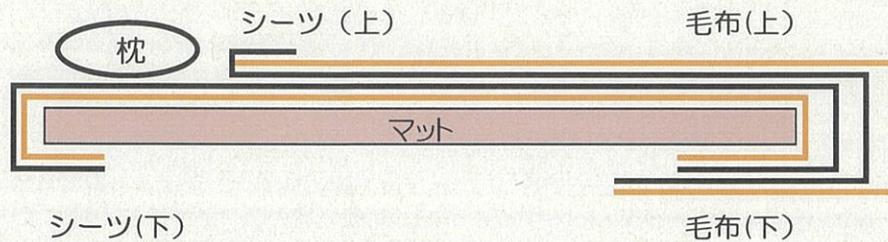


8 入所オリエンテーション（宿泊を伴う場合）

- 1 中池自然の家の教育目標について
◎ 「規律」「自主自律」「思いやり・感謝」の3つの願い
- 2 緊急避難の方法と経路について
◎ 緊急避難の方法と経路を確認してください。
◎ 消火器や室内消火栓の設置場所を確認してください。
- 3 食事について
◎ 食事当番 ・ 食堂の入口で手を洗い、配膳を行ってください。
◎ 当番以外 ・ 宿泊階などの手洗い場で手を洗い、引率者の連絡後に食堂へ移動してください。
・ 全員の食事がそろってから食べ始めてください。
・ 残飯や食器は指定された所に入れてください。
・ トレイはふきんで拭いて指定されたテーブルへ戻してください。
◎ 掃除 ・ 食事後は食事当番又は掃除係がモップ等で掃除をしてください。
・ 椅子はテーブルのフックに掛けてください。
- 4 入浴について
◎ 湯はり ・ 指導者が、入浴する30分前に湯はりをしてください。
◎ 入浴 ・ 浴槽の湯を汚さないよう、体を洗ってから浴槽につかるようにしてください。
・ タオルは浴槽に入れないでください。
・ 浴室で体を拭き、脱衣所を濡らさないようにしてください。
◎ 掃除 ・ 浴槽はスポンジたわしで、タイルはデッキブラシで磨き、椅子や洗面器は山積みに整頓してください。
(入浴直後、または翌朝の掃除の時間に行ってください。)
・ 脱衣所のマットは、マット干しに掛けて乾かしてください。
◎ 注意 ・ ドライヤーの使用は1つの脱衣所で2つまでにしてください。
・ 石鹸、シャンプー等は各団体で準備してください。
- 5 トイレの使用について
◎ スリッパに履き替えて使用し、使用後はそろえてください。
- 6 宿泊室の使用について
◎ 入口の2つのスイッチを確認してください。 ・ 室内灯 ・ ダウンライト
◎ 荷物は棚に整頓しておいてください。
◎ 部屋の中では静かに生活をしてください。ベッドから飛び降りたり暴れたりしないでください。
◎ 部屋を出るときにはすべての電源を切り、窓を閉めてください。
◎ 忘れ物がないように最終日に点検してください。
- 
- 7 掃除について
◎ 掃除の時に出たごみは事務所前のごみ箱（ペール）に入れてください。
それ以外のごみは持ち帰り、退室時に宿泊室のごみ箱は空にしてください。
◎ 団体の活動で出たごみは必ず持ち帰ってください。（野外炊事で出たごみは自然の家で処理）
◎ 掃除道具は、必ず決められた場所へ戻してください。

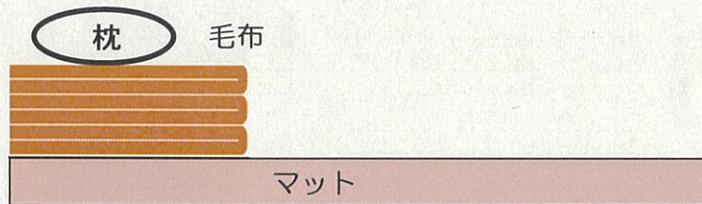
- 8 ベッドメイキングについて（各部屋に手順を示すラミネートがあります。）
- ◎ シーツと枕カバーは2階リネン室前の棚に置いてあるので、枚数を引率者が確認しながら渡してください。（シーツ2枚、枕カバー1枚）
 - ◎ ベッドメイキングを2人1組になって下図のように行ってください。

完成図
(断面図)

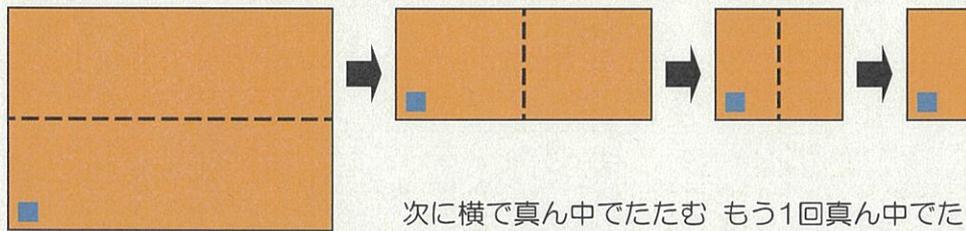


- ・ 夏季は2枚、冬季は3枚の毛布を使用

使用後は下図のように整頓しておいてください。



- ・ 毛布は下図のようにマーク■が上になるようにたたんでください。



縦に1回たたむ

次に横で真ん中でたたむ もう1回真ん中でたたむ

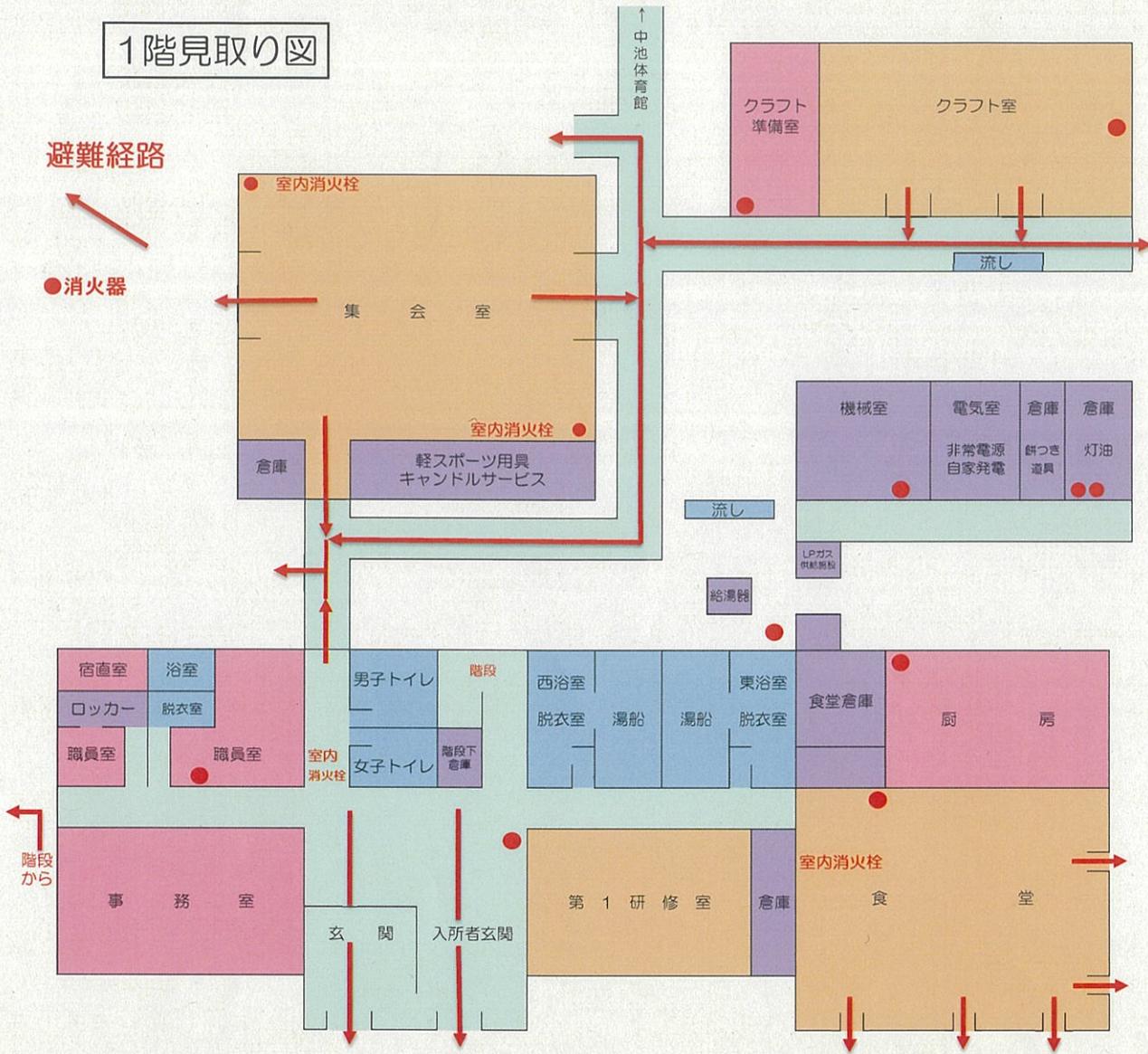
(※ 図中の■は毛布のマークを示しています。)

- 9 帰りの整頓
- ◎ カーテンを閉めて室内灯・ダウンライトのスイッチを切ってください。
 - ◎ エアコンのスイッチを切り、エアコンボックスのカギを閉めてください。
 - ◎ 引率者が、忘れ物の有無など室内の点検を行ってください。
 - ◎ ごみ箱は空にしてください。

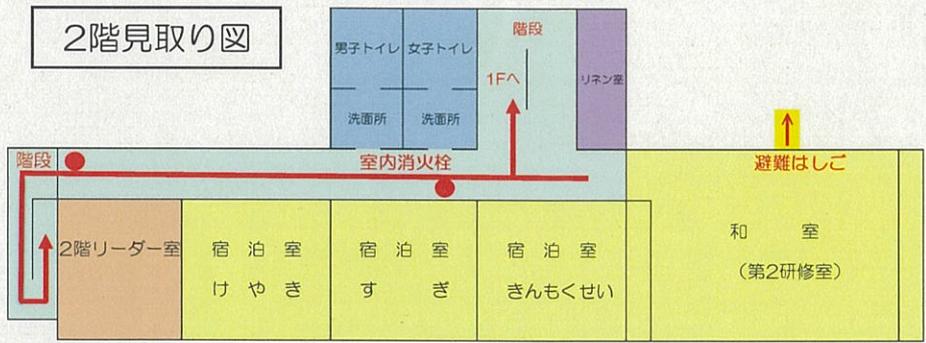
- 10 その他
- ◎ 夜間（夜10時～翌朝6時）は外出できません。
 - ◎ 飲食物の持ち込みはご遠慮ください。お弁当やパン、ジュースは、食堂で予め注文できます。
 - ◎ 廊下は走らないでください。
 - ◎ 施設の設備・備品などを毀損・汚損させた場合は所員に報告してください。

9 避難経路と消火器等設置場所

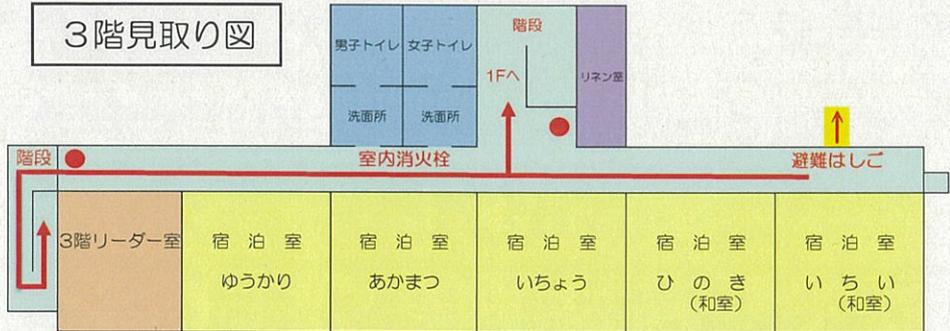
1階見取り図



2階見取り図



3階見取り図



10 入所生活の一例（1泊2日の場合）

生活時間		生活の仕方	留意事項
時間	事項		
9:00	入所式	<ul style="list-style-type: none"> 指定された場所に整列する。 	<ul style="list-style-type: none"> 場所は事前に打合せ
9:20	活動1	<ul style="list-style-type: none"> グリーンオリエンテーリングは説明に15分 9:40頃からスタート可能 	<ul style="list-style-type: none"> 説明は所員、実施は団体
12:00	昼食	<ul style="list-style-type: none"> 当番が食堂で用意、他は手洗い、消毒をして入室 片付けはグループで協力し実施。当番は掃除を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 弁当の場合、屋外でも可 (屋外の場合、お茶はつきません。)
13:00	活動2	<ul style="list-style-type: none"> クラフト活動は、小枝のスプーン、コースター、キーホルダー作りから選択して実施する。 最後に全員で掃除を行う。 所要時間 90分～120分 	<ul style="list-style-type: none"> 説明は所員、実施は団体
15:00	入所 オリエンテーション	<ul style="list-style-type: none"> 施設の利用やベッドメイキングの仕方等を学ぶ。 	<ul style="list-style-type: none"> プレゼンテーション 15:30頃から入室可
16:00	入室	<ul style="list-style-type: none"> 荷物を整理し、ベッドメイキング、避難経路確認等を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 団体で指導
17:00	タベの つどい	<ul style="list-style-type: none"> 集会室・食堂・つどいの広場等に整列する。 団体の計画に基づき行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 場所は事前に打合せ
17:30	夕食	<ul style="list-style-type: none"> 当番が食堂で用意、他は手洗い、消毒をして入室 片付けはグループで協力し実施。当番は掃除を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 団体で見届け
18:30	活動3	<ul style="list-style-type: none"> キャンプファイヤーは「野外炊事場」で実施する。 (～19:45頃) キャンドルサービスは「集会室」で実施する。 	<ul style="list-style-type: none"> 団体の引率者が最後に火の始末、灰捨て キャンドルは団体で持参
20:00	入浴 反省会等	<ul style="list-style-type: none"> 団体の計画に従い入浴 ドライヤーの使用は1脱衣室2つまで 実施の場合は、使用箇所の清掃を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 給湯所要時間約30分
21:30	就寝準備	<ul style="list-style-type: none"> 歯磨き、体調確認を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 団体の責任で最終確認
22:00	就寝		<ul style="list-style-type: none"> 団体の責任で巡回

生活時間		生活の仕方	留意事項
時間	事項		
6:00	起床	<ul style="list-style-type: none"> 毛布畳み、ベッド整頓、歯磨き、洗顔を行う。 シーツを廊下のリネン袋に入れる。 	<ul style="list-style-type: none"> リネン袋は、引率者が2F リネン室前へ運搬
6:40	朝のつどい	(タベのつどいと同様)	(タベのつどいと同様)
7:05	清掃活動	<ul style="list-style-type: none"> 団体の計画に基づき行う。 7:20 まで行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 引率者が点検・確認
7:30	朝食	(前日の昼食、夕食と同様)	(前日の昼食、夕食と同様)
8:30	荷物移動	<ul style="list-style-type: none"> 宿泊室退出時、毛布の畳み方、ベッドの整頓、戸締り、消灯、忘れ物の有無等を確認する。 	<ul style="list-style-type: none"> 団体の引率者が部屋長と協力して点検
9:20	活動4	<ul style="list-style-type: none"> 野外炊事の場合は野外炊事場に移動する。 	<ul style="list-style-type: none"> 原始の火おこし体験は要相談
12:00	昼食	<p>(前日と同様)</p> <p>*野外炊事の場合、片付け終了は 12:50 まで</p>	(前日と同様)
13:30	退所式	<ul style="list-style-type: none"> 指定された場所に整列する。 	<ul style="list-style-type: none"> 場所は事前に打合せ



入所生活の一例（日帰りの場合）

生活時間		生活の仕方	留意事項
時間	事項		
9:00	入所式	<ul style="list-style-type: none"> ・集会室、食堂、つどいの広場等に整列する。 ・入所式終了後、活動1の準備（トイレ等）を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・場所は事前に打合せ ・式は10分程度
9:20	活動1	<ul style="list-style-type: none"> ・グリーンオリエンテーリングは、説明に15分 9:40頃からスタート可能 	<ul style="list-style-type: none"> ・説明は所員、実施は団体
12:00	昼食	<ul style="list-style-type: none"> ・当番が食堂で用意、他は手洗い、消毒をして入室 ・片付けはグループで協力し実施 ・当番は掃除を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・弁当の場合、屋外でも可 （屋外の場合、お茶はつきません。）
13:00	活動2	<ul style="list-style-type: none"> ・クラフト活動は、小枝のスプーン、コースター、キーホルダー作りから選択して実施する。 ・最後にクラフト室の掃除を行う。（～14:50） 	<ul style="list-style-type: none"> ・説明は所員、実施は団体
15:00	清掃活動	<ul style="list-style-type: none"> ・団体の計画に基づき、使用した場所のみ、15分行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・団体で見届け
15:25	退所式	<ul style="list-style-type: none"> ・集会室、食堂、つどいの広場等に整列する。 ・団体の引率者は、使用箇所の整頓、忘れ物の有無等の最終点検を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・場所は事前に打合せ

◆入所団体と中池自然の家の連携について◆

1 活動時間の変更

計画した活動時間の変更に係る要望（例「活動2を12:40から開始したい」「昼食を10分早めたい」等）には可能な限り対応します。

2 体調管理に係る対応

「冷暖房を入れて児童を休ませたい」「更衣のため浴室の脱衣所を使用したい」等のご要望があればご相談ください。

3 事前打合せに係る注意事項

「1か月前の打合せ」を電話予約する際に施設見学の有無をお伝えください。

4 雨天時は正面玄関へバス乗り入れ可

雨天時は、送迎バスに限り正面玄関前までバスの乗り入れができます。

5 食堂に注文した弁当・ペットボトルのごみの廃棄

食堂に注文した弁当・ペットボトル飲料のごみに限り、食堂で引き取ります。
（ペットボトルは、団体が、キャップ、ラベル、本体に分別し、それぞれ袋に入れてください。）



1 1 グリーンオリエンテーリング (GOL)

- ◆ **ねらい** → 「探す」と「自然に親しむ」のバランス
 1. 自ら能動的に学びに向かう力の育成・・・地図をもとに試行錯誤 (アクティブ・ラーニング)
 2. 仲間で協力する力の育成・・・歩くスピード、休憩、探索
 3. 自然に親しむ心情の育成・・・木の実、野鳥、展望、樹木

- ◆ **実施内容**
 1. 「赤コース」「黄コース」の樹木に、各①～⑫の飯盒がつるしてあり、書かれてある樹木の名前を解答用紙に記入、所要時間と正確性を競うオリエンテーリング
 2. 各コースの距離は約3.5キロ、団体の活動時間は120分～150分

- ◆ **実施方法**
 1. 1グループの構成人数は、4人～5人程度
 2. 出発方法は、ア：順回り (池から回る、番号①②③・・・⑫⑪)、イ：逆回り (ファミリーパークから回る、番号⑫⑪⑩・・・②①)、ウ：両方向同時出発 (ア、イの併用) の3通り
※赤コースは、分岐点が多いため、原則順回りのみ
 3. 班の間隔を適切に設定してスタート (7分間隔が望ましい)

◆ 必要なもの

中池自然の家	入所団体
① ポイズンリムーバー (毒を吸い出す器具) ② 研修者用地図 ③ 解答記録用紙 ④ 解答	① 雨天実施に必要なもの 雨合羽、解答用紙等が濡れない工夫、 替えの靴・靴下・衣服等 ② 筆記用具 (班に1人でも可) ③ バインダー (全員) ④ 必要に応じて腕時計 (班で1つ) ⑤ 賞状 (中池自然の家HPよりダウンロード可能) *表彰する場合

- ◆ **事前指導** ※以下①～⑦を入所前に指導
 1. 実施方法・・・①概要 (詳細は所員) ②一周のコース確認
 2. 地図の見方・・・③バインダー使用 ④探す視点 (地形、建物、分岐点の判断)
 3. 安全・マナー・・・⑤交通安全 ⑥階段での転倒等けがの防止 ⑦走らない

◆ 留意点

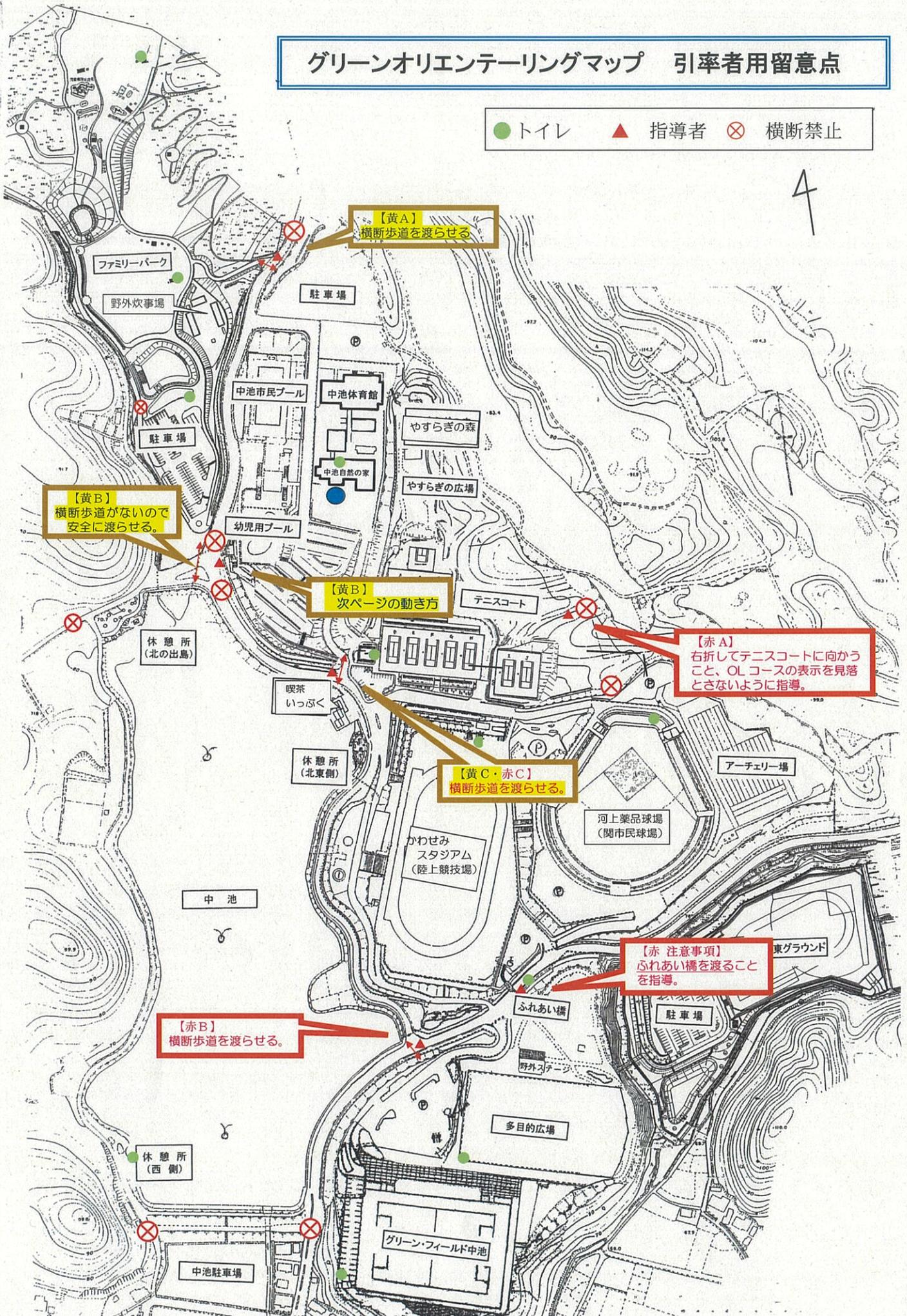
1. 引率者は、P30に示すA～Cの3地点で、交通安全の旗を持ち指導すること
2. 動植物に注意すること (ハチ、マムシ、ウルシ等) ※ハチトラップが設置してあります
3. 緊急時 (雷等) の対応体制を整え、実施の判断は、安全を第一に考えて行うこと
4. 長袖・長ズボン・帽子を着用させることが望ましいが、気温等を考慮し総合的に判断すること
5. 雨天実施の場合は、かっぱを着用の上、解答用紙等が濡れないよう工夫 (ビニール袋等) したり、着替え、靴、靴下等の持参に配慮すること

◆ 雨天時の代替活動の例

- ・集会室や中池体育館 (予約済の団体) でレクリエーションやゲームを実施可能
- ・集会室には、室内ゲーム (「スマイルボーリング」「ユニカール」「シャッフルボード」) があります
→団体が運搬し中池体育館での実施も可能 (中池体育館は予約が必要です)

グリーンオリエンテーリングマップ 引率者用留意点

● トイレ ▲ 指導者 ⊗ 横断禁止



【黄A】
横断歩道を渡らせる

【黄B】
横断歩道がないので
安全に渡らせる。

【黄B】
次ページの動き方

【赤A】
右折してテニスコートに向かう
こと、OLコースの表示を見落
とさないように指導。

【黄C・赤C】
横断歩道を渡らせる。

【赤 注意事項】
ふれあい橋を渡ること
を指導。

【赤B】
横断歩道を渡らせる。

野外炊事場

【黄色 B】指導者の動き

【動き1】 最初に階段下①に立つ。順回り全班通過後、②に移動
(歩道を歩くように指導)

【動き2】 逆回りがある場合、②を全班通過後、再び①に移動

