

① アウトドア

最近はアウトドアブームで、キャンプやハイキング、バーベキューなど、野外での活動がよく行われます。しかし、どちらかといえば、家族で出かけることが多いようです。

こども会で仲間と一緒に自然の中で過ごす1日は、現代っ子にとって貴重な体験となります。みんなで野外に出かけてみませんか？

? **どんなことするの？**



① キャンプ

こども会では、野営（テント泊）や舎営（宿舎泊）にかかわらず、宿泊を伴う行事を広くキャンプと呼んでいるようです。



◇ 野外活動施設を利用しましょう

大阪府内には低料金で利用できる素晴らしい施設がたくさん設置されています。中でも公立の施設は、活動に対する備品類だけではなく、指導体制もきっちりと整っているところが多く、いろいろな相談にも応じてくれます。

※要注意

施設利用の予約は、受付順であったり、夏期などの繁忙期は抽選制のところなど、施設によって異なります。事前によく確認しておきましょう。

◇ プログラムは目的を達成するための手段です

こども会のキャンプは1泊2日が多く、活動時間は限られています。飯ごう炊さんやキャンプファイヤー、肝試しや自然観察などやりたいことは山ほどありますが、詰め込みにならないように、目的を決めて効率のよいプログラムを考えましょう。

※施設には専属のカウンセラーが指導してくれる場合もありますし、市町村にはプログラムの立案段階から相談できるリーダー組織もあります。

② デイキャンプ（日帰りキャンプ）

飯ごう炊さんやキャンプファイヤーを日帰りで楽しんでいるこどももたくさんあります。施設でも日帰りでの利用が可能です。高学年生や世話人が少なく、宿泊するのはちょっと・・・というときには、ぜひデイキャンプを企画してみましょう。

◇ みんなで広場に集まることから考えましょう

とにかく難しく考えずに、お弁当をもってキャンプ場に出かけて野外で思いっきり遊んだり、施設で用意されているプログラムを楽しむことから始めてみましょう。野外でゲームや鬼ごっこをするだけでも、現代っ子にとっては貴重な体験になるはずです。また、多くの施設で、自然観察やポイントハイキングなどのコースが準備されています。とにかく気軽に出かけてみましょう！



③ バーベキュー

キャンプの食事はカレーだと決めていませんか？ 野外でのいろんなメニューを考えてみましょう。今はやりのバーベキューなども立派なメニューです。あらかじめ手分けして食材を切って持って行くと、短時間で準備ができます。家で準備をするときも、こどもたちと一緒にやれば、家族のコミュニケーションもバッチリです！

頼りになるお父さんには、炭の火付けを頼んでみましょう。

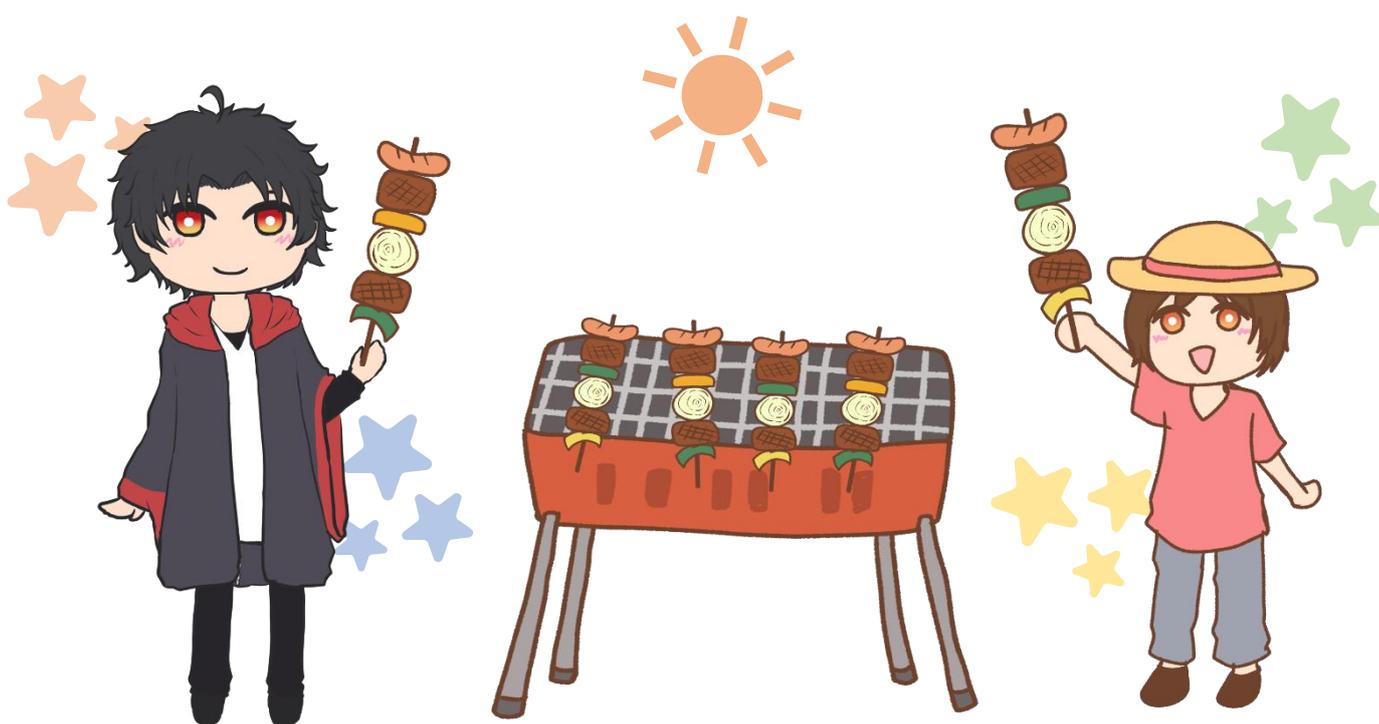
バーベキュー以外にも簡単にできて、野外料理にふさわしいワイルドなメニューのレシピは、町の本屋さんにたくさんありますし、インターネットからもデータerを豊富に取り寄せることができます。

◇ キャンプファイヤーだけを楽しむ

宿泊せずに、キャンプファイヤーだけを楽しんでいるこども会もあります。遠くの施設に出かけるのではなく、近所の公園や学校のグラウンドを借りて、夕方からみんなで夕食を作って食べて、キャンプファイヤーを楽しめば、これもすばらしいデイキャンプです。

※ 使用許可は市町村の公園を管理する担当部署や、教育委員会に問い合わせ
みましょう。火を使うので、消防署などへの届け出も忘れずに！

(グラウンドなどに焼け跡が残らないようにするなどの配慮もしましょう。)



④ ハイキング

◇ ハイキングマップを参考にしましょう！

JRや私鉄の駅には、各沿線のハイキングマップが用意されています。ほとんどが無料ですし、何よりもタイムリーなコースが紹介されているなど、うれしい情報が満載です。たくさんの情報を集めて、こどもたちと行き先を決めるところからはじめましょう。

◇ ハイキングゲームでエキサイト！

コース中にポイントを設定して課題を解きながら進む関所ハイキングや、用意された目印を頼りに進む追跡ハイキング、用意されたコマ地図を頼りに設定時間どおりに進むウォークラリー、正式な地図とコンパス（方位磁石）をもとにポイントを見つけて進むオリエンテーリングなど、ゲームの要素を取り入れたハイキングは楽しくて人気があります。

◇ 近所のミステリーツアー

遠いところに行かなくても、意外と近くに穴場がたくさんあります。普段歩き慣れているところでも、ハイキングゲームの要素を取り入れて、目線を変えて歩いてみると、思わぬ発見があるかも・・・！

実際に歩いてみて、例えば“駅からの抜け道マップ”などを作って、地域の人たちに配れば喜んでもらえるかもしれません。



? 何がいるの？



☑ きっちりとした計画（プログラム）を立てましょう

アウトドアでの活動をはじめ、こども会での団体活動には、行き当たりばったりは厳禁です。綿密な計画を立てましょう。

キャンプでは何をするのか、ハイキングでは無理のないコースを選ぶなど、それぞれのタイムスケジュールが、安全で効果的な活動へのカギになります。

※ プログラムの詰め込みや、無理なスケジュールが事故につながります。
春や秋の季節の良いときや、キャンプのプログラムのひとつとして、ハイキングに出かけましょう。

☑ 個人装備もしっかりと準備しましょう

雨具（ポンチョやカッパ）、**水筒**、おやつ（甘いものは疲れをとります）、着替え・タオル（汗をかいたときに）、**帽子は必需品**です。

※ 携帯ゲーム等は必要ありません。不必要な貴重品は持って行かないようにしましょう。



気をつけよう！

☑ 現地の下見と調査は確実にいきましょう

よく知っているところでも、必ず事前に現地を見に行きましょう。そして、危険箇所のチェックを入念に行います。

★下見や調査は、こどもたちと一緒にいきましょう。何が危険なのか、こどもたちと一緒に考えましょう。大人が危ないと注意するよりも、こどもたち自らが危険を発見し、注意し合うことが大切です。

☑ 熱中症（日射病）やヤケド、切り傷は多い

夏の炎天下での活動は、必ず帽子をかぶるようにしましょう。また、自炊での切り傷にも注意し、万一のときにもあわてずに対応できるように準備しておきましょう。

★事故があったときの対応をマニュアル化し、医療機関なども調べておきましょう。

☑ 食中毒やアレルギーに注意

特に夏季や梅雨時は、食中毒をおこさないよう食材の温度管理には気を付けましょう。また、誰にどんな食物アレルギーなどがあるか、事前に把握しておきましょう。



ワンポイント

➤ 自然の発見をアウトドア活動で

キャンプの夜はキャンプファイヤーや肝試しが定番のようですが、ゆっくりと星を眺めたり、ナイトハイキングにでかけて、夜の自然を見つけたり、普段できない大自然の体験にも取り組んでみましょう。

➤ 育成者はできるだけ楽しんでみましょう

もっと主役のこどもたちに任せて、育成者は楽しんでみましょう。キャンプがすばらしい体験活動なのは、任されたこどもたちが自らチャレンジするところにあるのですから……。

