

ハイキング

自然の家（標高 260m）からサンゴの沢沿いの林道を歩く。「なみだの滝」（標高 300m）や「サンゴの滝」（標高 450m）を目指す2つのコースがあり、小さい子から年配者まで、自然を楽しむことができる。

○時期…5月～11月初旬

○対象…なみだの滝：幼児以上、サンゴの滝：小学校中学年以上

○所要時間…なみだの滝：往復30分程度、サンゴの滝：往復2時間30分程度

○指導…団体のみ

○団地で用意するもの

救急セット・虫よけ・汗拭き用タオル
飲料水・行動食（必要に応じて）・ゴミ袋

○自然の家で用意するもの

無線機・熊よけ用鈴（引率者が携帯）



○服装

長そで長ズボン・帽子・運動靴・雨具・防寒着

○活動手順

【活動前】

- ・事務室で無線と熊よけ用鈴を受け取る。（熊よけ用鈴は、事前に個数を自然の家担当者に報告）

【活動時】

1. 出発確認と注意事項を伝える。

- ・天候に合わせた服装かを確認する。（5月と10月の平均気温は6～12℃）
- ・トイレは済ませる。（道中にトイレはない。）
- ・引率者は熊よけ用鈴をつける。

【注意事項】

- ・熱中症対策のため、水分をこまめに取り。
- ・ごみはすべて持ち帰る。
- ・植物はむやみに採取しない。
- ・ハチなどの危険生物に注意する。
- ・気温に応じた服装にする。
- ・森林内に入ったあとは、ダニが付着していないか確認する。

2. 出発する。

- ・人数が多い場合は引率者を列の間に入れるなどして、参加者の体調確認ができるようにする。
- ・熱中症防止のため、水分補給をこまめにする。
- ・適宜休憩をとる。（休憩後は点呼をとり、人数確認を行う。）
- ・アクシデントが起こった場合は、無線または、01457-6-2311（自然の家）に連絡する。

3. 活動終了後、事務室に物品を返却する。