



## 活動のねらい

- コマ図を読み解いたり、問題に答えたり、仲間と協力して課題を解決する。
- 自然の中を歩きながら、普段は気づかないようなことを発見する。
- 起伏のある道を歩きながら、安全な歩き方や体の使い方を体験する。

## 準備物

自然の家で準備しているもの	個数	置場所	団体(個人)で準備するもの
ウォークラリーマップ 指導者用コースマップ 無線 熊鈴	必要数 必要数 1~2台 各班1個	事務室 事務室 事務室 事務室	長袖長ズボン・帽子 履き慣れた運動靴 軍手 雨具(できれば上下で分かれたもの) 飲料水(夏期は1L以上推奨) 救急用品 携帯電話 予備飲料水 等

## 活動内容(手順)

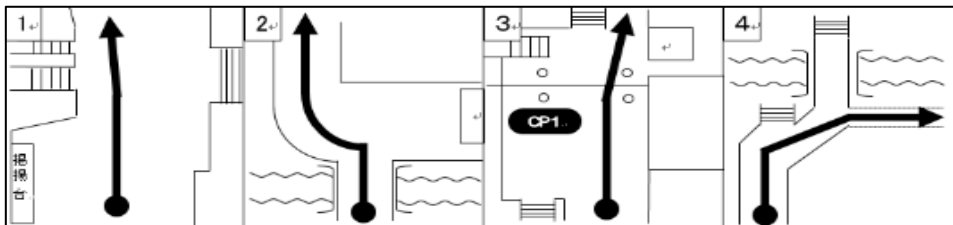
所要時間 (目安)	項目	内容	備考
活動前	準備	<p>&lt;事前&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ コースは<b>必ず下見</b>をし、<b>危険箇所や迷いやすい場所を事前に確認</b>しておいてください。</li> <li>○ <b>引率者の配置は計画的に行い</b>、緊急時の連絡方法も確認しておいてください。</li> <li>○ ウォークラリーのルールや5人程度のグループをあらかじめ決めておいてください。得点の高いグループに表彰など検討することで、参加者のモチベーションも高まります。</li> </ul> <p><b>※ルールは「ウォークラリーのルール案」を参考にしてください。</b></p> <p>&lt;当日&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 事務室に「森の活動計画書」を提出し、無線や熊鈴など必要な物品を受け取ってください。</li> </ul>	原則、 グループ活動
10~15分	活動方法の説明と安全指導	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ウォークラリーマップを配布し、ルールと<b>コマ図の見方</b>を説明します。</li> <li>○ コマ図上にチェックポイント(CP)と記してある場所では、問題を解くことを伝えてください。</li> <li>○ 必ず班でまとまって行動し、コマ図を確認しながら進むことを徹底させましょう。</li> <li>○ 舗装路を通るので、車両への注意も伝えてください。</li> <li>○ 参加者には<b>有事の際は引率者がどこにいて、どのように連絡をするか</b>を伝えてください。</li> </ul>	
60分程度	活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 引率者で連絡を取り合いながら、活動の様子を見守ります。</li> </ul>	
15~20分	集合・点呼 ふりかえり	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 参加者の健康状態と人数を確認し、怪我や体調不良などがありましたら、事務室に報告してください。</li> <li>○ ふりかえりの視点を参考に、感じたことや気づいたことを発表する時間を設けましょう</li> </ul>	
	片付け	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 借りた備品の数を確認し、事務室に返却してください。</li> </ul>	

## ウォークラリーのルール案

- ウォークラリーのチェックポイントは全部で6つあり、回答欄は10あります。例えば、回答欄1つにつき、5点とし、50点満点とします。
- 制限時間を設定し、その時間から早すぎても、遅すぎても減点されるようにしてもよいでしょう。例えば、時間得点を50点とし、1分前後するごとに、1点マイナスされるようにすると、得点に差が出やすくなります。
- 規定時間は引率者で設定し、参加者には伝えないようにしてもよいでしょう。
- どの時点でゴールなのかをはっきりとさせておくともよいでしょう。例えば、全員がそろって〇〇先生のところでチェックをしてもらったらゴールとするなど、グループ全員がそろうことも条件としておくともよいでしょう。

## コマ図の見方

- コマ図とコマ図の間隔は、一定ではありません。また、コマ図の上が常に北を示しているものではありません。
- コマ図自体は抽象的なものなので、道路幅やカーブが、実際の道と必ずしも一致していないこともあります。また、広場や建物についても、正確な形ではありません。
- 舗装路は実線で、砂利道や山道は点線で示しています。
- コマ図●印が、今、自分たちのいるところで、矢印の方向に向かって進んでいきます。
- 矢印が前を向くように、コマ図をお腹の前に持って、ぐるぐると地図と一緒に回ってみて、目の前の道や風景、建物の配置が、一致しているかを確かめて進むことが大切です。



## コースマップ



### Aコース

つどいの広場から島の越野外炊事場を通り、取付道路に上がります。そこからトビーホールに下って、自然歩道に入り、岩の沢野外炊事場から海沿いのなぎさ遊歩道に出るルートです。

### Bコース

Aコースの逆コースです。スタート後は、つどいの広場岩の沢野外炊事場に進んでいきます。

## ふりかえりの視点

- 自然の中でどんなことを感じましたか  
例) 見つけたモノや見た景色等についてグループで共有する
- 協力して活動を進めることができましたか  
例) どんなことを協力できたか、協力するために意識したことは何か
- どんなことに気をつけながら活動しましたか  
例) 個人で意識したこと、仲間と意識したことは何か

## 指導上の留意点

- 道を間違ってしまうと、自然の家から遠ざかって行ってしまう場所や自然の家にコースをショートカットして戻ることができるトビーホールの周辺に引率者を配置することが望ましいです。コースマップをご確認ください。
- コマ図の見方を理解しないままスタートしないように、練習をしてから進むとよいでしょう。
- 立ち入り禁止・危険箇所には、黒と黄色のトラロープ(写真1)を張っているため、そこには立ち入らないように指導してください。
- 滑りやすい箇所には、歩行補助用ロープ(写真2)を張っているため、必要に応じて使用し、転倒に注意してください。
- 熱中症対策のためにも、当日の活動の実施判断や活動時間の目安として、暑さ指数(WBGT)や「熱中症警戒アラート」の発表の有無を確認してください。

【写真2】トラロープ



【写真3】歩行補助用ロープ

