

# 富士山麓トレッキング

所外での活動

標高1,400～2,600mのトレッキングでは、素晴らしい眺望や刻々と変わる天候等、様々な富士山の自然を体験することができます。スタートは「御殿場口」「須走口」「富士宮口」のそれぞれの5合目からとなり、目的や体力等を考慮したコースの選択ができます。

場所	富士山麓周辺	対象	小学生以上
所要時間	4～8時間	人数	制限なし
時期	5～11月	天候	小雨可 (荒天時要相談)
指導	指導員	提出書類	指導依頼申込書 実施計画書
経費	指導員1名につき22,000円 富士登山の場合：指導員1名につき52,000円（その他山小屋に宿泊する費用は団体で負担） 富士山講話：9,000円		



活動の教育的効果	<p>(1) 登りきる、歩き通すといった達成感を味わい、自信につながる。</p> <p>(2) 仲間と励まし合いながら登ったり、歩いたりすることで仲間意識が深まり、協調性を育むことができる。</p> <p>(3) 標高1,000m以上の厳しく雄大な自然を体感することができる。</p>
準備するもの	<p>団体が準備するもの</p> <p><input type="checkbox"/>個人：登山装備（雨具※セパレート推奨、防寒具等）</p> <p><input type="checkbox"/>団体：救急バッグ、トイレ代（登山口によっては有料）</p>
	<p>交流の家が貸し出すもの</p> <p><input type="checkbox"/>なし</p>
	<p>備考</p> <p><input type="checkbox"/>学校の場合、指導員は1クラスにつき1名以上を依頼することが望ましい。</p> <p><input type="checkbox"/>実施後にトレッキングの安全管理に関するアンケート調査がある。</p>

活動の流れ

# 富士山麓トレッキング

所外での活動

	時間	項目	内容	備考
活動内容 (手順)	事前	コース決定 申込書類提出 事前準備 事前指導	<input type="checkbox"/> コースを決定し、実施計画書を実活動の1週間前までに提出 <input type="checkbox"/> 引率者等による事前踏査 <input type="checkbox"/> 参加者への事前指導	
	当日 朝6時	実施決定の判断	<input type="checkbox"/> 職員が指導員へ天候等を確認 <input type="checkbox"/> 職員が引率責任者へ連絡し、団体は実施の最終判断をする。	
	出発 30分～ 1時間前	指導員および職員との打合せ	<input type="checkbox"/> 登山・トレッキング計画の確認 ①コースの確認 ②ガイドの配置 <input type="checkbox"/> 参加者の健康状態等の確認	
	直前	登山指導	<input type="checkbox"/> 指導員の紹介 <input type="checkbox"/> 歩き方等の注意点について <input type="checkbox"/> 高地順応（標高差に体を慣らす） <input type="checkbox"/> トイレの確認 <input type="checkbox"/> 準備体操	
	4～8 時間	登山 (トレッキング)	<input type="checkbox"/> 指導員の指導のもと、登山開始 <input type="checkbox"/> 参加者の人数、健康状態の把握 <input type="checkbox"/> 交流の家への定時連絡（4回）	
		下山・移動	<input type="checkbox"/> 参加者の人数、健康状態の確認	
	10分	事後指導	<input type="checkbox"/> あいさつ	
想定される リスク	<input type="checkbox"/> 天候の変化による事故（落雷、濃霧による道迷い、雨による転倒等） <input type="checkbox"/> 疲労による事故 <input type="checkbox"/> 高山病 <input type="checkbox"/> 山の環境による事故（転倒、滑落、落石、捻挫、虫刺され） <input type="checkbox"/> 人的要因で起こる事故（不注意によるけが等）			
指導の バリエーション	<input type="checkbox"/> 自然観察や自然に親しむ等、自然との関わりを目的とした指導方法 <input type="checkbox"/> チームビルドを目的とした指導方法			