




|         |   |   |   |
|---------|---|---|---|
| 活動プログラム | No.34 かまくら作り  |   |   |
| 期待される効果 |    |  |  |
| プログラム概要 | 豪雪地帯ならではの冬の遊び、かまくらづくりを1日かけて行います。作ったかまくら内で楽しく過ごしたり、夜にろうそくを灯したりして活用することもできます。また、つくる過程でグループの中で様々な関わり合いが生まれ、完成したときには大きな達成感が味わえます。 |   |   |
| 対象      | 小学生以上   | 人数  | 1グループ約6人で<br>1つのかまくらづくり   |
| 時期      | 積雪期<br>(積雪量によって1月～3月頃)  | 場所  | キャンプ場やコテージ周辺<br>グラウンドなど   |
| 金額      | 無料  | 大人の人数   | 2グループに1人ぐらい大人   |

|                   |            |   |
|-------------------|------------|---|
| 準備物               | 団体ごと       | 行動食、救急バッグ   |
|                   | 服装<br>個人装備 | 防寒着（スキーウェアか雨具）、ゴーグル、ニット帽、マフラーやネックウォーマー、水筒、手袋とその上に付けるビニール手袋（スキーグローブでも可）、予備手袋、日焼け止め |
| 美方高原で<br>レンタル可能な物 |            | そり、スコップ、スノーソー、スパッツ  |

#### 活動のタイムスケジュール（例）

| 時間    | 運営  | 安全上のポイント   |
|-------|---|--|
| 8:30  | 出発地にて確認事項<br>プログラム説明、道具の扱い方諸注意                            | 持ち物や服装の確認、体調の確認  |
| 9:00  | 道具を渡した後に引率者先導のもと出発  |  |
| 9:15  | 活動場所に到着<br>道具の最終確認と活動場所と<br>危険な場所の説明後、開始<br>(午前で雪山完成を目指す) | スコップの扱い方を最終確認する<br>振り回さず、周りをよく見る。<br>スコップは腰よりも下の高さで使う。<br>水分補給や休憩などを適時とらせる |
| 11:30 | お昼休憩  |  |
| 12:30 | 作業開始<br>(15時頃を目安に完成を目指す)                                  |  |
| 16:00 | 施設到着 ふりかえり  | 人数確認、体調確認  |
| 16:30 | 終了  |  |

#### 補足ポイント

- 施設職員が作り方や遊び方をレクチャーすることもできます。（その後の運営は引率者が指導や安全管理をお願いします。）
- 発展例として、自分たちでつくったかまくらの中で宿泊することもできます。
- 安全のため、かまくらは決められた場所で作ってください。
- 次に使う方の安全を考え、かまくらづくり後には解体作業を行い、原状復帰をしてください。

|             |       |        |
|-------------|-------|--------|
| 活動<br>プログラム | No.34 | かまくら作り |
|-------------|-------|--------|

| 予期されるリスク     | リスクに対する対応   |
|--------------|---|
| かまくら作りの場所の確認 | 積雪状況及び周辺に危険な箇所がないか確認する。(倒木や落石の恐れがある場所があれば、事前に処理もしくは場所の変更をする。) |
| かまくらの崩壊      | 必要以上に壁が薄くならないようにする。人が中に入っているかまくらの上に乗らないように注意喚起を行う。            |
| 雪目           | サングラスやゴーグルの着用をと雪目のリスクを伝える。                                    |
| 低体温症やしもやけ、凍傷 | 必要十分な服装と、寒い時冷たい時の対処法を伝える。                                     |
| 天候不良         | 当日の天候や予測を確認し、著しく悪化する場合はプログラムの時間変更、もしくは中止する。                   |
| スコップ等道具でのケガ  | 人が近くにいる場所での取り扱いに注意する。   |
| その他のケガ、体調不良  | 救急バッグを携帯し、応急手当の準備をする。事前の体調調査、当日の確認を行い、バックアップ体制を整えておく。         |

| 事前点検・準備事項                        |
|----------------------------------|
| 活動場所がかまくら作りを安全にできる状態であるか。        |
| 天候の情報を確認して、適切な対応をしたか。            |
| 参加者の年齢、人数、スタッフ数、体調面などの情報は入っているか。 |
| 運営方法やタイムスケジュールは明確で共有されているか。      |
| 施設準備物は使用可能な状態か。または数は揃っているか。      |
| 参加者もしくは団体への持ち物の伝達は行ったか。          |

| 活動時のインストラクション (必須事項)   |
|--|
| 道具をグループごとに管理し、周囲に人はいないか確認し、特にスコップの扱い方には注意する。                         |
| 衣服での体温調節を行うこと。   |
| 活動場所の積雪状況によっては、周辺にかなりの積雪があり埋もれることもあるため、周辺の足場を確認しながら進み、十分に気をつけ走らないこと。 |
| 雪目防止のためゴーグルやサングラスの装着させること。   |
| スコップなど道具を振り回さないこと。   |
| かまくら内に人がいる時にスコップなどを突き刺さないように注意すること。                                  |
| かまくらの中に人がいる時は、かまくらの上に乗らないように説明すること。                                  |
| ケガの防止のためにも、帽子やグローブを必ず装着して活動させること。                                    |