

国立若狭湾少年自然の家

小浜市田島区大浜

O-MAP (オリエンテーリング地図)

＜崩落のため通行止＞
※※の区間は
通り抜けできません

＜崩落のため通行止＞
※※の区間は
通り抜けできません

磁北とは、コンパスの針が指す北の方向です。



◎ スタート
○ ゴール
○ ポスト
(丸の中心に
あります。)

★自然を友に、体力と仲間づくり—
オリエンテーリング(OL)

目的地に行くための<1・2・3>

1 今は地図のどこにいるのかな？
正確に進むためには、まず自分の現在位置を知らなければなりません。そのためには、地図の向きを地形と合わせていることが大切です。これを「地図の正置」といい、コンパスの北(赤)と地図の磁北とをあわせませす。さらに、地形が読め、記号を知っていればどこにいるかがすぐわかります。



2 どちらの方向に行けばいいのかな？
現在位置と目的地がわかれば、地図上で進む方向がわかります。そこで地図の正置がされていれば、その方向が実際の進む方向です。
道のない所を進むときなどは、右のコンパスの使い方<1・2・3>を知っていると、横にそれずに進めて便利です。

3 目的地まではどれくらいかな？
目的地までの距離は、地図上で測って求めます。縮尺1:5,000なら、図上の1mmは5m、1cmは50mです。次に自分のからだで<歩測>します。いろいろな場合(歩く、走る)に、1複歩(2歩)が何mか、100mを何複歩でいけるかを知っておくと便利です。



さあ、ゴールを目指して自然の中へスタート!

コンパスの使い方<1・2・3>

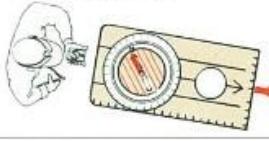
1 まず現在位置と目的地とをコンパスの長辺に合わせる



2 リングを回して、リングの矢印を磁北線と平行におく



3 コンパスをからだの前面にもち、リングの矢印と針が重なるまでからだを回す。重なったときの進行線が進む方向である



地図記号の説明

- ==== 主要道路
- 道
- - - - 小 道
- ||||| 階段
- 建物
- ◆ 砂防ダム
- 砂岩
- 穴
- ▽ 崖
- ||||| コンクリート
- ||||| 土ガケ
- ||||| 等高線
- ||||| 高川
- ||||| 砂浜
- ||||| 空地・広場
- ||||| 海
- × アスレチック施設

チェックカード

コース名	ゼッケン番号
コース	



OL虫です。

氏名(代表者に○印をつける) _____ 年齢(性別) _____

1.	オ(男・女)	ゴール時刻: _____ 時 _____ 分
2.	オ(男・女)	スタート時刻: _____ 時 _____ 分
3.	オ(男・女)	所要時間: _____ 時間 _____ 分
4.	オ(男・女)	ペナルティ: _____ 順位
5.	オ(男・女)	

ポストは順番にまわること
パンチが不明の時はアルファベットを記入する。

自然を
あいらしめてみよう。
自分のタイムは
自分でもちかえよう。

ポスト記号チェック欄(必ず所定の欄の中にパンチしてください)

1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16