：tatsu\_shinonsen@yahoo.co.jp 宛て

今回の体験活動などに関する質問は下記のメールアドレスまで。

tatsu\_shinonsen@yahoo.co.jp

回答は全保護者にメールを送信します。（個別事項の質問についてはその限りではありません。）また、迷惑メールブロックをしている場合は上記のメールアドレスについて受信可能状態になるよう設定をお願いします。なお、田歌舎及び白山麓ジロバタ舎とは情報共有を行います。

## 8. 持ち物について

### ■ 荷物送り先住所

「浜坂海岸レクリエーションセンター 松の湯」

兵庫県美方郡新温泉町芦屋 853-31 TEL：0796-82-0932

※配送業者に荷物の到着日を「7月25日（土）午後着」とご指定ください。

※配送は宅急便でお願いします。なお、復路は着払い伝票をご記入の上ご持参ください。

※伝票には、保護者の方の名前のならびに、必ず「参加するお子様の名前」をご記入ください。

※荷物を発送する場合、メールでご連絡ください。E-mail:tatsu\_shinonsen@yahoo.co.jp

### ■大荷物リスト

- ・持ち物には全て（靴下一足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。
- ・準備については、必ずお子さんも関わるようにし、どこに何が入っているか現地で解るようにしてましょう。
- ・8月6～8日に滞在する白山中宮は、標高が高い山間部（標高約450～500m）になりますので、朝晩冷えことがあります。長袖の上から羽織れるもの（ジャンパーやフリースなど）が必要です。
- ・白山登山の際、登り始めは薄着で大丈夫ですが、宿泊する南竜ケビンは、標高2,083m、また山頂の御前峰は標高2,702mとなり、朝晩はかなり冷えます。標高が上がるに従って徐々に着ていける調節可能な長袖の衣類（ジャンパーやフリースなど）、また汗をかいても体を冷やさないドライ素材の下着やTシャツなどが必要です。

<input type="checkbox"/>	旅行用かばん（トランクが便利です。段ボール、衣装ケースは不可）
<input type="checkbox"/>	着替え <ul style="list-style-type: none"><li>・活動（主に日中の）用の半袖・ズボン ※3セット（以上）</li><li>・入浴後の室内着（長袖のジャージやスウェットなど） ※2セット（以上）</li><li>・パジャマ（室内着で兼ねることも可能） ※2セット（以上）</li><li>・靴下・下着 ※4セット（以上）</li></ul>

<input type="checkbox"/>	帽子
<input type="checkbox"/>	<p>白山登山の時の装備</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・トレッキングシューズ（履きなれていない新しいものは避けてください。靴づれの原因となります）お持ちでない場合は、履きなれた運動靴で構いません。ただし裏に溝があり（バスケットボールシューズやスケボー用の靴などは滑りやすく出来ているので山登りには適しません）、紐で足をしっかりと締められるものを持参して下さい。</li> <li>・防寒着（フリースやセーターなど）※1枚</li> <li>・ドライ素材の下着やTシャツ（コットン素材は汗を含み、標高が上がるに従って気温が下がり、濡れたまま着ていると体を冷やし体調を崩す原因となります）</li> <li>・ヘッドライト（山小屋や夜間ハイクの時に使います）要、電池残量確認</li> <li>・長袖のシャツとズボン</li> <li>・少し厚みのある靴下（すね丈以上）</li> <li>・ペットボトル（水筒代わりに水を入れます）</li> </ul>
<input type="checkbox"/>	洗面用具（歯ブラシ、シャンプー、リンス、石鹼など）
<input type="checkbox"/>	洗濯ネット・洗濯ばさみ（自分のものを入れて洗濯して干します）・洗濯洗剤は1回分を目安に小分けして持参してください。使い捨てのハンガー
<input type="checkbox"/>	バスタオル2枚 タオル 4枚～5枚
<input type="checkbox"/>	小さく丸めることのできるエコバッグ（洗濯物や、お風呂（温泉）に行く時の着替えを入れるのに便利）
<input type="checkbox"/>	折り畳み傘
<input type="checkbox"/>	合羽上下（雨天でも実施するプログラムがあります）
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋）3～4枚程度
<input type="checkbox"/>	日焼け止め・虫刺され薬・虫除けスプレー
<input type="checkbox"/>	着替え1式をまとめたもの（宿泊先と体験活動場所が離れているので、体験活動の際に持参できるように）
<input type="checkbox"/>	夏休みの宿題や課題学習（必要であれば）
<input type="checkbox"/>	膝が隠れる程度の短パン、撥水製の高いラッシュガードもしくは化繊のシャツ（川遊びの上着）
<input type="checkbox"/>	水着（川遊びでの下着 あれば2セット）
<input type="checkbox"/>	水中眼鏡・浮き輪
<input type="checkbox"/>	リバーシューズもしくは濡れても良い靴（川遊び用の靴・バックストラップ付きが望ましい）
<input type="checkbox"/>	室内履き（室内での活動の際に使います）

<input type="checkbox"/>	メガネバンド（川の体験では紛失防止のため必要です）
<input type="checkbox"/>	生理用品（活動中に初潮となる可能性がある場合も持参してください）

### ■当日手荷物用・サブザック

<input type="checkbox"/>	ふくしまキッズの黄色いバンダナ（集合の時に配ります） (今まで参加して既に以前のものを持っている子はそれを持ってきても構いません)
<input type="checkbox"/>	飲み物（ペットボトルが便利です。名前の記入を忘れずに）
<input type="checkbox"/>	おやつ（往路の行程で食べきれる量をお持ちください。宿泊施設滞在中など個人のおやつは食べません、また <u>ガムは禁止</u> します）
<input type="checkbox"/>	保険証のコピー（『お子様の名前』と『保険証在中』と記入し封筒に入れて糊付けして下さい。）
<input type="checkbox"/>	電車・バス内を楽しく過ごせるアイテム ※電子ゲーム、携帯電話は持参禁止
<input type="checkbox"/>	筆記用具（バンダナに寄せ書きができる油性のネームペンがあると便利）
<input type="checkbox"/>	<p>持病薬・常備薬 持参方法・・・</p> <p>誤飲を防ぐため、予め1回に飲む量の薬（複数の薬を同時に飲む場合は、一緒に飲む薬を一つの袋に一緒に入れて下さい）を1つの袋（封筒またはジップロックなど）に入れて持参して下さい。なお袋には『お子さんの氏名』と『与薬情報（○月○日、昼食後分など）』を記入して下さい。</p>
<input type="checkbox"/>	<p>薬についての情報の提供について・・・</p> <p>下記の情報を添えて下さい。</p> <p>(1)処方された病院、(2)主治医名、(3)与薬の方法、(4)薬の名前、(5)薬の形状、 (6)飲ませる 時間、 (7)薬の働き、(8)副作用など与薬時の注意事項</p> <p>なお、(4)～(8)については、薬の説明のコピー（処方箋のコピー）がある場合は、そのコピーを添えて頂ければ、記入の必要はありません。</p>
<input type="checkbox"/>	酔いどめ・エチケット袋（必要な場合のみ）
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ
<input type="checkbox"/>	<p>財布（小遣いを必要に応じて・適当な額）</p> <p>往復の道中や現地で、外出時に飲み物、お菓子、土産物などを買う事もあります。</p> <p>高額は持たせないで下さい。必要に応じスタッフが管理する場合もあります。</p> <p>事務局で預かる必要があると判断されるご家庭はお申し出下さい。</p>
<p><u>その他自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします</u>（貴重品の紛失や破損の責任は、当舎に過失がある場合を除き負いません）</p>	

## カメラ

持参可能ですが、故障や紛失などをしても責任は負いかねます。(電池、メモリーカードの残量は、予め確認してください) 携帯電話は持参不可です。

## 電子ゲーム機

持参不可です。トランプやUNOなど複数の友達と一緒に遊べるカードゲーム等は、持参しても構いません。

## 洗濯について

吉野谷セミナーハウスには、洗濯機があります。洗濯物を干すのは滞在している部屋となりますので、その際、クリーニングでもらえる使い捨て針金ハンガー、洗濯バサミ等があると便利です。また、石川県立白山青年の家では、洗濯機と乾燥機があります。

## 忘れ物について

活動終了後に発見されたものについては着払い宅配便で送ります。持ち主のわからないものについては1ヶ月後に処分します。

# 白山金沢プログラム

1. 開催日：8月6日（木）～8月14日（金） 8泊9日 ※全日程参加が条件

2. 参加対象者と人数：小学1年生～中学1年生 定員10名

但し、小学1・2年生および中学1年生については、過去に白山で行われたプログラム（昨年 夏の日本海プログラムを含む）または、今夏の日本海プログラムに兄弟または姉妹が参加している方に限ります。

## 3. プログラム内容

日本三名山の白山のふもと、石川県白山市の白山麓に滞在し、豊かな自然の中で思いっきり遊び、新しい友達を作ったり、共同生活の中において仲間や年少者など人を思いやること、ルールを守ることの大切さやその理由などを学びながら過ごします。

夏のプログラムでのメインイベントとなる白山（標高2,702m）への1泊2日での登山、そして今回新たな試みとして地域の人や同世代の子供たちとの交流を深めることを目的としたホームステイ、春のプログラムで好評だった農家でのお手伝い（チチ農業体験）、山あいの小さな集落での滞在を活かし集落全域を使って全員で楽しむゲームなど、白山麓の自然の魅力を満喫するプログラムを始め、日程の後半には、チームごとにテーマを決めて金沢市へ社会見学に訪れ歴史や伝統・芸術に触れてます。そしてそこで発見したことや、体験したことをみんなの前で発表します。

白山で行う「ふくしまキッズ」のプログラムは、毎回テーマを決めて実施しています。今年の春休みは「お世話になった方へ恩返しのお手伝い」というテーマで、いつもお米を提供してくれている農家さんでの農作業のお手伝いを行いました。これは震災後5年という時間が経過をしているのに、いつまでも支援する側とされる側という関係が続くのは決して健全ではない、という思いから、白山と福島の関係を「支援」から次の「交流」というステージに進めていきたいという思いで取り入れた活動でした。

今年の夏休みプログラムのテーマは「受け入れ地域の人々との交流」です。白山の子供と福島の子供の交流の為に地元の同年代の子供がいるご家庭でのホームステイを行うことで、さらにこの活動を「交流プログラム」へと推し進めたいきたいと思います。

最初は初めての土地に戸惑っていた子ども達も、地元の人達やボランティア、スタッフのサポートを受けながらおもいっきり遊び、触れ合い、仲間がたくさん出来、みんなで助け合って生きることを学んできました。そして、自主性を育む参加型体験活動を楽しみながら、生きるための知恵や知識をたくさん吸収してたくましさを増していました。と同時に、仲間を思いやる優しさや感謝をカタチにしてアクションすることも身につけていきました。

この夏の経験が子ども達にとって、新しい発見や心豊かに育つ、新たなステップとなること信じています。

☆テーマ 仲間と一緒に達成する喜びを知る。

相手の立場に立った思いやりの気持ちを大切にする。

お陰様とお互い様（感謝）の気持ちを持つ

成功体験を自分への自信につなげ、セルフ・エスティーム（自尊感情）を高める

	時間	内容	宿泊
1日目 8/6 (木)	朝 昼 午後	福島駅・郡山駅集合。東北新幹線で大宮へ 大宮で乗り換え北陸新幹線にて金沢へ 金沢駅着後、貸切バスにて石川県白山市中宮へ 着後、日本海プログラムと合流 オリエンテーション	石川県白山市中宮 (吉野谷セミナーハウス泊)
2日目 8/7 (金)	午前 午後	① みんなで仲良くなろう！ (ゲームなど) ② 山あいの集落全体を使って楽しもう 謎解きゲームやケイドロなど	石川県白山市中宮 (吉野谷セミナーハウス泊)
3日目 8/8 (土)	午前 午後 夕方	③ 社会学習 (社会貢献活動) ふくしまキッズでお世話になった地元の農家さんには、ありがとうのお手伝い (プチ農業体験) ④ プールで思いっきり泳ごう ホストファミリーと出会いの集い バーベキューとキャンプファイヤーで盛り上がろう！みんなで歌を歌ったりゲームをしたりするよ	ホームステイ
4日目 8/9 (日)	終日	⑤ ホストファミリーと過ごす1日 過ごし方は各ステイ先のファミリーによって異なります。	ホームステイ
5日目 8/10 (月)	朝 午前 夕方 夜	ホストファミリーに送ってもらい石川県立白山青年の家へ集合 ⑥ 白山登山 貸切バスにて別当出合（登山口）へ 南竜山荘（標高 2,083m）着 星空観察	石川県白山市白山 南竜ケビンまたは山荘泊
6日目 8/11 (火)	深夜 早朝 朝 昼 午後 夕刻 夜	南竜ケビンより、それぞれの体力や体調に合わせたコースを選んで過ごします。 ・登頂チーム 頂上の御前峰（2,702m）を目指し登山（片道約3時間）、頂上からアルプスの山々に映えるご来光を望みます。 ・アルプス展望台チーム 展望台（2,301m）まで散策（片道約60分）し、ご来光を望みます。 ・ゆっくり寝坊チーム 南竜ケビンで昼食 昼食後、全員で下山、別当出合（登山口）へ 貸切バスにて石川県立白山青年の家へ 明日の社会学習（金沢）でどこを訪れるか班のみんなで相談をして決めます。	石川県白山市八幡町 (県立白山青年の家泊)

7日目 8/12 (水)	終日	⑦ 社会学習（歴史と伝統、文化と芸術） 班ごとにテーマを決めて、白線青年の家から地元の鶴来駅まで歩いて、そこからローカル電車で金沢市内へ向かい、兼六園、金沢城、21世紀美術館などを中心に、地元のボイスカウトやボランティアのお兄さんやお姉さんと一緒に廻ります。	石川県白山市八幡町 (県立白山青年の家泊)
8日目 8/13 (木)	午前 午後 夜	⑧ 社会学習（前日の金沢見学についての発表） ⑨ 自由遊び（みんなで何をするか決めて遊ぼう） 振り返り（白山での滞在を振り返って）	石川県白山市八幡町 (県立白山青年の家泊)
9日目 8/14 (金)	朝 午前 昼 午後 夕刻	わかれの集い（終了証書授与式） 白山市八幡町発、ローカル電車にて金沢駅へ 金沢駅で自由時間（各自昼食） 金沢発、北陸新幹線で大宮へ 大宮から東北新幹線にて福島県へ 郡山駅・福島駅着、着後解散	

#### プログラム中の生活について

・子どもたちには身の回りの事は出来る限り自分でしていただきます。スタッフやボランティアは、  
基本的には見守り、必要に応じて補助をします。

#### 基本的な生活スタイル

- 6:30 起床 身支度、洗面など
- 7:00 朝の集い・ラジオ体操など
- 7:30 朝食（～8:30）
- 8:30 清掃（～8:50）
- 9:00 午前の活動（体験活動）
- 12:00 昼食（～13:00）
- 13:30 午後の活動（体験活動）
- 17:00 生活の時間（宿題・読書・洗濯・休息など、各自思い思いに過ごす時間）
- 18:00 夕食（～19:00）
- 19:00 生活の時間（～21:30）  
入浴・宿題・読書・洗濯・休息など、各自思い思いに過ごす時間
- 21:30 寝る前の心を穏やかにして過ごす時間（～21:50）
- 22:00 消灯（就寝）

天候、子ども達の疲れ具合、利用先の施設の事情等の理由により、安全且つ円滑なプログラムの実施に必要とプログラムの責任者が判断した場合には、活動の日程や内容を変更、または中止することがあります。

## 白山金沢プログラムで予定されている、主な活動や取り組みの内容

### ① みんなで仲良くなろう

初めて出会った人とも友達になれるよう、名前を覚えるゲームやゼスチャーゲームなどを行います。

### ② 山あいの集落全体を使ってあそぼう

チームごとに与えられるカードのヒントを読み解きキーワードを探すゲームや、全体を2つのチームに分けてドロ警をしたり、山あいの集落ならでは、集落全域を使って体を動かして思いっきり遊びます。

### ③ 社会学習（社会貢献活動）

これまでふくしまキッズのプログラムを、農作物の提供など、さまざまなカタチで支援をしてくださった地元の農家を訪れて、感謝の気持ちで農作業のお手伝いをしよう。春プログラムでみんなが力を合わせて運んだ種から芽が出て苗となり、その苗は大きく育って稲となっている筈です。そしてみんなで土を運んで作った田んぼは今どうなっているかな？

### ④ プールで思いっきり泳ごう

午前中の農作業手伝いで汗をかいた後は、すぐ近くにある地元の公営プールでクールダウン、ウォータースライダーや流れるプールなどがあります。

### ⑤ ホームステイ（地域交流活動）

初の試みです。地域の同じ世代をお子さんに持つご家庭でホームステイをします。8月8日（土）の夕方に行うバーベキューでステイ先のホストファミリーと会います。一緒にバーベキューをして仲良くなつたあとは、お楽しみのキャンプファイヤーで歌を歌ったりゲームをしたりホストファミリーと一緒に楽しめます。次の日は1日ホストファミリーと一緒に過ごします。どのように過ごすかは、ホストファミリーが事前に考えてくれているアイデアを基に相談して決めましょう。

### ⑥ 白山登山（日本3名山、標高2,702m）

登山口の別当出合からスタートします。1日目は美しい高山植物が咲き乱れる砂防新道を南竜山荘（標高2,083m）まで登ります。夕食後に見る夕日はとても雄大です。また夜には降ってきそうな程の満天の星空が輝きます。翌日の午前中の活動は、体調や体力に合わせ3つのパターンから活動内容を自分自身で選びます。昼前に再び南竜山荘に集まり、全員で昼食を食べてから別当出合へ下山します。

### ⑦ 社会学習（歴史と伝統、文化と芸術）

班ごとにテーマを決めて公共の交通機関（ローカル電車）を使い、加賀百万石の金沢へ、日本三名園のひとつ「兼六園」、江戸時代には前田利家の居城でもあった「金沢城」、現代アートを楽しめる「21世紀美術館」など巡ることができます。

### ⑧ 社会学習（前日の金沢見学についての発表）

前日に見学した金沢市内で発見したものを班ごとに発表します。

### ⑨ 自由遊び

何をして遊ぶか？リーダーや友達と一緒に作戦会議を開いて、チームのみんなで相談して決めましょう。

#### 4. 子どもたちの主な活動・宿泊場所、現地での医療体制等について

##### 子どもたちの宿泊場所

白山市吉野谷セミナーハウス (8/6~8 滞在)

住所：〒920-2324 石川県白山市中宮ヲ-16 番地

電話番号：076-256-7246 (団体利用時のみ管理人がおります)

ホームステイ (8/8~10 滞在)

石川県白山市と近隣の市町村

この期間の連絡先電話番号：090-7749-0702

ジロバタ自然学校（白山麓ジロバタ舎） 担当責任者 南 修

白山南竜ケビン (8/10~11 滞在)

住所：〒920-2501 石川県白山市白峰南竜馬場

電話番号：0766-544526

石川県立白山青年自然の家 (8/11~14 滞在)

住所：〒920-2113 石川県白山市八幡町戌 142 番地

電話番号：076-272-3695

##### 部屋割り・班編成・ホームステイについて

新しい友だちを作るというのも大切な活動の一つですので、班編成は私たちにお任せください（期間途中に班編成を替える事もあります）。既存の子どもたちの関係性に固執せず、新しい環境ではじめて会った仲間と人間関係を築くことは、お子さんにとってリフレッシュを促し、社交性を高めるよい方法の一つです。趣旨をご理解下さい。

またホームステイは、小学生のお子さんがいらっしゃる、地域の活動サポーターのご家庭に、2名づつの割合でステイ（年齢性別など考慮します）します。また、受け入れに際して必要な情報（名前、年齢、アレルギーの情報、与薬情報、障害の有無・内容、参加させる理由、お子様の状況など）をホストファミリーに提供します。

##### 医療体制

鶴来地区：公立つるぎ病院 電話：076-272-1250 住所：石川県白山市鶴来水戸町ノ-1

吉野谷地区：吉野谷診療所 電話：076-255-5019 住所：石川県白山市佐良ニ 124 番地

## 5. 運営体制等について

ジロバタ自然学校（白山麓ジロバタ舎）とNPO未来の暮らしデザイン研究所が連携し、安全管理等を含めプログラム全体の運営をします。日々の活動期間中は、相談員（主に学生のボランティア）や地域のサポーターの方々も参加し、体験活動や学習、生活面も含めて子どもたちをサポートします。ふくしまキッズ（日本海プログラムの白山と白山金沢プログラム）では、ボランティアの方を「相談員」と呼んでいます。先生でも指導員でもリーダーでもありません。それは相談員は子どもたちと同じ目線で話をして、一緒に遊び、一緒に考え、一緒に悩みながら一つのプログラムを創り上げる存在であるということだからです。

相談員の主な役割は、下記となります。

- 子どもたちと一緒に思いっきり遊ぶ
- 子どもたちの挑戦を見守り応援し、サポートする
- 子どもたちのよき相談相手になる
- 子どもたちが約束事に則った集団生活を出来るようサポートする
- 子どもたちに約束を守る大切さとその理由を伝える

また、各班を担当する相談員以外にも、男女1名ずつの「誰でも何でも相談員」を配し、子どもたちからのあらゆる相談事に応じます。

### 現地運営体制

受入団体：白山麓ジロバタ舎 事務局所在地：石川県白山市八幡町367-2

共同主催：NPO未来の暮らしデザイン研究所（認可申請中） 所在地：石川県白山市八幡町10

プログラム中の連絡先：

プログラムディレクター：南 修（白山麓ジロバタ舎・ジロバタ自然学校 校長）

電話：090-7749-0702 メールアドレス [o.minami.ildf@gmail.com](mailto:o.minami.ildf@gmail.com)

安全管理責任者：中嶋 謙仁（NPO未来の暮らしデザイン研究所（認可申請中）代表理事）

電話：080-4254-7811 メールアドレス [n.nakajima.ildf@gmail.com](mailto:n.nakajima.ildf@gmail.com)

## 6. 往路について

### 出発までの流れ

●集合場所・時間：福島駅（列車共通集合場所）9時50分

利用列車・時間：やまびこ132号 福島 10:13発 東京行き（郡山 10:26着）

郡山で一旦下車、郡山からの参加者と合流し下記の列車にて金沢へ

●集合場所・時間：郡山駅（列車共通集合場所）10時30分

利用列車・時間：やまびこ134号 郡山 11:04発 東京行き（大宮 11:58着）

はくたか561号 大宮 12:10発 金沢行き（金沢 14:42着）

### 乗車前の注意事項

- 集合前に各自で、朝食とトイレを済ませておいて下さい。
- 参加人数や列車の予約状況によって、利用予定の列車が上記から変更となる場合があります。  
変更となった場合には保護者の皆様に予めご連絡します。
- スタッフが福島駅・郡山駅の各集合場所に待機します。「ふくしまキッズ」の旗が目印です。
- 順次、名前を確認し受付をします。時間に余裕を持って集合時間に遅れないようにして下さい。

5. 乗り物酔いをする心配がある場合は、予め酔い止め薬をお飲みください。
6. 途中乗り換えがあります、手荷物は車内に持ち込むデイパック（初日の昼食のお弁当、水筒、保険証のコピー、ふくしまメッセージ、おやつ、衛生用品、みんなで遊べるカードゲーム、本、宿題など）にまとめてください。

※当日何らかの理由でキャンセルする場合、集合時間に遅れる場合は、必ず引率責任者の  
南 修（みなみ おさむ） 携帯：090-7749-0702まで、ご連絡ください

## 7. 復路について

- 解散場所：郡山駅・福島駅（列車共通解散場所）

利用列車・時間：はくたか 566 号 金沢 13:33 発 東京行き（大宮 16:02 着）  
やまびこ 145 号 大宮 16:26 発 仙台行き（郡山 17:18 着・福島 17:32 着）

※日本海プログラムと同じ列車を利用、合同で移動します。

※参加人数や列車の予約状況によって、利用予定の列車が上記から変更となる場合があります。  
変更となった場合には保護者の皆様に予めご連絡します。

### 解散について

○スタッフのあいさつの後、保護者の方のお迎えを確認して解散となります。スタッフに名前を告げてからお帰りください。

○お迎えが保護者以外の方（友達の保護者、友達同士で帰る場合、1人で帰る場合など）は、必ず  
帰着前日までに、引率責任者までご連絡ください

引率責任者：南 修（携帯：090-7749-0702）

## 8. 持ち物

- 大きな荷物の送り先について

送り先

〒920-2324 石川県白山市中宮2-16 番地  
白山市吉野谷セミナーハウス 管理事務所 気付け  
電話番号：076-256-7246  
8/6 到着予定「ふくしまキッズ」参加者 ○○○○宛て（○には参加者の名前）

※ 配送業者に荷物の到着日を「8月6日（木）必着」とご指定頂き、万一の遅延に備え遅くとも  
『8月4日（火）』までには出荷してください。

※ 配送は、宿泊滞在地周辺の配送事情により『ヤマト運輸』の利用をお願いします。また『往  
復宅急便』をお勧めします（片道づつ配送を依頼するより割引になります）。無理な方は、  
復路に利用する「着払い伝票」に必要事項を予め記入の上、お子さんに持参させて下さい。

※ 伝票には、保護者の方のお名前も（コメント欄に）併記して下さい。

### ■大荷物リスト

- ・持ち物には全て（靴下一足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います

- ・準備については、必ずお子さんも関わるようにし、どこに何が入っているか現地で解るようにしてましょう。
- ・1・2泊目の白山中宮は、標高が高い山間部（標高約 450～500m）になりますので、朝晩冷えることがあります。長袖の上から羽織れるもの（ジャンパーやフリースなど）が必要です。
- ・白山登山の際、登り始めは薄着で大丈夫ですが、宿泊する南竜ケabinは、標高 2,083m、また山頂の御前峰は標高 2,702m となり、朝晩はかなり冷えます。標高が上がるに従って徐々に着ていける調節可能な長袖の衣類（ジャンパーやフリースなど）、また汗をかいても体を冷やさないドライ素材の下着やTシャツなどが必要です。

□	旅行用かばん（トランクが便利です。段ボール、衣装ケースは不可）
□	<p>着替え</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・活動（主に日中の）用の半袖・ズボン ※3セット（以上）</li> <li>・入浴後の室内着（長袖のジャージやスウェットなど） ※2セット（以上）</li> <li>・パジャマ（室内着で兼ねることも可能） ※2セット（以上）</li> <li>・靴下・下着 ※4セット（以上）</li> </ul>
□	帽子
□	<p>白山登山の時の装備</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・トレッキングシューズ（履きなれていない新しいものは避けてください。靴づれの原因となります）お持ちでない場合は、履きなれた運動靴で構いません。ただし裏に溝があり（バスケットボールシューズやスケボー用の靴などは滑りやすく出来ているので山登りには適しません）、紐で足をしっかりと締められるものを持参して下さい。</li> <li>・防寒着（フリースやセーターなど）※1枚</li> <li>・ドライ素材の下着やTシャツ（コットン素材は汗を含み、標高が上がるに従って気温が下がり、濡れたまま着ていると体を冷やし体調を崩す原因となります）</li> <li>・ヘッドライト（山小屋や夜間ハイクの時に使います）要、電池残量確認</li> <li>・長袖のシャツとズボン</li> <li>・少し厚みのある靴下（すね丈以上）</li> <li>・ペットボトル（水筒代わりに水を入れます）</li> </ul>
□	洗面用具（歯ブラシ、シャンプー、リンス、石鹼など）
□	洗濯ネット・洗濯ばさみ（自分のものを入れて洗濯して干します）・洗濯洗剤は1回分を目安に小分けして持参してください。使い捨てのハンガー
□	バスタオル2枚 タオル 4枚～5枚
□	小さく丸めることのできるエコバッグ（洗濯物や、お風呂（温泉）に行く時の着替えを入れるのに便利）
□	折り畳み傘
□	合羽上下（雨天でも実施するプログラムがあります）

<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋）3～4枚程度
<input type="checkbox"/>	日焼け止め・虫刺され薬・虫除けスプレー
<input type="checkbox"/>	夏休みの宿題や課題学習（必要であれば）
<input type="checkbox"/>	水着（プールで使用）
<input type="checkbox"/>	水中眼鏡・浮き輪（使う人のみ）
<input type="checkbox"/>	室内履き（室内での活動の際に使います）
<input type="checkbox"/>	生理用品（活動中に初潮となる可能性がある場合も持参してください）

■当日手荷物用・サブザック(両手が使えるデイパック、リュックサックが望ましい)

<input type="checkbox"/>	ふくしまキッズの黄色いバンダナ（集合の時に配ります） (今まで参加して既に以前のものを持っている子はそれを持ってきて構いません)
<input type="checkbox"/>	1日目、昼食のお弁当（車内で食べるのでおにぎりなど手軽に食べられるもの）
<input type="checkbox"/>	飲み物（ペットボトルが便利です。名前の記入を忘れずに）
<input type="checkbox"/>	おやつ（往路の列車内で食べきれる量をお持ちください。宿泊施設滞在中など個人のおやつは食べません、また <u>ガムは禁止</u> します）
<input type="checkbox"/>	保険証のコピー（『お子様の名前』と『保険証在中』と記入し封筒に入れて糊付けして下さい。）
<input type="checkbox"/>	電車・バス内を楽しく過ごせるアイテム ※電子ゲーム、携帯電話は持参禁止
<input type="checkbox"/>	筆記用具（バンダナに寄せ書きができる油性のネームペンがあると便利）
<input type="checkbox"/>	<p>持病薬・常備薬 持参方法・・・ 誤飲を防ぐため、予め1回に飲む量の薬（複数の薬を同時に飲む場合は、一緒に飲む薬を一つの袋に一緒に入れて下さい）を1つの袋（封筒またはジップロックなど）に入れて持参して下さい。なお袋には『お子さんの氏名』と『与薬情報（○月○日、昼食後分など）』を記入して下さい。</p> <p>薬についての情報の提供について・・・ 下記の情報を添えて下さい。</p> <p>(1)処方された病院、(2)主治医名、(3)与薬の方法、(4)薬の名前、(5)薬の形状、 (6)飲ませる 時間、 (7)薬の働き、(8)副作用など与薬時の注意事項</p> <p>なお、(4)～(8)については、薬の説明のコピー（処方箋のコピー）がある場合は、そのコピーを添えて頂ければ、記入の必要はありません。</p>
<input type="checkbox"/>	酔いどめ・エチケット袋（必要な場合のみ）

□	ふくしまメッセージ
□	<p>財布（小遣いを必要に応じて・適当な額）</p> <p>往復の道中や現地で、外出時に飲み物、お菓子、土産物などを買う事もあります。</p> <p>高額は持たせないで下さい。必要に応じスタッフが管理する場合もあります。</p> <p>事務局で預かる必要があると判断されるご家庭はお申し出下さい。</p>
	<p><u>その他自分が必要な物は自己責任の範囲でお願いします</u>（貴重品の紛失や破損の責任は、当舎に過失がある場合を除き負いません）</p>

#### カメラ

持参可能ですが、故障や紛失などをしても責任は負いかねます。（電池、メモリーカードの残量は、予め確認してください）携帯電話は持参不可です。

#### 電子ゲーム機

持参不可です。トランプや UNO など複数の友達と一緒に遊べるカードゲーム等は、持参しても構いません。

#### 洗濯について

吉野谷セミナーハウスには、洗濯機があります。洗濯物を干すのは滞在している部屋となりますので、その際、クリーニングでもらえる使い捨て針金ハンガー、洗濯バサミ等があると便利です。  
また、石川県立白山青年の家では、洗濯機と乾燥機があります。

#### 忘れ物について

活動終了後に発見されたものについては着払い宅配便で送ります。持ち主のわからないものについては1ヶ月後に処分します。

### 9. その他

◆ 参加者の顔写真をメール添付でお送りください

送付期限：7月10日まで

送付時の注意：・ハッキリと顔がわかる最近のもの

◆ メール送信時の件名は「写真送付：〇〇〇〇、保護者（△△△△）」と書いてください。

（〇には、参加者の名前、△には、保護者の方の名前）

◆ 送付先：白山麓ジロバタ舎 南修 [o.minami.ildf@gmail.com](mailto:o.minami.ildf@gmail.com) 宛て

スタッフとボランティアで、予め申し込みの際にふくしまキッズ実行委員会事務局に提出された名簿やの情報と共に共有し、子どもたち顔と名前を一致させ、到着の際に、なるべく早く馴染めるよう受け入れの準備をする際に使用します。

◆ 今回のプログラムに関する質問は、下記のメールアドレスまでお送りください。

白山麓ジロバタ舎 南修 [o.minami.ildf@gmail.com](mailto:o.minami.ildf@gmail.com) 宛て

送信される際は、参加されるお子さんの名前と保護者の方のお名前を件名にご記入ください。

例）「質問：〇〇〇〇、保護者（△△△△）」

回答は情報の共有のため全保護者宛にメールにて送信します。（個別事項や個人情報に関わるの質問については、その限りではありません）また、迷惑メールブロックをしている場合は、上記のメールアドレスについて受信可能状態になるよう設定をお願いします。

# 愛媛プログラム

1. 開催日：7月31日（金）～8月9日（日） 9泊10日 ※全日程参加が条件

## 2. プログラム内容

### 【瀬戸内の海と山】今治・西予市・松山市コース

活動場所は愛媛県今治市と西予市。今治市では地元のお祭りに参加。西予市はジオパークを活かした、自然満喫プログラムと、地元小学生との交流を予定しています。

## 3. 宿泊場所

今治市	：(5泊) みやくぼ石文化交流館	今治市宮窪町宮窪 3543	TEL : 0897-74-1054
西予市	：(3泊) きやんぱ	西予市明浜町高山甲 461-1	TEL : 0894-64-1330
松山市	：(1泊) ビジネス民宿松山（仮）	松山市山越町 414	TEL : 089-924-8386

## 4. 運営体制

- ・団体名：こどもの絆プロジェクト
- ・所在地：愛媛県今治市南日吉2-2-9
- ・連絡先：0898-31-8943
- ・担当者等：
  - 総責任者： 青野信久（こどもの絆プロジェクト）
  - 連絡先事務局： 青野信久（こどもの絆プロジェクト）
  - プログラム責任者： 青野信久（今治プログラム担当）  
中村忠志（西予プログラム担当）  
毛利雄一朗（新居浜プログラム担当）
  - 安全管理責任者： 越智まき（こどもの絆プロジェクト）
  - プログラム中の連絡先： 青野 信久（電話：090-1174-8252）
  - 医療体制： 地元医療機関

## 5. 往路の移動について

【集合時間】8時半 福島駅西口バスターミナル 9時半 郡山ビックパレットふくしま

【交通経路と時間】バスで羽田空港へ 15:15発 JAL 437 松山空港 16:40着

## 6. 復路の移動について

【解散予定時間】 18時頃 郡山ビックパレットふくしま 19時頃 福島駅西口バスターミナル

【交通経路と時間】 松山空港 11:25発 JAL434 羽田空港 12:55 着 羽田空港よりバス

※当日何らかの理由でキャンセルする場合は、集合場所まで保護者の方にお越し頂き直接スタッフに申し伝えるか、団体名 or 担当者名 (電話： ) へご連絡下さい。

## 7. 内容

日 に ち		内 容
7/31	金	福島→愛媛
8/1	土	今治市民のまつり「おんまく」に参加。ダンスも踊ります。
8/2	日	フリープログラム・海
8/3	月	学校では教わらない授業（愛大篇）
8/4	火	森のともだち農園プログラム
8/5	水	今治市→西予市
8/6	木	交流プログラム
8/7	金	海
8/8	土	西予市→松山市
8/9	日	愛媛→福島

## 8. 持ち物

### ■大荷物リスト

※荷物には全て（靴下一足、タオル1枚にも）お名前を記入するよう徹底願います。

<input type="checkbox"/>	旅行用かばん（移動が多々あります。段ボール、衣装ケースは不可）
<input type="checkbox"/>	着替え（長袖・長ズボン・ジャージ上下）※必要に応じて
<input type="checkbox"/>	タオル 2枚～3枚・バスタオル2枚
<input type="checkbox"/>	帽子・水着・ゴーグル（※必要に応じて）・サンダル（海用）
<input type="checkbox"/>	洗濯ネット・洗濯バサミ
<input type="checkbox"/>	懐中電灯・ヘッドラップ（予備電池）※家にあるもので可
<input type="checkbox"/>	洗面用具、シャンプー、リンス
<input type="checkbox"/>	ビニール袋（レジ袋）3から4枚程度
<input type="checkbox"/>	枕（枕の代わりになるもの）※必要な方のみ
<input type="checkbox"/>	虫除け・かゆみ止め・日焼け止め（※必要に応じて）
<input type="checkbox"/>	雨具
<input type="checkbox"/>	夏休みの課題学習（必要であれば）
<input type="checkbox"/>	お小遣い

■当日手荷物用・サブザック（リュックサックが望ましい）

<input type="checkbox"/>	保険証の写し
<input type="checkbox"/>	筆記用具
<input type="checkbox"/>	1日目のお弁当（移動中に食べます。おにぎりなど手軽に食べられるものをご用意ください）
<input type="checkbox"/>	飲み物。水筒やペットボトルにお持ちください。
<input type="checkbox"/>	飛行機や車に酔う子は、酔い止め・エチケット袋
<input type="checkbox"/>	お小遣い
<input type="checkbox"/>	ふくしまメッセージ
<input type="checkbox"/>	バス内を楽しく過ごせるアイテム

大荷物の送り先について

（送り先・注意事項など）

みやくぼ石文化交流館

〒794-2203 今治市宮窪町宮窪 3543 TEL : 0897-74-1054

## 列車共通集合解散場所

### 郡山駅集合解散場所地図

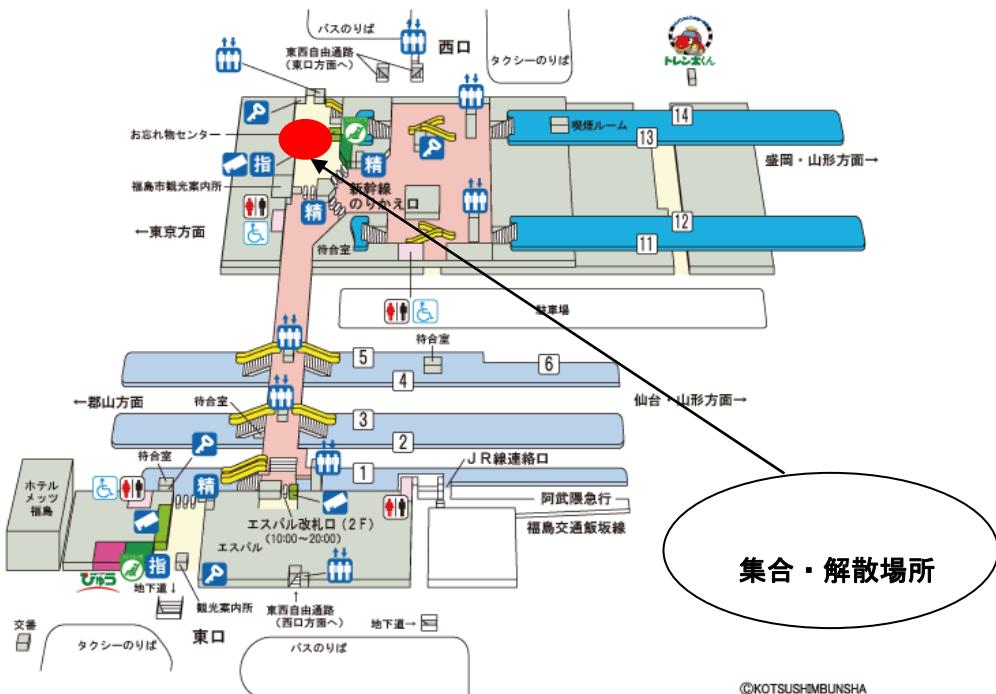


JR郡山駅内に入ると、2階に改札(中央口)があります（郡山駅にある改札は1つです）。

改札の前に通路があり、その中央部のスペースが集合場所です。

※当日の駅の状況により場所を多少変更する場合があります。

### 福島駅集合解散場所地図



JR福島駅の2階に西口改札があります。階段を上がってすぐのスペースが集合場所です。

※当日の駅の状況により、西口改札の階段から降りてすぐの駅玄関前(外側)に場所を多少変更する場合があります

## バス共通集合解散場所

【郡山】ビックパレットふくしま 【福島】福島駅（イトーヨーカドー福島店前のバスタークミナル）

### 【郡山】ビックパレットふくしま集合・解散場所 地図



ビックパレットふくしま 建物の西側に面したところが集合場所です。

### 【福島】福島駅西口バスタークミナル集合・解散場所 地図



西口のバスタークミナル（リッチモンドホテル側・旧一般車両駐車場だった場所に変更となっていますので、ご注意ください。）

## 福島空港共通集合場所

福島空港 集合場所地図

福島国際空港 2F 出発ロビー



MEMO

# 協 力

NPO法人ねおす・NPO法人 ezorock・ゆうばりネイチャーキッズクラブ

NPO 法人北海道自然体験活動サポートセンター・大沼流山牧場

三笠市教育委員会・夕張市教育委員会

岩見沢市教育委員会・栗山町教育委員会・北海道教育大学

南北海道グリーンツーリズム・運営連合会・大沼グリーンツーリズム運営協議会

一般社団法人子どものチカラ研究会・NPO 法人大沼駒ヶ岳ふるさとづくりセンター

NPO 法人あぶくまエヌエスネット・明治安田生命

ジロバタ自然学校・NPO 未来の暮らしデザイン研究所(認可申請中)

白山市八幡町町会・白山市八幡町子供会

新温泉町いなか体験協議会・新温泉町・新温泉町教育委員会

今治市教育委員会・西予市教育委員会・愛媛県公民館連合会

愛媛県公民館連合会主事部会・今治市 PTA 連合会・今治地方観光協会

西予市 PTA 連合会・西予市・西予市商工会青年部

(順不同)



福島の子どもの笑顔と元気応援プログラム  
ふくしまキッズ実行委員会

E-Mail: [info@fukushima-kids.org](mailto:info@fukushima-kids.org)

TEL: 045-243-3860 FAX: 045-243-6841

住所:〒232-0024 横浜市南区浦舟町 3-46 浦舟複合福祉施設 9F  
NPO 教育支援協会内 ふくしまキッズ実行委員会事務局