

# 「カラダに<sup>イイ</sup>eキャンプ」開催要項

独立行政法人 国立青少年教育振興機構 国立花山青少年自然の家

- 1 趣 旨 食事の摂り方や運動不足などに悩む児童が、食事 (eat) や運動 (exercise)、早寝 (early to bed) ・早起 (early bird) など基本的な生活習慣を見直し、改善を図るキャンプを一週間体験することにより、家庭において規則正しく、健康で楽しい生活をしようとする態度を育てる。
- 2 主 催 独立行政法人 国立青少年教育振興機構 国立花山青少年自然の家
- 3 協 力 財団法人 宮城県成人病予防協会
- 4 日 時 平成23年8月6日 (土) ~ 12日 (金) 【6泊7日】
- 5 場 所 国立花山青少年自然の家キャンプ場 及び 周辺フィールド
- 6 募 集
- ①対象と定員 小学校4年生から6年生 20名  
※参加希望多数の場合には、地域・年齢・男女比等により選考させていただきます。
- ②募集締切り 平成23年7月22日 (金) 17:00  
※締切り後参加者を確定し、「参加決定通知書」を送付いたします。  
※選定から漏れた方へも通知いたします。
- ③申込み方法 別紙参加申込書に必要事項をご記入の上、下記送付先まで郵送またはFAXでお申し込みください。
- ④送付先
- 〒987-2593 宮城県栗原市花山字本沢沼山61-1  
tel: 0228-56-2311 / fax: 0228-56-2469  
E-mail: hanayama@niye.go.jp http://hanayama.niye.go.jp  
本事業担当 松川仁紀・阿部広之
- 7 参加費 15,000円 (内訳: 食費、活動費、傷害保険代、資料代など)
- 8 持ち物  野外活動ができる服装  運動靴  着替え  筆記用具  洗面用具  タオル  
 雨具  水着  軍手  健康保険証 (写し)  バックパック (縦型のリュックサック) 等  
※交通案内等は、「参加決定通知書」にて詳しくご案内いたします。
- 9 講 師 財団法人 宮城県成人病予防協会 医師 小島 光洋  
管理栄養士 三浦 和恵  
健康運動指導士 北目 衛子  
健康運動指導士 越前ゆかり
- 10 キャンプについて
- | 日 程       | テ ー マ ・ 活 動 内 容 等  |
|-----------|--|
| 8/6~8/7   | 【導 入】参加者同士が体験活動や共同作業を通じ、仲間とのコミュニケーションを図り、生活を共にしながら野外活動の基本技術を学びます。  |
| 8/8~8/10  | 【展 開】バランスのとれた食事の摂取、身体を動かす習慣づくり、規則正しい生活リズムの確立をテーマに、キャンプを実施します。基本的な生活体験とともに「沢登り」「カヌー」等の冒険活動を通して、自分自身の生活を健全にしていくスキルを学びます。 |
| 8/11~8/12 | 【まとめ】参加者全員で、7日間の活動についてふり返りをします。  |
- ※保護者の方々へ・・・キャンプ初日 8/6 (土) の結団式後および最終日 8/12 (金) の解団式前に、保護者の方を対象にした『カラダに<sup>イイ</sup>eカフェ』を開催します。青空の下で子どもたちの活動・様子を見ながら、講師とおしゃべりしませんか？ぜひご参加ください。

## 11 お願い

- 本事業では、調査用紙等へ記入していただく機会があります。ご了承の上、お申し込みください。
- 本事業で撮影した写真などを広報等で使用させていただくことがあります。また、参加申込書及び調査用紙等でご記入いただいた内容につきましては、本事業のために使用し、他の目的で用いることはありません。