

# アドベンチャーハイク

～人間関係力&防災力アップ～

グループで協力して各ポイントの課題をクリアします。  
グループの団結力や災害時の課題解決力を高めるのに最適です。



対象	4年生以上	実施時期	通年
持ち物	筆記用具・時計・水筒・帽子・解答用紙（HPより印刷可）		

## ねらい

- ・仲間と協力し活動する大切さを知る。
- ・防災に関する関心、意識を高める。
- ・野外を歩き回り、地図を見ながら目標物を探す楽しさを味わう。

## 実施の流れ

### 導入

- ① 動機づけ
- ② 安全上の注意（下記「留意点」参照）

### 準備（1グループ 6人程度）

- ① 指導者は水温計、毛布担架用の毛布、丸太、バケツを事務室で受取ります。
- ③ グループに1つずつ時計と筆記用具を持たせます。
- ④ 指導者を配置します。（A2：並び替え、A14：毛布担架体験、A15：バケツリレー体験には指導者を配置し、安全指導と課題ができたかチェックします。）
- ⑤ 指導者は沢の水の温度を計っておきます。

### 実施

- ① 地図・解答用紙を全員に配布します。

#### <ルール>

- ・制限時間は（1時間30分～2時間程度）
- ・ポストは15か所。ポストに表示してある課題を解きながらコースを回り得点を競います。
- ・全員がそろってゴールします。

#### <地図の見方の説明>

- ・北の位置、ポスト、建物、道、川などの説明。

#### <注意事項>

- ・下記「留意点」参照

## スタート

- どのポイントからはじめてもいいです。
- 効率よく回れるよう考えましょう。

## 答え合わせ

- 得点を集計します。
- 問題の答えについて解説します。

## まとめ

- ふりかえり

## 留意点

- ① 自然保護・危険防止のため、遊歩道以外には入らないようにしましょう。
- ② 下りの急坂では走らないようにしましょう。
- ③ 活動範囲を確認しましょう。（「これより先オリエンテーリングのポストはありません」看板より先に行かない。県道に出ない。）
- ④ メンバーの体力差を考えながら、班全員でまとまって行動しましょう。
- ⑤ 問題は協力して解きましょう。
- ⑥ 緊急時には近くの指導者に連絡しましょう。（指導者の配置を説明しておく。）
- ⑦ 地図をよく見て、目標を確認しながらポストを探しましょう。
- ⑧ A13で使った輪は元に戻しておきましょう。
- ⑨ 毛布、丸太、水温計、バケツを受付に返却します。