

# ナイトハイク【自主活動】

## 1 活動のねらい

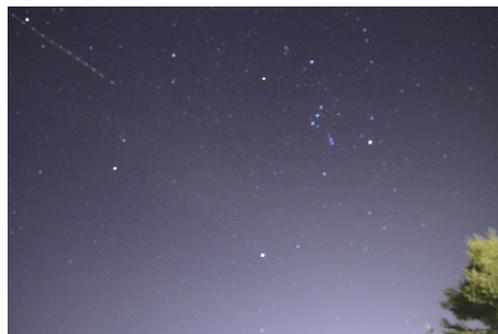
夜の森の中を歩くことによって、月の明るさや星の美しさを感じたり、夜の森の物音から夜でも生き物が活動していることに気付いたりすることで感受性を育みます。

## 2 活動の概要

グループに1つランタン（懐中電灯）を渡し、グループ毎に5分間隔程度で森の中に入ります。コースは15分程度で歩ける距離ですので、コース上にライトを消すゾーンや、立ち止まって森の音を聞くゾーンを設定します。

## 3 人数・時間・場所

- (1) 人数 60名程度まで（1グループ6名程度）
- (2) 対象 小学生以上
- (3) 期間 4月下旬～12月上旬
- (4) 時間 1時間程度
- (5) 場所 キャンプ場～C営火場まで  
曲り家～B営火場まで



## 4 指導について

活動は、団体の自主活動となります。

## 5 準備する物

区分	内容
団体	・虫よけ、虫さされの薬、懐中電灯
個人	・帽子、タオル等 ・必要に応じて懐中電灯
交流の家	・ランタン ・熊鈴（必要に応じて） ・ヘッドライト（必要に応じて） ・マウンテンバイク（パトロール用）

## 6 引率者の役割分担

係名	人数	役割
スタート係	1～2名	ルールの説明、用具の配布、出発合図等
ゴール係	1名	用具の返却等
パトロール係	数名	コースのパトロール、安全指導

## 7 活動の流れ

活動の流れ	内容
物品借用	・ランタン等の借用
ルール説明	・ルール、安全管理について全体説明
移動	・スタート地点（キャンプ場またはC営火場、曲り家またはB営火場）へ移動
活動開始	・5分間隔でスタート ・パトロール係は巡回指導
活動終了	・全員のゴールを確認し、事務室へ報告 ・終了後、借用物品を返却

## 8 実施上の留意点

- (1) 草むらや林の中では、危険な動植物に十分注意して活動してください。
- (2) 動物のいる場所におじゃまするとい気持で、大声をあげたり、驚かせて騒いだりという活動に終始しないように心がけましょう。（懐中電灯に赤いセロファンをつけたりすると、動物の目にやさしくなります。）