

オリエンテーリング

1. 概要

- 自然の家周辺に設置されたオリエンテーリングポストを見つけ、得点やタイムを競います。
- 班の仲間と協力しながら意思決定を行ったり、長い距離を歩きとおしたりすることで達成感を味わうことができます。
- 自然の家職員は【活動前の打合せ】【開始時の全体説明（希望時）】を行います。



2. 活動データ

 時期	通年	 時間帯	午前・午後		
 対象	小学4年生～	 適正人数	1班4～8名	 活動形態	説明または自主
 活動場所	屋外	 所要時間	2～3時間	 費用	なし

3. 準備物

団体・個人で準備するもの

- ☐ 筆記用具（1班1つ程度）
- ☐ 飲料（各自）
- ☐ 虫よけ（各自）
- ☐ 時計（1班1つ程度）
- ☐ 雨具（雨天時）

自然の家で貸し出しできるもの

- ☐ 地図（1班1枚）
- ☐ スコアシート（1班1枚）
- ☐ クリップボード（1班1枚）
- ☐ 熊よけ鈴（1班1つ）
- ☐ コンパス（1班1つ）
- ☐ ビブス（1班1つ）
- ☐ 立哨ポイント入り地図（引率者1人1枚）
- ☐ 解答
- ☐ 集計表

4. 実施手順

プログラムの流れ	備考
(1)準備 ①実施日の2週間前までに「野外活動計画書」を作成し、提出します。 ②当日、活動の30分前に、団体の担当者と自然の家職員で打合せを行います。 a)活動計画書確認 b)道具の貸出 ③活動場所に移動します。	□安全管理のために、十分な引率体制の計画をお願いします。各グループに引率するか、立哨ポイント（本部および敷地内5か所を推奨）への配置をお願いします。
(2)活動 ④活動場所に全員そろったら、自然の家職員または引率者がルールの説明を行います。 a)活動のすすめ方 b)安全上の注意事項 ⑤各班に分かれて活動を開始します。 a)地図を参考に、コントロールポスト（下図）を探します。順番は問いません。 b)コントロールポストを見つけたら、そこに書かれているアルファベット2文字をチェックカードに記入します。 c)制限時間内に、できるだけ高得点を目指します。制限時間は90分～120分が標準です。 ⑥終了後、引率者が採点・集計を行います。	□活動中にけがや体調不良が発生した場合は事務室までご連絡ください。 □制限時間を超えてゴールした際の減点（1分あたり10点が目安）を設定することもできます。
(3)片付け ⑦貸出用具を事務室へ返却してください。	



図：コントロールポストの例。
地図で「60」と書いてある○印の地点に行くと、このポストがあります。
チェックカードの60番の枠に右下のアルファベット（ここでは??）を記入することになります。