

令和7年度 5年自然体験学習

大阪府立青少年海洋センター

1. 目的

- 集団生活を通して、主体性や協調性を養い、自主自立の精神を育む。
- さまざまな活動の中で、仲間を大切にする心を育て、楽しい思い出をつくる。
- 自然に親しみ、自然を愛護する態度を育てる。

2. 日時

令和7年6月24日（火）～26日（木）（雨でも行きます。）

【集合】 24日 午前8時30分 学校集合（講堂）

【帰着】 26日 午後3時30分 学校着・解散

※交通状況により、到着が前後する場合があります。

3. 行き先 大阪府立青少年海洋センター

住所 大阪府泉南郡岬町淡輪6190

(TEL 072-494-1811)

4. 参加者

<児童>

	男	女	合計
1組	17	14	31
2組	19	13	32
3組	18	14	32
4組	19	13	32
合計	74	55	127

<引率者>

校長
教務主任

石原 至朗
山本 一輝
三谷 理人
秋山 祐香
藤本 裕樹
山岡 紘子
杉山 厚子
藤原 央
田中 真平
小林 真弓

計 10名

保健師 1名 カメラマン 2名

5. 服装

往復時	・体操服上下 ・赤白帽（ゴムを必ずつけておく） ・はきなれた運動靴
海上での活動時	・体操服上下（水着を下に着用） ・赤白帽 ・海上用くつ（マリンシューズ）
野外活動時	・長袖 ・長ズボン ・はきなれた運動靴
宿舎内	・半袖か長袖 ・半ズボンか長ズボン ・上靴
就寝時	・パジャマ

6. 日程

活 動 内 容						
時 程	24 日 (火)	時 程	25 日 (水)	時 程	26 日 (木)	
		6 : 1 5	起床、洗面	6 : 0 0	起床、洗面	
		6 : 4 5	朝の集い	6 : 3 0	朝の集い	
		7 : 1 5	荷物整理	7 : 0 0	荷物整理	
8 : 3 0	学校集合	7 : 4 5	朝食	7 : 3 0	朝食	
8 : 4 5	出発式	9 : 0 0	活動準備	9 : 0 0	活動準備	
9 : 0 0	学校出発	9 : 3 0	野外炊飯	9 : 3 0		
				1 0 : 3 0	海上プログラム	
1 0 : 3 0	施設到着			(2 部制)	カッター	
	入所式				コースターアート	
	着替え					
	周辺散策					
1 2 : 0 0	昼食	1 1 : 3 0	昼食	1 1 : 3 0	終了	
1 2 : 3 0	片付け			1 2 : 0 0	昼食	
				1 2 : 4 5	着替え	
1 2 : 4 5	広場で活動	1 2 : 4 5	活動準備		清掃	
1 3 : 1 5	集合		(着替え)		荷物整理	
1 3 : 3 0	海上プログラム	1 3 : 3 0	海上プログラム	1 3 : 1 5	退所式	
1 4 : 3 0	カヌー		OP ヨット			
(2 部制)	ビーチ遊び			1 3 : 4 0	施設出発	
1 5 : 3 0	終了	1 5 : 3 0	終了			
1 5 : 4 5	部屋割入室・			1 5 : 4 0	学校着	
	シーツ配布			1 5 : 5 0	帰校式	
	避難経路確認				解散	
1 6 : 0 0	入浴開始	1 6 : 0 0	入浴開始			
	クラスごと					
	2 0 分					
1 8 : 0 0	夕食	1 8 : 0 0	夕食			
1 9 : 0 0	荷物整理	1 9 : 0 0	荷物整理			
	着替え					
1 9 : 3 0	キャンプ	1 9 : 3 0	室内オリン			
	ファイヤー		ピック			
2 1 : 1 5	荷物整理	2 1 : 0 0	荷物整理			
	就寝準備		就寝準備			
	班長会議		班長会議			
2 1 : 4 5	消灯・就寝	2 1 : 3 0	消灯・就寝			

7. 食事のメニュー

- 24日 昼食：ビーフカレー、コーンとツナのサラダ
夕食：鶏のから揚げ、白身フライ、やきそば
高野煮、みそ汁、ごはん
- 25日 朝食：プレーンオムレツ、ミートボール、チキンナゲット
フライドポテト、ウインナー、ご飯、みそ汁、つけもの
昼食：ポークカレー（野外炊飯）
夕食：煮込みハンバーグ、エビフライ、大根そぼろ煮
お吸い物、ご飯
- 26日 朝食：ミートオムレツ、ミートボール、チキンナゲット
フライドポテト、ウインナー、ご飯、みそ汁、つけもの
昼食：ハッシュドポーク、ポテトサラダ、乳酸菌飲料

8. 前日までに

- ・ 早寝・早起きの習慣をつけ、規則正しい生活をおくり、体調を整えておいてください。
- ・ 朝、排便の習慣をつけておいてください。
- ・ 暴飲・暴食をさせないでください。
- ・ **健康観察を必ず毎日行い、6月17日（火）から健康観察票の記入をお願いします。当日に受付で回収します。**

9. 当日

- ・ 余裕を持って起き、朝食を必ずとり、排便をすませておいてください。
 - ・ **集合時刻（8：30）に遅れないようにしてください。**
 - ・ 体調がすぐれない場合は、無理をせずに休ませてください。
(欠席の時は、**必ず8：00までにミマモルメか電話で連絡をしてください。**)
- Tel 6363-0192**
- ・ 乗り物酔いのおそれがある児童は、家を出る前に薬を飲ませておいてください。
(帰りの分も忘れず持たせてください。)

10. 持ち物

※必ず名前を書いてください。

セット	準備する物	往	復	セット	準備する物	往	復
A	体操服上下（2） ※なければ、代わりになる半袖半ズボンでも可。			D	ハンカチ（2）		
	半そでTシャツ（2～3）				ティッシュ（2）		
	半ズボン（1～2）				エチケット袋（予備）		
	長そでTシャツ（1～2）				薬（必要な人）		
	長ズボン（1～2）				マスク（必要な人）		
	パジャマ上下（1）				生理用品（女子全員）		
B	下着（3）			E	水着（学校で使用するもの）		
	くつ下（3）				海上用くつ（マリンシューズ）		
C	洗面用具 ※シャンプー・リンス・せっけん・歯ブラシセット等				上ぐつ		
	タオル（3～4）				軍手 ※綿のもの（1）		
	バスタオル（1）				新聞紙（あれば）1日分		
	体を洗うタオル（1）						
その他	ビニル袋（3） ※汚れた服を入れる用						
	ビニル袋 小（3）						

（出発当日）リュックサックに入れておくもの					
しおり・筆記用具			水筒		
ハンカチ・ティッシュ			エチケット袋		
（マスク）			ビニル袋（1）		
雨具(カッパ) ※上下分かれているもの			健康観察表（黄色）		

※ 準備物の数は目安です。必要に応じて、数を調整してください。

※ 上ぐつは宿舎内で使用します。

※ **必要な物以外は、持たせないでください。（カメラ、うで時計、携帯電話、携帯用ゲーム等）**

※ 荷物はお子さん自身に荷作りをさせてください。

1 1. その他

- ・ 2日目の昼食では、子どもたちがカレー作りを行います。安全に調理を進めていけるよう支援しますが、ご家庭でも可能な限り調理の経験をさせていただくようお願いします。
- ・ 風呂の入り方や風呂からの上がり方、タオルの絞り方等はご家庭でご指導ください。
- ・ 食事や運動について医師の指示が出ているお子さんは、事前にお知らせください。
- ・ アレルギー等がある方は必ずお知らせください。
- ・ 夜尿症や飲薬など体調で心配なことがあれば必ず事前に担任にお知らせください。
- ・ ぜん息のあるお子さんは、環境の変化により急に発作を起こす場合がありますので、必ず事前にお知らせいただくとともに、薬を持たせてください。
- ・ 交通事情により、学校への到着時刻が大幅に変更になる場合があります。
- ・ 費用は徴収した積立金¥16,000を充当します。不参加の場合、交通費・保険費などは返金することができませんので、あらかじめご了承ください。
- ・ 発熱時等に、緊急連絡・お迎えをお願いすることがあります。日中・夜間にかかわらず、連絡がとれるようにしておいてください。
- ・ 薬は外から中身が見える袋（ジップロック等）に入れ、袋の中に名前・薬の飲み方を書いた紙を必ずいれてください。（お子さんにも、必ず飲み方を事前に説明しておいてください。）
- ・ 帰校時間は交通状況によって前後する場合があります。随時ミマモルメやホームページでお知らせしますのでご確認ください。

1 2. 緊急時の医療機関

みさきクリニック 072-494-2711

第2なぎさクリニック 072-481-3456

薮下脳神経外科（内科・外科あり） 072-472-2288

玉井整形外科内科 072-471-1691