



プログラムの立て方

1 「プログラム」とは

■ 「経験」と「体験」と「体験活動」とは？

独立行政法人国立青少年教育振興機構（以下「機構」という。）は、「体験を多く行っている青少年ほど、他者への思いやりや積極性などの自立的行動習慣が身についており、自己肯定感も高い傾向にある」という調査結果を報告しています（平成22年度「青少年の体験活動等と自立に関する実態調査」報告書〔概要〕）。

また、学習指導要領では、「道德教育を進めるに当たっては、(略) 集団宿泊活動やボランティア活動、自然体験活動などの豊かな体験を通して児童の内面に根ざした道德性の育成が図られるよう配慮しなければならない」（「小学校学習指導要領」第1章総則第1教育課程編成の一般方針）と提示され、学校教育法では、「学校内外における自然体験活動を促進し、生命及び自然を尊重する精神並びに環境保全に寄与する態度を養うこと」（第21条）と規定されています。

では、「体験」と「体験活動」は、どのように違うのでしょうか。法律上の定義はありませんが、平成19年中央教育審議会答申「次代を担う自立した青少年の育成に向けて」では、次のように説明しています。

— 体験活動に関する調査研究成果 —

機構のホームページには、様々な調査研究の成果が掲載されています。

http://www.niye.go.jp/kenkyu_houkoku/

・ 経 験 ・

人間が実際に見たり、聞いたり、行ったりすることを広く指して用いている。

・ 体 験 ・

経験のうち、経験する者の能動性や経験の内容の具体性に着目して、能動的な経験や具体的な経験を指して用いている。

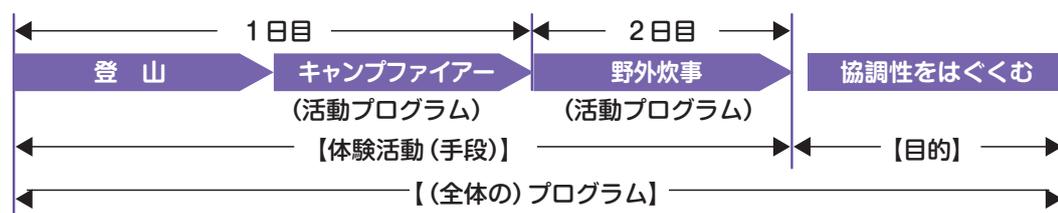
・ 体験活動 ・

体験を通じて何らかの学習が行われることを目的として、体験する者に対して意図的・計画的に提供される体験を指して用いている。

■ 「プログラム」とは？

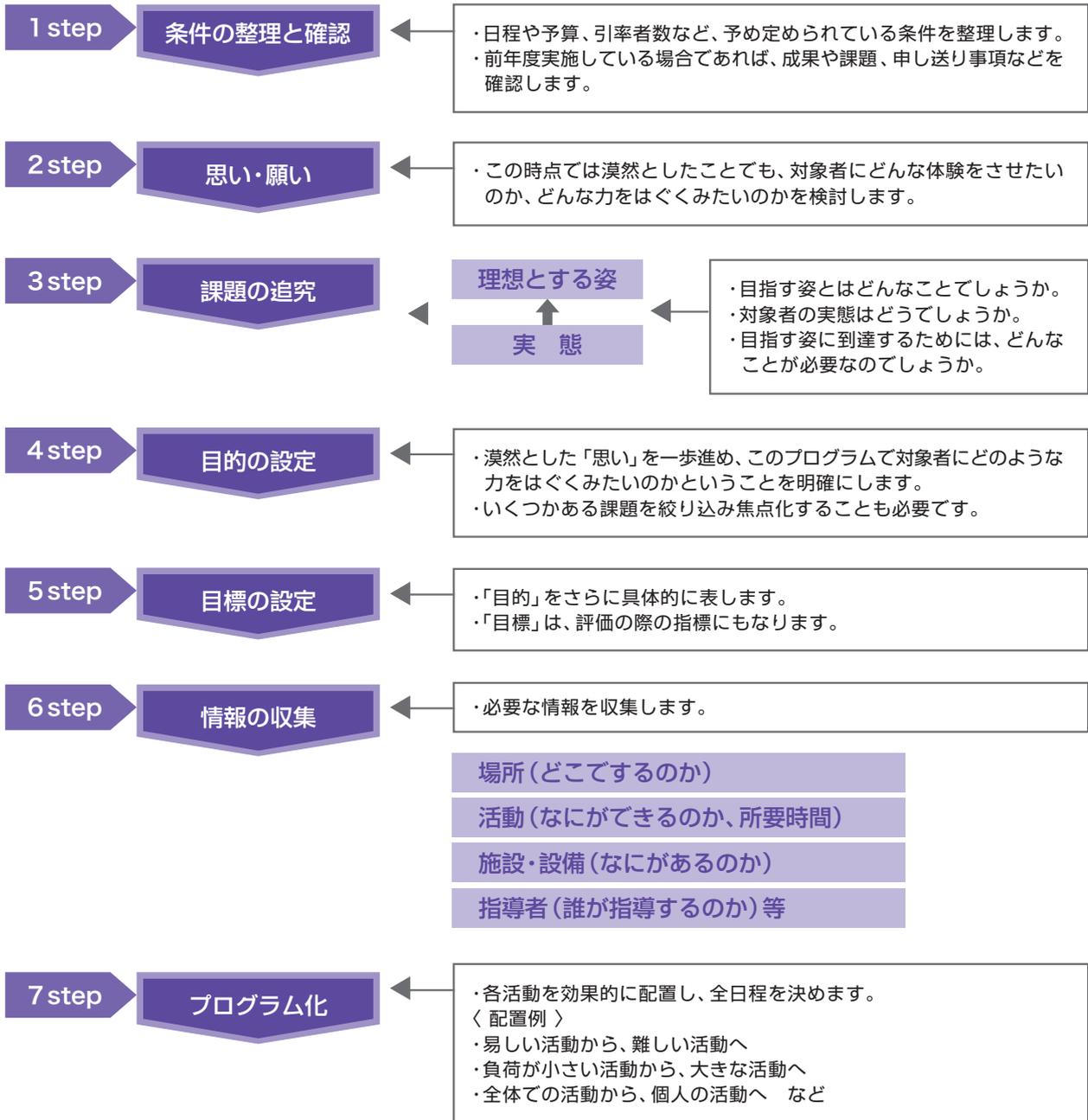
プログラムとは、「学習（教育）目的を達成するための全体またはその中の1つの活動」を指していいいます。この場合、全体のプログラムと区別して、1つの体験活動を活動プログラム（アクティビティ）と呼ぶことがあります。

学習の目的を達成するためには、1つの体験活動を提供すればよい場合と、複数の体験活動を組み合わせ提供する場合があります。複数の場合は、目的を達成するために、その活動プログラム（アクティビティ）をどの順番で提供するか（より効果的な組み合わせ）を考えることが大切になります。



2 プログラム立案の手順

プログラムを立てる手順の一例を紹介します。



— プログラム相談 —

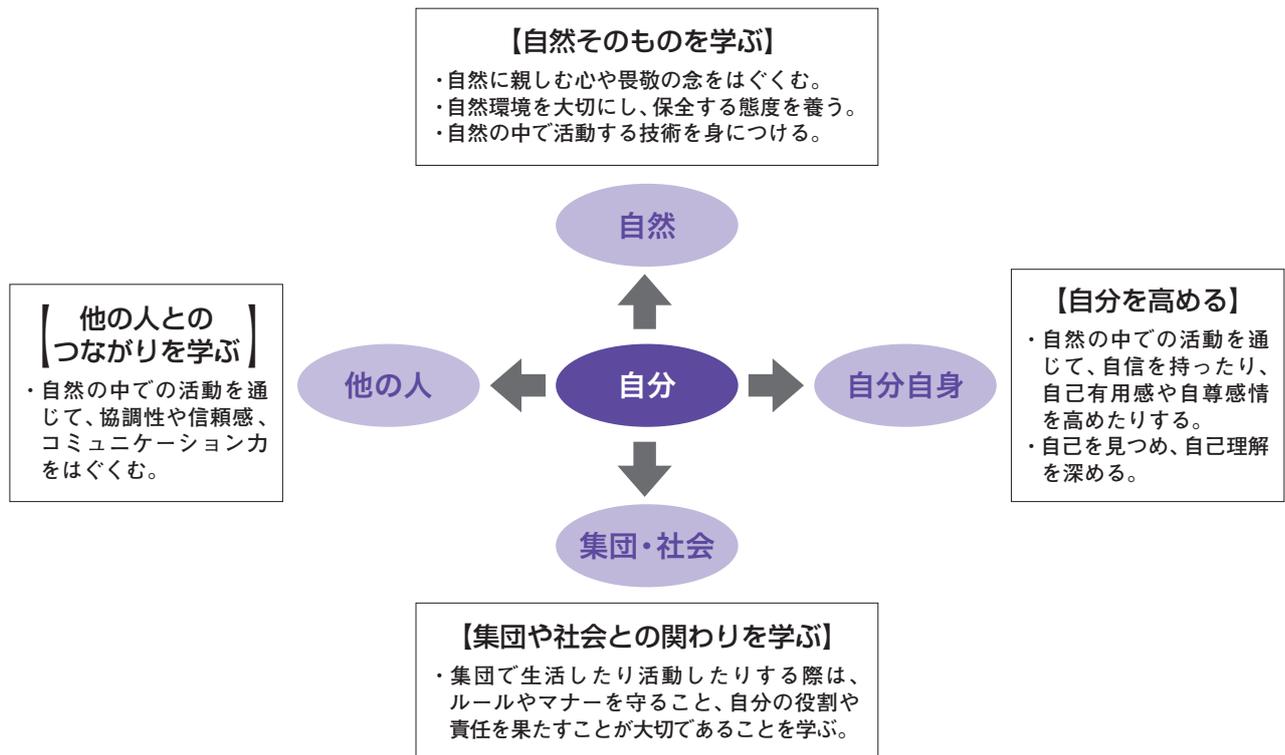
中央交流の家では、活動内容や指導者などの情報を提供し、プログラム立案のお手伝いをさせていただきます。電話でもご相談に応じますが、ご来所いただいた上での打合せをお勧めします。

3 プログラム立案のポイント

■ 「目的」の設定

「体験活動」の「目的」をどのように設定すればよいのでしょうか。例えば、自然体験活動の場合、「自然に親しむ」といった自然そのものに関する目的もあれば、「自然体験活動（例えば、「登山」）を通じて、協調性をはぐくむ」といったことも考えられます。

次に提示するのは、「小学校学習指導要領『道徳』の[内容]」を参考に作成した、自然体験活動における目的設定の視点と目的の例です。



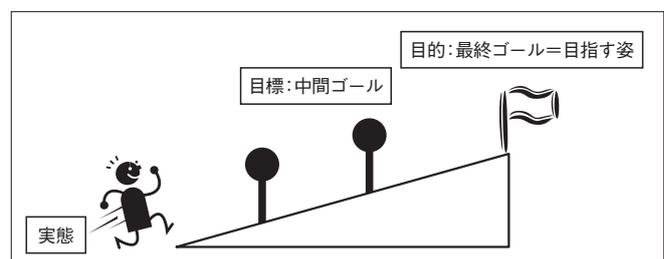
■ 「目的」の具現化＝「目標」の設定

「目的」とは最終的に目指す姿です。例えば、学校の集団宿泊活動の場合、「協調性や信頼感をはぐくみ学級の連帯感を高める」といった概念的・抽象的な表現となります。

では、「連帯感が高い学級」とはどのような学級なのでしょう。また、協調性や信頼感が身につけている子どもたちには、どんな言葉や行動が見られるのでしょうか。例えば、これまでは、学級に対して無関心の子が多かったとしたら、「挨拶ができるようになる」、「困っている人を助けるようになる」といった言動がとれるようになることが考えられます。

このように「目的」を具体的に表したものを「目標」とします。「目的」が最終ゴール(理想とする姿)ならば、「目標」は中間ゴールといえるでしょう。

また、「目標」は、具体的に表現されているので、到達の度合いが測定しやすいことから、「評価」の際の指標にもなります。

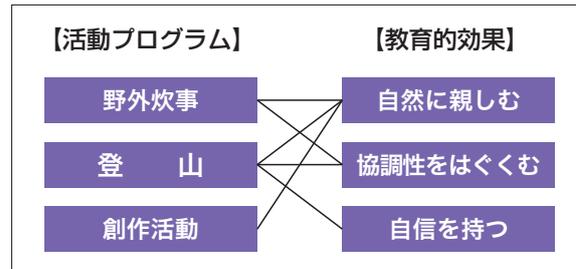


■ 「内容」(活動プログラム)の選択

「登山」「野外炊事」「ネイチャークラフト」など、一つ一つの活動をプログラムと区別して、「活動プログラム」と呼んでいます(「アクティビティ」ともいいます)。

それぞれの活動プログラムには、特有の教育的効果があります。例えば、「野外炊事」には、①「自然の中で食事を作って食べる楽しさを味わうことができる」や、②「薪割り、火熾し、調理、片付けなどを行うことにより協調性をはぐくむことができる」といった教育効果(言い換えれば、前述の「目的」ということです)が考えられます。

こうした教育効果を踏まえ、「目的」「目標」に合わせて、「活動プログラム」を選択します。



■ 「目的」「目標」に応じた「指導方法」の選択

子どもたちは、「遊び」を通じて様々なことを学び育っていくといわれています。「体験」も「遊び」と同様の意味があります。

しかし、前述のとおり「体験活動」は、「何らかの学習が行われることを目的とした体験」または「体験する者に対して意図的、計画的に提供される体験」ですから、偶発的な学習だけに依存することはできません。「何をするのか」といった活動内容とともに、「どうやってするのか」といった指導方法も併せて考えることが必要です。

例えば、「野外炊事」の場合、前述の①を目的とした場合と、②を目的とした場合とでは、どのような指導方法の違いがあるのでしょうか。

子どもたちがうまく作業や調理ができなかった場合、①であれば指導者は手助けして作業を代わることは構いませんが、②であれば、作業を安易に手伝うことはしません。子どもたちが自ら考え話し合う中で、問題を解決するように支援します。この問題解決にいたる過程(プロセス)が学びになると考えます。

もちろん、どちらの場合でも、薪の割り方や調理の仕方といった技術的な指導、そして、安全指導は共通して行わなければなりません。

指導方法については、「小学校学習指導要領『特別活動第3指導計画の作成と内容の取扱い[学校行事]』」でも提示されています。

また、実施に当たっては、(略)自然体験や社会体験などの体験活動を充実するとともに、体験活動を通して気付いたことなどを振り返り、まとめたり、発表し合ったりするなどの活動を充実するよう工夫すること。 (下線は筆者)

つまり、活動の後に、「振り返り」という内省・省察の時間を設けるとより効果的です。自分で考えたり書いたり、あるいは、グループで話し合ってまとめたりします。また、各人の考えやグループの意見を学級全体(グループ全体)で発表することにより、他の人の気づきや考えを知ることができます。

体験を通して気づいたことを言葉で表わすことにより一般化・概念化することができ、経験知として定着していくのです。

このような活動は、学習指導要領が重要としている「言語活動の充実」につながります。



体験活動の指導

1 体験活動の指導の種類

■ 活動プログラムの技術的な指導

活動プログラムの指導の基盤は、やり方やルールといった技術的なことといえるでしょう。野外炊事ならば、ナタの使い方、火の付け方、調理の仕方、灰の片付け方といったことであり、活動前にしっかりと指導することが必要です。

本ガイドブックでは、活動プログラムごとに指導内容をご紹介しますので、ご覧ください。

■ 安全に関する指導

活動プログラムを指導する際は、技術的な指導とともに安全指導を行うことが必須です。指導内容には、次のようなことがあげられます。

- 危険な箇所や立ち入り禁止箇所（言い換えれば、活動エリアを明示することです）
- 危険な動植物（どんな動植物なのか、どのような危険があるのか）
- どのような行動が危険なのか、どうしたら防ぐことができるのか
- 事故が起こったときにどうすればよいのか
- 自分の安全は自分で守ること（基盤となることです）

こうしたことを活動前に具体的に指導するとともに、活動中にも絶えず注意を払い危険を察知したら時機を逃さずに指導することが必要です。

■ 「目的」に応じた指導

活動プログラムには、それぞれ固有の教育的な効果があります。野外炊事ならば「自然の中で調理して食べることの楽しさを味わう」といったことです。

一方、活動プログラムを、特定の教育目的・目標を達成するための「手段」(方法)として捉え実施することもできます。そうした場合は、教育効果をより高めるための指導方法があり、目的によって様々な工夫をこらすことが必要です。

2 「目的」に応じた指導方法の例

■ 「教える」(スキルの習得)指導と「気付く」(価値の探求)指導

登山の技術であるとか、ナタを使った薪の割り方といったスキルを習得するようなことは、しっかりと教えることが必要です。基礎的なことを教えた上で練習（試行錯誤）を繰り返すことで上達するのであって、いきなりやらせてしまえばは事故につながります。

一方、「協力することは大切である」といったことはどうでしょうか。「知識」(言葉)として知ってはいても、そのことを体感していないと実際に協力することができないのではないのでしょうか。このような価値の探求を目的とした場合は、活動プログラムを通して気付き・発見するような指導が必要です。その際の留意点としては、プログラムに余裕を持ち（多くの活動を行わずに時間的に余裕を持つ）失敗を許容し試行錯誤させること、また、指導者はすぐに答えを教えたり助言したりするのではなく、参加者が気付くことを「待つ」という姿勢を持つことなどが考えられます。

■ 自然に親しむ五感に働きかける指導

教育基本法では、教育の目標の一つとして「生命を尊び、自然を大切にし、環境の保全に寄与する態度を養うこと」と規定されています。では、どういった指導をするのでしょうか。植物図鑑を参考に樹木や草花の観察をしたり、環境問題に関する知識を学んだりといったことがあるでしょう。

また、こうした方法とは別に、五感を使って自然に触れ、感性をはぐくむ方法があります。例えば、次のような活動プログラムがあります。

□「フィールドビンゴ」

自然に触れることのできる課題を書いたビンゴカードを持って、自然散策やハイキングなどを行います。

□「私の木」

2人1組になり1人がスタート位置から目かくしをして移動し木に触れ、感触や臭いを確かめます。その後、スタートの位置に戻り、目かくしを取って、その木を探します。

□「サウンドスケッチ」

自然の音を聞いて（風の音、葉が揺れる音など）感じたままに、絵や線などで表します。

こうした自然に触れる体験活動プログラムは、公益社団法人日本シェアリングネイチャー協会が普及していますので参考にしてください。 <http://www.naturegame.or.jp/>

■ 自分を高めることや他の人とのつながりを学ぶための指導

平成20年3月に告示された『小学校学習指導要領』では、「特別活動」の項で、「体験活動を通して気付いたことなどを振り返り、まとめたり、発表し合ったりするなどの活動を充実するよう工夫すること」と記述されています。

これは、体験活動プログラムの活動後、体験を通して気付いたことや学んだことを反芻することにより、体験で得たことの内面化を図るということです。

また、振り返りの際に、ねらいに即した視点を設定するという方法があります。例えば、「他の人とのつながりを学ぶ」ということであれば、「仲間の良さを発見しよう」として、「中心となって活動した人は誰ですか」、「雰囲気盛り上げようとしたのは誰ですか」、「仲間からの嬉しかった言葉や行動はどんなことですか」といったことについて考え、発表するような指導です。

あるいは、課題を達成するような活動の場合は、「成功した理由・失敗した理由は何ですか」、「どうしてそういうことができたのですか・できなかったのですか」というように問いを重ねて考えを深めるような指導です。

3 自然体験活動における指導の注意点

■ 指導者の立ち位置等

野外は、教室等の室内よりも参加者を集中させにくい状況にあります。指導者等は太陽の位置、風向き、気温などを考慮して指導する場所を選ばなければなりません。

- 指導者は参加者にとって太陽がまぶしくない位置に立つ（夏は日陰を選ぶ）。
- 夏は風とおしのよい涼しい場所、冬は風を遮断する場所を選ぶ。
- 気温の低いときは短時間にする。

■ 集合の隊形

野外では教室等と違って机・椅子がないので、自由な集合隊形をとることができます。縦横整列した隊形だけでなく、指導者を中心に扇型にしたり、円にしたり、指導の目的や内容に応じて選びます。

■ 説明の仕方と非言語的なコミュニケーション

説明を長々としていると参加者の集中力が低下するので、説明は明瞭・端的にします。参加者からモデルを選んで範例を示したりすると分かりやすいでしょう。

また、何より指導者等が気持ちを込めて話すことが大切です。そして、表情、声のトーン・大きさ・テンポ、服装や姿勢といった「非言語的なコミュニケーション」と呼ばれることにも留意します。

4 中央交流の家の指導

■ 「直接指導」と「間接指導」

中央交流の家の職員等が参加者に指導することを「直接指導」と呼んでいます。それに対して、中央交流の家の職員等が、指導者に指導・助言することを「間接指導」(指導者等への指導を通じて参加者を指導するという意味)と呼んでいます。

■ 「直接指導」の内容

□入所時のオリエンテーション

オリエンテーションでは、施設の使い方やルールばかりでなく、参加者の動機づけになるような話や体験活動の啓発に関する話、そして、安全に関する話などを行います。

□活動プログラムの技術指導と安全指導

中央交流の家が用意している活動プログラムを実施する際、技術的な指導ややり方、そして、安全指導を行います。例えば、野外炊事では、ナタの使い方や火の付け方などを指導し、概ね火がつくまで指導にあたります。

しかしながら、活動中ずっとその場で指導することはしていませんので、ご了承ください。

□特例としての直接指導

利用者が比較的少ない時期(冬季間)においては、「チャレンジ・ザ・ゲーム」を使ってチームビルドを行うような場合など、中央交流の家の職員がやり方の指導ばかりでなく、全体の指導にあたることができますので、ご相談ください。

■ 「間接指導」の内容

□プログラム相談

効果的なプログラムの立て方などの相談にあたります。また、周辺施設や自然環境、最近の事故事例等の情報をご提供します。

事前の予約が必要ですが、遠慮なくお申し込みください。なお、電話でもご相談に応じておりますので、お気軽にご連絡ください。

□活動プログラムの事前打ち合わせ

活動プログラムを実施する前に、実施(中止)の判断や進め方について確認します。

□活動プログラムの体験

実施する(予定の)活動プログラムを、事前に体験することも可能です。職員が指導にあたりますのでご相談ください。事前の予約が必要ですが、遠慮なくお申し込みください。

■ 地域指導者による指導

中央交流の家では、専門的な知識や技術をお持ちの地域の方に参加者への指導をお願いしています。ほとんどの方は本職を持ちながらボランティア的にご指導くださっておりますので、指導謝金は必要ですが、金額は一般的な料金よりも低くなっています。

なお、事前の申込みが必要です。

参考 — 体験活動とPDCAサイクル —

■ 「PDCAサイクル」と「体験活動の指導」

マネジメントでは、「PLAN(計画)・DO(実行)・CHECK(評価)・ACTION(改善)」というマネジメントサイクルにもとづく業務改善が有効とされています。

「体験活動の指導」においても、このマネジメントサイクルを応用することができます。参加者が体験(DO)を通じて感じたこと、気づいたことを学びとするためには、活動後に話し合いや発表など(CHECK)に、十分な活動時間を設けることも重要なことです。そして目指すことは、体験活動で得た学びを実社会(ふだんの生活)に適應することで(ACTION)、人間的な成長を図っていくことです。

■ 指導者の役割

- 「結果」(見えるもの)ではなく、「過程」(見えないもの)を重視すること

指導者等には「見えるもの」ばかりでなく、「見えないもの」を見ようとする姿勢が必要です。例えば、「仲間づくり」を目的にオリエンテーリングを実施した場合、得点や順位といった「結果」ではなく、どうしてその得点や順位になったのかといった「理由」を重視します。

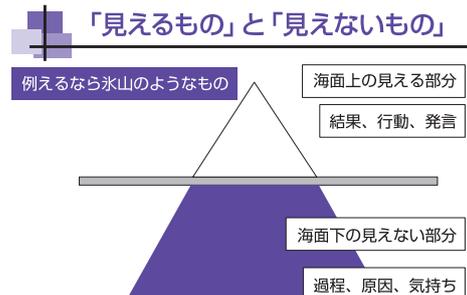
つまり、オリエンテーリングの中で起こっていたメンバーの言動、そして、心の動きに着目します。あるいは、参加者が発した言葉や取った行動の背景には何があるのか、どんな気持ちでそうした言動を取ったのかといったことを指導者が観るのです。

- 指導者は場面に応じて役割を変えること

体験活動の指導者には場面や目的に応じて色々な役割が求められます。例えば、次のようにいわれています。

- ・インストラクター：技術的な指導を行う場合
- ・インタープリター：自然や人との触れ合いを促す場合
- ・ファシリテーター：気付きや学びを促したり、考えを深めたりする場合
- ・カウンセラー：参加者の話をよく聴く場合

野外炊事のやり方を教えるときはインストラクターとなってしっかりと指導し、活動後の話し合いのときはファシリテーターとなって気付きを促すような助言を行うということです。



指導者の役割

役割	指導者の呼称
教える	教える(インストラクター、ガイド)
気付き	解説する(インタープリター)
	促す(ファシリテーター)
	よく聴く(カウンセラー)



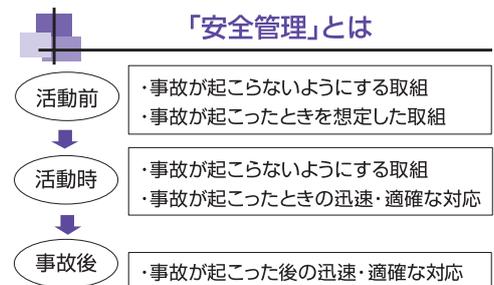
安全の管理

1 安全管理とは

指導者や引率者（以下「指導者」という。）は、参加者が事故やケガもなく安全・安心に活動ができるようにすることが大きな役割であり、義務ともいえます。

そのためには、事前に、「事故が起こらないようにするための取組」や「事後が起こった時のことを想定した取組」を行う必要があり、また、万が一事故が発生したときには迅速・適確な対応を行うことも重要です。こうした一連の取組を「安全管理」といいます。

「安全管理」は、安全マニュアルの作成など指導者自身が準備することと、指導者が参加者に対して行う安全教育とがあります。また、参加者に対しては、身体的な面とともに、精神的な面、いわば「心の安全」にも配慮することが必要です。



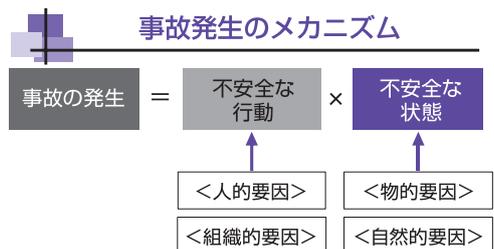
2 事故が起こるメカニズム

■ 事故は「不安全な行動」と「不安全な状態」が重なったときに起こる

建設の分野では、「物（施設・設備）」、「人（行動）」、「組織（管理）」を安全の三要素（事故の三原因）といっています。野外活動の場合は、これに「自然（環境）」を加えることができるでしょう。

安全な施設で、安全な行動をとれば事故は起きませんが、不安全な状態で、不安全な行動をとると事故が起こる確率が高くなります。

例えば、登山の経験が少なく技術が十分でない者が、天候が悪いときに登山を行うと遭難する危険性が高まるということです。



◆ 不安全な行動（人的要因・組織的要因）

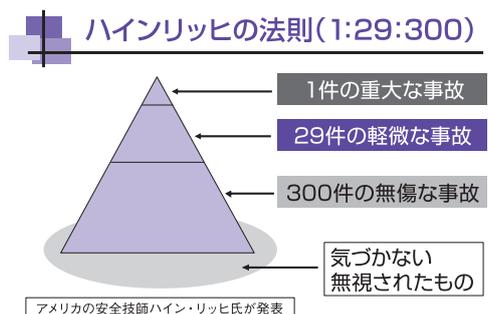
- ・ 知らない・・・安全管理や野外活動に関する知識がない、情報不足 など
- ・ やれない・・・応急処置や野外活動に関する技術がない、体力・精神力がない など
- ・ やらない・・・怠慢、軽視、ルール軽視の組織風土、低い安全意識 など

◆ 不安全な状態

- ・ 物的要因・・・壊れている、性能が低い、食物アレルギー など
- ・ 自然的要因・・・大雨、強風、台風、落雷、濃霧、低温 など

■ 小さな事故の見逃ごしが大きな事故につながる

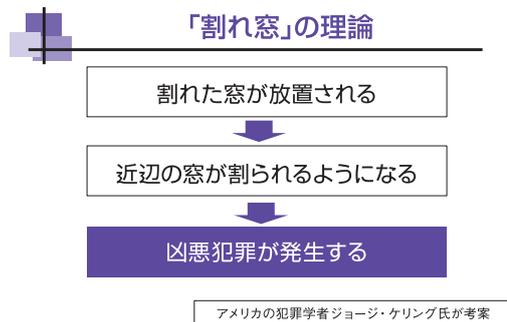
「ヒヤリハットの法則」と呼ばれるものがあります。これは、アメリカのハーバード・ウィリアム・ハインリッヒ氏が、「1件の重大な事故の背景には29件の軽微な事故が起きており、さらに300件の無傷な事故（ヒヤリ、ハットした）が起きている」と提唱した「ハインリッヒの法則」のことです。ハインリッヒ氏はまた、事故の88%は不安全な行動、10%が不安全な設備だといっています。



また、アメリカのジョージ・ケリング氏は、割れ窓が放置されていると周辺の窓が割られるようになり、やがて凶悪犯罪が発生するようになるといっています。

つまり、野外活動で大きな事故になる場合は、その予兆となる小さな事故が起こった時点で対処しておかないから大きな事故が起こってしまうということです。

例えば、参加者が私語ばかりして指導者の話を聞いていない状況を放置しておくと、やがて大きな事故を起こす確率が高くなるということです。例えば、整理整頓・無駄話はしないといった基本的な指導が安全教育の基盤になるということです。



3 安全管理の要点

■ リスクは無くならないという認識を持つ

体験活動（特に、野外活動）における「リスク」（危険、望まない事態等）が無くなるということはありません。事故0を目指しますが、事故が発生する確率を0%にすることはできないという認識を持つことが必要です。

リスクは無くならないという認識を持つことが、気を抜くことなく適切な安全管理を行うことの基盤となるのです。

■ リスクの分析・評価

	確率高い	確率低い
危険大	回避 ↓ (やめる) リスク	リスクの軽減→実施 ↓ (軽減できない) 回避 (やめる) リスク
危険小	リスクの軽減→実施 ↓ (軽減できない) 回避 (やめる) リスク	保有 (実施) リスク

■ 指導者自身の安全管理及び体験活動の知識・技術を高めること

指導者には、安全管理の重要性を認識するとともに、リスクを想定できる経験や知識、リスクを分析・評価した上で適切な対処をとることができる知識、また、事故が起こったときの応急処置といった技術を身につけていることが求められます。

また、登山をする場合、登山経験が有り、登山の知識・技術を持った指導者が必要です。このように、もし、団体に適任者がいない場合は、外部の専門家にガイド依頼するなどの処置を講じることが必要です。

■ 参加者への安全教育は具体的に行うこと—自分の安全は自分で守るという心構え—

指導者は予めリスクに関する情報を取得し、参加者に対して注意を喚起する義務があります。その際、曖昧な表現は避け、具体的に指導・指示することが必要です。例えば、「スズメバチに気をつけましょう」では不十分です。スズメバチを見たことがない参加者がいるかもしれません。写真を見せながら、「スズメバチを見かけたら、そっと、その場から離れてください。手や棒で追い払ったりして、ハチを刺激してはいけません」と、具体的にやってはいけないこと・やらなくてはいけないことを話します。

しかしながら、全てのリスクを想定し参加者に伝えることは無理です。したがって、指導者は場面に応じた具体的な注意喚起を行うとともに、参加者自らが危険に気づき、これを回避するような行動がとれるように指導することが必要です。

■ 安全管理に関することは文書化すること

事前の実地調査の結果や当日の活動の記録、安全に関する指導事項など、安全管理に関することは文書として残すことが必要です。これは、安全管理体制を整えるとともに、安全教育の場合は指導事項の徹底にもなります。また、万が一事故が起こり裁判となった場合は証拠にもなります。

■ 指導者は参加者から目を離さないこと

事故は指導者が参加者から目を離すと起こる確率が高くなります。参加者の生活から活動までの全てを見ていることはできませんが、危険度の高い活動の時には、指導者が見ている状況をつくります。言い換えれば、指導者の見える範囲で（指導が届く範囲で）活動させるということです。

4 安全管理の具体的な取組

(1) 活動の前 ※参加者：参加者への指導 指導者：指導者側の管理

	身体面	精神面
参加者	<input type="checkbox"/> 服装や持ち物の指導 ・長袖・長ズボンなど <input type="checkbox"/> 体調管理の指導 ・最初から体調が悪い参加者は、最後まで悪い場合が多いといわれています。 <input type="checkbox"/> 危険な箇所・行動・動植物の指導 ・具体的に指導します。指導事項を資料化し配布すると効果的です。	<input type="checkbox"/> 事業参加に対する動機付けと不安の軽減 ・事業目的・日程等を確認します。 ・リスクと対応策を説明します。 ※リスクが分かることにより不安が軽減されます。
指導者	<input type="checkbox"/> 十分な実地踏査の実施 ・望ましいのは実施時と同じ条件、事前と直近の2回実施することです。 ・実地踏査の内容を文書化しスタッフ全員が共有します。 ・携帯電話や通信機の電波状況を確認します。 <input type="checkbox"/> 道具類の安全点検 <input type="checkbox"/> 気象情報の把握 ・情報の入手方法を確認します。 ・荒天時の代替案を作成します。 ・地域独自の判断方法を確認します。 ※富士山に笠雲がかかると雨が降る等 <input type="checkbox"/> 緊急時の対応の確認 ・救急病院を確認します。 （住所、電話番号、経路、所要時間、診察時間、診察内容等） ・学校や保護者への連絡網を作成します。 <input type="checkbox"/> 救急用具等の準備・確認 ・救急セットの物品を準備します。 ・AEDの設置場所を確認します。 <input type="checkbox"/> 保険加入の有無 ・参加者の傷害保険 ・指導者の賠償保険 <input type="checkbox"/> 交流の家の安全管理体制を確認 ・交流の家から入手します。	<input type="checkbox"/> 参加者の状況把握 ・アレルギーや既往歴、常用薬を確認します。 ・事前に健康調査票等に記入させます。 ・性格や対人関係能力を把握します。 <input type="checkbox"/> 指導者と参加者の関係づくり ・参加者から必要情報を聞くことによって、参加者に安心感が生まれます。 ・当日まで顔を合わせない場合は、電話をかけた後、手紙のやりとりをしたりすることも有効です。

(2) 活動中（事故発生時）

	身体面	精神面
参加者	<input type="checkbox"/> 危険な箇所・行動・動植物の指導 ・具体的に指導します。指導事項を資料化し配布すると効果的です。	<input type="checkbox"/> 負傷者への対応 ・落ち着かせ、励まします。

	身体面	精神面
参加者	<input type="checkbox"/> 事故者の救護 ・交流の家と相談の上、専門的な知識・技術を持った方に依頼します。 <input type="checkbox"/> 負傷者への対応 ・状況を判断します（意識確認）。 ・必要な処置を施します。 ・病院搬送、AED使用など <input type="checkbox"/> 救助者の安全確保 ・二重事故を防ぐために救助者の安全を確保することが大切です。 ・処置者への感染防止に注意します。	<input type="checkbox"/> 周りの者への対応 ・負傷者から遠ざけます。 ・落ち着かせ、状況を説明します。 ・周りの者に負傷者のケガの状況を見せない、他の人に話さないようにします。 ※負傷者がケガの状況を知り、ショック症状を起こす可能性があります。
指導者	<input type="checkbox"/> 気象状況の把握 ・現在と今後の予報を確認します。 ・活動地域の方の意見を聞きます。 ・気象状況は記録し、必ず保管しておきます。 <input type="checkbox"/> 活動前に危険箇所の再確認 ・実地踏査時との変化に注意します。 <input type="checkbox"/> 救急用品の携行 <input type="checkbox"/> 通信機の確認（緊急時の連絡） ・富士登山やハイキング時は 当所より無線機を貸し出します。 <input type="checkbox"/> 活動時の定時連絡 ・活動場所への到着、活動開始時、昼食等大きな休憩、活動終了時は、所に連絡してください。 <input type="checkbox"/> 事故時の対応 ・警察等関係機関に連絡します（重大事故の場合）。 <input type="checkbox"/> 人員点呼・名簿提出 ・活動開始前、休憩中、活動終了後に必ず人員の確認を行います。 ・交流の家に名簿（活動グループ別、残留者）を提出してください。	<input type="checkbox"/> 参加者の行動・表情把握 ・1人での参加者に注意します。 ・表情が浮かない参加者に注意します。 <input type="checkbox"/> 問題を抱えている参加者に対するアプローチ ・参加者の状況を常に把握します。 ・スタッフ全員で情報を共有します。 ・問題を抱えている参加者やグループへの対応の仕方・方針を予め決めておきます。 ・思い込みから誤った指導をしないように、事実確認を怠らないようにします。

(3) 活動後（事故発生後）

	身体面	精神面
参加者	<input type="checkbox"/> 解散前に参加者に異常がないか確認 ・虫さされ、ケガ、かぶれなど ・体調不良など	<input type="checkbox"/> 問題の把握と対応 ・保護者アンケートから情報を収集することも方法です。 <input type="checkbox"/> 事故が起きた場合は、不安の軽減 ・再発防止のための指導、研修
指導者	<input type="checkbox"/> 負傷者への誠意を持った対応 ・お見舞い、お詫びを必ず行います。 <input type="checkbox"/> 事故報告書の作成 ・①いつ、②誰が、③どこで、④何をして、⑤どうなった、⑥どう対応したかを時系列で記載します。 ・天候を伴う災害の場合は、活動中の天候記録を記載します。 <input type="checkbox"/> 保険の手続き	<input type="checkbox"/> 指導記録の作成 ・①いつ、②誰が、③どこで、④何をして、⑤どうなった、⑥どう対応したか、⑦指導に対する反応などを記録します。

5 自然体験活動時の服装・持ち物

野外活動時の服装のポイント

動きやすさ+身体を守るという視点

中央青少年交流の家は、標高約700mにあります。
気温は100m高くなるごとに約0.6度下がりますので、平地と比べて約4度低くなるとお考えください。また、朝晩は一段と気温が低くなりますので、ご注意ください。

【帽子】

頭を守ります。夏は、熱中症予防になります。黒っぽい色は、熱を吸収しハチにも狙われやすいため避けましょう。



【軍手(手袋)】

刃物や火から手を守る役目があるだけでなく、防寒対策・保温として使うことができます。滑り止め(イボイボ)のあるものはその(イボイボ)部分が熱に弱いため、火を扱う場合は避けましょう。



【リュック】

荷物を背負うことで、両手が自由になります。転倒時やいざという時にも動きやすく、また、登山やOL等の長距離の移動時には、疲れを少なくすることができます。自分の体に合ったものを選びましょう。両肩に掛けるタイプのもので適しています。



【靴】

履き慣れた運動靴(ひも靴)が適しています。靴下は、足首をかくすようなものを履きましょう。



【雨具(カッパ)】

上下に分かれているタイプのものが活動しやすく、適しています。防寒具にもなります。



【長袖・長ズボン】

夏の暑い中でも、活動によっては長袖・長ズボンが必要です。直射日光や紫外線から皮膚を守り、蚊やブヨなどの害虫から刺されるのを防ぎます。



【上着】

薄いものを重ね着する方が保温性もよく、暑くなったら脱ぐことができます。不要な時には、リュックに入れておきます。

【活動時の持ち物】

- ◆個人 水筒 タオル 着替え 時計 筆記用具 糖分補給用のアメなど
- ◆団体 救急用品
- ◆交流の家での貸し出し物品
 - 無線機 クリップボード ゼッケン その他活動に必要な物

※活動内容や天候などにより、持ち物は異なります。職員にご相談ください。

※無線機は活動の内容により、1団体につき1台貸し出します。

6 フィールドマナー

自然の中で活動することは、そのこと自体が何かしらの負荷を自然に与えています。例えば、キャンプファイアーや野外炊事で火を使えば、その火によって小さい虫などが死んでいるかもしれません。また、森の中で1歩を踏み出すと、その足裏だけで1,800匹のヒメミミズ、3,000匹のダニ、75,000匹のセンチュウなど、土にすむ生きものを踏みつけていることになります。

ですから、自然の中で活動するときには、自然に負荷をかけない活動を心掛けることが大切です。そして、このことを子どもたちに伝えることは、自然ばかりでなく、人にも優しく接する心をはぐくむことにつながります。

ゴミを捨てない・落とさない

アメなどの包み紙のビニールは溶けてなくなることはありません。また、ポケットティッシュも石油でできているものが多く、雨で溶けることはありません（パルプでできているものを除く）。

つまり、人工的に作られたものは自然に還ることはないのです。

また、人間が捨てたゴミを誤って食べてしまい、それが原因で死んでしまう野生動物もいます。ゴミは持ち帰るようにしましょう。

生ゴミを食べるキイロスズメバチがやってきて、夏にキイロスズメバチを食べるオオスズメバチがやってくるということもあります。



植物・昆虫の採取は最小限にする

自然観察やネイチャークラフト、標本作りのために植物や昆虫を採取する場合には、最小限にします。

植物も昆虫も生き物です。無駄な殺生はしないようにしましょう。



立ち入り禁止の場所に入らない

道から外れて行動すると、草が踏まれるなどして、自然環境に余分な負荷をかけることとなります。また、思わぬ事故につながる危険性も高くなります。

また、他人の土地に勝手に入ることはやめましょう。



7 中央交流の家の安全管理体制

(1) 施設・設備等の点検と不審者対応

■ 定期的な点検と巡視による点検

- ・宿泊棟や研修棟は、毎月1回、職員による定期点検を行っています。
- ・また、退所点検や所内巡視で不備を発見した際は、その都度対応しています。
- ・ボイラーやエレベーターなど、法的に点検が必要なものは専門業者に依頼しています。

■ 野外活動コースの点検

- ・ウォークラリーやオリエンテーリングなど、所周辺や所内の野外活動コースについては、利用団体の皆様が活動する前に、職員が点検しています。
- ・しかしながら、毎回点検することは困難なため、点検と点検の期間が空くことがあります。利用団体の皆様には事前の実地踏査と不備を発見した際のご連絡をお願いいたします。
- ・また、富士山トレッキングなど、所外の活動についても、利用団体の皆様に事前の実地踏査と不備を発見した際のご連絡をお願いいたします。

■ 不審者対応

- ・宿直は職員1名と警備員で行っています。
- ・各宿泊棟の入口と正門には、24時間監視カメラを設置しています。

(2) 緊急時の体制

■ AEDの設置

- ・AEDを事務室と体育館及び食堂に設置しています。

■ 職員の研修

- ・常勤の職員は救命救急の講習を受けています。
- ・地元関係機関と連携、登山における救助訓練を受けています。

■ 保健室の完備と医療機関への連絡

- ・応急処置または一時休息するための保健室が完備されていますので、休むことができます。
- ・病院に行く必要がある場合は、所から病院に連絡します（送迎は利用団体の皆様でお願いします）。

■ 避難誘導

- ・避難が必要な場合は放送で連絡するとともに、職員が誘導にあたります。

【国立中央青少年交流の家利用中に考えられる危険】

- 自然環境 大雨、強風、台風、濃霧、落雷、地震、低温、倒木、積雪、路面の凍結
- 動物 マムシ、ヤマカガシ、スズメバチ、アブ、ブヨ、ムカデ、毛虫
- 活動中のケガ・病気・リスク
 - ・各種活動における転倒、滑る、転ぶ、ぶつかる等での捻挫や骨折、裂傷
 - ・富士登山、ハイキング中など野外活動中における低体温症、熱中症、高山病、滑落
 - ・野外炊事での火傷、ナタや包丁の使用による切り傷、食中毒
 - ・ウォークラリー・オリエンテーリング中の車道への飛び出し、道迷い
- 生活場面
 - ・宿泊室内におけるベッドからの転落やふざけによる転倒や強打
 - ・研修室、浴室や食堂で走ることでの転倒
 - ・発熱、便秘、嘔吐、下痢、食中毒、精神的不安による腹痛や頭痛、生理痛、食べ過ぎなど

8 中央交流の家周辺で特に注意を要する危険な動物

〈スズメバチ〉

【特徴】

- ・3～4cmと大型です。
- ・腹部は黒と黄の縞模様をしています。
- ・夏から秋にかけて活動が活発になり危険な時期です。
- ・木だけでなく、岩影や倒木の下、建物などにも巣を作ります（軒下や天井裏）。
- ・巣の近くで動くものに対して攻撃します。



【症状】

- ・刺されると激痛があり、大きく赤く腫れます。
- ・重症の場合、呼吸困難や頭痛、吐き気、発熱、下痢、腎臓障害などが起こる可能性があります。
- ・アナフィラキシー・ショックで死亡する場合があります（アナフィラキシー・ショックとは、1度ハチにさされることにより、体内にハチ毒への抗体ができ、2度目以降に体がハチ毒に過剰に反応して起きるショック症状です）。

【刺されないためにどうすればよいか】

- ・見つけたら前に進まないで、ゆっくりと姿勢を低くして後ろに逃げます。
- ・ハチを刺激してはいけません。石を投げない、棒でつかない、大声で騒がない。
- ・衣服は長袖・長ズボンが適しています。
- ・頭や目の黒色を狙う習性がありますので、衣服は白っぽいものを身につけ、帽子をかぶるのが適しています。

【もし刺されたらどうすればよいか】

- ・念のため、医療機関で治療を受けます。
- ・すぐに医療機関に行けない場合は
 - ・すぐに水で刺された部分を洗います。
 - ・何度も指またはポイズンリムーバー（貸出可）で毒抜きをします。
 - ・ハリが残っている時は毛抜き（貸出可）で抜き取ります。



〈マムシ〉

【特徴】

- ・40～60cmほどです。
- ・褐色の銭型斑紋が左右不対称にあります。
- ・活動時期は春から秋です。
- ・夜行性ですが、雨や曇りの日には昼でも活動しています。



【症状】

- ・激痛があり、大きく赤く腫れます。
- ・他にも吐気・嘔吐・頭痛・発熱・下痢・視力低下・痺れ・運動障害・血圧低下・意識障害・腎不全などの症状が出る場合があります。

【マムシを見つけたらどうすればよいか】

- ・咬まれた事例のほとんどがマムシと知らず、棒でつついたりいたずらによるものなので、そっと離れてください。

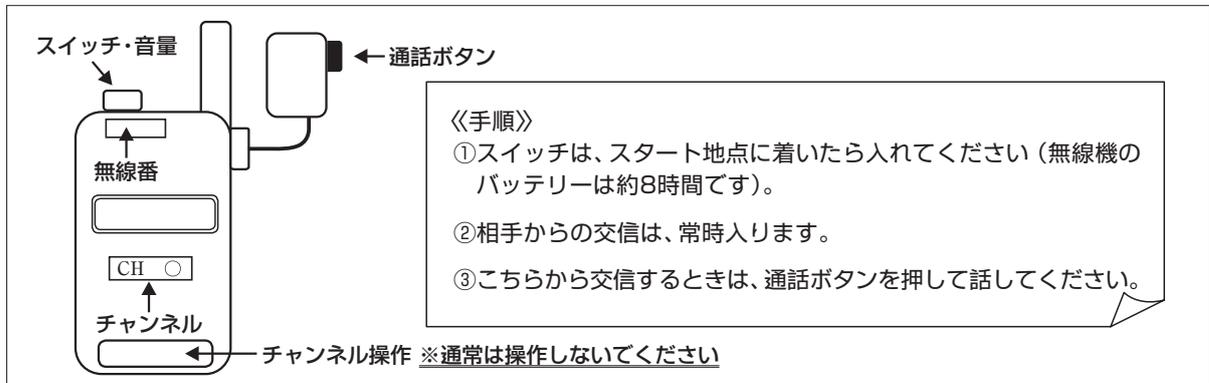


【もし咬まれたらどうすればよいか】

- ・何度も指またはポイズンリムーバー（貸出可）で毒抜きをします。
 - ・すぐに医療機関を受診し、血清を打ちます。
- ※ヤマカガシの場合も咬まれないため、咬まれた場合の対処法は同じです。

9 無線機の使い方

■ 無線機の操作方法



■ 無線機の交信の方法

〈交流の家事務室の場合〉

- ①「こちら、○○（団体名）、△△（無線機の番号）です。交流の家事務室、応答願います。」
- ②「（要件を伝える）…です。どうぞ。」※通話の終わりには「どうぞ」をつけてください。
- ③「…です。以上で交信を終わります。」※通話の終わりには「以上～」をつけてください。

〈団体内の場合〉

団体「こちら、○○（団体名）、△△（無線機の番号）です。○○の△△、応答願います。」

■ 登山・ハイキングにおける定時連絡について

（1）責任者（リーダー）の方は、次のとおり交流の家に定時連絡をお願いします。

- 第1回目：登山開始時（登山口をスタートする時）
- 第2回目：昼食時（昼食休憩の場所に到着した時）
- 第3回目：下山開始時（下山を開始する時）
- 第4回目：下山完了時（下山を終えて、交流の家に移動を開始する時）

（2）連絡の内容は、次のとおりです。

- ①団体の状況（体調のすぐれない者の有無、計画の進捗状況など）
- ②気象状況
- ③その他、必要な事項

■ 緊急時の連絡について

（1）傷病者の発生、計画時間の大幅な遅れ、ルートの変更、気象状況の変化など、緊急な場合は、速やかに交流の家に連絡してください。

（2）その際は、「状況」とともに、「現在地」（付近の目印となるもの）をお知らせください。

（3）状況に応じて、交流の家から指示を出していきます。

■ 注意事項について

（1）他の団体も無線機を使用している場合がありますので、必要のない交信は控えるようにお願いします。

（2）無線機は、水に濡らしたり、衝撃を与えたりしないでください。

（3）無線機のバッテリー（使用可能時間）は約8時間です。

（4）富士宮口付近では、電波の届きにくい場所があります。その際は、少し場所を移動して交信してください。

（5）無線機のチャンネルは、交流の家から指示がある時以外は、操作しないでください。