

## アドベンチャープランの立て方

### 1. 計画

具体的なテーマ（目的）の設定

### 2. メンバー

原則として二人以上のグループ活動が（バディ）基本

### 3. 準備訓練

パッキング・リックを背負っての歩行訓練、実際にはく靴はきならし観察や調査の報告書の書き方・使用するコンパクトストーブの扱い方の練習献立に基づいた調理練習・移動キャンプでのサイトの想定と研究使用するテントの立て方及び使用法の練習・地形図とコンパスの使用法の復習悪天候での設営及び歩行や用具の扱い方、等

### 4. 技術と能力

高度な野外技術を要するものが多く、この能力なしにいきなり実行することは、身の危険を招く、事前の機能訓練や先輩の意見、書物などを通じて知識を得ると共にシミュレーションや模擬体験をする必要もある

### 5. 準備と資金

フィールドアドベンチャーは、単にキャンプをするのが目的ではなく、少ない人数で移動しながらキャンプすることが主になってくる、その為資材等は、軽量なおかつ無駄なものは持たないように、装備に対するチェック表を作っておこう。

費用についてもあらかじめ、計画的に貯金をしながら予算案を作成しよう

### 6. 実施直前のポイント

まずは、計画書の再点検・役割分担のチェックや装備(グループ、個人)の不足はないか指導を受けた人や家族への公表、提出等

### 7. 健康と安全

困難な状況を乗り切る高度な技術や体力が求められる、健康には十分注意して日頃からのコンディションを整えると共に現地で体調を崩さないように注意しよう。

実行する上で怪我等のなすように事前のKYTのシミュレーションもしておこう

### 8. 自然愛護

自然の保護を忘れない各地の国立公園や国定公園などについても調べておこう

### 9. 計画書の書き方

- ・この計画について何をしたいのか・他のものやりたいことは何なのか
- ・全員の要望を聞き、共通項目優先順位の整理
- ・煮詰まってきた計画を具体化するため、テーマ、目的、参加者、日時、コース、内容、方法、予算などを項目別に立案する
- ・チームプロジェクトでも個人のテーマも明確にしておこう
- ・メンバーの分担を準備段階から実施段階ごとに明確にしておこう
- ・装備は、グループと個人に分けて表にまとめよう
- ・時間ごとのスケジュールを立てよう
- ・予定コースや略図を書き、予定時間、交通手段、移動方法野营地などを明確にしておこう

- ・献立表をつくり、朝・昼・夜のメニュー、間食、非常食を日別に作り予算も記入しておこう
- ・事前の準備では、何を、いつまでに、だれが、どのように済ましているか具体的に記入し準備項目には、基礎技能の訓練、事前調査項目、指導を受けるインストラクター等への依頼連絡事項、下見の実施等の確認
- ・安全に対しての予想される障害とその対策の整理をしておくと共にトラブルがおこった場合の連絡法など検討確認もしておこう