

# 宿泊研修のしおり

令和4年9月13日(火)～9月14日(水)

## 宿泊研修実施計画

### 1 目的

- (1) 共同生活を通して、助け合い、協力し合うことの大切さを学ぶ。
- (2) 集団生活の規律を身につける。
- (3) 困難に負けず、どんな仕事も根気強くやり通す。
- (4) 自然の美しさに触れる。

2 期 日 令和4年9月13日(火)～9月14日(水)

3 場 所 波戸岬少年自然の家(唐津市鎮西町名護屋5581-1)

TEL 0955-82-5507

4 参加児童 5年生128名(男子68名 女子60名)

### 5 引率者

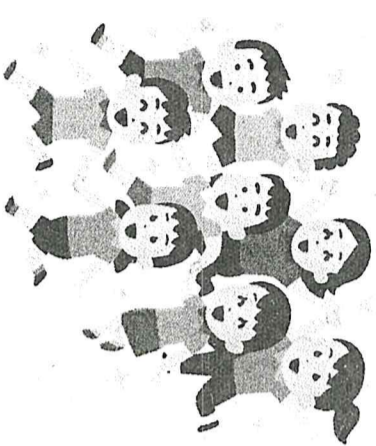
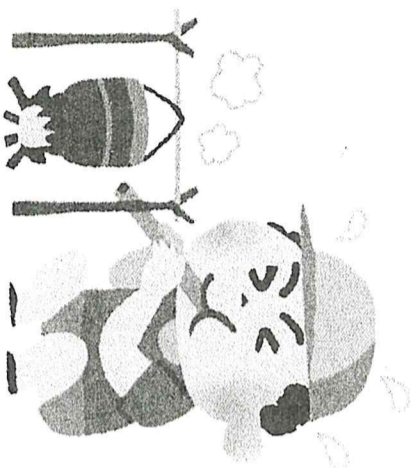
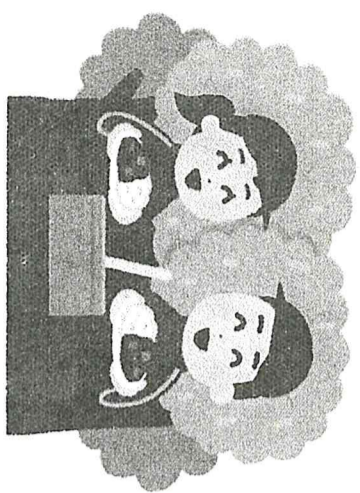
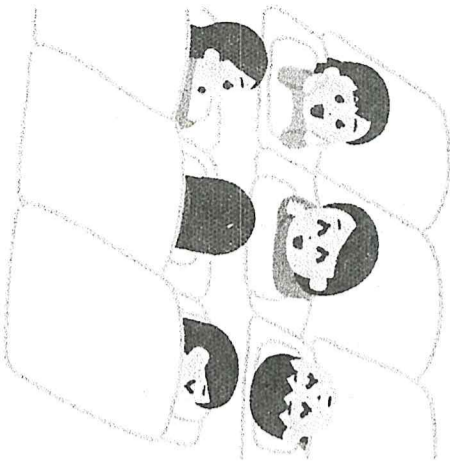
多貝利彦校長先生・井手久志先生(5の1)・谷口優華先生(5の2)  
 小山美雪先生(5の3)・宮園誠司先生(5の4)・坂下親先生(級外)  
 松尾佑実子先生(なかよし2組)・土井千波先生(保健室)

### 6 準備

持ちこる物	記名	準備	持ちこる物	記名	準備
しおり			上<つ		
筆記用具			名札		
絵筆1本(ヌートンコート用)			水とう		
ハンカチ(2日分)			ペットボトルのお茶1本 (夜の水分ほ給用)		
ちり紙(ポケット用)			凍らせたスポーツ飲料1本 (1日自活動用)		
フックなどの袋			ふきん(野外用)		
替え下着(2日分)			洗い物ふくろ2枚		
上着(寒い時に着る用)			せん用具 (歯みがきセット)		
活動時の服(2日分)			(ヘアークラシ、シャンプー ポテイローフ)		
(Tシャツやトレーナー、スボンなど)			おふる用タオル1枚		
※カッター体験時は長スボン			バスタオル1枚		
レインコート			軍手		
(雨天時のカッター体験用)			うで時計(時計係の人)		
汗ふきタオル2枚以上			弁当・わりばし(1日目の昼食)		
体そう服(ねる時に着る)			※すぐえられる容器で		
赤白ぼうし					
不織布マスク(多めに)					

※持ってきてよいもの

- 1 虫よけスプレー 虫さされの薬 カットパン 薬(必要な人)
- 2 集合時の服そう 動きやすい服そう、名札、赤白ぼうし、運動ぐつ(はきなれたもの)
- 3 その他
- 4 持ち物への記名を忘れない
- 5 不要なものは絶対に持ってこない(おかし、ゲーム、本、ドライヤーなど)



長松小学校5年( )組

名前( )

## 楽しい生活を送るために

### ☆生活について

- ① 1日の生活は、時間を守り、規則正しく5分前行動をします。
- ② 自分の泊まっている部屋は、いつも清潔にし、整理整頓をします。
- ③ グループ活動が中心です。仕事は責任を持って協力します。
- ④ 決められた場所以外には、許可なく行きません。
- ⑤ 使ったものは、元の場所に。来た時よりも美しくします。
- ⑥ 木を折ったり、きずつけたげせず自然を大切にします。
- ⑦ あいさつ各人になりましょう。 自然の家の人、他の学校や団体の人、出会った人に「おはようございます」「こんにちは」など元気な声で。
- ⑧ 長松小学校以外の人たちも宿泊しています。ろう下では特に静かにします。
- ⑨ 友達と仲良く協力し、たくさん思い出をつくりましょう。

### ☆食事について

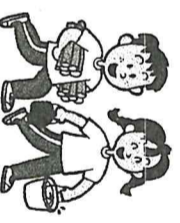
- ① 食事はセルフサービスです。食べられる分だけ取って、残さずに食べましょう。
- ② 食堂の入りで、手をよくあらいます。ハンカチを忘れません。
- ③ 食事は、黙食です。(友達と話したいけど…がまんしましょう)
- ④ 友達と協力して、後かた付けをします。最後に台ふきできれいにふきます。
- ⑤ 食事の後は歯みがきをします。(起きた後やねる前でもOK)

### ☆入浴について

- ① お風呂を使うのは、長松小だけではありません。入ってよい時間が決まっているので先生やリーダーからの連らくをしつかり聞きます。
- ② 服はふくろに入れて、ふくろの口をどして持ち運びます。こう衣室のたなにひとまどめに入れて入れ、友達のもの間違えないようにします。(くつ下は、部屋でぬぎます。)
- ③ 体をお湯で流してから浴そうに入ります。
- ④ 浴そうの中に、タオルは絶対に入れません。
- ⑤ 上がるときは、あらい場で体をよくふいてこう衣室へ行きます。こう衣室のゆかが、びちよびちよにならないようにしよう。
- ⑥ お風呂の中やこう衣室で、大声を出したり、さわいだりしてはいけません。
- ⑦ おけやこしかけなどをきちんと整理をしておきます。

### ☆部屋での約束

- ① 布団、シーツ、毛布はいつもきちんとただんでおきます。
- ② 自分の持ち物は、バツクの中にきちんと整理します。
- ③ バツクは部屋のすみにきちんとならべます。
- ④ 上ぐつは、かかとをそろえてならべます。
- ⑤ となりの部屋に聞こえるような、大きな声で話しません。
- ⑥ 部屋の中でも友達と十分なきよを取り、ヌヌクをして過ごしましょう。

	9月13日 (火)	9月14日 (水)
6:30		6:30 起床 おはようございます
7:00		7:00 朝のつどい 【集いの広場】
8:00		7:30 朝食 (部屋グループで) 【食堂】 8:00 清掃 【各部屋】 荷物移動【オリエンテーション室へ】 8:30 活動準備・移動【集いの広場集合】 9:00 カッター体験(3・4組) ※波が高くてできない場合
9:00	8:40 集合 ・ 出発式 9:30 学校出発 バス移動	※波が高くてできない場合 インドアピッコ・レク【体育館】 アウトドアピッコ・グラウンドゴルフ、 テニスゴルフ(1・2組)
10:00	10:10 波戸岬少年自然の家到着 集合写真(各クラス)	※雨天でできない場合 焼き杉【実習室】 12:00 昼食 (活動班で) 【食堂】 荷物整理・確認
10:30	10:30 波戸岬少年自然の家到着 入所式【オリエンテーション室】	13:30 退所式【オリエンテーション室】
11:00	11:00 昼食(弁当持参) 荷物移動	14:00 波戸岬少年自然の家出発 バス移動
12:00	12:00 活動準備・移動【集いの広場集合】 12:30 カッター体験(1・2組) ※波が高くてできない場合	14:40 学校到着 ・ 解散式
13:00	インドアピッコ・レク【体育館】 アウトドアピッコ・グラウンドゴルフ、 テニスゴルフ(3・4組)	<活動内容> ◇野外炊飯 ・ 役割を分担し、カレーライスをつくる。 持ち物：タオル、ふきん、ぼうし 水とう、軍手
14:00	※雨天でできない場合 焼き杉【実習室】	◇カッター体験 ・ 訓練用のボートに改良されたカッターをみんなが協力してこぐ。 持ち物：ぼうし、タオル、水とう (レインコート)
15:00	15:30 野外炊飯 グループでカレーライスを調理します【野外炊飯場】	◇焼き杉【雨天時】 ・ 杉板を焼いて、色を付けます。 持ち物：絵筆1本、筆箱
16:00		
17:00		
18:00	18:30 キャンソルの集い準備	
19:00	19:00 キャンソルの集い【体育館】	
20:00	20:30 入浴 (各クラス10分)	
21:00	21:30 入浴終了	
22:00	22:00 部屋リーダー会 反省会 就寝準備	
22:30	22:30 就寝 おやすみなさい	

## 係の仕事について

### ○部屋リーダー（各部屋から1人）

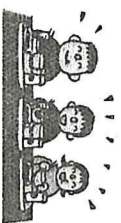
部屋の代表として先生からの連らくを聞き、部屋のメンバーに正確に伝えます。主な仕事は点検、確にん、報告、部屋員の健康チェックです。

### ○環境（食事・そうじ・お風呂・シート）係（各部屋から2人）

食事の準備やかた付け、各部屋のそうじ、お風呂場のお世話をします。そうじでは部屋のメンバーのそうじ場所を分たんし、部屋をすみずみまできれいにそうじできているか確にんします。また、そうじ用具を元の場所にもどし、整頓できているか確にんします。お風呂では浴室やこよう衣室の整理や忘れ物がないかを確にんします。シートを配ったり、集めたりします。

### ○つどい係（実行委員）

みんなの代表として言葉を言ったり、司会をしたりします。例えば、朝のつどい・タバのつどいの司会や旗の上げ下げ、お礼の言葉などがあります。



協力・責任

### 「つどい」などの役わり分たん計画

	9月13日（火）	9月14日（水）
出発式・解散式の司会4	④坂本けんすけ・④頼川やすうみ	②堀田がく・②井上はると
入所式司会2	③岩本かこ・④榎安りお	
入所式の言葉1	③大浦ゆう	
朝のつどい司会2		②鶴田たすく・②井上はると ①中村きょうしろう
朝のつどい（旗）4		②堀田がく・③北村とうま ④鉄富かずや
キャンドルのつどい	別紙	
退所式司会2		②見汐あこ・④鉄富かずや
退所式の言葉1		①中野りな・①山口ひな ③伊藤みら

## キャンドルの集い

つど

みんなの心をひそつにして、

思い出に残るキャンドルの集いにしよう！！

【第一部】むかえ火のぎ式（静かに、げんしゅくに）

- 集合、入場
- 1 始めの言葉
- 2 歌「遠き山に日は落ちて」  
火の神・火の小神 入場
- 3 火の神の言葉
- 4 分火（火の神 ⇒ 火の守）
- 5 誓いの言葉
- 6 点火
- 7 歌「おもいやりのうた」

・司会（③岩本かこ・④榎安りお）  
 ・火の小神（③大浦ゆう）  
 ・火の守（①坂田おうた・①谷口せいや・  
   ①中野りな・①中村きょうしろう・  
   ①山口ひな・②増本こうや・  
   ③伊藤みら・③北村とうま・  
   ③宮崎やまと・④鳥越ひより）  
 ・シク（②堀田がく・②見汐あこ・  
   ②鶴田たすく・③宮崎やまと・  
   ④鉄富かずや）  
 ・詩の朗読（①谷口せいや・②井上はると）  
 ・終わりの言葉（④坂本けんすけ・  
   ④頼川やすうみ）

【第二部】しんぼくのつどい（楽しく にぎやかに）

シクレーション



【第三部】送り火のぎ式（静かに、げんしゅくに）

- 1 歌「今日の日はさようなら」
- 2 詩の朗読
- 3 終わりの言葉

