

対象学年					
幼稚園・保育園	小学校			中学校	一般
年長	低学年	中学年	高学年		

## きもだめし (野外・館内)



### プログラムの概要

夏の合宿の活動の定番のきもだめしは、子どもたちの人気の活動です。日本の習俗の中での歴史も古く、かつては試肝会とも呼ばれていました。

子ども達は勇気をふりしぼってコースを歩きながらも、活動中での様々な事象を楽しむことができるでしょう。そしてその中でたくさんの思い出をつくり、仲間とのきずなを深めることでしょう。

所要時間：1～2時間

## 銀河の里キゴ山

## 1. 活動場所

### (1) 晴天時（館外での活動）

- ・ショートコース（銀河の里周辺） 1グループおよそ 20分
- ・ロングコース(キゴ山麓～銀河の里周辺) 1グループおよそ 40分

### (2) 雨天時（館内での活動）

- 館内コース（天文学習棟プラネタリウム室 → こども交流棟プレールーム）  
1グループおよそ 15分

## 2. 活動人数・規模

- ・1グループ 5～6名程度 ×グループ数（150名程度まで）

## 3. 準備するもの

- ・団体・個人：懐中電灯（電池）、時計、各種グッズ、こわい話、携帯電話
- ・銀河の里：トランシーバー、カラーコーン、案内板

## 4. 活動の手順

### (1) 事前準備

- ・児童のグルーピングを適切にしておく。
- ・指導者（引率者）は必ず下見を行い、危険箇所を把握しておく。
- ・指導者（引率者）同士の緊急連絡時に必要な機器や役割について確認をしておく。
- ・日没時刻を確認し、活動開始時間を決めておく。

### (2) 実際の活動

- ・参加者を一箇所に集め、事前注意を行う。  
※ゴール到着後の動きについては必ず事前にご指導下さい。
- ・グループごとにまとまり出発場所（館内の場合はプラネタリウム）へ移動する。同時に出発担当以外の指導者は、各々の役割の配置に付く。
- ・指導者の担当配置完了が確認できれば出発場所から数分単位でグループを出発させる。
- ・全員のゴール到着後、人数や怪我の有無等を確認する。
- ・活動をふりかえる。

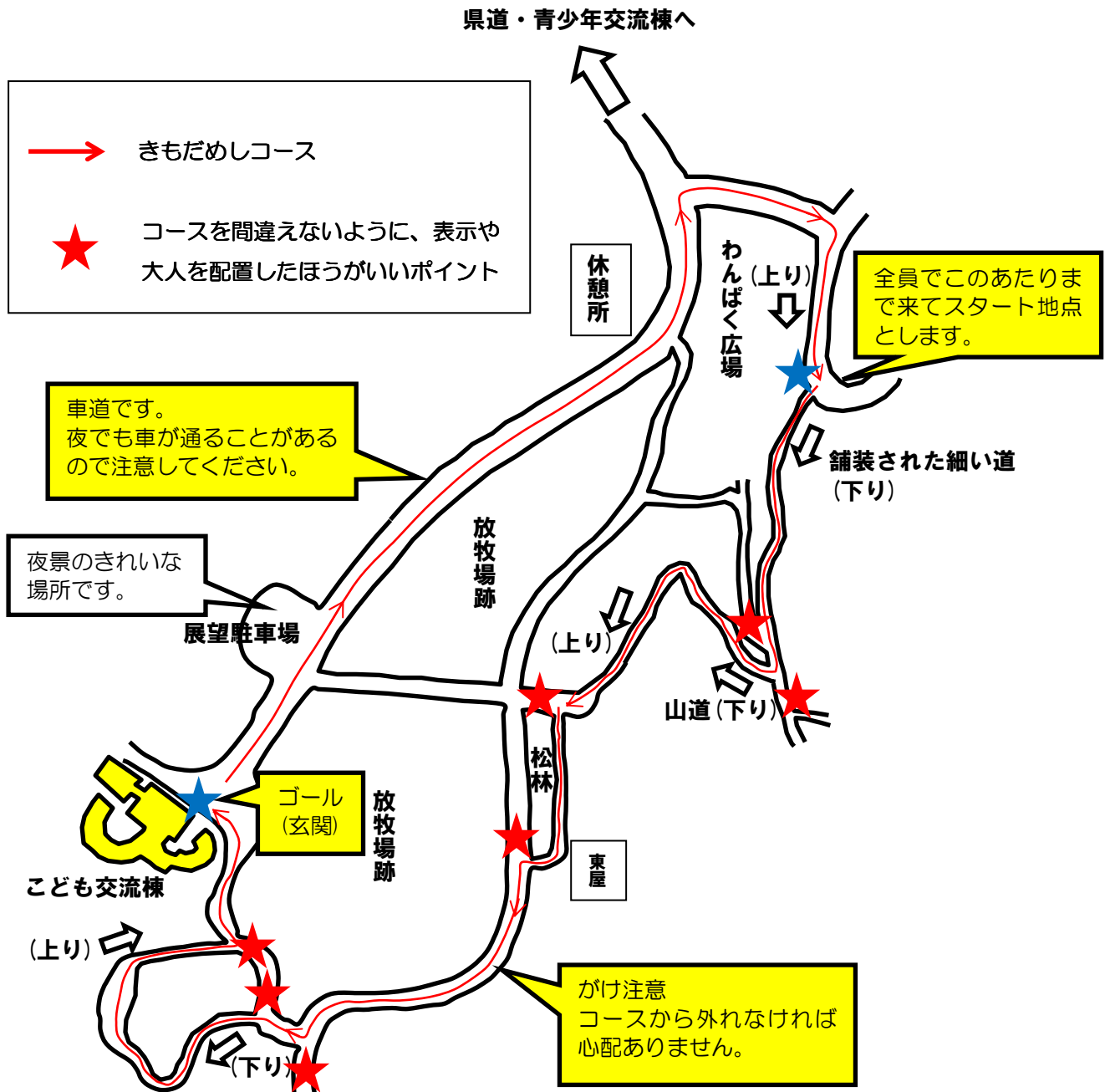
## 5. 活動上の留意点

- ・コースの下見は当日に必ず行い、必要な情報を指導者（引率者）が共有できるようにする。また緊急時の役割分担も事前に行う。
- ・他団体が有る場合は活動について協議を行う。
- ・活動前に天候や気温を確認し状況によっては活動を取りやめる。
- ・安全の確保を第一優先とし、不測の事態が起きた場合には直ちに活動を取りやめることができるような連絡網を確保する。

※年によっては熊の出没があり活動に制限が付く場合があります。

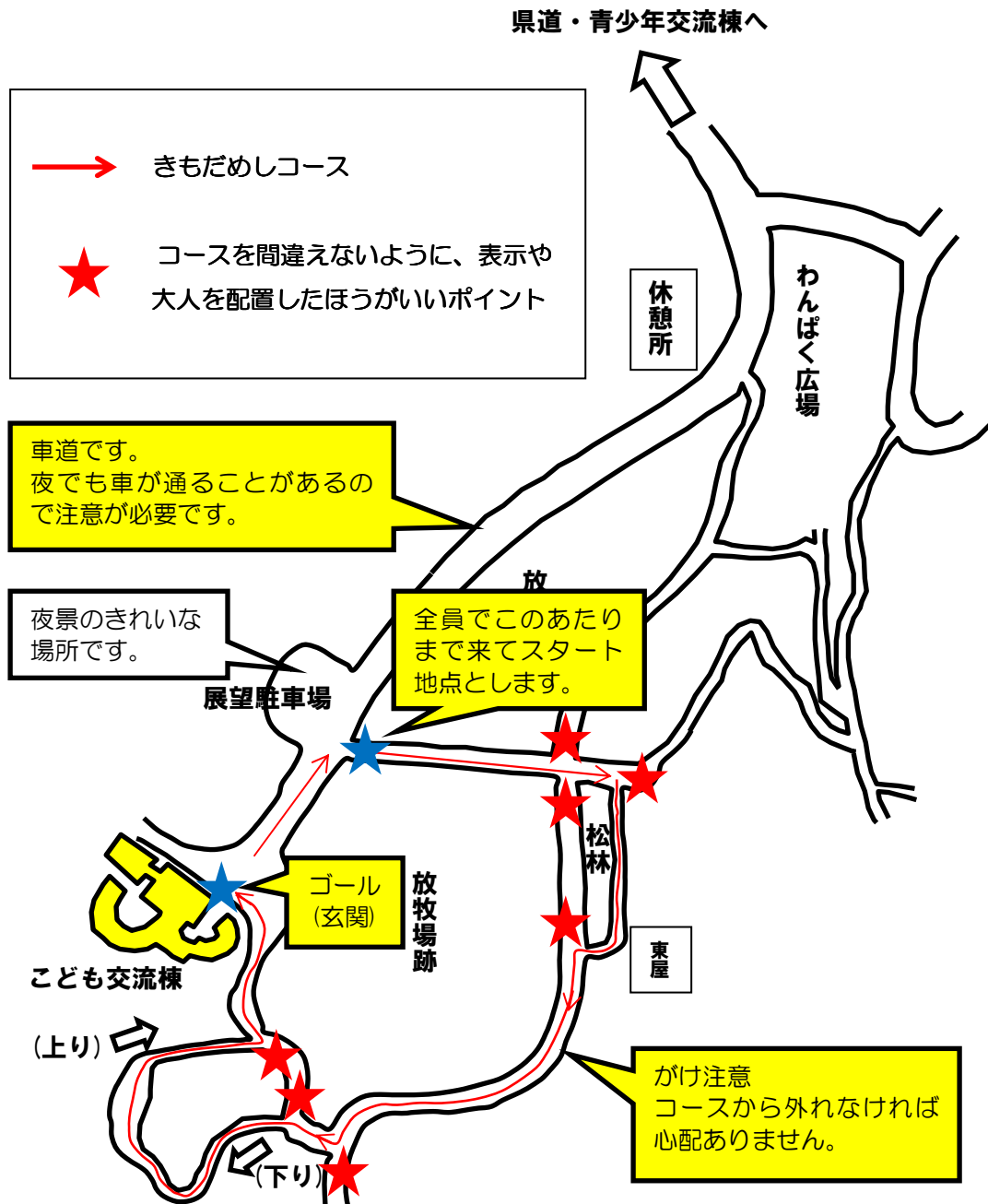
# きもだめしロングコース

所要時間：1グループ約40分



# きもだめしショートコース

所要時間：1グループ約20分



# 館内きもだめし

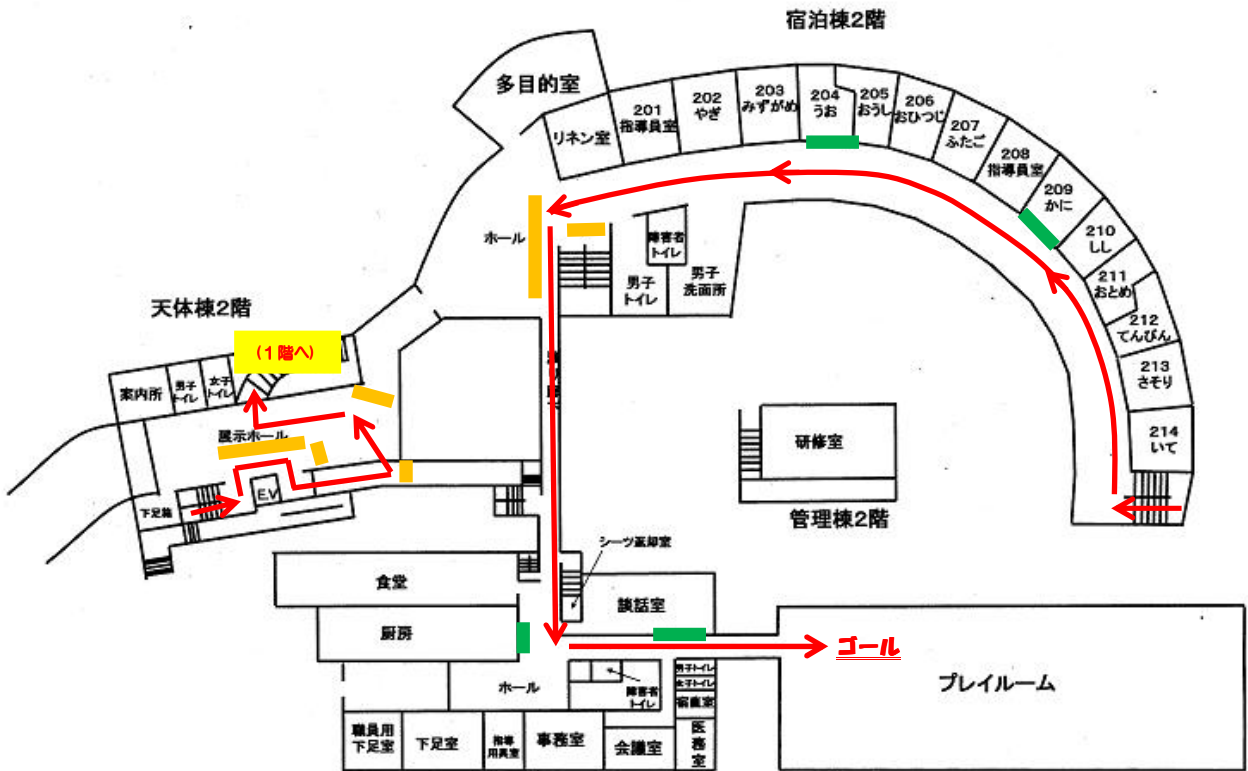
プラネタリウム室

- 天体棟 (1階→2階→1階)
- 宿泊棟 (1階→2階)
- プレイルーム

## コースの準備

準備には20分程度かかります。

- 避難誘導灯 (  ) を新聞紙等でかくす。  
※下図以外にある誘導灯をかくしてもOKです。
- コーンバリア (  ) を設置する。
- 誘導矢印を設置する。(壁面・コーンバリア)
- (必要に応じて)お化け役の配置 (部屋内も可能)  
※ただし、階段等危険な場所ではおどかさない。



プラネタリウム室で怖い話などをしたあと、グループごとにスタートします。