

か ん じ き ハ イ ク

1 活動の概要等

日本古来のかんじきを使用することで、日本の雪国の伝統文化を理解するとともに、冬の自然や雪を楽しめます。

2 時期・時間

3～4時間程度

※用具等は準備してありますので、具体的な活動は各団体で進めてください。

3 活動場所

青少年自然の家周辺のコース

4 準備

青少年自然の家で貸し出しできる物	利用者に準備する物
和かんじき 無線 等	活動に適した服装 帽子 (あまり厚すぎないもの) ゴーグル(サングラス) ※道具等持参していただいても結構です。

5 活動内容

- ① スキー場のかんじき置き場からかんじきを持ってきます。
- ② 見晴らし広場、ピロティー等で、かんじきの歩き方、注意点等について説明します。
- ③ かんじきを履いて、青少年自然の家周辺のコースをハイクします。
- ④ バリエーションとして、冬芽の観察や、動物の足跡等、自然観察をしながらハイクすることも考えられます。

6 留意点

- ・活動に使った道具については、責任を持って返してください。
- ・健康観察、準備運動を十分行って下さい。
- ・軽快な服装で活動し、こまめに服の着脱を行い体温を調整してください。
- ・滑落してしまう場所や、危険なところは歩かないようにしてください。
- ・気温等で雪の状態が変化します。十分注意しましょう。
- ・視界の悪い時等は、注意してください。
- ・ゴミは、必ず持ち帰るようにしてください。

