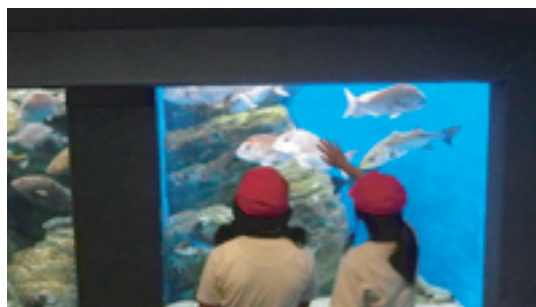


海事研修 プログラム



岡山県渋川青年の家

〒706-0028 岡山県玉野市渋川 2-7-1

TEL (0863) 81-8039

FAX (0863) 81-8083

目次

依頼研修

(依頼されたものについて青年の家職員が指導します。)

カッター 1、2

地引き網 3

ロープ結び、手旗信号 4

海釣り 5、6

海の生物 7

いかだ遊び 8、9

シーカヤック体験 10、11

自主研修

(学校が独自に計画し、実施します。)

砂の芸術 12

スコアオリエンテーリング 13

ウォークラリー 14

ウォークラリー 練習問題 15

王子が岳ハイキング 16

塩づくり 17

レクリエーション、海浜運動会、ニュースポーツ
..... 18

キャンドルの集い、DVD視聴、海洋博物館見学
..... 19

キャンドルの集い 研修例 20、21

海藻のしおり 22

貝殻のフォトフレーム 23

貝殻のキーホルダー 24

飛び出す思い出カード 25

魚のクラフト 26

ウミホタル観察 27、28

<カッター> ※) 日帰り研修

1 事前準備

(1) 乗艇者名簿の作成

書式により、乗艇者名簿を作成します。(受付時、事務室に提出)

(2) 座席の配置

ア. 一度に漕艇できる人数は36人(3人で櫓1本)までです。人数がそれ以上の場合、研修時間の中で、前半と後半に分けて、交代して漕艇します。

イ. 12箇所の座席それぞれに、できるだけ力が均等になるよう体力を考慮して、研修生を割り当てます。

ウ. 少人数の場合、櫓1本を2人で持って漕艇することや、10本以下の櫓で漕艇することも可能です。

◎2人で1本の櫓を持つ場合、リーダーと船べりに配置します。

【少人数での座席配置(例)】

10本櫓の場合

1、2を空ける

2	1
4	3
6	5
8	7
10	9
12	11

8本櫓の場合

1、2、11、12を空ける

2	1
4	3
6	5
8	7
10	9
12	11

座る位置の名称
3人で1本の櫓を持つ場合

船 べり	真 ん 中	リ ー ダ ー	リ ー ダ ー	真 ん 中	船 べり
---------	-------------	------------------	------------------	-------------	---------

2人で1本の櫓を持つ場合

船 べり		リ ー ダ ー	リ ー ダ ー		船 べり
---------	--	------------------	------------------	--	---------

<座る位置の特徴>

リーダー・・・動きが大きく比較的体力が必要になり、艇長からの指示も多くあります。
船べり・・・ロウロック(櫓座)に近く、指をはさむ危険性があり注意力が必要です。
真ん中・・・比較的動きが小さいため、体力に自信のない研修生に適しています。

2 服装

帽子・**マスク**・体操服等の活動しやすい服・**長袖**(任意)・サンダル・救命胴衣着用

3 研修の流れ

(1) 集合

午前	研修1	10:30	松林(集合位置に三角コーンを置いています。)
午後	研修2	12:30	

ア. カッター漕艇隊形で集合します。

イ. トイレを済ませておきます。

(2) 艇長から研修生への挨拶

ア. 入所式が行えないため、艇長の自己紹介と研修に臨む姿勢や態度(生活信条等)について研修生に伝えます。

イ. マスクを着用したまま研修を行うこと、動作が揃っていない時以外は無言で漕艇すること、咳エチケットについてなど、注意事項を伝えます。

(3) 艇長と引率者の打合せ

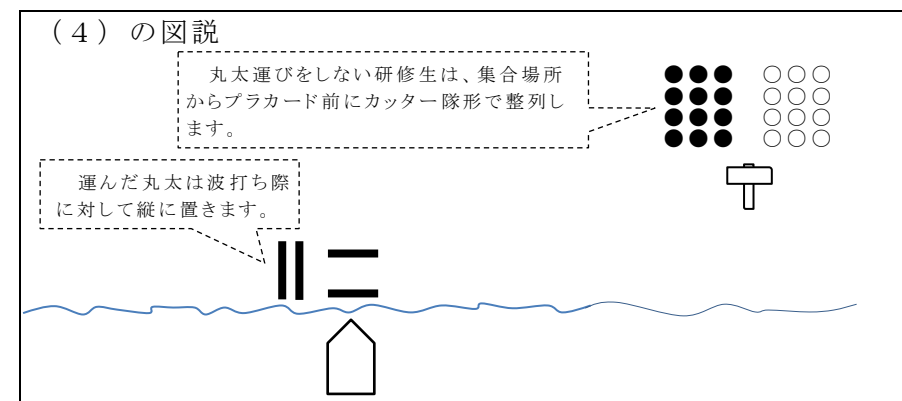
研修生との挨拶の後、艇長と次のことについて打合せをします。(乗艇者名簿による人数確認・配慮が必要な研修生について・めあて・作業)

(4) 消毒

引率者の打合せと同時進行で研修生の手指消毒(アルコール消毒液)を行います。お手すきの引率者にお願いますので御協力ください。

(4) 丸太運び[午前の研修のみ]

艇長から指名された研修生2人1組で、丸太を波打ち際に運びます。



(5) 乗艇

ア. 艇長の指示で履物をぬいで、カッターに乗り込みます。

イ. 引率者→乗艇見学又は交代の研修生→漕艇する研修生の順に乗り込みます。

◎乗艇時に補助が必要な場合、職員が補助します。(要;研修確認会での伝達)

(6) 漕艇

漕艇練習の後、錨を上げて出発します。

◎漕ぎ手が少ない場合、引率者に漕艇を依頼することがあります。

(7) 講評

着岸後、艇長、引率者がまとめの話をします。

(8) 片付け[カッター引き上げ時の研修のみ]

ア. あさしお→おやしお→みちしお→わかしお→くろしおの順にウィンチでカッターを砂浜に引き上げます。リーダー席の研修生はカッターが倒れないように支える手伝いをします。

◎ウィンチのワイヤーに近付かないようにします。

イ. その他の研修生は、砂浜にある丸太を丸太置場に片付けます。

◎砂浜に丸太が残っていないかを確認します。

◎丸太等の片付けが全て終了するのは、着岸から約30分後です。

4 その他

(1) 人力引上げ:日程上、日帰り研修では実施できません。

(2) 雨天時の研修

ア. 雨天が予想される場合、カップを持ち込むことがあります。

イ. カップを着用して漕艇する場合、救命胴衣の下に着用します。

◎研修の途中でカップを着用する場合は、救命胴衣の上に着用します。

(3) 暑い時期の研修

ア. 基本的にマスクや長袖を着用しての研修となりますので、あらかじめ熱中症対策を行ってください。

イ. カッター内に水筒を持ち込んで水分補給することも可能です。その場合、研修確認会で担当職員にお伝えください。

<カッター> ※) 泊を伴う研修

1 事前準備

(1) 乗艇者名簿の作成

書式により、乗艇者名簿を作成します。(受付時、事務室に提出)

(2) 座席の配置

ア. 一度に漕艇できる人数は36人(3人で櫓1本)までです。人数がそれ以上の場合、研修時間の中で、前半と後半とに分け、交代して漕艇します。

イ. 12箇所の座席それぞれに、できるだけ力が均等になるよう体力を考慮して、研修生を割り当てます。

ウ. 少人数の場合、櫓1本を2人で持って漕艇することや、10本以下の櫓で漕艇することも可能です。

◎2人で1本の櫓を持つ場合、リーダーと船べりに配置します。

【少人数での座席配置(例)】

10本櫓の場合
1、2を空ける

2	1
4	3
6	5
8	7
10	9
12	11

8本櫓の場合
1、2、11、12を空ける

2	1
4	3
6	5
8	7
10	9
12	11

座る位置の名称
3人で1本の櫓を持つ場合

船べり	真ん中	リーダー	リーダー	真ん中	船べり
-----	-----	------	------	-----	-----

2人で1本の櫓を持つ場合

船べり		リーダー	リーダー		船べり
-----	--	------	------	--	-----

<座る位置の特徴>

リーダー・・・動きが大きく比較的体力が必要になり、艇長からの指示も多くあります。
船べり・・・ロウロック(櫓座)に近く、指をはさむ危険性があり注意力が必要です。
真ん中・・・比較的動きが小さいため、体力に自信のない研修生に適しています。

2 服装

帽子・体操服等の活動しやすい服・サンダル・救命胴衣着用

3 研修の流れ

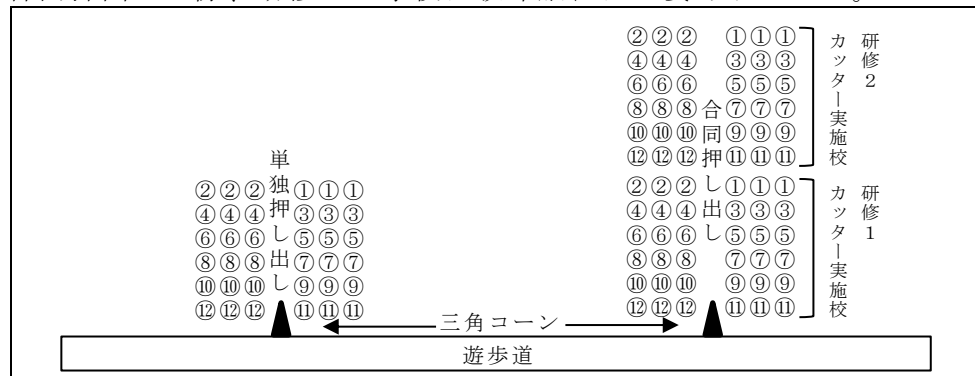
(1) 集合

1泊2日	研修1	13:05	松林(集合位置に三角コーンを置いています。)
	研修2	14:45	砂浜(乗艇するカッター名のプラカード前)
2泊3日	研修3	8:55	松林(集合位置に三角コーンを置いています。)
	研修4	13:35	松林(集合位置に三角コーンを置いています。)

ア. カッター漕艇隊形で集合します。

イ. トイレを済ませておきます。

ウ. 合同押出しの際、研修2の学校は救命胴衣は必要ありません。



(2) 艇長と引率者の打合せ

集合後、艇長と以下のことについて打合せをします。

(乗艇者名簿による人数確認と座席の配置・配慮が必要な研修生について・めあて・作業)

(3) 作業[1泊2日の研修1、2泊3日]

ア. 丸太運び…研修生2人1組で丸太を波打ち際に運びます。

イ. 丸太整頓…カッター押し出し後、砂浜にある丸太を約2m間隔で並べ直します。

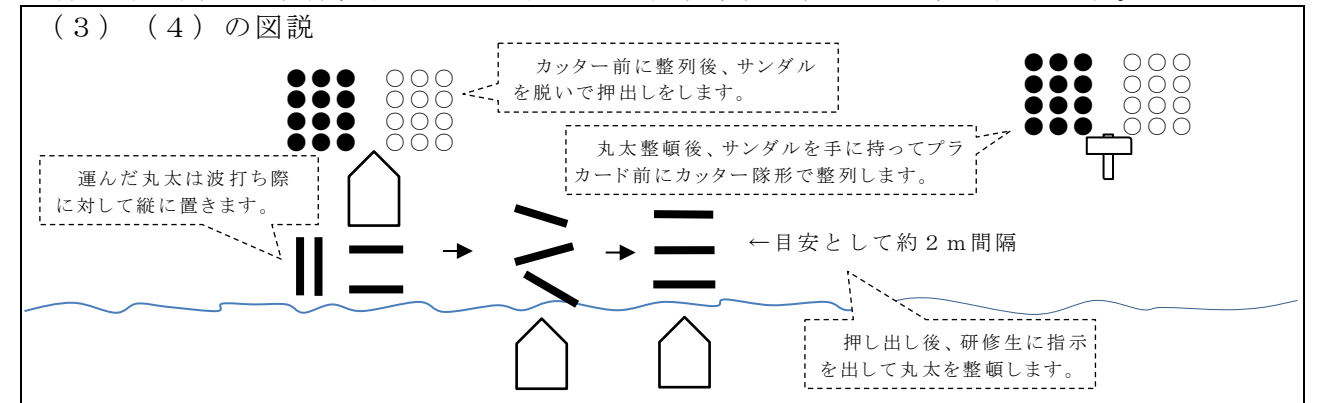
(4) 押出し[1泊2日・研修1、2泊3日]

ア. 履物を脱いで、研修生がカッターを海に押し出します。

◎動かない場合、引率者に応援を依頼することがあります。

イ. 押出し後、丸太を整頓してからサンダルを持ってプラカード前に整列します。

◎合同押し出しの場合、研修2でカッターを行う学校が丸太の整頓を行います。



(5) 乗艇

ア. 艇長の指示により履物を脱いだ状態で、カッターに乗り込みます。

イ. 引率者→乗艇見学又は交代の研修生→漕艇する研修生の順に乗り込みます。

◎乗艇時に補助が必要な場合、職員が補助します。(要;情報交換会での伝達)

(6) 漕艇

漕艇練習の後、錨を上げて出発します。

◎漕ぎ手が少ない場合、引率者に漕艇を依頼することがあります。

(7) 講評

着岸後、艇長、引率者がまとめの話をします。

(8) 片付け[1泊2日の研修2、2泊3日]

ア. あさしお→おやしお→みちしお→わかしお→くろしおの順にウィンチでカッターを砂浜に引き上げます。リーダー席の研修生はカッターが倒れないように支える手伝いをします。

◎ウィンチのワイヤーに近付かないようにします。

イ. その他の研修生は、砂浜にある丸太を丸太置場に片付けます。

◎砂浜に丸太が残っていないかを確認します。

◎1泊2日では、片付けが全て終了するのは、16:35頃です。

4 その他

(1) 人力引上げ(希望団体のみ)

ア. 研修2でカッターのない学校の研修生100人以上で実施可能です。

イ. 15:55までに、砂浜に集合してください。

◎安全に研修するため、5人の引率者は補助員として一緒に活動します。

(2) 雨具と水分補給

ア. 雨天が予想される場合、カップを持ち込むことがあります。

イ. カップを着用して漕艇する場合、救命胴衣の下に着用します。

◎研修の途中でカップを着用する場合は、救命胴衣の上に着用します。

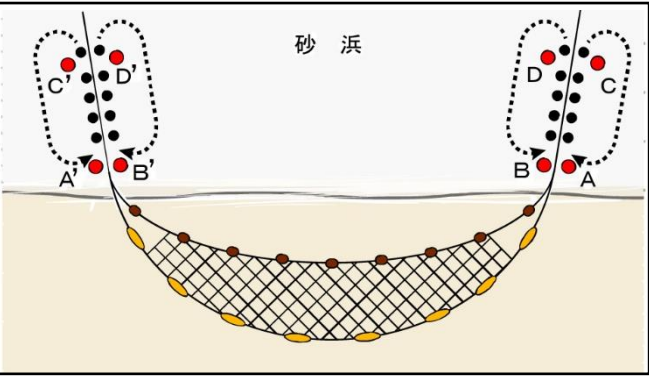
ウ. 暑い時期及び2泊3日のロングカッターでは、水筒を持ち込んで水分補給することも可能です。その場合、日程確認会で確認します。

<地引き網>

1 引率者の役割

安全に研修するために、引率者に補助や役割を依頼します。海事研修初日の日程確認会で各校の役割をお知らせしますので、研修開始までに役に入る引率者を決めておいてください。

役割	概要
A´	浮きのロープ（外側）をたぐって、研修生に送り出します。足元が濡れやすく、力が必要です。
A	
B´	重りのロープ（内側）をたぐって、研修生に送り出します。足元が濡れやすく、力が必要です。
B	
C´	研修生がロープを引いて来たら波打ち際に戻るように、肩をたたいて知らせます。足元は濡れず、力も必要ありません。
C	
D´	
D	
ア	地引き網を船に片付ける際、研修生から重りのロープを受け取り、船上の職員に手渡します。足元が濡れ、力が必要です。
イ	地引き網を船に片付ける際、研修生が船に向かうように曲がる位置に立ちます。足元は濡れず、力も必要ありません。



- ◎会計時に役割の説明を行いますので、会計担当の引率者は役につきません。
- ◎網にかからないようウェストポーチ、腕時計、名鑑等を外します。
- ◎配慮が必要な研修生の対応は役に入っていない引率者が行います。
- ◎役割以外の引率者は研修生と一緒に地引き網（網たぐり～網運び）に参加します。

2 研修場所



3 服装

帽子・体操服等の活動しやすい服・サンダル

- ◎タオルなど必要のない物は持たないようにします。
- ◎ボタンが網にかかることがありますので、ボタンのついた上着は着用しないようにします。
- ◎時計、アクセサリなども外します。
- ◎船への網の積み込み時に足元が濡れますので、長ズボン着用の際は裾を短く折り曲げます。

4 研修の流れ

- (1) 集合
8：45（水上バイク進入禁止ブイ設置期間中は8：40）までにグラウンドに入所式と同じ隊形で集合します。
- (2) 全体説明
ア．研修生はグラウンドで地引き網の説明を聞きます。
イ．同時進行で、各校の引率者の役割について説明を行います。役割担当以外の引率者は研修生と一緒に説明を聞きます。
- (3) 移動
前半組と後半組に分かれて、研修場所（砂浜）に移動します。
- (4) 網引き説明
砂浜で網引きの説明を聞きます。
- (5) 網引き
青年の家職員の指示により、網を引き上げます。
◎A～D´の8人の引率者は、それぞれの役割（左表）を行います。
- (6) 網たぐり～獲物採取
ア．引き上げた網をまとめて運びやすくします。
◎役割担当以外の引率者は研修生の間に入って一緒に活動します。
イ．網たぐりが半分終わったところで、獲れた獲物を水槽に入れます。
- (7) 網運び
まとめた網を船に運び入れます。
◎ア、イの引率者は、それぞれの役割（左表）を行います。
- (8) 移動
2回目の研修場所に移動します。
◎1回のみの研修の場合、(10)獲物の話になります。
◎水上バイク進入禁止ブイ設置期間中は、2回とも同じ場所で行います。
- (9) 2回目の地引き網
後半組が(4)網引き説明～(7)網運びを行います。
- (10) 獲物の話
青年の家職員が獲れた獲物について説明します。
- (11) 移動
引率者の指示で青年の家に帰り、次の研修に備えます。

5 その他

- (1) 基本的に、雨天でも雨具を着用して実施します。
- (2) 同宿校の人数により、1回のみの実施となることがあります。
- (3) 毒のある生き物（アカクラゲ、アイゴ、ウミケムシ、ハオコゼ等 テキスト参照）がかかった場合、青年の家職員が駆除しますが、研修生が触れないように引率者も注意・指導します。
- (4) 雨天、猛暑の場合、日陰で見学をさせることがあります。その際、引率者に監視をお願いすることがあります。

<ロープ結び>

- 1 時間
80分
- 2 場所
研修室、体育館
- 3 人数
100人程度
- 4 準備物

青年の家が準備（ ）は数量		個人又は団体が準備	
個人	研修用ロープ（1）	個人	テキスト
			筆記用具

- 5 その他
- （1）同宿校の人数やプログラム編成等により、依頼研修として設定できない場合があります。
- （2）荒天による日程変更で行う場合、他の同宿校と合同となることがあります。
- （3）引率者は、配慮の必要な研修生等への支援を行います。
- 6 研修の流れ（80分・依頼研修・研修室での例）

内容	時間 (分)	研修生の動き	引率者の動き・留意点
説明	15	○研修のめあてや進め方、約束を聞く。 ○テキストを見ながら、ロープの特性について理解する。	○けがや事故につながる行為について特に注意する。
活動	50	○ロープを受け取る。 ○いろいろな結びに挑戦する。	○ロープ配付の補助をする。 ○研修生同士で教え合うよう促し、個別に支援する。
片付け	5	○ロープを片付ける。	○ロープ片付けの補助をする。
まとめ	10	○まとめの話を聞く。	

<手旗信号>

- 1 時間
80分
- 2 場所
体育館、グラウンド（少人数の場合、第1・2研修室でも可能）
- 3 人数
最大200人程度
- 4 準備物

青年の家が準備（ ）は数量		個人又は団体が準備	
個人	手旗【赤白1組】（1）	個人	テキスト
			筆記用具

- 5 その他
- （1）同宿校の人数やプログラム編成等により、依頼研修として設定できない場合があります。
- （2）荒天による日程変更で行う場合、他の同宿校と合同となることがあります。
- （3）引率者は、配慮の必要な研修生等への支援を行います。
- 6 研修の流れ（80分・依頼研修・体育館での例）

内容	時間 (分)	研修生の動き	引率者の動き・留意点
説明	15	○研修のめあてや進め方、約束を聞く。 ○手旗信号の歴史や特徴等を理解する。	○けがや事故につながる行為について、特に注意する。
活動	50	○手旗を受け取る。 ○原画を練習する。 ○原画の組み合わせ方について理解する。 ○実際に通信をする。	○手旗配付の補助をする。 ○原画の練習をするのを巡視する。 ○個別に支援する。 ○名前や学校名等を通信するのを巡視する。
片付け	5	○手旗を片付ける。	○手旗片付けの補助をする。
まとめ	10	○まとめの話を聞く。	

<海釣り>

1 時間

ショート（100分）		ロング（180分）	
（１）	８：３０～１０：１０	（１）	８：５０～１１：５０
（２）	１３：００～１４：４０	（２）	１３：３０～１６：５０
（３）	１５：１０～１６：５０		

2 場所

渋川港周辺、渋川海岸東潜堤周辺

3 人数・班編成

３０人・１班６人程度で編成

4 服装

帽子・体操服等の活動しやすい服・運動靴

5 費用

一人１００円（エサ代等）

6 準備物

青年の家が準備（ ）は数量		個人又は団体が準備	
個人	救命胴衣（１）	個人	竿（持参しても良い）
	延べ竿（１）		タオル（必要に応じて）
班	バケツ（１）	団体	ごみ袋（小）
	雑巾（１）		
	用具セット（１）		
	エサ（１）		
団体	新聞紙（１）		
	指導者用工具箱（１）		

7 その他

- （１）天候により研修を中止する場合がありますので、代替の研修を決めておきます。
（２）同宿校の人数やプログラム編成等により、依頼研修として設定できない場合があります。

7 研修の流れ（自主研修での例）

内容	時間（分）	研修生の動き	引率者の動き・留意点
説明	１５	○救命胴衣を着用する。 ○説明を聞く。	○用具をグラウンドに運んでおく。 ○救命胴衣を着用させる。 ○指導資料を参考に説明、実演する。
移 動	１０	○用具を持ち、班ごとに移動する。	○安全に注意して移動させる。
準備・釣り	ショート ４０ ロング １２０	○釣りの注意事項を聞く。 ○釣り場を決め、仕掛けの準備をする。 ○エサを付けて釣りをする。	○指導資料を参考に説明する。 ○釣りのマナーに留意させる。 ○危険な場所に行かせない。 ○巡回し、適時支援する。
まとめ	１０	○釣れた魚を持って集合し、説明を聞く。その後、魚を逃がす。 ○ハリスを外し、バケツに入れる。 ○竿を片付け、ごみを持ち帰る。	○研修生の釣った魚の説明をし、その後魚を逃がさせる。 ○ハリスを外すときには、十分気を付けさせる。 ○ハリスやごみ等が落ちていないか確認する。
移 動	１０	○用具を持ち、班ごとに移動する。	○安全に注意して移動させる。
片付け	１５	○用具を片付ける。	○貸出用具の確認をし、所定の場所に返却させる。

【海釣りマップ】



海釣り指導の手順

1 研修生への説明

(1) 釣るときの注意

- ア. 渋川港周辺、又は渋川海岸東突堤周辺で釣る。
- イ. 安全のため、救命胴衣を着用する。
- ウ. 岩場は滑りやすい。(干潮時)
- エ. ごみはバケツに入れて持ち帰る。
- オ. 釣れた魚は雑巾でつかむ。(危険な生物は、必ず雑巾を使用する。)

(2) 持ち物の説明

- ア. バケツの中に用具(エサ、エサ入れ、雑巾、用具箱)を入れて運ぶ。
- イ. バケツ、用具はリーダーが責任を持って管理する。
- ウ. 釣れた魚はバケツの中に入れる。

(3) 釣る準備

- ア. 延べ竿を伸ばす。
- イ. 竿先に仕掛けを結び付ける。

(4) 釣り方

- ア. ウキ下の長さを、1 m～1.5 mにする。(ウキ下の長さは、水深によって調整する。)
- イ. エサは5 cmぐらいに切り、ハリに付ける。
- ウ. ポイントに仕掛けを垂らし、当たりを待つ。
- エ. ウキがピクピクしたら引き上げる。

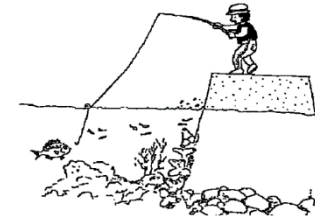
(5) 釣りの終了

- ア. 集合場所(浜)に集まる。
- イ. 釣れた魚の話をする。
- ウ. 用具の片付けをする。
- エ. サルカンより下(ハリス)をハサミで切って持ち帰り、新聞紙に包み処分し、用具箱は中を確認する。
- オ. 釣れた魚は海へ放す。
- カ. バケツは水洗いし、竿は元通りにして返却する。

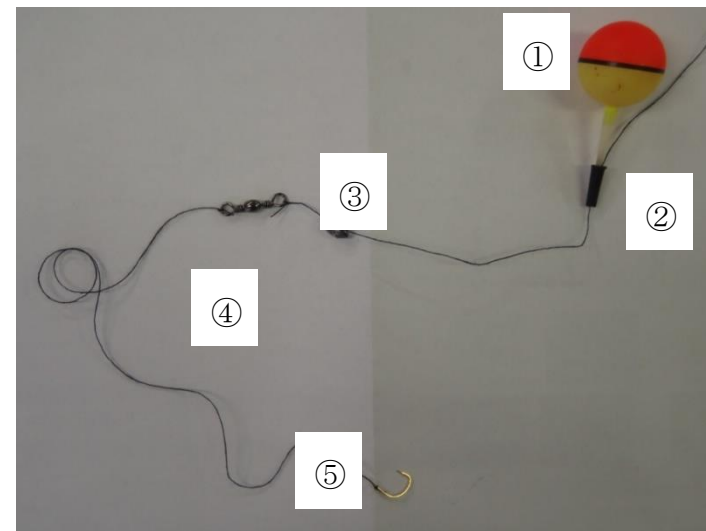
【参考】

(1) ウキ釣り

一定の深さを広範囲に釣るときの方法で、ウキの変化を見て、合わせる一般的な釣り方。海釣りでは、防波堤や磯からの釣りに多く用いられる。



(2) 仕掛け



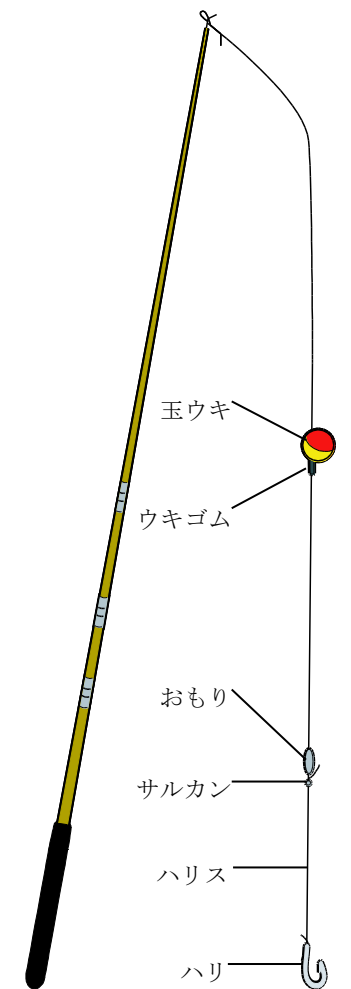
①玉ウキ

②ウキゴム

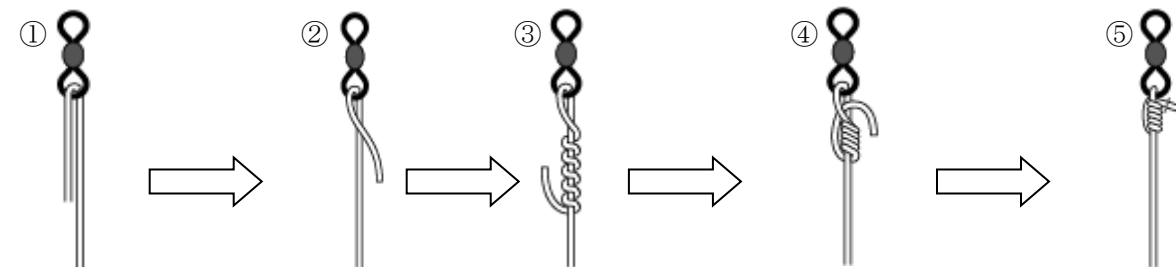
③おもり

④サルカン

⑤ハリス、ハリ



(3) サルカンの結び方



②③ラインを本線に4回程度、巻き付ける。

④巻き付けてできた輪にラインを通す。

⑤引っ張ってラインを締める。最後に余分なラインを5 mmほど残して切る。

<海の生物>

- 1

時間

80分
- 2

場所

渋川港付近の浜
- 3

人数・班編成

40～100人程度・1班6人程度で編成（最大20班）
- 4

服装

帽子・体操服等の活動しやすい服・運動靴（濡れてもよい物）
- 5

準備物

青年の家が準備（ ）は数量		個人又は団体が準備	
個人	救命胴衣（1）	個人	タオル（必要に応じて）
班	バケツ（1）		
	スクレイパー（1）		
	熊手（1）		
	ゼッケン（1）		
	観察カード（1）		
- 6

その他

（1）天候により研修を中止する場合がありますので、代替の研修を決めておきます。

（2）同宿校の人数やプログラム編成等により、依頼研修として設定できない場合があります。

（3）潮の高さが、おおむね100cm以下の場合に実施可能です。

（4）研修生それぞれが課題を持って研修することをおすすめします。課題に応じた準備物があれば各校で準備します。

【海の生物マップ】



7 研修の流れ（自主研修での例）

内 容	時間 (分)	研修生の動き	引率者の動き・留意点
説 明	5	○救命胴衣を着用する。 ○用具について説明を聞く。 ○移動時の注意を聞く。	○救命胴衣を着用させる。 ○用具の準備をする。 ○移動時の注意を説明する。
移 動	10	○用具を持ち、班ごとに移動する。	○安全に注意して移動させる。
観 察・ 採 集	35	○注意事項を聞く。 ○観察・採集を始める。 ○分からないことを質問する。	○危険な場所や生物について説明する。 ○生物を大切に扱うことを知らせる。 ○研修生の安全に気を付ける。 ○研修生の質問に答えたり、考えるヒントを与えたりする。
ま と め	10	○採集した生物を持って集合する。 ○まとめの話を聞く。 ○生物を逃がす。	○人員点呼、健康観察をする。 ○用具の点検、確認をする、 ○研修生が採集した生物について説明をする。 ○自然の大切さや楽しさに気付かせ、自然保護についても触れる。 ○採集した生物は逃がすようにする。
移 動	10	○青年の家に帰る。	○安全に注意して移動させる。
片 付 け	5	○貸出用具を足洗場で洗い、片付ける。	○研修生が採集した生物について説明し貸出用具の点検・確認をし、所定の場所に返却させる。



<いかだ遊び>

- 1 期間
5月下旬～10月初旬
- 2 場所
渋川海岸
- 3 人数・班編成
80人・いかだ1基に付き4人組で編成（最大20組）
- 4 服装
帽子・水着等の活動しやすい服・サンダル
- 5 準備物等

青年の家が準備（ ）は数量			個人又は団体が準備	
個人	救命胴衣	(1)	引率者	研修のグループ編成
班	いかだ	(1)		台車運搬係の設定
	パドル	(4)		陸上監視係の設定
団体	拡声器・レスキューチューブ [△]	(1)		(濡れてもよい服装で2人以上)

- 日焼け防止等でラッシュガード等を着用しての研修も可能です。
- 眼鏡をかけている研修生は、落下防止の対策を忘れないようにします。

6 留意事項

(1) 計画時

ア. 次のような場合には研修時間を半分に分け、別の研修を1つ加えて交互で行います。

(ア) 80人を大幅に超える団体の場合

(イ) 同研修時間に複数の団体が希望し、合計人数が80人を大幅に超える場合

○合計人数が80人程度であれば研修時間を分けずに合同で研修を行います。

イ. 研修実施の可否は、青年の家職員と団体責任者で相談のうえ決定します。

ウ. 気象条件等により、研修を中止する場合がありますので、代替の研修を決めておきます。

エ. 準備と片付け等に時間がかかるので、研修時間を延長しての研修も可能です。

(2) 研修時

ア. いかだやパドル等用具の運搬や片付けは団体で行い、数や破損の有無を確認します。

イ. いかだは台車（1台に4基）に積んでおり、台車の運搬は引率者が行います（台車5台）。

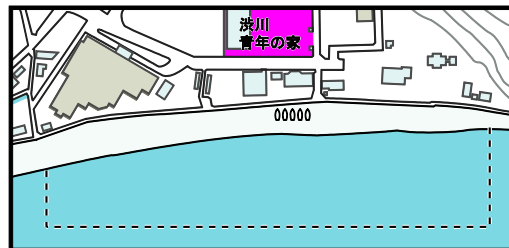
ウ. 研修中の安全管理は、青年の家職員（監視艇での海上監視）と引率者（陸上監視や水際での補助等）が協力して行います。

エ. 毒のある生物（アカクラゲ、ウミケムシ、ゴンズイ等）に注意します。

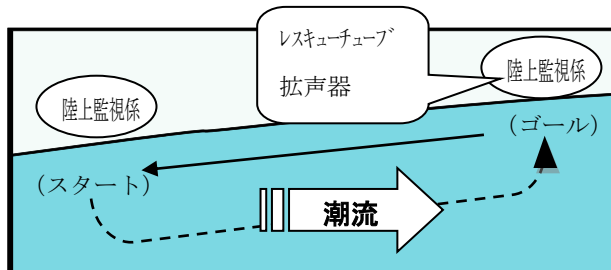
オ. 潮流や風向に十分注意して研修を行います。

カ. カッター研修が行われている場合は特に潮流に注意し、研修生がカッターに近づかないように注意して監視、声かけを行います。

7 渋川海岸研修範囲



- 点線の範囲内で研修場所を決めます。
- カッター研修の時間、潮流などの関係で、研修場所は当日に説明します。

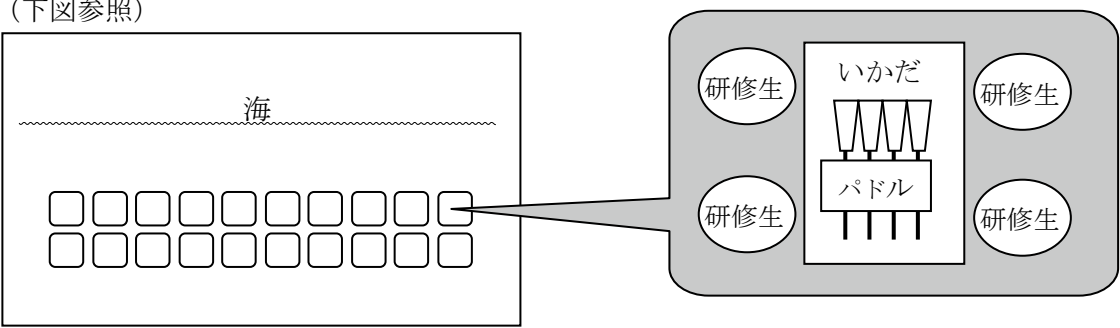


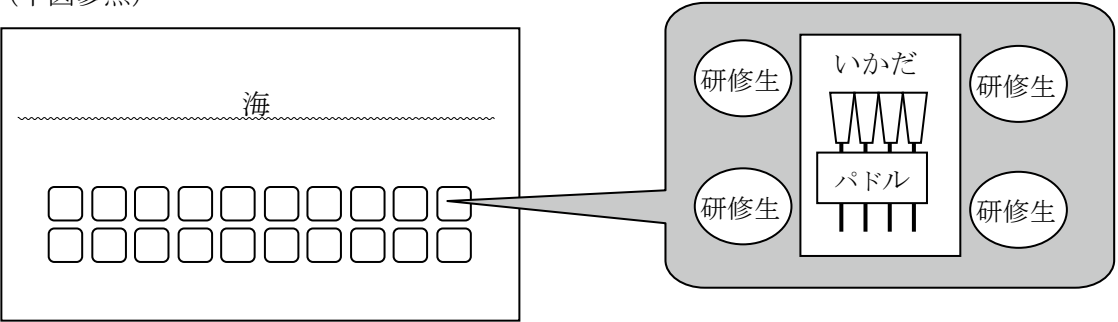
- 研修は、陸上監視係の間で行います。
- 潮流の上にいる陸上監視係はスタートの支援を行います。
- 潮流の下にいる陸上監視係はレスキューチューブと拡声器を持ち、ゴールを指示します。

8 研修の流れ（1泊2日午後退所式での研修例）

【研修1でいかだ遊びを行い、研修2でカッターを行う場合】

事前準備 (昼食後)	○水着を着用し、タオルや着替えを指定された場所に置く。 ◎体育館下足箱、浴室、シャワー室等を団体の規模、研修団体数によって割り当てる。
準備 (約20分)	○救命胴衣を着用する。 ○引率者は台車を研修場所付近の遊歩道に移動する。 ◎拡声器・レスキューチューブの準備と片付けは青年の家職員が行う。 ○研修生はパドルを持って移動する。 ○引率者は台車からいかだを下ろす。 ○研修生は班ごとにパドルといかだを波打ち際まで運ぶ。 波打ち際にいかだを前後に並べ、 パドルはいかだの上に置き、いかだの周りに集合する。 (下図参照)
活動	【活動の流れ】 ○砂浜での説明（10分）→班で活動→（交代）→終了 ○団体内での交代時間等は、引率者の判断で指示を出す。 ○他団体との交代がある場合は、時間を厳守する。
片付け (約20分)	【研修2で他団体が研修する場合】 ○研修生はいかだとパドルを波打ち際に並べる。 ○引率者はレスキューチューブ・拡声器を砂浜に置く。 ○研修生は青年の家に戻り、救命胴衣を水洗いして返却した後、指定された場所で着替える。 ◎次の団体の使用数が少ない場合は、使用しないいかだを台車に戻し、使用しないパドルは青年の家を持ち帰り、水洗いして返却する。 【研修2で他団体の研修がない場合】 ○研修生は遊歩道の台車近くまで班ごとにいかだを運ぶ。パドルを持って青年の家に戻り、救命胴衣とパドルを水洗いして返却する。その後、指定された場所で着替える。 ○引率者はいかだを台車に積み、青年の家に戻却する。 ◎カッター研修の集合時刻に遅れないようにする。 ◎カッター研修時の救命胴衣は、砂浜にある場合とない場合がある。砂浜にない場合は、青年の家から濡れていない物を新たに着用して砂浜に移動する。 ※) 事前打合せ会で確認する。
備考	○研修後、浴室またはシャワー室等では着替えを行うが、希望があればかけ湯も可能。 ○研修の時間は、各団体の研修終了時刻によって変わってくる。

【研修１でカッターを行った後、研修２でいかだ遊びを行う場合】	
事前準備 (昼食後)	○カッター研修後の準備時間短縮のため、カッター研修までに水着を着用しておき、タオルや着替えを指定された場所に置く。 ◎体育館下足箱、浴室、シャワー室等を団体の規模、研修団体数によって割り当てる。 ◎カッター研修は水着の上に体操服を着用して行う。
準備 (約２０分)	○研修生はカッター研修後、水着に着替え、救命胴衣を着用し、研修場所に移動する。 【研修１で他団体が研修していた場合】 ○いかだ、パドルは砂浜に置いてあるものを使用する。 【研修１で他団体の研修がなかった場合】 ○引率者は台車を研修場所付近の遊歩道に移動する。 ◎拡声器・レスキューチューブの準備と片付けは青年の家職員が行う。 ○研修生はパドルを持って移動する。 ○引率者は台車からいかだを下ろす。 ○研修生は班ごとにパドルといかだを波打ち際に運ぶ。 波打ち際にいかだを前後２列に並べ、パドルはいかだの上に置き、いかだの周りに集合する。 (下図参照)  ◎カッター研修前に台車を移動し、波打ち際にいかだ、パドルを並べておくことも可能（カッター研修の集合時刻に遅れないようにする。）。
活動	【研修の流れ】 ○砂浜での説明（１０分）→班で活動→（交代）→終了 ○団体内での交代時間等は、引率者の判断で指示を出す。 ○他団体との交代がある場合は時間を厳守する。
片付け (約２０分)	○研修生は遊歩道の台車近くまで班ごとにいかだを運ぶ。パドルを持って青年の家に帰り、救命胴衣とパドルを水洗いして返却する。その後、指定された場所で着替える。 ○引率者はいかだを台車に積み、青年の家に返却する。 ◎次の研修に遅れないようにする。
備考	○研修後、浴室またはシャワー室等で着替えを行うが、希望があればかけ湯も可能。 ○研修の時間は、各団体の研修終了時刻によって変わってくる。

【研修３で地引き網を行った後、研修４でいかだ遊びを行う場合】	
朝食後 (起床後)	○地引き網研修後の準備時間短縮のため、地引き網までに水着を着用しておき、タオルや着替えを指定された場所に置く。 ◎体育館下足箱、浴室、シャワー室等を団体の規模、研修団体数によって割り当てる。 ◎地引き網研修は水着の上に体操服を着用して行う。
準備 (約２０分)	○研修生は地引き網研修後、水着に着替え、救命胴衣を着用する。 ○引率者は台車を研修場所付近の遊歩道に移動する。 ◎拡声器・レスキューチューブの準備と片付けは青年の家職員が行う。 ○研修生はパドルを持って移動する。 ○引率者は台車からいかだを下ろす。 ○研修生は班ごとにパドルといかだを波打ち際まで運ぶ。 波打ち際にいかだを前後２列に並べ、パドルはいかだの上に置き、いかだの周りに集合する。 (下図参照)  ◎地引き網研修前に台車を移動し、波打ち際にいかだ、パドルを並べておくことも可能（地引き網研修の集合時刻に遅れないようにする。）。その場合、地引き網研修が始まり青年の家職員が砂浜に来るまでは見張りを行う。
活動	【研修の流れ】 ○砂浜での説明（１０分）→班で活動→（交代）→終了 ○団体内での交代時間等は、引率者の判断で指示を出す。 ○他団体との交代がある場合は時間を厳守する。
片付け (約２０分)	○研修生は遊歩道の台車近くまで班ごとにいかだを運ぶ。パドルを持って青年の家に帰り、救命胴衣とパドルを水洗いして返却する。その後、指定された場所で着替える。 ○引率者はいかだを台車に積み、青年の家に返却する。 ◎昼食に遅れないようにする。
備考	○研修後、浴室またはシャワー室等で着替えを行うが、希望があればかけ湯も可能。 ○研修の時間は、各団体の研修終了時刻によって変わってくる。

<シーカヤック体験>

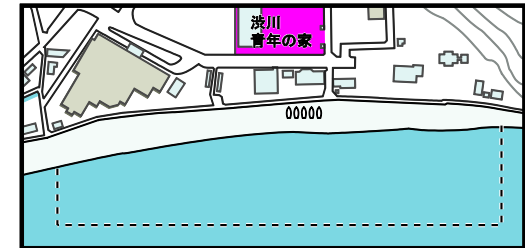
- 1 期間
5月下旬～10月初旬
- 2 場所
渋川海岸
- 3 人数・班編成
40人・2人1組で編成（最大20組）
- 4 服装
帽子・水着等の活動しやすい服・サンダル
- 5 準備物等

青年の家が準備（ ）は数量			個人又は団体が準備	
個人	救命胴衣・ゼッケン	(1)	引率者	研修のバディ編成
班	カヤック	(1)		ラック運搬係の設定
	パドル	(1)		陸上監視係の設定
団体	拡声器・レスキューチューブ	(1)		(濡れてもよい服装で2人以上)

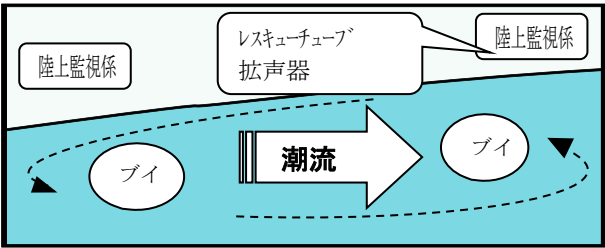
- ◎日焼け防止等でラッシュガード等を着用しての研修も可能です。
- ◎眼鏡をかけている研修生は、落下防止の対策を忘れないようにします。

- 6 留意事項
- (1) 計画時
- ア. 次のような場合には研修時間を半分に分け、別の研修を1つ加えて交互で行います。
- (ア) 40人を大幅に超える団体の場合
- (イ) 同研修時間に複数の団体が希望し、合計人数が40人を大幅に超える場合
- ◎合計人数が40人程度であれば研修時間を分けずに合同で研修を行います。
- イ. 研修実施の可否は、青年の家職員と団体責任者と相談のうえ決定します。
- ウ. 気象条件等により、研修を中止する場合がありますので、代替の研修を決めておきます。
- エ. 準備と片付け等に時間がかかるので、研修時間を延長しての研修も可能です。
- (2) 研修時
- ア. カヤックやパドル等用具の運搬や片付けは団体で行い、数や破損の有無を確認します。
- イ. カヤックとパドルはラックに積んでおりラックの運搬は引率者が行います（ラック3台）。
- ウ. 研修中の安全管理は、バディーシステム（2人1組・同ゼッケン番号）で相互監視を行うとともに、青年の家職員（監視艇での海上監視）と引率者（陸上監視や水際での補助等）が協力して行います。
- エ. 毒のある生物（アカクラゲ、ウミケムシ、ゴンズイ等）に注意します。
- オ. 潮流や風向に十分注意して研修を行います。
- カ. カッター研修が行われている場合は特に潮流に注意し、研修生がカッターに近づかないように注意して監視、声かけを行います。

- 7 渋川海岸研修範囲



- ◎点線の範囲内で研修場所を決めます。
- ◎カッターの研修時間、潮流等の関係で、研修場所は当日に説明します。

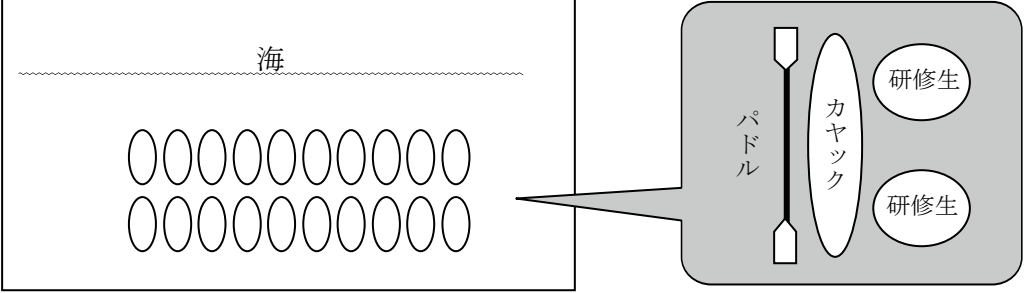


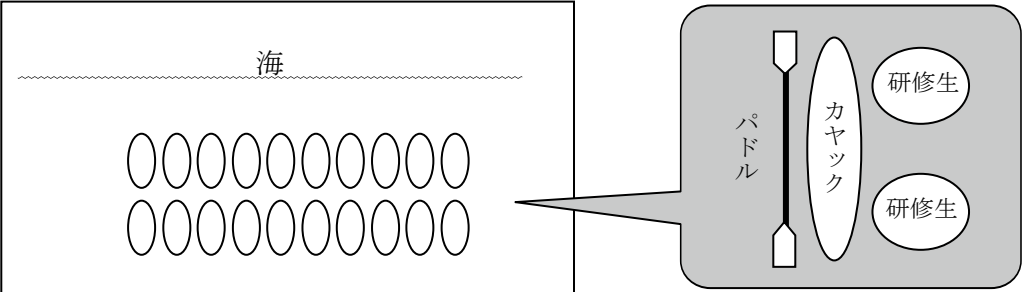
- ◎研修は、陸上監視係の間で行います。
- ◎陸上監視係は各ブイの正面に立ち、監視を行います。
- ◎潮流の下にいる陸上監視係はレスキューチューブと拡声器を持ち、指示します。

- 8 研修の流れ（1泊2日午後退所式での研修例）

【研修1でシーカヤック体験を行い、研修2でカッターを行う場合】

事前準備 (昼食後)	○水着を着用し、タオルや着替えを指定された場所に置く。 ◎体育館下足箱、浴室、シャワー室等を団体の規模、研修団体数によって割り当てる。
準備 (約20分)	○救命胴衣を着用する。 ○引率者はラックを研修場所付近の遊歩道に移動し、ラックからカヤックとパドルをおろす。 ◎拡声器・レスキューチューブの準備と片付けは青年の家職員が行う。 ○研修生はカヤックとパドルを遊歩道付近から波打ち際までバディーで運ぶ。 カヤックの艇首を海に向け、前後2列に並べる。パドルはカヤックの左側、バディーでカヤックの右側に整列する。 (下図参照)
活動	【活動の流れ】 ○砂浜での説明（15分）→バディー1人目漕艇→交代→バディー2人目漕艇→終了 ○団体内での交代時間等は、引率者の判断で指示を出す。 ○他団体との交代がある場合は時間を厳守する。
片付け (約20分)	【研修2で他団体が研修する場合】 ○研修生はカヤックとパドルを波打ち際に並べる。ゼッケンはカヤックの上に置く。 ○引率者はレスキューチューブ・拡声器を砂浜に置く。 ○研修生は青年の家に戻り、救命胴衣を水洗いして返却した後、指定された場所で着替える。 ◎次の団体へ救命胴衣を引継ぐ場合は、砂浜に置く。 ◎次の団体の使用数が少ない場合は、使用しないカヤックとパドルをラックに積む。 【研修2で他団体の研修がない場合】 ○研修生は遊歩道のラック近くまでカヤックとパドルをバディーで運ぶ。青年の家まで帰り、救命胴衣とゼッケンを水洗いして返却する。その後、指定された場所で着替える。 ○引率者はラックにカヤックとパドルを積み、青年の家に戻却する。 ◎カッター研修の集合時刻に遅れないようにする。 ◎カッター研修時の救命胴衣は、砂浜にある場合とない場合がある。砂浜にない場合は、青年の家から濡れていない物を新たに着用して砂浜に移動する。 ※) 事前打合せ会で確認する。
備考	○研修後、浴室またはシャワー室等で着替えを行うが、希望があればかけ湯も可能。 ○研修の時間は、各団体の研修終了時刻によって変わってくる。

【研修１でカッターを行った後、研修２でシーカヤック体験を行う場合】	
事前準備 (昼食後)	○カッター研修後の準備時間短縮のため、カッター研修までに水着を着用しておき、タオルや着替えを指定された場所に置く。 ◎体育館下足箱、浴室、シャワー室等を団体の規模、研修団体数によって割り当てる。 ◎カッター研修は、水着の上に体操服を着用して行う。
準備 (約２０分)	○研修生はカッター研修後、水着に着替え、救命胴衣を着用し、その上にゼッケンを着用する。 【研修１で他団体が研修していた場合】 ○カヤック、パドル、ゼッケンは砂浜に置いてある。 ○研修生は、研修場所にあるゼッケンを救命胴衣の上に着用する。 【研修１で他団体の研修がなかった場合】 ○引率者はラックを研修場所付近の遊歩道に移動し、ラックからカヤックとパドルをおろす。 ◎拡声器・レスキューチューブの準備と片付けは青年の家職員が行う。 ○研修生はカヤックとパドルを遊歩道付近から波打ち際までバディーで運ぶ。 カヤックの艇首を海に向け、前後２列に並べる。パドルはカヤックの左側、バディーでカヤックの右側に整列する。 (下図参照)  ○カッター研修前にラックを移動し、波打ち際にカヤック、パドルを並べておくことも可能。 ◎カッター研修の集合時刻に遅れないようにする。
活動	【活動の流れ】 ○砂浜での説明（１５分）→バディー１人目漕艇→交代→バディー２人目漕艇→終了 ○団体内での交代時間等は、引率者の判断で指示を出す。 ○他団体との交代がある場合は時間を厳守する。
片付け (約２０分)	○研修生は遊歩道のラック近くまでカヤックとパドルをバディーで運ぶ。青年の家に帰り、救命胴衣とゼッケンを水洗いして返却する。その後、指定された場所で着替える。 ○引率者はラックにカヤックとパドルを積み、青年の家に返却する。 ◎次の研修に遅れないようにする。
備考	○研修後、浴室またはシャワー室等で着替えを行うが、希望があればかけ湯も可能。 ○研修の時間は、各団体の研修終了時刻によって変わってくる。

【研修３で地引き網を行った後、研修４でシーカヤック体験を行う場合】	
朝食後 (起床後)	○地引き網研修後の準備時間短縮のため、地引き網研修までに水着を着用しておき、タオルや着替えを指定された場所に置く。 ◎体育館下足箱、浴室、シャワー室等を団体の規模、研修団体数によって割り当てる。 ◎地引き網研修は、水着の上に体操服を着用して行う。
準備 (約２０分)	○研修生は地引き網研修後、水着に着替え、救命胴衣を着用し、その上にゼッケンを着用する。 ○引率者はラックを研修場所付近の遊歩道に移動し、ラックからカヤックとパドルをおろす。 ◎拡声器・レスキューチューブの準備と片付けは青年の家職員が行う。 ○研修生はカヤックとパドルを遊歩道付近から波打ち際までバディーで運ぶ。 カヤックの艇首を海に向け、前後２列に並べる。パドルはカヤックの左側、バディーでカヤックの右側に整列する。 (下図参照)  ○地引き網研修前にラックを移動し、波打ち際にカヤック、パドルを並べておくことも可能。 ◎その場合、地引き網研修が始まり、青年の家職員が砂浜に来るまでは見張りを行う。 ◎地引き網研修の集合時刻に遅れないようにする。
活動	【活動の流れ】 ○砂浜での説明（１５分）→バディー１人目漕艇→交代→バディー２人目漕艇→終了 ○団体内での交代時間等は、引率者の判断で指示を出す。 ○他団体との交代がある場合は時間を厳守する。
片付け (約２０分)	○研修生は遊歩道のラック近くまでカヤックとパドルをバディーで運ぶ。青年の家に帰り、救命胴衣とゼッケンを水洗いして返却する。その後、指定された場所で着替える。 ○引率者はラックにカヤックとパドルを積み、青年の家に返却する。 ◎昼食に遅れないようにする。
備考	○研修後、浴室またはシャワー室等で着替えを行うが、希望があればかけ湯も可能。 ○研修の時間は、各団体の研修終了時刻によって変わってくる。

<砂の芸術>

- 1 時間
80分
- 2 場所
渋谷海岸
- 3 人数
200人程度まで
- 4 服装
帽子・体操服等の活動しやすい服・サンダル
- 5 準備物

青年の家が準備 ()は数量		個人又は団体が準備	
個人	スコップ (プラスチック製) (1)	個人	汗拭き用タオル (必要に応じて)
班	バケツ (1)	団体	作品の完成予想図 (必要に応じて)

◎同研修時間に複数校が希望した場合は、用具の数を協議の上決定します。

- 6 その他
 - (1) 天候により研修を中止する場合がありますので、代替の研修を決めておきます。
 - (2) 班で事前にどんなものを作るか(設計図等)を決めておくと意欲的に活動できます。

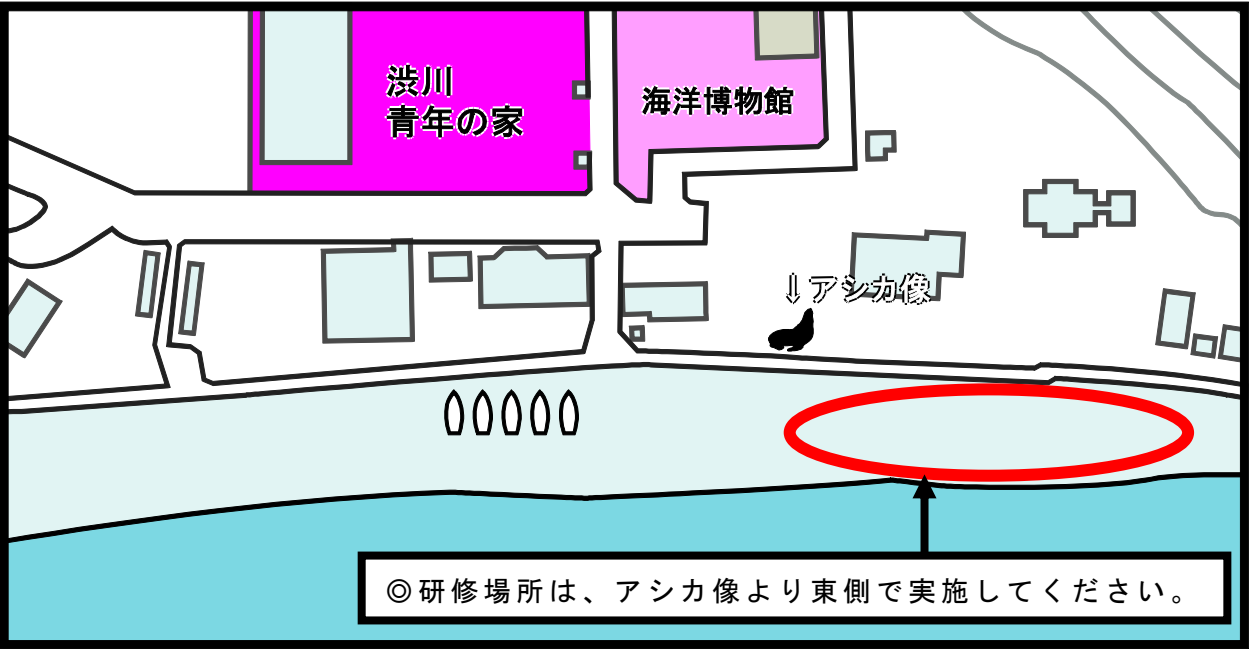
【作品例】



7 研修の流れ

内容	時間(分)	研修生の動き	引率者の動き・留意点
集合・移動	5	○グラウンドに集合する。 ○用具を準備する。 ○砂浜に移動する。	○班ごとに集合させる。 ○安全に注意し、移動させる。
説明	5	○注意事項を聞く。	○以下の点に留意して実施する。 ◎カッターの研修場所から、50m以上離れて行う。 ◎研修場所の選定については、潮の満ち引きを考慮する。 ◎砂浜は60cm以上掘らない。 ◎用具を振り回さない。 ◎研修後作品は解体し、整地する。
制作	55	○設計図を見ながら班ごとに制作する。	○巡視をし、安全面に留意する。
まとめ	10	○制作後の感想を発表したり、他の班の作品の優れているところを発表したりする。	
片付け	5	○スコップは、足洗場で水洗いしてから、元の場所に返却する。 (1ケースに40本入れる。) ◎乾かさなくてもよい。	○帰所時は安全に注意して移動させる。

【砂の芸術マップ】



<スコアオリエンテーリング>

- 1 時間
60～80分
- 2 場所
グラウンド～青年の家周辺
- 3 人数・班編成
最大200人程度・1班6人程度で編成（最大40班）
- 4 服装
帽子・体操服等の活動しやすい服・運動靴
- 5 準備物

青年の家が準備		()は数量		個人又は団体が準備	
班	ファイル	(1)	個人	汗拭きタオル（必要に応じて）	
	スコアオリエンテーリングマップ	(1)	班	筆記用具（リーダー）	
	解答用紙	(1)			
	ゼッケン	(1)			
団体	要項・資料	(1)			
	集計用紙	(1)			
	ポスト見本	(1)			
	本部用長机	(1)			

- 6 研修の進め方
- （1）制限時間の設定
あらかじめ、青年の家に戻る時刻を設定しておきます。
◎研修生は、引率者の時計で判断します。
- （2）スタートの方法
全ての班が、同時に青年の家をスタートします。
◎班数が多い場合は、班ごとに最初に探すポストを指定してスタートします。
- （3）順位の決定
回ったポストの得点とボーナスの得点の合計で順位を決めます。
- 7 その他
天候により研修を中止する場合がありますので、代替の研修を決めておきます。

- 8 引率者の役割分担

配置場所	人 数	役 割
グラウンド【本部】 ☆	1人	全体の指導、集合点呼、研修説明、健康チェック、スタート・ゴール管理、集計等
正門（ロータリー）付近 ★	1人	正門付近の交通整理（車・研修生）
マリンホテル前 ★	各1人	安全確認（人数、歩き方等）
東・西の浜突堤付近 ★★	1人	安全確認（人数、歩き方等）

◎引率者の人数が少ない場合は、研修生と一緒に回る等により、安全確保を行います。
◎制限時間を過ぎてもゴールしない等の異常があった場合は、青年の家職員に連絡してください。

【スコアオリエンテーリングマップ】



<ウォークラリー>

- 1 時間
80～130分
- 2 場所
グラウンド～青年の家周辺
- 3 人数・班編成
最大200人程度・1班6人程度で編成（最大40班）
- 4 服装
帽子・体操服等の活動しやすい服・運動靴
- 5 準備物

青年の家が準備（ ）は数量		団体又は個人が準備	
班	ファイル（1）	個人	汗拭き用タオル（必要に応じて）
	こま図・解答用紙（1）	班	筆記用具（リーダー）
	ゼッケン（1）		
団体	要項・資料（1）		
	正答表（1）		
	長なわとび（1）		
	本部用長机（1）		

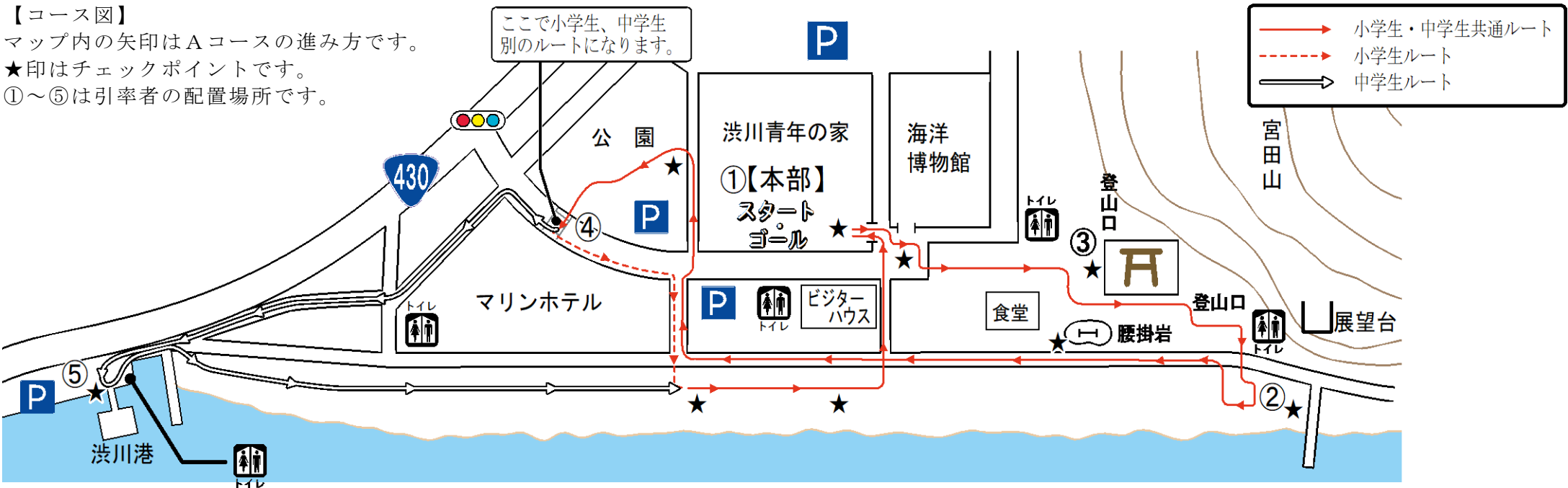
6 コース

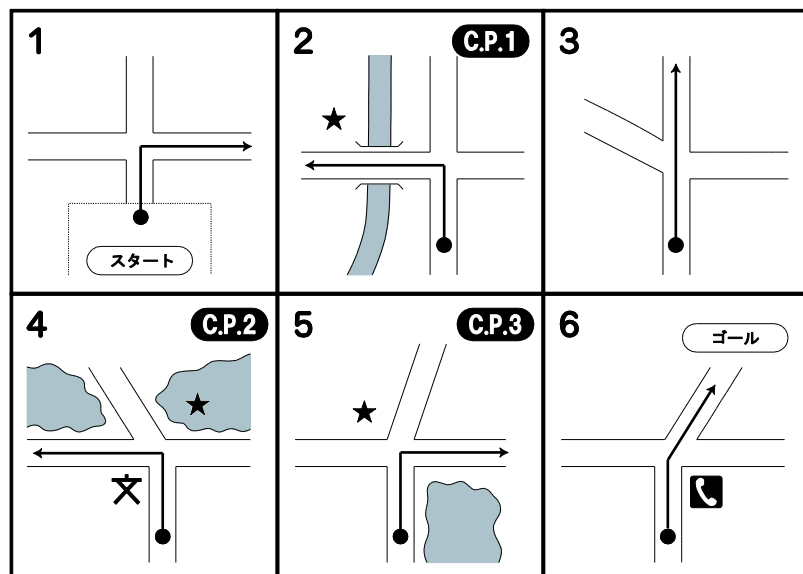
コース	規定時間(分)	備 考
Aコース	40	研修1コマで行う。（50～60人の少人数向き）
Bコース	40	Aコースの逆回り。（多人数で行う場合、Aコースと併用して行う。）
Cコース	130	研修2コマで行う。「海洋博物館」に観察ゾーンとして入場する。 隅々まで観察し、後で問題に答える。 ◎『観察ゾーンの問題』は、帰ってきた班に本部で渡し、解かせる。
	130	Cコース・aの逆回り。

- 7 研修の進め方
- （1）班ごとに時間差（1分おき）をつけてスタートします。
- （2）スタートからゴールまでの所要時間が決まっています。ゴールする時間が早すぎても遅すぎても減点となります。研修生にはこの時間を知らせません。
- 8 引率者の役割分担

配置場所	人 数	役 割
①グラウンド【本部】	1～2人	○全体指導（研修の説明、スタート・ゴール位置の確認、集計、健康チェック等） ○長なわとびの点数を記入します。 ○ゴール後、解答用紙の採点をします。
②海岸東側突堤付近	1人	○研修生の歌を聴き、採点をします。（10点満点）
③渋川八幡宮前	各1人	○安全確認（人数、歩き方等）
④マリンホテル前		
⑤渋川港 （中学校用コースのみ）		

- ◎引率者の状況や人数に応じて、安全確保ができるように配置します。引率者の人数が少ない場合は、青年の家職員に相談してください。また、異常があった場合は、青年の家職員に連絡します。
- 9 その他
- （1）事前に本冊子（14頁）の練習問題を使って、ウォークラリーについて理解しておきます。
- （2）各班1人リーダーを決めておきます。
- （3）天候により研修を中止する場合がありますので、代替の研修を決めておきます。
- （4）Cコースは、「海洋博物館」に入館しますので、スタート前に入館料の支払いを済ませておきます。







<王子が岳ハイキング>

- 1 時間
登り・下りとも片道約60分
- 2 場所
王子が岳とその周辺（片道2.4km）
- 3 人数
制限はありません
- 4 服装
帽子・体操服等の活動しやすい服（長袖、長ズボン）・運動靴（けが等の防止のためサンダル不可）
- 5 準備物

青年の家が準備（ ）は数量		団体又は個人が準備	
班	登山用資料（1）	個人	水分補給用飲料
団体	指導者用資料（1）		汗拭き用タオル（必要に応じて）
			ナップザック（タオル、飲料携帯用）

- 6 その他
- (1) 天候により研修を中止する場合がありますので、代替の研修を決めておきます。
- (2) 引率者は携帯電話を持参し、緊急時には、青年の家に連絡します。
緊急連絡先【青年の家 TEL；0863-81-8039】
- (3) 研修中に安全面に関することで、配慮を必要とする箇所があります。「指導者用資料」を参考に、安全面について研修生に指導します。
- (4) 登山道入口には、イノシシの防護柵が設置してあります。全員が通過後、必ず柵を閉めます。

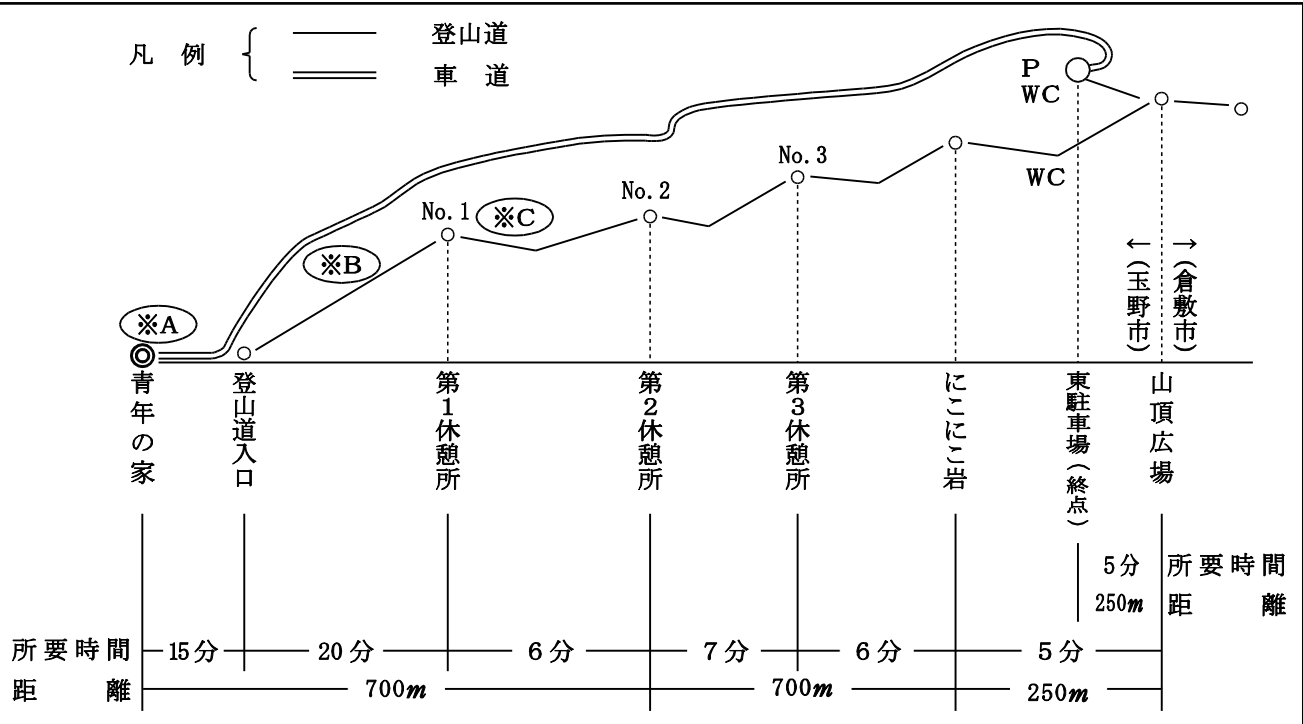
【コース】

※印は要注意箇所

A…道路横断

B…急な坂道

C…場所が狭い



7 研修の流れ

<午前>

時刻	内容
8：30	グラウンドに集合する。
8：40	青年の家を出発する。
9：40	山頂広場に到着する。 (散策・休憩)
10：30	山頂広場を出発する。
11：30	青年の家に到着する。

<午後>

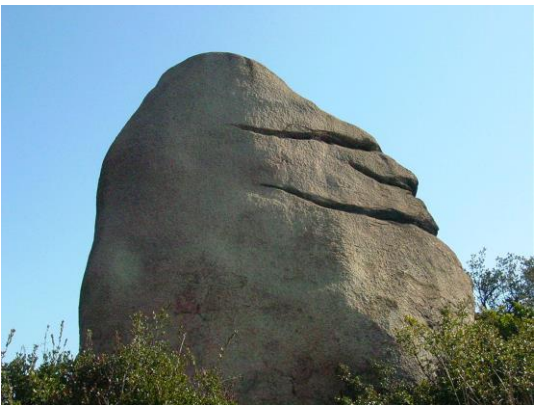
時刻	内容
13：30	グラウンドに集合する。
13：40	青年の家を出発する。
14：40	山頂広場に到着する。 (散策・休憩)
15：30	山頂広場を出発する。
16：30	青年の家に到着する。



登山道入口付近



渋川海岸
(第1休憩所手前より)



にっころ岩



瀬戸内の多島美
(山頂からの眺め)

<塩づくり>

- 1 時間
8 0 分
- 2 場所
グラウンド
- 3 人数・班編成
1 2 0 人程度・1 釜（1 班）6 人程度で編成（最大2 0 班）
- 4 服装
帽子・体操服等の活動しやすい服・運動靴
- 5 費用
1 釜 3 5 0 円
- 6 準備物

青年の家が準備（ ）は数量	
班	バケツ（海水採取用）（1）
	計量カップ（1）
	底板（鉄板）（1）
	くど（1）
	鍋（1）
	火ばさみ（1）
	かき混ぜ棒（1）
	薪（4本程度）
	木切れ（少々）
	着火剤（1）
	作り方ファイル（1）
	うちわ（1）
	軍手（1）
団体	ビニル袋（1）
	スプーン（1）
	ガスマッチ（2）

◎複数校が同研修時間を希望した場合は、班数（釜数等）を協議のうえ決定します。

◎軍手は必要数に応じて団体に準備してください。

7 研修の流れ

内 容	時間 (分)	研修生の動き	引率者の動き・留意点
説 明	5	○ファイルを見ながら、作り方の説明を聞く。 ○グループごとに用具を準備する。	○ファイルを見せながら、作り方を説明する。 ○用具を渡す。
準 備	1 5	○海水を取りに行く。 ○海水を1 0計り取る。 ○火をおこすために、くどに着火剤・木切れ・薪を組む。 ○準備ができたら、火をつけてもらい火をおこす。	○安全に注意をさせる。 ○鍋に海水を入れてから火をおこす。 ◎海水を多く入れ過ぎない。 ○火をおこすときは、着火材を置き、その上に木切れを乗せ、その上に薪を組む。 ○準備ができた班からガスマッチで火をつける。
活 動	4 0	○海水1 0を煮詰める。 ○火が弱ければ薪をつぎ足す。 ○海水をかき混ぜながら、鍋の縁に付いた塩をかき混ぜ棒で削り落とす。 ○鍋の中の海水の変化を観察（メモ）する。 ○煮詰まってから3 分経った後、鍋を火から下ろす。	○やけどには、十分注意をさせる。 ○薪を入れ過ぎないように注意する。 ○海水をかき混ぜたり、縁に付いた塩を削り落としたりするときに、やけどに注意する。 ○鍋を下ろすときは、周りに人がいないか十分確認するよう注意する。 ◎できた塩は研修生に食べさせない。
片付け	1 5	○片付けの手順を聞く。 ○冷ました塩をビニル袋に取る。 ○鍋を足洗場で洗う。 ○用具を全て片付ける。	○片付けの手順を説明する。 ○やけどには、十分注意させる。 ◎塩が熱いと袋が溶けるため注意 ○灰を一輪車にまとめ、水をかける。 ○一輪車をカーポート付近に運ぶ。
まとめ	5	○まとめの話を聞く。	○まとめの話をする。

< 体育館レクリエーション >

- 1 時間
8 0 分（夜の自主研修で実施する場合は6 0 分）
- 2 場所
体育館
- 3 人数
制限なし
- 4 服装
帽子・体操服等の動きやすい服・上履き
- 5 準備物
実施内容に応じて、準備します。
- 6 その他
（1）けがや事故がないように、安全に留意して実施します。
（2）他の団体に迷惑がかからないように、時間を厳守して行います。
（3）下記のボール類が貸出可能です。（要；青年の家職員に相談）

【体育館器具庫のボール類】

バレーボール……………	4 個	ソフトバレーボール……	8 個
ドッジボール……………	6 個	バスケットボール…………	6 個

< 海浜運動会 >

- 1 時間
8 0 分
- 2 場所
渋川海岸、砂浜
- 3 人数
制限なし
- 4 服装
帽子・体操服等の動きやすい服・運動靴又はサンダル
- 5 準備物
実施内容に応じて、準備します。
- 6 その他
（1）けがや事故がないように、安全に留意して実施します。
（2）貸出可能な用具があります。（要；青年の家職員に相談）

< ニュースポーツ >

- 1 時間
8 0 分（夜の自主研修で実施する場合は6 0 分）
- 2 場所
体育館・グラウンド（ペタンクのみ）
- 3 人数
種目により、異なります。
- 4 服装
帽子・体操服等の動きやすい服・上履き
- 5 準備物
実施内容に応じて、準備します。
- 6 その他
（1）けがや事故がないように、安全に留意して実施します。
（2）他の団体に迷惑がかからないように、時間を厳守します。
（3）下表の種目の用具は貸出可能です。（要；青年の家職員に相談）

【青年の家でできるニュースポーツ】

◎競技人数等は目安です。研修生の人数や状況に合わせて実施します。

種 目	数 量	競技人数等	保管場所
ユニカール	1 セット（2 箱）	1 チーム 3 人・2 チームで試合	体育館器具庫
ユニホック	2 セット（赤・黄各 12 本）	1 チーム 6 人・2 チームで試合	体育館器具庫
ペタンク	4 セット	シングル～トリプルスで試合	クラフトコーナー
キンボール	1 セット	1 チーム 4 人・3 チームで試合	クラフトコーナー
タグラグビー	6 セット	1 チーム 5 人・2 チームで試合	クラフトコーナー
ドッジビー	1 0 枚	1 チーム 1 3 人・2 チームで試合	クラフトコーナー
ディスクゴルフ	ゴール 3・ディスク 1 8	ルールにより変わる	【注 1】
インディアカ	1 3 個（羽の数）	1 チーム 8 人（コート 4 人、交代 4 人）	クラフトコーナー
4 方向綱引き	1 セット	1 チーム 1 0 人程度	体育館器具庫
ジャンピングロープ	3 セット	1 チーム 1 0 人程度	体育館器具庫
キャッチング・ザ・スティック	4 8 本	1 チーム 1 0 人（1 チーム 8 本使用）	体育館器具庫

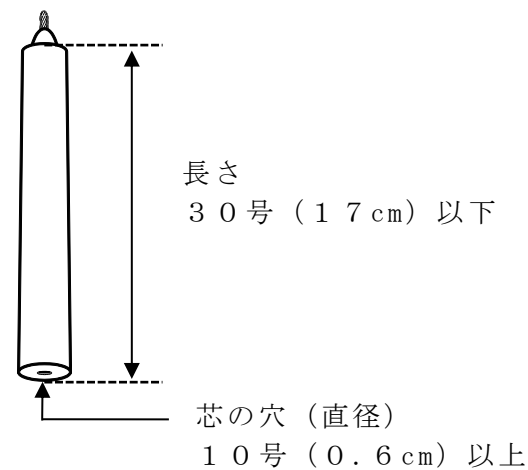
【注 1】 ゴールは体育館器具庫、ディスクはクラフトコーナーにあります。

<キャンドルの集い>

- 時間
60分（準備・片付けの時間を含む。）
- 場所
体育館
- 人数・班編成
制限なし
- 服装
帽子・体操服等の活動しやすい服・上履き
- 準備物

青年の家が準備（ ）は数量		個人又は団体が準備	
団体	燭台	(1)	団体
	フロアシート	(1)	
			ろうそく
			手燭（アルミホイル）
			衣装・音源等の小道具 （必要に応じて）
			延長コード（必要に応じて）

- その他
（１）役割分担・会場設営を含めて進行計画を立て、火傷やけが等の事故がないよう安全に留意して行います。進行計画の作成については、別項「キャンドルの集い 研修例」を参考にしてください。
（２）燭台の下には、必ずフロアシートを敷き、床面が汚れないように配慮します。
（３）他の団体に迷惑がかからないように、時間を厳守します。



【ろうそく】

サイズは上図を参考に準備する。



【燭台】

ろうそく（左図のサイズ）を約30本立てることが可能。

<DVD視聴>

- 時間
80分（夜の自主研修では60分となります。）
- 場所
研修室
- 人数・班編成
140人程度
- 準備物

青年の家が準備（ ）は数量		個人又は団体が準備	
団体	DVDプレイヤー	(1)	団体
	DVDソフト	適宜	
	映写機	(1)	
			DVDソフト プロジェクター （必要に応じて）

<海洋博物館見学>

- 時間
80分
- 場所
市立玉野海洋博物館（渋川マリン水族館）
- 人数・班編成
300人程度
- 服装
帽子・体操服等の活動しやすい服・運動靴
- 観覧料
小学生 150円
中学生 175円
◎観覧料は、海洋博物館窓口で直接支払います。
◎引率者及び要保護、準要保護の研修生は観覧料が免除されます。
- 準備物
テキスト・筆記用具（必要に応じて）
- その他
（１）時間を守って見学します。（放送を頼むことも可）
◎見学を中止する場合は、早めに青年の家に連絡します。
（２）見学時のマナーについて十分に指導し、一般の方に迷惑がかからないように配慮します。（大きな声でしゃべらない、走り回らないなど）

水曜日は休館日です。（見学が確定している場合のみ、特別開館となります。）

◎7月は水曜日でも開館しています。

◎荒天・雨天メニューで博物館見学を予定することや入所前もしくは退所後の博物館見学はできません。

キャンドルの集い 研修例

研修時間 60分
(準備・片付けを含む)

1 事前指導（例）

- 研修生をグループに分けスタンツの練習をする。
- 厳粛さと楽しさのめりはりが大切なことを指導する。

2 準備物

- 個人……帽子・体操服など活動しやすい服装
- グループ…スタンツに必要な小道具
- 団体……進行計画（グループ分け、役割分担、会場設営）、ろうそく、手燭（アルミホイル）衣装
- BGM「遠き山に日は落ちて」「祈りの歌」「マイウェイ」「一日の終わり」「今日の日はさようなら」等
- 青年の家…燭台、シート、放送用具（マイク、ラジカセ等）

3 実施例

内 容	補 足	備 考
1. 事前準備	・会場の設営をする。 ・シートを敷き、注意して燭台を運ぶ。 ・燭台を囲んで円形又は楕円形に隊形を作る。 ・第1部と第3部の儀式を中心に行う。 ・役割分担と進行について十分理解させる。 ・スタンツの打合せ、係と用具等の準備やトイレを済ませる。 ・全員に配置に着かせた後、全ての照明を消す。 ・第1部 厳粛に（無言・はっきりした歌唱）。 ・第2部 楽しく（大きなジェスチャー、はっきりした声）。 ・第3部 厳粛に（無言・はっきりした歌唱）。 ・終了次第、片付ける。	シート・燭台等
2. 集合・整列		
3. リハーサル		
4. 休憩		
5. 集合・整列		
6. 本番		
7. 片付け		ろうそくの始末

4 役割分担

(1) 指導者

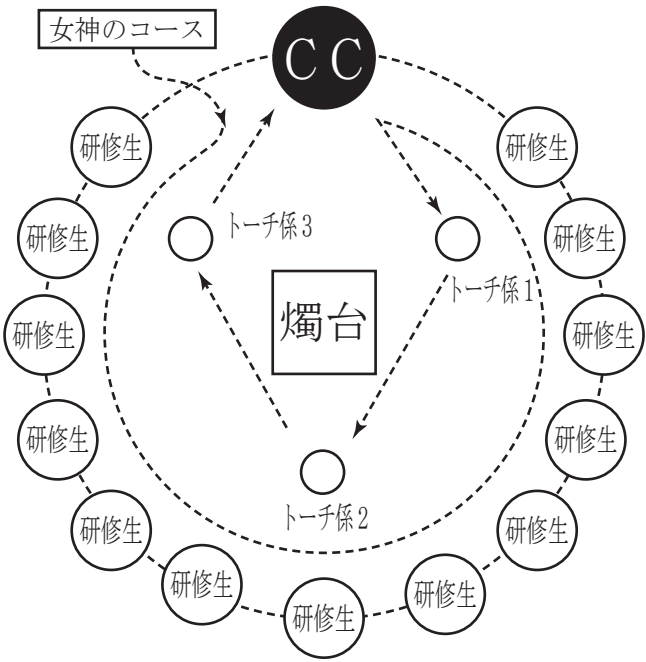
係 名	人数	内 容
キャンドルチーフ（CC）	1	分火『分火』・点火『点火』・集火『集火』の宣言をする。 はじめの言葉…キャンドルの集いの意義、火にまつわる話、研修を通しての感想など 終わりの言葉…キャンドルの集いのまとめ、第2部の感想励ましなど
司会・進行	1～2	第2部の司会、進行、スタンツの合間の簡単な歌やゲームをする。
着付・消灯	1～2	CC・女神の衣装着付、開始前の消灯をする。
ファイヤーキーパー	1～3	事前に研修生にろうそくを配る。女神への点火をする。

(2) 研修生

係 名	人数	内 容
女神	1	聖火を持って入場し、トーチ係への分火を行う。
トーチ係	1～2	誓いの言葉を宣誓する（短くて全員が反復できるものがよい）。 退場時のグループやクラスの指導をする。

聖火入場と分火の要領（女神の動き）

- 入場後円陣の内側を回り、CCの左側に立つ。
- CCの分火宣言後、トーチ係一人一人に点火する。



5 スタンツ（出し物）についての留意点

(1) スタンツの効用

- 創り出すことの楽しさが味わえる。
- 自己発見、仲間の未知な部分を知ることができる。
- グループの協力、チームワークの良さに対する喜びが得られる。
- 自己の表現力を高め、積極さも高まる。

(2) スタンツの発表について

- 短い時間で行う（出入りを含め3～5分程度）。
- グループ全員が力を合わせてする。
- 簡単な筋書きの中に楽しさ、ユーモアがある。
- できれば風刺のきいたもの。
斉唱・合唱だけとか、なぞなぞ・クイズ・テレビ等のまねはスタンツではない。

(3) スタンツの発表の仕方について

- 言葉は、はっきりと言う。
- 山をつくる。
- みんなに見えるように行う。
- 思い切って堂々と（大げさに）表現する。
- 動作はてきぱきと行う。
- アドリブは程々にする。
- 悪ノリはしない。
- スタンドプレーはしない。
- 喜劇役者は自分から笑わない。
- けじめをつける。

6 安全・施設管理について

- 燭台にろうそくを立てるときは、釘に注意して立てる。
- ろうそくを扱うので、やけどに注意する。
- ろうそくのろうが床に落ちないように必ずシートを敷く。ろうが床に落ちていないか確認し、落ちていたらすぐ取る。

7 キャンドルの集いの進行

進 行		内 容
第1部	女神の入場	音源（「遠き山に日は落ちて」）に合わせ、ハミング→1番を歌う。
	分火	C Cの「分火」の宣言で、女神はトーチ係に分火し、分化されたトーチ係はトーチを高く掲げ、誓いの言葉を述べる。全員で復唱する。女神は元の位置、トーチ係は自分たちの位置に戻る。
	誓いの言葉	
	点火	C Cの「点火」の宣言で、女神・トーチ係は左右の人のろうそくに点火し次々と送っていく。（BGM「祈りの歌」）
	はじめの言葉	C Cに正対・礼で始まる。
	集火	C Cの「集火」の宣言で、女神とC Cが燭台にろうそくを立てる。続いて女神の左側の研修生から途切れることなく、燭台にろうそくを立てに行く。（BGM「マイウェイ」）
	グループの歌	第1部の締めくくりとし、また第2部に向けて元気よく歌う。
第2部	1. 司会の言葉 2. みんなで歌 ダンス・ゲーム 3. 各グループの スタンツ	・第2部の始まりを告げる。 ・楽しい雰囲気を盛り上げていくために、スタンツ（出し物）の前後や途中で全員でのゲーム等を取り入れていく。 ・スタンツは出入りを含めて各グループ3分程度（あまり長くならない）。クイズなど他人を巻き込む内容は避け、グループ独自で演ずる寸劇・歌等が望ましい。 ・指導者もキャンドルの集いを盛り上げるためにスタンツを用意する。 ・能率的に進行するために、第2部のプログラム（出演順）を決めておく。
	団体歌	大きな声で団体歌（校歌）等を歌う。
	終わりの言葉	C Cに正対・礼で始まる（感想や前向きな話をする）。
第3部	トーチサービス	歌（「一日の終わり」）に合わせ、女神とトーチ係は燭台の前に進み、自分が持ち帰るろうそくの火だけを残し、手燭で押さえながら消す。
	退場	歌（「今日の日さはようなら」）に合わせ、C C、女神、トーチ係の先導で退場する。指示があるまで決して私語をしないようにする。

【参考】

（1）誓いの言葉

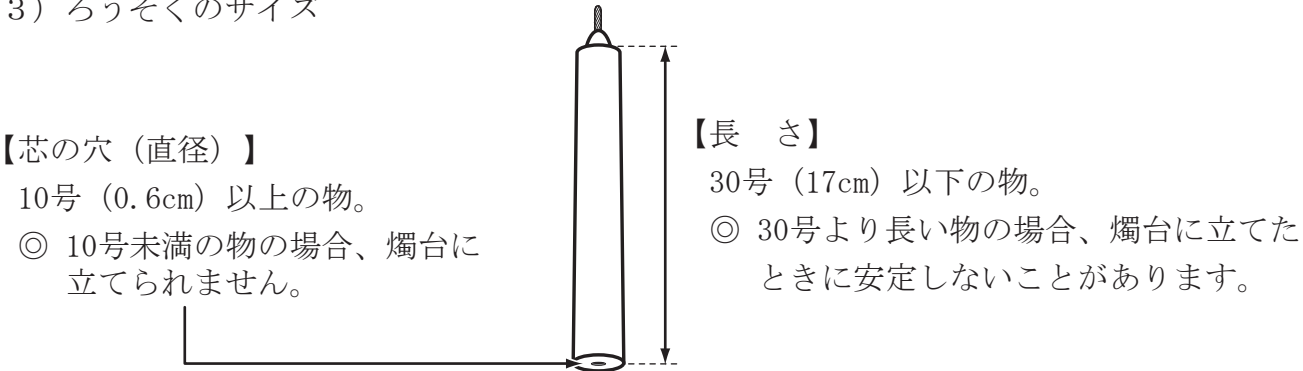
トーチ係は女神からもらった火を高く掲げ、誓いの言葉を大きな声で述べる。
終わった後、全員で復唱する。

- （例1）「協力の火、感謝の火、勤労の火、奉仕の火、仲良しの火」
（例2）「私たちは この日に 友情をあたためることを誓います。」
（例3）「火、それは愛です。火、それは希望です。」

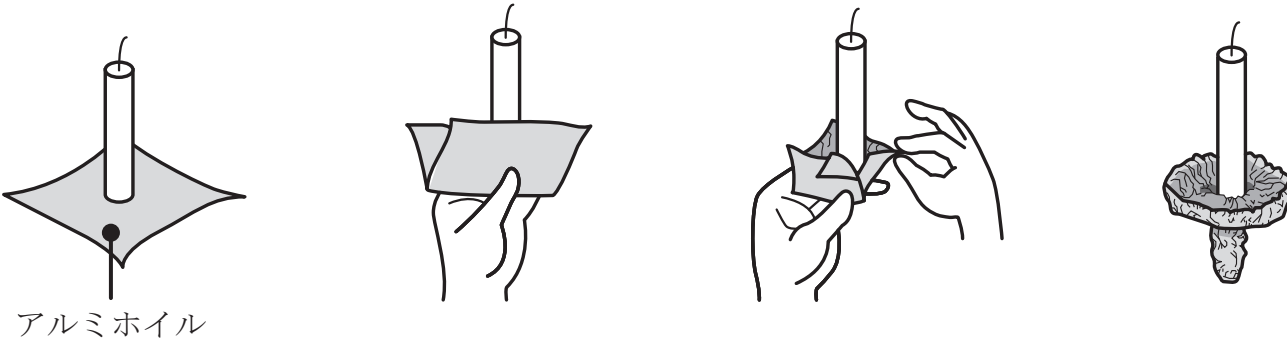
（2）はじめの言葉

- （例1）「今、女神によって運ばれてきた、この小さな火は先程まで何も見えなかったこの集いの輪にほのかな明るさを与えたと思います。火は遠い昔から私たちに生きる喜びや勇気を与えてくれました。火は自らを燃やしつくしながら光と熱とを与えてくれます。火は私たちの生命とも言えるものです。このことは数千年の昔から私たちの祖先が火を守って、あるときは獣や外敵から身を守ったり、物を創ることを教え、また明るくすること考えてきました。私たちはこの暗夜に光を与える炎のように世界の全てに明るさと希望を与えることを誓いたいと思います。」
- （例2）「原始の時代の人々は最初に火を使うことを考えました。それは食物を焼くため。そして明かりとして、それが何千年という歳月が流れ、燃料に変わってきました。しかし、今も大切なことには変わりありません。この火によって支えられてきた人々の生活は、時には厳しく、時には優しくほのぼのと人々の奥までしみ通っています。これからも、長く大切にされ、共に歩んでくれたことに、心から感謝を送ります。」

（3）ろうそくのサイズ



（4）手燭の作り方



（5）火の移し方



<海藻のしおり>

- 1 時間
6 0 分
- 2 場所
研修室
- 3 人数・班編成
2 4 0 人程度・1 班 6 人で編成（最大 4 0 班）
- 4 費用
1 人 6 0 円
- 5 準備物

青年の家が準備（ ）は数量		個人又は団体が準備	
個人	用紙（2 色）	（各1）	個人 筆記用具
	リボン（2 色）	（各1）	
	つま楊枝	（1）	
班	洗面器	（1）	
	作り方のファイル	（1）	
	はさみ	（1）	
	板	（1）	
	ふきん	（1）	
	ニス入容器	（1）	
	筆	（3）	
団体	バケツ	（1）	
	ザル	（1）	
	海藻	（適量）	

【作 品 例】



- 6 その他
- (1) 研修中に出了ごみは、まとめてごみ置場に処理します。
- (2) つま楊枝、班・団体用の用具は、クラフトコーナーに返却します。

7 研修の流れ

内 容	時間 (分)	研修生の動き	引率者の動き・留意点
研修準備			○洗面器に水を張り、班ごとに適量の海藻を分けておく。
説 明	5	○作り方の説明を聞く。	○作り方の説明をする。
準 備	1 0	○班ごとに用具を準備する。 ○用紙に鉛筆で名前を書く。 ○用紙にリボンを結ぶ。	○材料、用具を渡す。 ○用紙に名前を記入させる。 ○結びの支援をする。
活 動	3 0	○しおりにする海藻を決める。 ○大きな海藻は、はさみで適当な大きさに切る。 ○洗面器の中の海藻を取り、ふきんの上に置き、海藻の水分を取る。 ○用紙の上に海藻を置き、つま楊枝などで広げる。 ○海藻の上からニスを塗り、板の上で乾かす。 ◎用紙からはみ出さないようにニスを塗る	○順番に協力して研修させる。 ○大きな海藻は、はさみで適当な大きさに切り、うまく広げさせる。 ◎ふきんで強く押さえ過ぎないように気を付けさせる。 ◎つま楊枝は再利用するので、折らないように伝える。 ○海藻全体に、薄くまんべんなくニスを塗らせる。 ○しおりは板の上に置いたまま、研修室で乾かす。
片付け	1 0	○グループ全員の作品ができたなら片付けを行う。	○片付け方の指示をする。 ◎ニス容器、筆は水洗いさせる。 ◎洗面器の海藻は、水ごとバケツへ返す。バケツにはザルを乗せ海藻をこし取る（水は捨てるが海藻は捨てない。）。 ◎机を元に戻す。 ◎片付け後、板以外の用具をクラフトコーナーに返す。板は翌日の朝に返す。
まとめ	5	○まとめの話を聞く。	○まとめの話をする。

◎完成したしおりを乾かす時は、研修室後方の机にできるだけまとめて置くようにします。

<貝殻のフォトフレーム>

- 1時間
60分

2場所
研修室

3人数・班編成
トレイ製：200人程度・1班2～3人で編成（最大70班）
木製：200人程度・1班2人で編成（最大100班）

4費用
トレイ製：1人80円
木製：1人130円

5準備物
- 発泡スチロールトレイ製

青年の家が準備（ ）は数量	
個人	フレーム用トレイ（1）
	クリアシート（1）
	クラフト台紙（1）
班	貝殻（雨天時等）（1）
	ボンド（1）
	セロハンテープ（1）
	カッターナイフ（1）
	カッティングシート（1）
	ハサミ（1）
	型紙（1）
	クラフト見本（1）
個人又は団体が準備	
個人	筆記用具（1）
	貝殻（海岸で拾う）（1）
- 木製

青年の家が準備（ ）は数量	
個人	木製フレーム（1）
	画用紙（L版サイズ）（1）
班	貝殻（雨天時等）（1）
	ボンド（1）
色鉛筆（1）	
	団体
指導用資料（1）	
個人又は団体が準備	
個人	筆記用具（1）
	貝殻（海岸で拾う）（1）
- ◎貝殻は空き時間を使って、研修生に海岸で拾わせておきます。
1cm程度の物を一人当たり20個程度用意します（雨天等で拾えない場合は、青年の家で準備した物を使えます。）。

◎カラーマジックやビーズ等の装飾品は、各団体に準備します。

◎木製フレームは既製品のためフレームの組み立て作業はありません。
- 6その他

（1）研修中に出了ごみは、まとめてごみ置場に処理します。

（2）班や団体用の用具は、クラフトコーナーに返却します。

- 7 研修の流れ（準備・創作活動の内容が発泡スチロールトレイ製、木製フレーム製で異なります。）

内 容	時間 (分)	研修生の動き	引率者の動き・留意点
集 合 説 明	5	○作り方の説明を聞く。	○作り方の説明をする。

準備 トレイ製	10	○班ごとに用具を準備する。 ○クラフト台紙に、名前を書く。	○材料、用具を配る。
活動 トレイ製	30	○型紙に沿ってトレイを切り抜く。 ○クラフト台紙を切り取る。壁掛け 部分に紙を重ね付けして補強する。 ○クリアシート、台紙の順番にトレ イにセロハンテープで止めていく。 ○ネームプレートを切り取り、三角 柱状にしてフレームにはり付ける。 ○貝殻をフレームに接着していく。	○カッターナイフ使用時の注意喚起 をする。 ○トレイの切り抜いた部分は捨てず にクリアシート汚れ防止カバーと して利用する。 ○写真を入れるため台紙上部はセロ ハンテープを貼らないように気を 付けさせる。 ○ボンドのつけ過ぎに気を付けさせ る。

準備 木製	10	○班ごとに用具を準備する。 ○フレーム、画用紙に名前を書く。	○材料、用具を配る。
活動 木製	30	○貝殻をフレームに接着していく。 ○画用紙に絵を描く。	○ボンドのつけ過ぎに気を付けさせ る。

片付け	時間 (分)	○班全員の作品ができたなら、片付け をする。	○片付けの指示をする。
まとめ	5	○まとめの話を聞く。	○まとめの話をする。

【作品例】



< 貝殻のキーホルダー >

- 1 時間
6 0 分
- 2 場所
研修室
- 3 人数・班編成
1 0 0 人程度まで・原則 1 班 2 人で編成（最大 5 0 班）
- 4 費用
1 人 8 0 円
- 5 準備物

青年の家が準備（ ）は数量		
個人	ストラップ	(1)
	金具	(1)
	貝殻	(1)
班	ドリル	(1)
	当て木	(1)
	作り方ファイル	(1)
	油性ペン	(1)
団体	クラフト見本	(1)
	作り方ファイル	(1)
	予備用貝殻	数個
	きり（指導者用）	数本

- 6 そ の 他
- (1) 研修中に出了ごみは、まとめてごみ置場に処理します。
- (2) 班と団体用の用具は、クラフトコーナーに返却します。

【作 品 例】



7 研修の流れ

内 容	時間 (分)	研修生の動き	引率者の動き・留意点
説 明	5	○作り方の説明を聞く。	○作り方の説明をする。
準 備	5	○班ごとに用具を準備する。	○材料、用具を配る。
活 動	3 5	○どのような作品にするか構想を練る。 ○ドリルで貝殻に穴を開ける。 ○色、形、質感等を考えながら油性ペンで彩色する。 ○ストラップのリングと金具を取り付ける。 ○貝殻の穴にストラップの紐を結び付ける。	○素材、形を生かすことに留意させる。 ○穴が開きにくい研修生には、必要に応じて援助する。 ○班の人数によって、穴開けと彩色を並行して行わせる。 ○金具やストラップが取り付けにくい研修生には、必要に応じて援助をする。
片付け	1 0	○班全員の作品が完成したら、片付けをする。	○片付けの指示をする。
まとめ	5	○まとめの話を聞く。	○まとめの話をする。

【穴の開け方】

- ① 2 人 1 組になり、 1 人は貝殻を押さえます。
- ② もう 1 人は、貝殻の内側から穴を開けます。
- ③ ドリルのハンドルを手前から押し出すように回します。
- ◎ 貝殻の端から 1 cm 程度の所に穴を開けます。
- ◎ 下に強く押さると、貝殻が割れてしまうので気を付
- けます。



<飛び出す思い出カード>

- 1

時間

60分
- 2

場所

研修室
- 3

人数・班編成

100人程度まで・1班2人で編成（最大50班）
- 4

費用

1人50円(持ち帰る場合も同じ金額)
- 5

準備物

青年の家が準備		()は数量		個人又は団体が準備	
個人	台紙	(1)		個人	筆記用具
	色紙	(1)			
	イラスト用紙	(1)			
	はさみ	(1)			
班	カッターナイフ	(1)			
	カッティングシート	(1)			
	のり	(1)			
	クーピー	(1)			
団体	クラフト見本	(1)			
	指導用資料	(1)			
- 6

その他

(1) 研修中に出了ごみは、まとめてごみ置場に処理します。

(2) 研修後、用具はクラフトコーナーに返却します。

(3) 持ち帰って制作することもできます。その場合は、台紙、色紙、イラスト用のみの販売となります（要；青年の家職員に相談してください。）。

7 研修の流れ

内 容	時間 (分)	研修生の動き	引率者の動き・留意点
準備 ・ 説明	10	○使用する用具を取りに行く。 ○作り方の説明を聞く。	○個人又は班（二人組）で必要な用具を準備しておく。 ○見本を見せ、活動意欲を喚起させる。 ○それぞれの作業（切る・折る・色を塗る）について資料に従って説明する。
活動	35	○色紙に、学校名と名前を書く。 ○カッティングシートの上で、台紙に切れ目を入れる。 ○一点鎖線を山折りにし、点線を谷折りにする。 ○色紙に台紙をのり付けする。 ○イラスト用紙の中から3つを選び、色を塗る。 ○色塗りをしたイラストをはさみで切り取る。 ○切り取ったイラストを★印にのり付ける。 ○余白部分に、絵を描いたり色を塗ったりする。	○「学校名・名前」を記入することを指示し、色紙を配る。 ○カッターナイフの安全な使い方を指導する。 ・手首を机面に当てて、鉛筆で線を引くように切ること。 ・刃の進む方向に手を置かないこと。 ○二人組で作業順を決めさせた後、実線部分を切ることを指示して、台紙を配る。（ずっと待つことを避けるため、一箇所切れたら交代させても良い。） ○――山折りと……谷折りを間違えないようにすることを伝え、机間巡視により確認する。 ○色紙を半折した後、その折り目と台紙中央の点線が合うようにのり付けさせる。その際、カッターナイフで切った部分にはのりを付けないように指示する。（全部のり付けすると飛び出さなくなるので注意が必要。） ○イラスト用紙を配付し、イラスト3つの中に自分で描いたものを入れてよいこと、また、色塗りをしたイラストをはさみで切り取ることを伝える。 ○のり付けする際、台紙からはみ出さないように貼る位置に気を付けさせる。 ○作業の進行状況により、早くできたら余白部分に絵を描いたり色を塗ったりしてもよいことを指示する。
片付け	10	○作品ができ上がったら、用具とごみを片付ける。	○作品が完成したら片付けをするよう指示する。
まとめ	5	○まとめの話を聞く。	○完成した作品を紹介したり研修生に感想を発表させたりして、頑張りを称揚する。

◎台紙の長方形の枠に思い出を書いたり、表紙に絵を描いたりすることができますが、研修時間内にその作業時間を確保することができない場合があります。その場合は、反省会や学校での振り返りの時間等を活用して完成させます。



<魚のクラフト>

- 1 時間
6 0 分
- 2 場所
研修室
- 3 人数・班編成
1 4 0 人程度・1 班 3 人程度で編成（最大 5 0 班）
- 4 費用
1 人 5 0 円
- 5 準備物

青年の家が準備		()は数量		個人又は団体が準備	
個人	プリント	(1)		個人	筆記用具
	クラフト	(1)			
	はさみ	(1)			
班	カッティングシート	(1)			
	カッターナイフ	(1)			
	セロハンテープ	(1)			
団体	クラフト見本	(1)			
	指導用資料	(1)			

- 6 その他
- (1) 研修中に出了ごみは、まとめてごみ置場に処理します。
- (2) 貸出用具は、クラフトコーナーに返却します。

【作品例】



7 研修の流れ

内 容	時間 (分)	研修生の動き	引率者の動き・留意点
説明・ 魚の話	1 0	○研修の説明を聞く。 ○魚の話を聞く。	○研修の流れを理解させる。 ○魚の生態や機能について学習させる。 ひれ、うろこ、体の構成(頭、胴、 尾)目、えら、うきぶくろ、側線
活動	3 5	○魚のペーパークラフトを作る。	○机の上を整理しながら、丁寧に行わせる。 ○カッターナイフの使い方について、注 意を促す。
片付け	1 0	○班全員のクラフトができたら、 片付けをする。	○机の上や床に落ちている切り屑を拾わ せる。
まとめ	5	○まとめの話を聞く。	○まとめの話をする。

<ウミホタル観察>

- 1 時間
事前準備・・・３０分程度
観察・・・・・・２０分程度
片付け・・・・・・１０分程度
- 2 場所
キャンプ場下の浜
◎人数によって、観察の場所が変わることがあります。
- 3 人数・班編成
制限ありません。
- 4 費用
仕掛け１つにつき１００円（青年の家が準備する場合のみ。）
◎団体で準備する場合には費用は不要です。
- 5 服装
体操服など活動しやすい服・運動靴又はサンダル（足元に気を付ける。）
- 6 準備物

青年の家が準備する場合（ ）は数量	
クラス	ウミホタル仕掛けセット（１）
	バケツ（１）
	エサ（１）

団体が準備する場合（ ）は数量	
班	ペットボトル （１．５ℓ程度の大きさ）（１）
	係留用ヒモ （１０m程度）（１）
	台所用ネット（１）
	おもり（１）
	エサ（煮干し・するめ等）（１）
団体	懐中電灯（適当）

◎仕掛けの数が多すぎるとヒモが絡むなど、研修に支障が出る場合があります。

- 7 その他
（１）キャンプ場下の浜に仕掛るのが基本となります。
◎９の周辺地図の 〰 で囲んである部分がキャンプ場下の浜になります。
- （２）潮流・風が強いときや潮の満ち引きが大きいときは、仕掛けが流されないよう特に注意が必要です。
- （３）青年の家が準備した仕掛けのビニル袋・ネットは、青年の家のごみ置き場に設置してあるふたのついたポリバケツに処分できます。
- （４）団体が準備した仕掛け等は、全て団体で持ち帰ります。仕掛けのネットやヒモ等、海岸にごみを残さないようにします。

8 研修の流れ

内 容	時間 (分)	研修生の動き	引率者の動き・留意点
事前準備	30		○ネットにエサを入れ、仕掛けの中にセットする。 ○研修の３０分ほど前に、キャンプ場下の砂浜に仕掛けを沈める。 ◎仕掛けが流されないように十分注意する。 ◎研修生が事前準備を行ってもよい。
説 明	5	○研修の説明を聞く。	○研修の説明を行う。
移 動	5	○クラスごとに移動する。 ○順番に詰めて座る。	○安全に気を付ける。 ○一般客に注意することを伝える。 ○暗いので足元を懐中電灯で照らす。
採取・観察	10	○注意事項を聞く。 ○指導者の話を聞く。 ○発光現象を観察する。	○勝手に立ち上がらない、動き回らないことを伝える。 ○仕掛けを引上げ、生態、発光現象についての説明を行う。 ○全員が観察できるように配慮する。
まとめ	5	○まとめの話を聞く。	○自然の神秘や大切さに気付かせ、自然保護についても触れるとよい。
片付け 移動	10	○青年の家に戻る。 ○足洗場で砂を落とす。	○安全に気をつける。 ○ウミホタルを逃がすようにする。 ○用具を洗い、元の場所に戻す。 （エサのみ海に流してもよい。） ○暗いので、用具の忘れや見落としがないよう気を付ける。

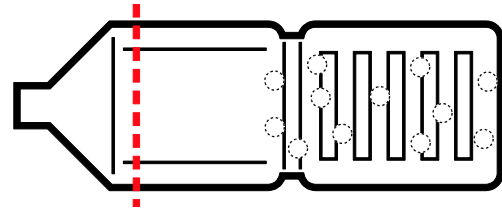
9 周辺地図及び危険箇所



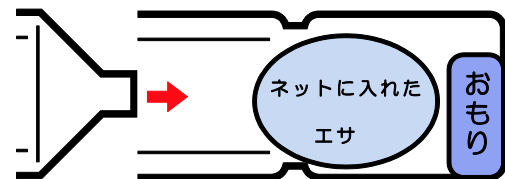
◎★印は危険箇所です。岩場で非常に滑りやすくなっています。夜間の研修ですので、研修生は絶対に立ち入らせません。引率者も仕掛け等を設置される場合は十分注意して行います。

【仕掛けの作り方】

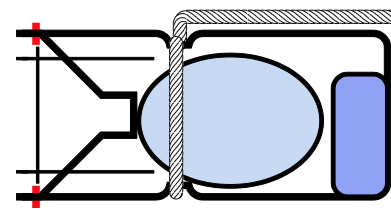
- ① フタを取ったペットボトルの上部（1／4程度）を切り取り、ウミホタルが入りやすいように本体部分の側面に穴をあける。



- ② ウミホタルが逃げないようにエサをネットに入れ、おもりと一緒に本体部分に入れる。
- ③ ①で切り取ったペットボトルの上部を逆さにして差し込む。



- ④ 本体と上部の重なり合った所をホッチキス等で外れないように固定する。
- ⑤ 本体部分にほどけないようにヒモ（10m程度）を結びつける。



【ウミホタルの生態】

○ウミホタルは節足動物・甲殻類（エビ・カニ・ミジンコ等）に属し、全身を2枚の透明な背甲（殻のような物）で覆い、その中に内臓や7対の足を収納しています。また、眼は昆虫の様な複眼になっていますが、あまり物は見えていないようです。

○体長は、成体で約1～3mm前後でメスの方がやや大きくなっています。青森から沖縄までほぼ日本全国に分布し、内湾や河川の流入の少ない砂浜海岸に生息しています。

○昼間は海底の砂中で生活し、夜間に遊泳して捕食や交配を行います。

○雑食性で色々な物（米飯等）に食性を持ちますが、特に腐肉食・屍肉食の性質があり、臭いの強い物に寄ってくる傾向があります。

○体内（上唇部）から発光物質（ルシフェリン）を分泌し、それが水中の酸素と化合し青白い光を発します。（正確には酸素との化合を促進するための触媒として、ルシフェラーゼという物質も同時に分泌しています。）したがって、ウミホタル自体が発光している訳ではありません。また、この発光は電気等による発光に比べて変換効率が非常に高く、熱をほとんど出しません。このため「冷光」と呼ばれています。

○発光現象の目的としては以下の3通りが考えられています。（いまだ研究段階です。）

- ① 外敵に対する威嚇
- ② 仲間に危険を知らせるサイン（ウミホタルは負の走光性を持ち、光源から逃げようとする。）
- ③ 求愛行動（螺旋を描きながら発光する様子が確認されている。）

◎ヤコウチュウ（夜光虫）は発光性のプランクトンであり、ウミホタルとは全く違う生物です。

【ウミホタル解剖図】

