

# 大人の フライデー キャンプ

## 楽しもう！ ソロ・デュオキャンプ

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・寝袋他様々な貸出物品あり、テント設営・薪割り説明があり、気軽に参加できます。

### 【開催日時】

A 5月15日(金)～5月16日(土)

B 6月5日(金)～6月6日(土)

C 10月30日(金)～10月31日(土)  
16:00～翌 11:00

■参加費■ 1名 4,000円、1名追加 3,000円

※テント・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組



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> 入所・退所の時間は所定の時間内であればご相談ください。

※ご希望のレンタル品は、アンケートにご入力をお願いいたします。

宿泊当日のスケジュール		内 容
15:45	入所受付開始	事務所にて受付・注意事項を確認します。
16:00	<input type="checkbox"/> 寝袋・テント設営の説明・設営	テントレンタル者及び希望者は設営方法の説明をします。テントは各自で設営していただきます。
17:00	<input type="checkbox"/> 薪割り・焚き火台の説明（30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。 ・この時間で活動をします。	夕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。 ※野外炊事をご希望される場合は用具の貸出有 ※テント説明不要な方の最終入所時間となります。
20:30	入所受付終了	
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	<b>閉門／就寝</b> ※22時以降はテント内でお過ごしください。	<b>閉門以降、野外炊事場等での活動はご遠慮ください。</b>
<p>※テント設営を各自でされる方は、20時30分迄に入所をお済ませください。</p> <p>21時以降の野外炊事や焚き火等の活動はできません。</p> <p>また、近隣に住宅があるため、<u>22時から翌朝6時まではお静かにお過ごしください。</u></p>		
宿泊2日目のスケジュール		内 容
6:00	開門 起床/活動可能（6時前の活動はご遠慮ください）	
7:00	朝食 朝食後は自由時間（朝食・荷物整理等）	
9:00	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ございます。
10:00	テント撤収	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！ 別途お送りするアンケートへのご協力をお願いいたします。 有料レンタル品の精算を受付でお願いします。
<b>退 所</b> ※お忘れ物がないように！		

注1) 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。

種類	品名		備考
衣類	<input type="checkbox"/>	帽子	活動しやすいもの（日差しが強い時があります）
	<input type="checkbox"/>	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！ ※寒い時期の寝巻きは、ジャージやスウェットなどがベストです。
	<input type="checkbox"/>	雨具	「雨ガッパ」と「かさ」、両方あると便利です。
	<input type="checkbox"/>	替え靴	ぬれた場合のはき替え用。
生活類	<input type="checkbox"/>	洗面用具	歯ブラシ・タオルなど。 ※シャンプー・せっけんの備付はありません。
	<input type="checkbox"/>	懐中電灯	テント内や夜道を照らす用。
	<input type="checkbox"/>	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。
	<input type="checkbox"/>	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。）
	<input type="checkbox"/>	洗い物道具	食器用洗剤・クレンザー・スポンジ・ふきん・ <span style="border: 1px solid black;">ぞうきん</span> など
	<input type="checkbox"/>	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	<input type="checkbox"/>	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	<input type="checkbox"/>	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、コップ、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。

<持ち物> ※例となります。各自必要なものをお持ちください。

#### 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。

#### 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！！

## 【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（ホイール焼きなど）がおすすです。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。



## 【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。炭は遠赤外線ですみますので、直火焼きでも大丈夫です。

「炭起こし器」を無料で貸し出していますので、ご相談ください。



↑「炭起こし器」

## 【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 (250 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、菜ばし、フライ返し、ステンレスの食器などお貸しできます。

■ 来所時間及び退所時間(予定)含めグーグルアンケートにご回答をお願いいたします。

**【施設案内図】**



**【キャンプ広場】**※テントはイメージです。



**【野外炊事場】**※利用可能箇所はセンターで振り分けます。



**【宿泊室】**※悪天候時の宿泊場所となります。



**【お手洗い】**



**【シャワー室】**※男女ともに2箇所あります。



※ボディソープ・シャンプー等はご持参ください。