

冬

雪遊び
冒険キャンプ2026
しおり



キャンプ宿泊先と生活について

活動
場所

こくりつのりくらせいしょうねんごうりゅう いえ
国立乗鞍青少年交流の家
ひだたかやま じょう
飛騨高山スキー場

岐阜県高山市岩井町913-13
TEL:0577-31-1013

緊急連絡は
090-1753-9453 (前田)
080-5124-1225 (成瀬)
つながらない場合は青少年交流の家まで

気温

- ゲレンデは基本的に氷点下となります。服装についてはP.5を参照ください。
宿泊施設内は空調がはいっていますが、廊下は寒いのでフリースなどの防寒着をお持ちください。(小学校の廊下くらいの温度)

生活環境

- 就寝時は班ごとの就寝します。同性のチームリーダーが同じ部屋で宿泊します。リーダーの打ち合わせでチームリーダーが部屋から離れる時も、STAFFが定期的に巡回します。
- 雪のある環境でも子どもたちが健康に安心して体験していただけるよう宿泊施設と連携をとって開催いたします。

班行動

- プログラムは、班で行動します。班は、お友達や兄弟など一緒に申込していただいた場合でも、別の班となります。初めて出会ったお友だちと、様々なプログラムを通して共に過ごすなかで、子どもたちの成長の一歩につなげていきます。新しいお友だちとの出会いを応援したいという願いから「お友だちや兄弟と同じチームにしてほしい」といったご要望にはお応えできかねますので、予めご理解ください。「仲間と共に生きること」を大切にプログラムを作り、お友だちづくりをサポートします。保護者様は、お子様が新しい出会いを楽しみに感じられるよう、後押ししていただけすると幸いです。

バス移動

- バス移動では、休憩をとり、DVDを見たり、みんなと仲良くなるためのレクリエーションをしていきます。
乗り物酔いが心配なお子様は、事前に酔い止めを飲むなどの親子で対応をお願いします。

キャンププログラム

下記キャンプのプログラム内容は予定です。

- ・天候などの気象状況
- ・活動状況や環境
- ・子どもたちの体調
- などにより変更する場合があります。

キャンプのプログラム内容は予定です。天候などの気象状況・活動状況や環境・子どもたちの体調などにより変更する場合がございます。ご了承ください。

自然のなか、集団行動を基本とするキャンプ（生活）において子どもたちの安全管理を最優先にプログラムを行います。プログラムを変更する場合も子どもたちに無理のないよう安全に楽しく過ごせるプログラムを行います。

2/21（土）		2/22（日）		2/23（月）	
		6：30	起床	6：30	起床
		7：15	掃除	7：15	掃除
		7：40	朝食	7：40	朝食
8：15	太田川駅集合	8：40	あさの集い	8：40	退所準備
8：45	金山駅集合	9：00	着替え	9：00	スノーシューハイキング
9：00	金山駅出発	9：30	スキー学校 開校式	10：30	着替え
12：00	車内昼食 バス内レクリエーション		スキー研修	11：00	閉所式
13：00	乗鞍青少年の家 到着	12：00	昼食	11：50	昼食
13：30	スキー合わせ	13：30	スキー研修	12：50	バス乗車
14：30	着替え→スノーチューブ	15：30	片付け、着替え	13：00	乗鞍青少年の家 出発
16：30	入所式	16：00	英語活動	17：00	金山駅着、解散
17：30	夕食	17：30	夕食	17：40	太田川駅到着、解散
18：30	キャンドルサービス	18：30	マシュマロ焼き アート活動		
19：30	入浴	19：50	入浴		
20：30	就寝準備	20：40	就寝準備		
21：00	就寝	21：00	就寝		

天候によって、スケジュールは変更になる場合があります。



持ち物について



もの なまえ すべての物にフルネームで名前を書こう！

※キャンプ終了後、万が一会館へ忘れ物があった場合はフルネームで名前の記入があるものから、保護者様にご確認のうえ着払いでお送りいたします。キャンプ終了後フルネームで名前の書いていない落とし物・忘れ物はすべて処分させていただきます。ご了承ください。

キャンプで荷物を管理するのは子どもたちです！必ずお子様と一緒にご準備ください。



大きいかばん *バスの下部分に他のメンバーと一緒にいれます。

チェック	もちもの	数	備考
	スノーブーツ (バス乗車時に履いてきてOK)	1	運動靴×、上部分がしづれる長靴△ ※すべりにくいサイズの合うもの
	上靴（必ず）	1	学校で使用している上靴でOK ※忘れた場合は会館で購入の必要あり、費用立て替え 後日清算
	ネックウォーマー	1	マフラーは滑るときにからまって危険なため厳禁。 ネックウォーマーの代わりに、フェイスマスク着用OK
	寒さ対策グッズ	必要な人	足先カイロ、貼るカイロ、貼らないカイロなど必要な方はご用意ください。
	洗面用具		はみがきセット、洗顔料、ハンドクリーム、日焼け止めなど
	濡れたものを入れる袋 	2	乾ききらなかったタオルや、雪に濡れた洗濯物を入れます。 (お名前の記入をお願いします) 【名前】と【ぬれたもの】と記入した ガムテープを貼り付けておくとわかりやすい。
	お風呂用タオル	各1	バスタオル、洗い用タオル
	下着	3	汗をかいたり、濡れてかわかない可能性もあるので、3セット持ってくるのがおススメです。
	着替え、パジャマ		P5を参考に袋詰めして下さい。
	筆記用具		板はがきの下書きをしたい場合
	健康保険証、それに代わるもの		
	板はがきを送りたい相手の住所 と名前		アート活動でキャンプの想い出を描き郵送します。 おじいちゃん・おばあちゃん宅など、ご自宅もOK
	フェイスタオル	1	英語活動で使用します(ボールにしたりボール運びに使います)



着替えのセット

*袋ごとにセットにするとわかりやすくておススメです

チェック	もちもの	数	備考
	寝る時に着る服	1セット	パジャマ、ジャージなど
	防寒着 (寒い時に着る上着)	1枚	バス乗車時に来ている上着でOK (会館内は暖房が入っていますが廊下は寒いため上着が必要です)
	あたたか下着 (雪遊び・スキー研修で使用)	1日目に 着てくる ものを含 めて 3セット	<ul style="list-style-type: none">・タイツやレギンス (靴下が濡れて履き替える場合があるのでレギンスがおすすめ)・長そでシャツ・スキー用に厚めの靴下 <p>*靴下2枚重ねでも可 (トレーナー・ズボンなどの下に着用。)</p>
	トレーナー ズボン くつした	2セット	冬の普段着でOK
	予備のスキー手袋	1	必要な場合 (子ども達は雪をよくさわるため濡れてしまい休憩時間内に乾かないことがあります。 予備のスキー手袋があると安心です)



レンタルするもののリスト

*現地でお渡し、使用後に返却します。

- ・スキー板
- ・スキーブーツ
- ・ストック
- ・スキーウェア上下
- ・手袋
- ・ゴーグル
- ・帽子



小さいかばん *バスの中にもって入ります。

チェック	もちもの	数	備考
	すいとう	1	中身をいれて持ってきてください。使用後はすぐのみになりますのでお茶かお水がおすすめ 2日目以降は給湯のお湯、お水を使うことができます。
	レジ袋	2	サイズは自由。(一時的ごみをいれるなど)
	ハンカチ、ティッシュ	1	
	手袋・帽子など防寒具	必要な子	バス移動中、外へ出るのはサービスエリアの移動のみ
	酔い止めの薬	必要な子	自分で管理できるように、親子で相談してください。
	常備薬	必要な子	自分で管理できるように、親子で相談してください。
	雨具	1	折り畳み傘、ポンチョなど
	おこづかい	400円	1日目、2日目の入浴後に自販機で飲み物を買います。 バス内で回収し、1日目、2日目の入浴後にお渡し、おつりは自分で管理します。(おつりの管理が心配な場合は貴重品ロッカーをご案内しますので事前にご相談ください。)



もってきではダメだよリスト

- ・スマホ(携帯電話)・ゲーム機器など
- ・おやつ、ジュース

*キャンプを楽しむために、絶対守ってね！

デジタルデトックスもキャンプの目的の1つです。みんなで協力しよう。
緊急の連絡は

090-1753-9453 (前田)

080-5124-1225 (成瀬)

0577-31-1013 (会館) まで

できたかチェックリスト

- ・持ち物には、全部フルネームで名前が書いてあるかな？
 - ・忘れ物はないかな？もう一回チェックしてみよう！
 - ・どこになにがあるかわかるかな？
- *準備から、キャンプはスタートしてるよ！楽しむためにもここが大事！！



よくある質問



Q キャンプ当日の天候が悪い場合も、キャンプは開催しますか？

A キャンプ当日が悪天候の場合も、子どもたちの安全を考慮し、雨や雪も自然の一部と考え可能な限り開催いたします。危険と判断した場合には雨天用プログラムに変更し、室内活動となります。キャンプ実施の際は関連の施設と連携をはかり、開催の判断をいたします。スキー・スノーボードや雪遊びを目的としたキャンプにおいて、それらが行えないほど積雪がない場合は、プログラム内容を変更し、現地でキャンプをしながら雪待ちを行います。

Q キャンプ場に忘れ物をしたかもしれません！

A 宿泊先や移動中の忘れ物は、フルネームで名前の記入があるものから、保護者様にご確認のうえ、着払いのご自宅にお送りいたします。開催期間終了後の発送となります。フルネームで名前が無いと判断されたものは、全て処分させていただきます。ご了承ください。(持ち物にはフルネームを分かりやすい位置にご記入ください)

Q 間違ってお友だちの荷物を持って帰ってしまいました。

A まずは、フルネームで名前が書いてあるかどうか確認をお願いします。フルネームで名前があった場合は、お手数ですが事務局まで元払いご郵送ください。名前がない場合は処分をお願いします。事務局に届いた忘れ物は届き次第順番に持ち主様に着払いご郵送いたします。

Q 写真の販売はありますか？

A 写真の販売はただいま検討中です。販売が決まりましたら「しおり」を更新してご連絡いたします。
電波状況から、当日の様子をInstagram等で発信することもできない場合はございます。写真販売ができない場合は後日、メールにて写真をご覧いただける案内をお送りします。SNSなどにはアップすることはお控えください。
ご理解、ご協力ををお願いいたします。

※スタッフがスマホで撮影した未編集のものです。写っている枚数にはばらつきがあります。ご了承ください。

※メールの送付は2週間ほどお日にちをいただきます。

集合解散について



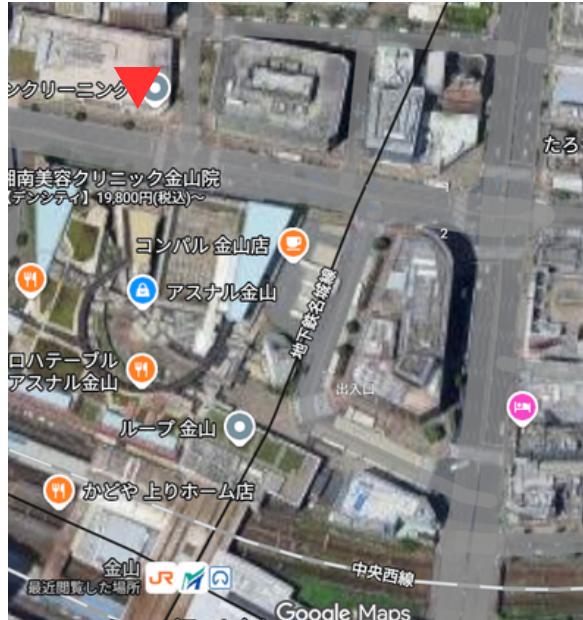
太田川駅集合

集合場所は
太田川駅東出口のロータリーです。
スタッフがお待ちしています！

集合時間：2/21（土）8：15

解散時間：2/23（月）17：40

*解散時間は、交通状態により
前後する場合があります。



金山駅集合

集合場所は
金山駅北口イオンの前です。
(アスナル金山駐車場の向い、旧ダイエー前)
スタッフがお待ちしています！

集合時間：2/21（土）8：45

解散時間：2/23（月）17：00

*解散時間は、交通状態により
前後する場合があります。