活動プロB-１１（自然ふれあい活動）
ナ　イ　ト　ハ　イ　キ　ン　グ

ナイトハイキングは、夜の自然の家のエリアを、懐中電灯等の明かりを頼りに、グループで協力しながら歩く活動です。

１．活動場所、所要時間

⑴ ナイトハイキングCコース【約1.5km　約90分】
　●冒険の丘→夕日台→馬の鞍→トーテムの丘
⑵ ナイトハイキングＤコース【１㎞　約60分】
　●トーテムの丘→中丸山→馬の鞍
　　→濁り池・浄土池→トーテムの丘
⑶ ナイトハイキングＥコース【600m　約30～45分】
　●まき置き場　→本館裏　→つどいの丘
※上記２つのコースには反射板が常設されています。

２．準備

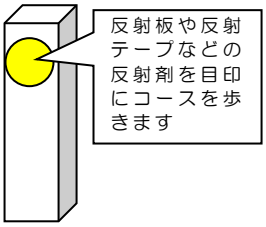
⑴準備物

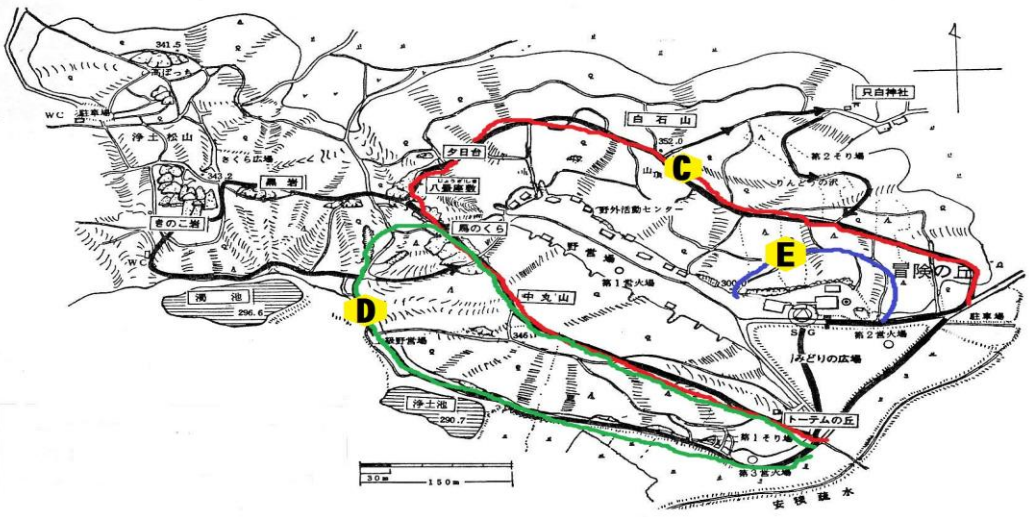
自然の家（中央ホール）	コースマップ、無線機、ちょうちんなど
個人・団体	軍手、長袖・長ズボン、懐中電灯など、虫除けスプレーなど

⑵役　割
・本部：スタート・ゴール（１～２名）・・・・全体指揮、記録など
・コース分岐点及び危険箇所（１～２名）・・・安全指導
⑶班編成・・・１グループ男女混合４～６人編成が望ましい。

３．実施方法

⑴オリエンテーション（各スタート場所で）・グループ編成、コースの説明、留意点
⑵スタート（数分おきに時間差をつけて）
⑶パトロール及びコース分岐点、危険箇所での待機



４．実施上の留意点

⑴事前踏査をし、危険箇所の確認をする。
⑵班員で協力し、単独行動はとらないようにする。
⑶雨の後の岩場（八畳座敷・馬の鞍等）は、特にすべりやすいので十分気をつける。