



<崩落のため通行止>  
※E~D~F間は  
通り抜けてできません。

G~H間は道幅がとても狭いです。  
足元に十分注意してください。

<崩落のため通行止>  
※×の区間は  
通り抜けてできません。

◎ 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—— 通行不可  
オリエンテーリング(OL) × ポストがない場所  
令和6年1月 若狭湾青少年自然の家 加筆修正

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>



地図記号の説明

- 主要道路
- 道
- - - 小階段
- 建物
- 砂防ダム
- 岩
- 穴
- コンクリート
- 岩ガケ
- 土ガケ
- 等高線
- 砂浜
- 空地・広場
- 海
- × アスレチック施設

チェックカード

グループ名

氏名(代表者に○印をつける) 年齢(性別)

1. \_\_\_\_\_ オ(男・女)

2. \_\_\_\_\_ オ(男・女)

3. \_\_\_\_\_ オ(男・女)

4. \_\_\_\_\_ オ(男・女)

5. \_\_\_\_\_ オ(男・女)

ゴール時刻: \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分

スタート時刻: \_\_\_\_\_ 時 \_\_\_\_\_ 分

所要時間: \_\_\_\_\_ 時間 \_\_\_\_\_ 分

ベナルティ: \_\_\_\_\_ 順 \_\_\_\_\_ 位

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  
あいしましょつ。  
自分のゴミは  
自分でもちかえろつ。

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

