

新型コロナウイルス感染防止対策による 活動プログラム 補足資料

(1) 登山・ハイキング

- 必要に応じて**マスクを着用**し、**十分な距離**を保って活動してください。
- ハイキング中は平常時より、**飛沫距離が長くなる**傾向があります。
- 1列に並ぶ際には、真後ろを避け、**斜め後ろに並ぶ**ようにしましょう。
- マスクを着用することによって、**酸欠のリスク**が高まりますので、注意しましょう。
- 通常よりも時間にゆとりをもって、計画を立てましょう。

① 茶臼岳登山

ロープウェイで途中まで上がれますが、現在定員が**40名程度**です。(通常111名)  
(那須ロープウェイ 0287-76-2449)

② 剣桂(けんかつら)ハイキング

③ パノラマハイキング



④ 沢歩きハイキング

現在、キャンプ場を開設していないためキャンプ場の水道等は使用できませんが、休憩場所として使用することはできます。  
トイレは1か所のみ使用できますが、ポリタンクの水を使用してください。

⑤ ナイトハイキング

暗闇の中を十分な距離を保って歩くため、必ず**1人1本の懐中電灯**をご持参ください。

⑥ キビタキの森トレーニング

施設に隣接していますが、西郷村の施設です。(西郷村民体育館 0248-25-1102)  
直接ご連絡ください。

新型コロナウイルス感染防止対策による 活動プログラム 補足資料

(2) ゲーム・レクリエーション活動

- 自然の家の物品を使用する際には、**返却も含めて職員が立ち会います。**
- **使用後の道具には消毒処理**をさせていただきます。
- 実施場所は、**あらかじめ指定**させていただきます。
- **屋内ではマスクの着用**を徹底し、屋外では活動に合わせて着用してください。
- 活動中に盛り上がりすぎたり、激しく動いたりすると、呼気が上がり、**飛沫距離が長くなる**傾向がありますので、ご注意ください。



① オリエンテーリング4種

地図を見ながら、チェックポイントを探し、書かれている記号を集める活動。  
また、写真を見ながら同じ場所を探して地図に記していく活動もある。

	ポイント	写真
屋外	オリエンテーリング	なすかしの森オリエンテーリング
屋内	室内オリエンテーリング	ビジュアルオリエンテーリング

【持参必須物品】

筆記用具・地図/写真 (web サイトからダウンロードできます。)

自然の家が準備

解答・不足分の地図/写真

② キャンプファイヤー (営火場ABCの3か所で実施ができます。)

③ キャンドルファイヤー (人数に合わせて屋内施設を割り振ります。)

薪やトーチなどを購入していただきます。

ろうそくはご持参いただくか、売店でご購入ください。

**歌を歌うことや、身体接触を伴うゲームはお控えください。**

→3密を避けたゲームの内容については、ご相談ください。



④ なすかしチャレラン

**新しい生活様式に合わせた**、記録に挑戦できるゲームを用意してあります。

備品の貸し出し、返却には**職員が必ず立ち会います**ので、事務室までお越しください。

**筆記用具・ストップウォッチ・ホイッスルをご持参ください。**

⑤ ネイチャービンゴ

ビンゴ用紙の内容の自然物を探します。ビンゴ用紙をアレンジして作ることもできます。

ビンゴ用紙は web サイトからダウンロードできますのでご活用ください。

## 新型コロナウイルス感染防止対策による 活動プログラム 補足資料

### (3) 調理・炊事活動

通常よりも時間を要することが考えられます。ゆとりのある計画を立ててください。

実施可能なメニューは以下の**6種**です。

カレーライス・山菜炊き込みご飯・焼きそば・鉄板焼き・豚汁・ポトフ

#### 【持参必須物品】

マスク・ビニル手袋・手指・食器等用消毒液

(洗剤、クレンザー、たわし、軍手、新聞紙、マッチ、布きん、うちわなどは通常通りご持参願います。)

#### 【調理】

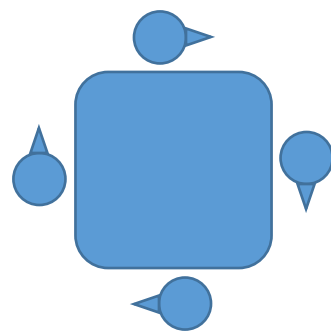
- 十分な距離を保って活動できるよう調理かまど・テーブルは**通常の2倍**割り当てます。
- 調理中は**マスクの着用**をお願いしますが、熱中症にお気を付けてください。
- 調理器具や材料を触る方は**手指の消毒**および、**ビニル手袋の着用**をお願いします。
- 倉庫は**一方通行**です。また、**1班ずつ**入るようにしてください。

(1班分の用具は**4人程度**で運搬可能です。)

#### 【実食】

食器は滅菌庫で保管してありますが、**配膳前に消毒**することをお勧めします。

- 4人で1つのテーブル**をお使いください。
- 右図のようにお座りいただくことをお勧めします。



#### 【片付】

- 流し場には限りがありますが、1つずつ空けてお使いください。
- 時間短縮のために、紙皿等をご持参いただくこともできます。
- 食器等の**点検は各テーブル**で行います。
- 倉庫内は**一方通行**です。また、**1班ずつ**入るようにしてください。

(1班分の用具は**4人程度**運搬可能です。)

新型コロナウイルス感染防止対策による 活動プログラム 補足資料

(4) 創作活動

- 材料費のかかる有料のプログラムのため、**事前のお申し込み**が必要です。
- **必要な道具は、ご持参いただくこと**をお勧めします。
- 自然の家の物品を使用する際には、**返却も含めて職員が立ち会います**。
- **使用後の道具には消毒処理**をさせていただきます。
- 実施場所は、**あらかじめ指定**させていただきます。
- **マスク着用**を徹底し、**十分な距離**を保って活動してください。

① 白河絵付けだるま

② 焼き板

原則として、野外炊事場で行います。**1度に2人程度ずつ**焼いてください。  
野外炊事用の薪を購入していただきます。**1束で10人程度**が焼けます。

貸出可能物品

たわし・火ばさみ・残炭片付けセット

**【持参必須物品】**

軍手・火付け用新聞紙・マッチ等・磨き用布

③ キーホルダー

貸出可能物品

きり・カラーペン

**【持参必須物品】**

ボンド

④ 竹細工（竹トンボ・竹はし）

貸出可能物品

のこぎり・きり・切り出しナイフ・ブルーシート

**【持参必須物品】**

軍手・ボンド・紙やすり

⑤ ネイチャー万華鏡・バードコール・竹トンボ

貸出可能物品

はさみ・切り出しナイフ・カラーペン

**【持参必須物品】**

セロテープ・のり・ボンド・紙やすり

⑥ 森のたより

貸出可能物品

油性ペン（カラーでも可）

⑦ わくわく木工

**活動場所の数の講師**を申請してください。