

# どきどきナイトハイク (A・B・R・ミニ)

会津自然の家のエリア内のコースをかすかな光をたよりに歩く、インパクトの強い人気の活動です。真っ暗な自然の家のコースをグループの協力のもと、標識に従って歩くどきどき感は、体験者の心に大きな思い出として残るでしょう。



- ・「ルールを守る」「グループで協力する」心を養います。
- ・最後まで歩き通す忍耐力や判断力を高めます。

<b>時期</b>	4～10月	<b>所要時間</b>	1～2時間 1時間以内(ミニ)	<b>人数</b>	100名
<b>対象</b>	小学校中学年以上	<b>活動場所</b>	エリア内3コース(A・B)約2.5km (R)約1km エリア内(ミニ)約700m		
<b>準備物</b>	<b>自然の家で貸し出す物</b>		<b>団体・個人で準備する物</b>		
	熊鈴		<input type="checkbox"/> 懐中電灯 <input type="checkbox"/> 虫除けスプレー(必要に応じて) <input type="checkbox"/> 長ズボン <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 長靴(小雨決行の場合) <input type="checkbox"/> レインコート(小雨決行の場合) <input type="checkbox"/> 軍手		
<b>活動の手順</b>	<b>事前指導</b>	1 班ごとにまとまって行動するように話す。 2 けがをしたり、体調が悪くなったりした場合は、すぐに大きな声で引率者を呼ぶように話す。 3 コースによっては近くでキャンプファイアをしている団体があるので迷惑をかけないように話す。			
	<b>活動の実際</b>	1 引率者の話を聞く。  2 班ごとに時間差でスタートする。 (1) ナイトハイクA「ふじの沢コース」約2.5km (2) ナイトハイクB「中の尾根コース」約2.5km (3) ナイトハイクR「アスレチックコース」約1km (4) ミニナイトハイクコース約0.7km  3 ゴール後は、静かに待つ。			
	<b>事後</b>	・感想や反省を発表し合う。			
<b>備考</b>	・可能であれば、明るいうちにコースの下見をし、引率者の配置場所を決めておいてください。 ・夜間の活動に関しては所員はつきませんので、各団体の指導のもとでお願いします。 ・各グループに1つずつ熊鈴を首にかけて活動していただきます。				

