


## 35 きもだめし

夏の野外活動の楽しみの一つである「きもだめし」。「日本一怖いきもだめしのコース」とも言われています。

連帯感や達成感が生まれる活動です。



|       |   |   |                                      |                   |      |                      |
|-------|---|---|--------------------------------------|-------------------|------|----------------------|
| 時 期   | 通 年（降雪時不可）  | 所要時間  | 30分～1時間半程度<br>（グループ数や活動する人数により変わります） |                   | 活動場所 | 自然の家周辺<br>（コースは3つあり） |
| 対 象   | 小学生以上（大人同伴であれば幼児からでも可）  |   | 人 数                                  | 制限なし（1グループ4～6人程度） |      |                      |
| 準備物   | 団体・個人で準備するもの  |   |                                      |                   |      |                      |
|       | □各グループ懐中電灯 1 本～2 本      □虫よけスプレー（活動前に対策する）<br>□お札（必要に応じて）   |   |                                      |                   |      |                      |
| 活動の手順 | 事前指導  | ★参加者全員で、明るいうちに同じコースを歩いて下見する。<br><br>★曲がり角や危険箇所に立つ引率者の役割分担をする。   |                                      |                   |      |                      |
|       | 活動の実際   | <div>1    活動の説明（事前指導の際でも良い）<br/>      （1）きもだめしの楽しみやねらい<br/>      （2）注意事項<br/>          ※きもだめし中の事故を防ぐため、次のことについて十分守らせる。<br/>          ・グループで一緒に行動する。<br/>          ・走らない。<br/>          ・ふざけた行動をとらない。<br/>          ・友達を押さない。</div> <div>2    監視者は定位置に付く。   （虫刺され対策があるとよい）</div> <div>3    5分（または3分）おきにスタートする。</div> <div>4    終了後、人数確認をする。</div> <div></div> |                                      |                   |      |                      |
| 備 考   | ○コースについては、A から C コースあり、体育館裏またはなかよし営火場前をスタートし、血の池を回るコースです。コースについては事前に相談してください。<br>○「血の池」の前にあるお地蔵さまに「勇気のお札」を置いて、1 枚ずつもらってくるルールを設けたり、お札をおやつ引換券にしたり、といった工夫もできます。<br>○同じ時間帯にキャンプファイアを実施する団体や、きもだめしを行う他団体と調整し、お互いに気持ちよく活動できるようにしてください。<br>○近隣の住民の迷惑にならないように、声の大きさにはご注意ください。20:50 までには活動を終了してください。 |   |                                      |                   |      |                      |

