



大人の ソロキャンプ

楽しもう！ 1人の時間

初めての方大歓迎。今年こそキャンプデビューしようと思っている、そのあなた！
テント設営の説明があり、気軽に参加できます。

【開催日時】16:00～翌 11:00

C 10月31日(金) ～ 11月1日(土)

■参加費■ 1人 4,000円

※寝袋等は別途料金が発生します。有料レンタル一覧表をご覧ください
食材は持込みです。

■対象・定員■ 20歳以上 5人



申込み・問合せ先：横浜市くろがね青少年野外活動センター／電話（045）973-2701

<スケジュール>

当日のプログラム参加の有無やレンタル品の有無は、後日お送りするアンケートにお答えください。

宿泊当日のスケジュール		内 容
15:45	受付開始	事務所にて受付・注意事項を確認します。
16:00	概要説明	テント広場で説明します。
16:15	テント設営 希 テント設営の説明（10 分程度）	テントは各自で設営していただきます。 ※希望者には設営方法の説明をします。
17:05	調理系貸し出し物品の配布 希 薪割りの説明（10 分程度） ～自由時間～ ・野外炊事場やシャワー室がご利用できます。 ・この時間で活動进行します。	※希望者には薪割方法の説明をします。 夕食は各自でご用意ください。 ※お湯は用意します。 調理は野外炊事場または焚き火台での調理となります。 ※用具の貸出有
20:30	入所受付終了	※テント説明不要な方の最終入所時間となります。
21:00	野外炊事場等片付け終了 就寝準備（シャワーの利用は 22 時まで）	野外活動・焚き火等の活動は、21 時終了となります。
22:00	閉門／就寝 ※22 時以降はテント内でお過ごしください。	閉門以降、野外炊事場等での活動はご遠慮ください。
※テント設営を各自でされる方は、20:30 迄に入所をお済ませください。 21 時以降の野外炊事や焚き火等の活動はできません。 また、近隣に住宅があるため、<u>22:00～翌 6:30 まではお静かにお過ごしください。</u>		
宿泊 2 日目のスケジュール		内 容
6:30	開門	
	起床/活動可能（6:30 前の活動はご遠慮ください）	
7:00	朝 食	朝食は各自でご用意ください。お湯を用意しています。 調理は野外炊事場または焚き火台での調理となります。
	朝食後は自由時間（朝食・荷物整理等）	
9:00	片付け、レンタル品の返却（9:00～9:30）	野外炊事道具・寝袋・シーツ等のレンタル品を返却 注）破損・汚損時には修理代をいただくことがあります。
10:00	テントの片付け・返却	注）天候等により撤収時間は前後する場合があります。
11:00	清掃・片付け・精算（レンタル品等ある場合）	使う前よりきれいにしよう！ 有料レンタル品の精算を受付でお願いします。
	退 所 ※お忘れ物がないように！	

注 1）希と記載しているプログラムは希望制です。

注 2）入所・退所の時間変更は、開催時間内であれば可能です。ただし、閉門時間の変更は対応できません。

注 3）テントの設営は、各自で行ってください。

＜持ち物＞ ※例となります。各自必要なものをお持ちください。

種 類	品 名		備 考
衣類	☐	帽 子	活動しやすいもの（日差しが強い時があります）
	☐	着 替 え 寝 巻 き	朝夜に冷え込む場合があるので長袖も必ず！！ ※季節・天候・気温で服装が変わりますのでご注意ください！
	☐	雨 具	「雨ガッパ」と「かさ」、両方あると便利です。
	☐	替 え 靴	ぬれた場合のはき替え用。
生活類	☐	洗 面 用 具	歯ブラシ・タオルなど。 ※シャンプー・せっけん等の備付はありません。
	☐	懐 中 電 灯	テント内や夜道を照らす用。
	☐	虫除けグッズ・薬	虫除けスプレー・かゆみ止め／常備薬など ※テント内で蚊取り線香の使用は出来ません。
	☐	食 器 類	食器・箸・スプーンなど （調理器具のレンタル有ります。希望される場合は事前申込を。）
	☐	洗 い 物 道 具	食器用洗剤、クレンザー、スポンジ・ふきん・雑巾など
	☐	軍 手 （綿 100%）	野外炊事やテント設営などで使用。革手袋もあると便利です。 ※火気使用時は、ナイロン製だと溶けやすく危険です。
食 材	☐	お好きなもの	食事は野外炊事となるため、各自必要な食材等を持参ください。 ※酒類の持込・飲酒は出来ません。 ※冷蔵庫はありません。クーラーボックス等ご用意いただき、食中毒や野生動物対策をしてください。 ※生鮮食品の販売はしておりません。また、施設内に飲食店はありません。
野 外 活 動	☐	炊事等の活動に必要な物	たき火台、BBQ グリル等の持込みは可能です。 （例：マッチ、新聞、食器用洗剤、コッフェル、キャンプ用の椅子、テーブル等） ※野外炊事の道具はレンタルもあります。

☆このほか、各自で必要なものはご準備ください。

＜服装＞

●動きやすい服装（長ズボン）と、スニーカーなどの動きやすい靴

※ 1 薪割りや火を扱うため、怪我・やけど防止のため、短パン・スカート・サンダルはやめましょう。

※ 2 当日の天気予報をチェックし、天候・気温にあった服装で活動しましょう。

※ 3 季節によって、日中と明け方の気温に寒暖差がある場合があります。その際は防寒対策等をお忘れなく！！

＜その他＞

●電気のご利用は、制限がございます。利用できるのは、携帯電話の充電程度となります。

【食材について】

たき火は火のコントロールが難しいので、調理は網の上やたき火の中で強火で焼けるもの（ホイル焼きなど）がおすすめです。たき火台では、大きな鉄板を使った調理は危険です。鉄板を利用される場合は、各ご家庭で小さめの鉄板をご用意ください。

そのほか、たとえばパンやバケットなどを金串に刺して焼き、網の上で温めた缶詰のカレーなどをつけて食べる、チーズを溶かしてチーズフォンデュ、小型のフライパン（スキレット）を用意し、あらかじめ下ごしらえした具材とレトルトの素で簡単アヒージョ、などが短時間でできる料理となります。スキレットがあれば、大きめのお肉を大胆に焼く BBQ も可能です。各ご家庭で工夫をお願いします。

火の面倒を見るのは意外と大変なので、たき火では手間のかかる調理や微妙な火加減の調整が必要な料理は避けたほうが無難です。マシュマロは最初に子どもたちが食べたがりますが、全部食べずに残しておく、最後におき火になった時、おいしいマシュマロが焼けます。



【バーベキューと炊事活動のちがいについて】

よく電話で「バーベキューをしたい」との問い合わせがあります。しかし、ふたを開けてみると「薪を使いたい」のことで、慌てて変更をした事例があります。これはバーベキューが炭を使う、炊事活動は薪を使うという違いが分からなかったことによります。お肉を焼く際にも網焼きは炭を使うと程よく焼けます。お肉を豪快に焼きたいなら鉄板を使って、火力が強い薪で燃やした方が良いでしょう。

薪は、ススがつきますので食材を直火で焼くのはお勧めできません。炭は遠赤外線ですでに焼きますので、直火焼きでも大丈夫です。※「炭起こし器(写真)」を無料で貸し出していますので、ご相談ください。



【お願い】

- 1) 欠席される場合は、必ずセンターまでご連絡ください。
- 2) 貴重品の管理は各自でお願いします。
- 3) 当日は活動風景の写真を撮らせていただきます。この写真はホームページや事業案内等に使用させていただくことがあります。不都合の方は当日お申し出ください。
- 4) アルコールの持ち込みはご遠慮いただいております。ご理解とご協力をお願いします。
- 5) 車でのご来館の際は下のセンター専用駐車場をご利用ください。
搬入は事務所前まで車を寄せることができます。
- 6) 傷害保険に加入しています。活動中にけがをした場合はお知らせください。
- 7) このキャンプは、非日常生活を中心に少し不便な体験をしていただくキャンプであることをあらかじめご了承ください。
- 8) 体調がすぐれなかった場合には職員までご連絡ください。

■有料で以下のものをレンタルいたします。
グーグルアンケートにてご回答ください。

テント（500 円）＋一式



毛布(無料)



ウレタンマット(無料)



寝袋＋シーツ 580 円 ストレッチマット 50 円



焚き火台(500 円)



薪 1 束配布＋ナタ(無料)
薪 2 束目から(600 円)



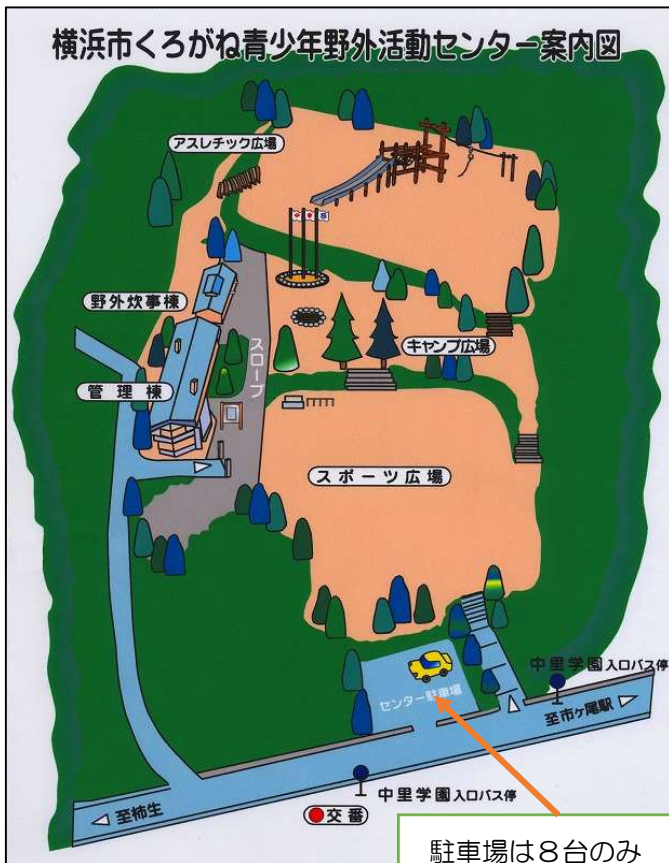
炭の販売(700 円) カセットコンロ（400 円）※ガス別売り（180 円）



そのほか、無料でなべ、飯盒、鉄板、網、ボウル、ザル、包丁、まな板、皮むき、しゃもじ、トング、お玉、菜箸、フライ返し、ステンレスの食器などお貸しできます。

■あわせて、来所時間及び退所時間(予定)をグーグルアンケートにて

【施設案内図】



【野外炊事場】 ※利用可能箇所はセンターで振り分けます。



【お手洗い】



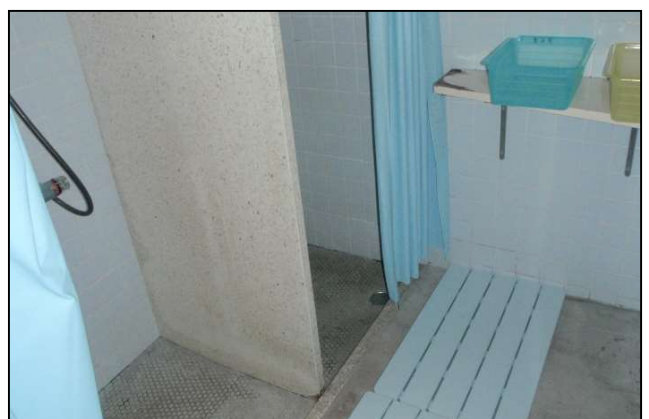
【キャンプ広場】 ※テントはイメージです。



【宿泊室】 ※悪天候時の宿泊場所となります。



【シャワー室】 ※男女ともに2箇所あります。



※シャンプー等のご持参ください。