

ナイトハイキング

- 1 ねらい 仲間とともに暗闇で静寂な山道を歩くことで、日中は感じる事のなかった自然の美しさや怖さを体感する。
- 2 活動場所 飯豊少年自然の家ハイキングコース
- 3 所要時間 1時間程度（活動時間に合わせて設定可）
- 4 対象 幼児から一般まで
- 5 実際の活動

(1) コース設定

コースは各団体の活動時間に合わせて設定できます。コースタイムは以下を参照してください。

Aコース；くりの木テントサイト～展望台～くりの木テントサイト（約30分）

Bコース；くりの木テントサイト～古峰神社～展望台～くりの木テントサイト（約40分）

Cコース；本館～道標P～道標S～くりの木テントサイト～本館（約30分）

(2) ナイトハイキングについての説明

コースの説明だけでなく、インディアンウォーク（手を前方に出し、片方のつま先にもう一方のかかとをつけて歩く）などの慎重な歩き方を心がけることや、奇声を上げたり懐中電灯を振り回したりしないなどの約束をしっかりと守らせてください。

(3) ナイトハイキング開始

数名のグループを編成して取り組みます。以下の点について必ず事前指導をお願いします。

- ・服装（帽子、長袖シャツ、長ズボン、軍手、靴下くるぶしが隠れるものが望ましい）等のチェック
- ・ウルシ、スズメバチ、マムシなどの危険な生物について
- ・コース上の危険箇所や指導者配置場所について
- ・不測の事態が起きたときの対応について（大声を出す、指導者への連絡方法など）

(4) ナイトハイキング終了

ナイトハイキングをして感じたことや思ったことを全体やグループごと振り返ります。

6 準備物

自然の家から提供できる物 【 】は貸出・返却場所	利用者・団体が準備する物
○電池ランタン 【事務室前の棚】	●救急薬品 ●懐中電灯など（必要な場合）

7 指導上の留意点

- ◆携帯電話はほとんどの場所につながりますが、感度の悪い場所もありますのでご注意ください。
- ◆必ず事前にコースの下見を行い、安全面や実態に合ったコースであるかなどをご確認ください。
- ◆ナイトハイキングを行う場合は、以下の地点に必ず関門員を配置してください。
 - Aコース；展望台付近
 - Bコース；古峰神社下の冒険の山に向かう分岐点、展望台付近
 - Cコース；道標P、道標S、道標s ※誤って先に進まないように気をつけること。