

# 第5学年 宿泊学習のしおり



水郷小見川少年自然の家

令和4年10月13日(木)～14日(金)

銚子市立船木小学校

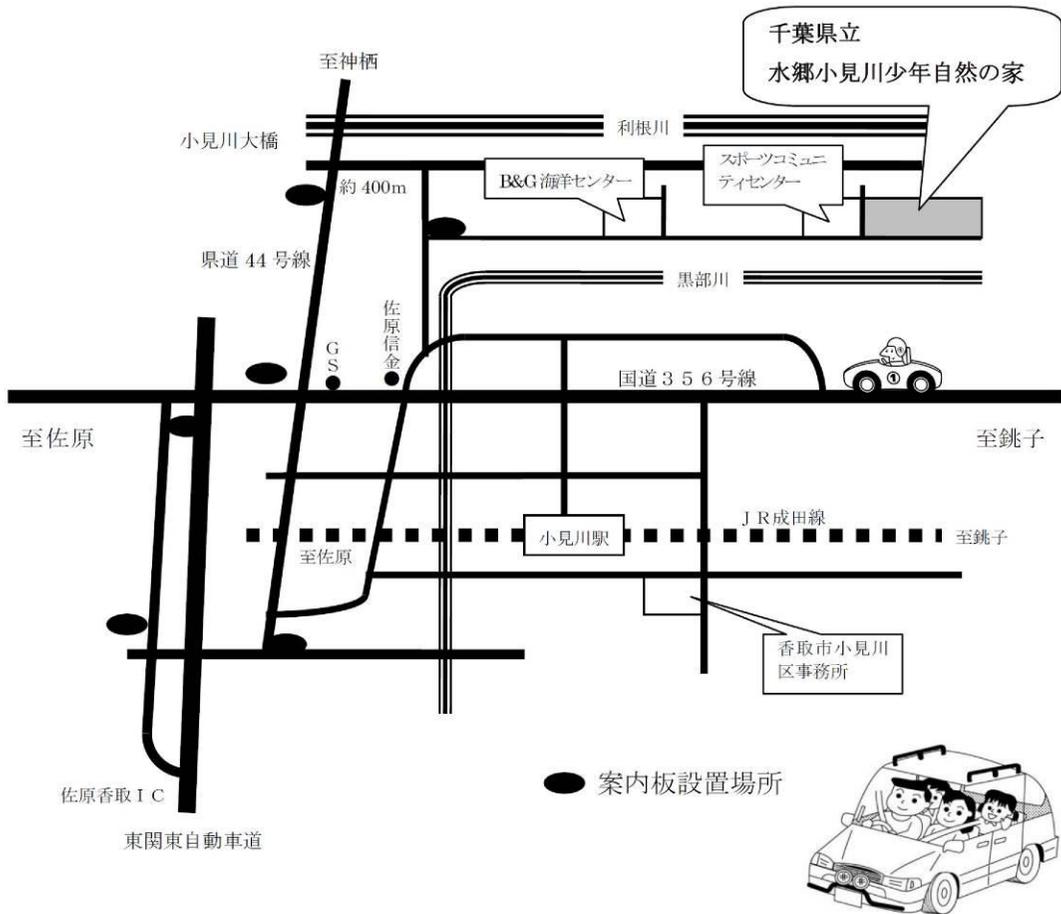
5年1組 氏名

---

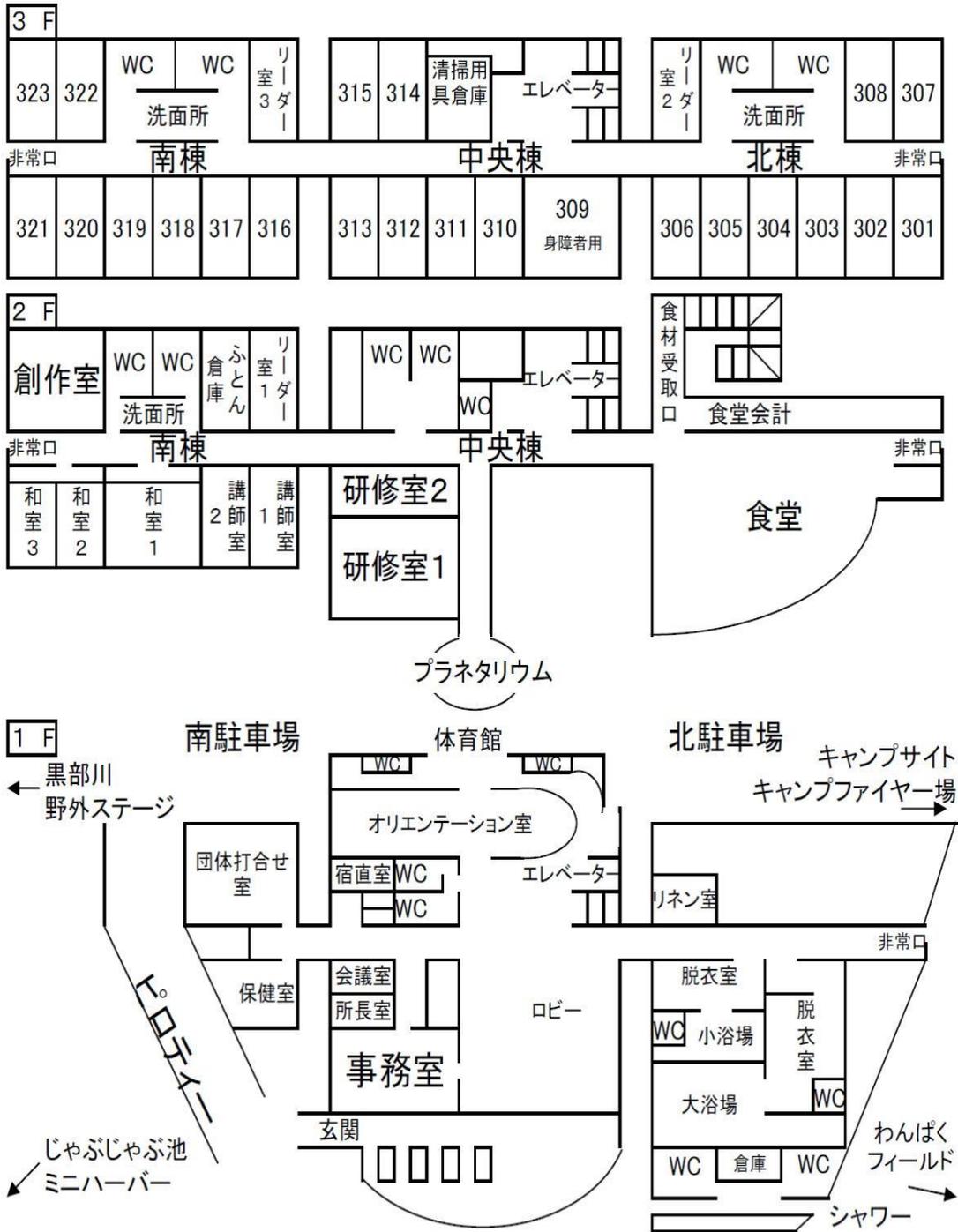
# 水郷小見川少年自然の家への交通案内

- ◇ JR成田線  
「小見川駅」下車徒歩25分

- ◇ 自動車  
東関東自動車道「佐原香取 I.C.」から12km・約20分  
※大型バスで来られる場合は、神栖方面に進み、小見川大橋手前の信号を右折し  
てください。最初の信号を右折し黒部川沿いに左折し一番奥の建物になります。



# 水郷小見川少年自然の家



## ◎宿泊学習の心構え◎

私たちは学校でいろいろなことを学んでいますが、学校を離れた場所で学習することはなかなかできません。小見川の町の人々に接したり、銚子とは違った自然などに触れたりして、自分自身で確かめ、学ぶことが宿泊学習のねらいです。

家族旅行とは違い、14人が一緒に行動します。自分勝手なことはしないで、友達に迷惑をかけないように気をつけましょう。船木小学校の5年生一人一人がしっかりと自分の目的をもって参加し、みんなが楽しく充実した宿泊学習になるようにしましょう。

### 1 目的

宿泊学習を通して自然に親しむと共に、規則正しい生活習慣を身に付け、協力する心、思いやりの心を育てる。

### 2 期日

令和4年10月13日（木）～10月14日（金）1泊2日 ※雨天決行

### 3 宿泊地

千葉県立水郷小見川少年自然の家  
千葉県香取市小見川5249-1 0478-82-1343

### 4 集合と解散

◇《1日目》 13日（木）

船木小学校→JAちばみどり船木出張所発→水郷小見川少年自然の家着  
8：20（徒歩） 8：30（バス） 9：00着

◇《2日目》 14日（金）

小見川少年自然の家発→JAちばみどり船木出張所  
14：40 15：10着

### 5 引率の先生方

出口 英生先生（教頭先生） 太田 学 先生  
竹中 朋子先生（養護教諭）

### 6 活動プログラム

日付	午前	午後
10/13	入所式 → おみぼう大冒険	火起こし体験 → 加- → キャンドルファイヤー
雨天	(おみぼう大冒険)	(ポッチャ・イニシブゲーム) → (キャンドルファイヤー)
10/14	ウォークラリー	七宝焼 → 退所式
雨天	(レクリエーションゲーム・SDGsビンゴ)	(七宝焼)

## 7 準備

◇荷物は自分で準備します。

- ・家の人といっしょに準備してもかまいませんが、荷物の出し入れが自分でできないと困ります。よく練習しましょう。

◇ 前日

- ・体調が悪くならないように身体の調子を整えておきます。
- ・ねる前に持ち物をもう一度確認しておきましょう。
- ・食べすぎや飲みすぎをせず、早くねます。

◇ 当日の朝

- ・朝ごはんを食べ、用便をすませます。
- ・忘れ物がないか確認します。
- ・健康観察をします。

◆ 服装

- ・活動的な普段着
- ・はきなれた靴
- ・帽子（紅白帽子）
- ・マスク



◆ 持ち物<1> 大きなバッグに入れるもの

※持ち物にはすべて（下着も）に名前を書きます。

- |                                      |   |                              |              |
|--------------------------------------|---|------------------------------|--------------|
| <input type="checkbox"/> Tシャツ2枚程度    | <input type="checkbox"/> 2日目用活動着（動きやすいもの）               | <input type="checkbox"/> 上履き |              |
| <input type="checkbox"/> 体温計         | <input type="checkbox"/> 火起こし体験用の服（薄手の長袖、長ズボン）※やけど防止のため |                              |              |
| <input type="checkbox"/> 歯磨きセット      | ↳（就寝時の防寒具と兼用でも構いません。）                                   |                              |              |
| <input type="checkbox"/> カヌーセット      |   |                              |              |
| ①水着                                  | ②体操服上下  | ③フェイスタオル                     | ④紅白帽子        |
| ⑤濡れてもいい靴                             | ⑥ぬれた物を入れる袋  |                              |              |
| （つま先が隠れ、かかとがあるサンダルなど。ビーチサンダル不可、運動靴可） |   |                              |              |
| <input type="checkbox"/> お風呂セット      |   |                              |              |
| ①ハーフパンツ                              | ②下着   | ③体を洗うタオル                     | ④水気をとるためのタオル |
| ⑤バスタオル                               | ⑥Tシャツ   | ⑦洗面用具（石けん、シャンプーなど）           |              |
| ⑧着替えを入れる袋                            |   |                              |              |
| ※気温によっては長袖、長ズボン等の防寒具を用意してください。       |   |                              |              |

持ち物<2> リュックサックまたは移動用のバック

（背負える物が望ましい。）

- |   |  |                              |                                  |
|---|--|------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 財布（飲み物代 2日目分 計500円程度、100円玉がよい） |  |                              |                                  |
| <input type="checkbox"/> 雨具                             | <input type="checkbox"/> 水筒（お茶やスポーツドリンク） | <input type="checkbox"/> 名札  | <input type="checkbox"/> しおり     |
| <input type="checkbox"/> 筆記用具                           | <input type="checkbox"/> ハンカチ            | <input type="checkbox"/> ちり紙 | <input type="checkbox"/> ビニール袋3枚 |
| <input type="checkbox"/> マスク（1枚/1日+予備）                  | <input type="checkbox"/> 消毒薬（スプレー等）      |                              |                                  |

8 予定 ◇10月13日(木)【1日目】

時刻	活動内容	場所
7:50	<p>○学校集合</p> <p>①健康観察表を太田先生にわたす。 ②飲み物代(500円)を竹中先生に預ける。 ③ホールで待つ。 ・トイレなどをすませておく。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>出発式 進行《かいせいさん》</p> <p>1. 朝のあいさつ 2. 健康観察 3. 教頭先生のお話 4. 太田先生のお話 5. 行ってきますのあいさつ 《とうまさん》</p> </div>	昇降口 または ホール
8:20	<p>○学校出発</p> <p>・けがや事故がないように、2列で歩く。</p>	
8:30	<p>○JAちばみどり船木出張所 出発</p> <p>・大きな荷物はバスの荷台に載せる。</p>	
9:00	<p>○水郷小見川少年自然の家到着</p> <p>・手続きが終わるまでバスで待つ。</p>	
9:10	<p>○記念写真撮影</p> <p>・荷物は指示された場所に一つにまとめる。</p>	プラネタリウム前
9:30	<p>○入所式 オリエンテーション</p> <p style="text-align: right;">進行《しきさん》</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>1 はじめの言葉 《けいすけさん》 2 教頭先生のお話 3 自然の家の方のお話 4 代表者あいさつ 《ゆういちさん》 5 おわりの言葉 《りかさん》</p> </div> <p>○部屋へ移動</p> <p>・各部屋に入り、荷物を整理する。 ・部屋の点検と非常口の確認をする。</p>	オリエンテーション室  3階各部屋
10:10	<p>○活動準備</p> <p>・トイレを済ませ、筆記用具の用意をする。</p>	3階各部屋
10:20	<p>【活動①】</p> <p>○おみぼう大冒険 進行・号令・お礼《だいちさん》</p>	
11:45	<p>○昼食 ※部屋ごとのグループでテーブルに座る。 〈準備〉</p> <p>・全員で食堂へ移動する。 ・入り口で見本を見て、同じように配膳する。 ・おひつ、なべ、水差しをテーブルごとに用意する。 ・全員そろったら食べる。</p>	2階食堂

	号令←—————→	
12:10	「いただきます。」「ごちそうさまでした。」 〈後片付け方〉 ・持ってきた物や器を決められた場所に返す。 ・テーブルを拭き、台拭きをあらって返す。 ・テーブルごとに部屋へ戻る。 ○片付け	
12:40	○午後の準備 ※ トイレ・健康観察 ・長袖、長ズボンに着替える。(やけど防止のため)	3階各部屋
13:00 14:20	【活動②】 ○火起こし体験 進行・号令・お礼<れんさん> ・施設の方の話をよく聞き、活動する。 (雨天時：ポッチャ)	野外炊さん場
14:25	○カヌー準備 ・カヌーセットを持って部屋ごとにろうかに並び →脱衣所で着替え。	
14:40	【活動③】 ○カヌー体験 進行・号令・お礼<しゅんさん> ・勝手な行動はしない。 ・教えてくださる方の説明をよく聞く。 (雨天時：イニシアチブゲーム)	ミニハーバー
16:00	○休憩 ・入浴の準備。お風呂セット(タオル・せっけん・シャンプー・下着・Tシャツなど)の用意をする。	3階各部屋
17:00 17:30	○部屋長会議 ・場所：リーダー室2 持ち物：しおり、筆記用具) ・これからの予定を確認、伝達は正確に伝える。 ・シーツと枕カバーをリネン室に取りに行く。	リーダー室2 リネン室
17:45 18:10	○夕食 号令←—————→ ○片付け ・キャンドルファイア担当児童は太田先生・教頭先生と一緒に準備に向かう。 ・お風呂セットを持って整列→竹中先生と出発	2階食堂
18:50 19:50	○キャンドルファイア ・計画に沿って活動する。 ・片付け完了	オリエンテーション室
20:15	○入浴 ・上ばき・脱いだ服は、きちんと整とんする。 ・湯ぶねに入る前に体を洗う。 ・タオルを湯ぶねに入れない。 ・風呂場では走らない、さわがないようにする。 ・いす、おけは軽く洗ってもとの場所へ返す。	1階浴室

20:40	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体をタオルでよくふいてから脱衣場に戻る。</li> <li>・忘れ物がないかを確認する。</li> <li>・使った場所の消毒をする。※入浴係</li> <li>・あがった順に静かに部屋にもどる。</li> </ul>	
20:50	<ul style="list-style-type: none"> <li>○1日の反省 <ul style="list-style-type: none"> <li>・日記を書き、1日の活動をふりかえる。</li> <li>→しおり・筆記用具は書き終わったら移動用バックに入れておく。</li> <li>・水筒の中を空にして、よくすすいでおく。</li> </ul> </li> <li>○就寝準備 <ul style="list-style-type: none"> <li>・健康カードに記入。 (保健委員会はカードを竹中先生に提出。)</li> <li>・歯みがき、トイレ、ベッドメイキング</li> <li>・明日の準備(移動用バックの中身確認)</li> </ul> </li> </ul>	3階各部屋
22:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>○消灯 <ul style="list-style-type: none"> <li>・2日目の実習に備えて、静かに寝る。</li> <li>・夜のトイレへは、音をたてないように気をつける。</li> <li>・各部屋は開けたままにする。(換気のため)</li> </ul> </li> </ul>	

◇10月14日(金)【2日目】

6:30	<ul style="list-style-type: none"> <li>○起床 <ul style="list-style-type: none"> <li>・洗顔、トイレ、体温を計る。→健康カードに記入</li> <li>・着替え。</li> <li>・ベッドの片付け。(シーツ・毛布・枕カバー)</li> <li>・毛布や枕の消毒を協力して行う。</li> <li>・荷物整理、部屋の片付け。</li> <li>・シーツや枕カバーをリネン室へ返す。</li> </ul> </li> </ul>	3階各部屋
7:10	<ul style="list-style-type: none"> <li>○清掃 <ul style="list-style-type: none"> <li>・各部屋を手早く清掃する。</li> </ul> </li> </ul>	各部屋
7:40 8:10	<ul style="list-style-type: none"> <li>○朝食</li> </ul> <p style="text-align: center;">号令&lt;&lt;—————&gt;&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○片付け</li> </ul>	2階食堂
8:15	<ul style="list-style-type: none"> <li>○退室準備 <ul style="list-style-type: none"> <li>・歯みがき、忘れ物、寝具のたたみ方チェック!</li> </ul> </li> </ul>	3階各部屋
8:40	<ul style="list-style-type: none"> <li>○移動、活動準備 <ul style="list-style-type: none"> <li>・荷物を指示された場所に置く。</li> <li>・必要な人は2日目の飲み物を購入する。ペットボトルなどのゴミは持ち帰る。</li> <li>・トイレを済ませておく</li> </ul> </li> </ul>	1階
8:50	<ul style="list-style-type: none"> <li>○退所点検→退室 <ul style="list-style-type: none"> <li>・退室点検(個人→部屋長→担任→所員)を受け、合格したら荷物を持って移動する。</li> </ul> </li> </ul>	3階各部屋

9:00	<b>【活動④】</b> ○ウォークラリー 進行・号令・お礼<<じんさん>> (雨天時) ○レクリエーションゲーム (9:00~10:20) ○SDGsビンゴ (10:40~12:00)	ピロティ オリ室 ロビー
12:00	○移動 ・使った道具をバッグに入れる。 ・手洗いうがいをすませ、昼食の準備をする。	1階
12:30 12:50	○昼食 号令<<—————>> ○片付け	2階食堂
13:00 14:20	<b>【活動⑤】</b> ○七宝焼体験 進行・号令・お礼<<せいやさん>> ・しおりを持って行く。	和室
14:20	○退所式 進行<<ゆあさん>> 1 はじめの言葉 <<ゆうすけさん>> 2 教頭先生のお話 3 自然の家の方のお話 4 代表者あいさつ <<はるまさん>> 5 おわりの言葉 <<ゆうすけさん>>	和室
14:30	○バスへ移動 ・忘れ物がないか確認する ・トイレを済ませておく。	
14:40	○水郷小見川少年自然の家 出発 ・大きい荷物は荷台に入れる。	駐車場
15:10	○JAちばみどり船木出張所 到着 ・バスの中に忘れ物がないか確認をする。 ・バスから降りたら、大きい荷物を受け取る。 ○解散	

## メモ

## ◎楽しい宿泊学習にするために◎

### 1 バスの中での約束

◇安全に乗ろう。

- 他の友達との距離をとる。（感染対策）
- 窓から手や顔を出さない。



◇マナーを守ろう。

- バスでは、さわがない。話をするときは周りに迷惑にならない声で話す。（教室と同じ声では迷惑です。）
- 気分が悪くなったら、すぐグループのリーダーか、近くの先生に知らせる。
- バスの中に忘れ物をしないようにする。

### 2 活動の注意

- 集合した時は、グループのリーダーが人員を調べて報告する。集合したら、その場に座る。
- 活動は各グループまたは各部屋で行い、決して一人で勝手な行動をしない。
- 公共物や自然を大切に扱う。

### 3 「少年自然の家」での約束

◇さわやかな生活をおくるために

- 一人一人が自分の役割や責任をしっかりと果たす。
- しっかりあいさつをし、礼儀正しく行動する。
- グループのリーダー（または、部屋長）の指示をよく聞く。
- 勝手な行動をしない。
- 事故にあったり、具合の悪い人がでたりしたら、すぐ連絡をする。
- 時間を守り、5分前には行動ができるようにする。



◇来たときよりも美しく

- 部屋は整理整頓をし、汚したり、キズをつけたりしない。
- 自分の荷物をきちんとまとめておく。
- はきものをきちんと整理する。
- 毛布やシーツをきちんとたたむ。
- 自分の清掃場所を、来たときよりもきれいにする。
- トイレを汚さないように心がける。（スリッパをそろえる。）

◇部屋を出るときは

- 窓のカギをかける。
- 電気のスイッチはすべて切る。

◇帰るときは

- じゅうたんと床のはきそうじをし、ゴミ箱をきれいにする。

<バスの座席>

			運転手さん	
太田先生		1		教頭先生
		2	宮内 海静 さん	
		3		宮内 結愛 さん
		4	林 刃 さん	
	石見 佳介 さん	5		宮内 史妃 さん
椎名 優介 さん		6	笠田 大地 さん	
	石毛 莉嘉 さん	7		宮内 怜 さん
小鷲 旬 さん		8	青野 斗真 さん	
	石毛 優一 さん	9		加藤 聖也 さん
		10		
		11		石毛 晴馬 さん
		竹中先生		

## 〈部屋割りについて〉

	301号室	302号室	303号室	307号室
<p style="text-align: center;"><b>班長</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 宿舎での生活をまとめる。 (報告,連絡,相談)</li> <li>・ 移動する時は, 列の先頭に立ち, 並んで移動する。</li> </ul>	石毛 優一 さん	林 刃 さん	石毛 晴馬 さん	宮内 結愛 さん
<p style="text-align: center;"><b>副部屋長</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 部屋長をサポートする。</li> <li>・ 部屋のゴミの始末をする。</li> <li>・ 部屋の清掃の点検をする。</li> </ul>	石見 佳介 さん	笠田 大地 さん	/	/
<p style="text-align: center;"><b>整頓電気</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ ふとんやまくらの整理整頓の指示・確認をする。</li> <li>・ 移動の際に最後を確認し, 電気を消す。</li> </ul>	宮内 怜 さん	椎名 優介 さん	宮内 海静 さん	宮内 史妃 さん
<p style="text-align: center;"><b>食事入浴</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食事の時, 中心となって行動する。</li> <li>・ 片づけの指示・点検をする。</li> <li>・ テーブルを拭き, 台ふきを洗って返す。</li> <li>・ 風呂へ行く時, 列の先頭に立って移動する。</li> <li>・ 脱衣所の後始末・忘れ物の確認をする。</li> </ul>	小鷲 旬 さん	加藤 聖也 さん	青野 斗真 さん	石毛 莉嘉 さん

	308号室	リーダー室2	
<p style="text-align: center;"><b>先生方の部屋</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ リーダー室2は部屋長会議も行います。</li> <li>・ 308号室は, 保健室としても使います。</li> </ul>	竹中 朋子 先生	出口 英生 先生	太田 学 先生

<カヌーペア>

前：石見 佳介さん  
後：林 刃さん

前：笠田 大地さん  
後：椎名 優介さん

前：石毛 優一さん  
後：石毛 莉嘉さん

前：宮内 史妃さん  
後：宮内 結愛さん

前：宮内 海静さん  
後：宮内 怜さん

前：石毛 晴馬さん  
後：小鷲 旬さん

前：加藤 聖也さん  
後：青野 斗真さん



<ウォークラリー班>

	A	B	C
班 長	石毛 晴馬さん	石見 佳介さん	笠田 大地さん
副班長	宮内 海静さん	小鷲 旬さん	
保 健	石毛 莉嘉さん	椎名 優介さん	宮内 結愛さん
地 図	青野 斗真さん	宮内 怜さん	林 刃さん
記 録	石毛 優一さん	宮内 史妃さん	加藤 聖也さん

## 〈食堂の利用について〉

- ・始めに手を洗い、食堂入り口に間を空け、1列に並んで待つ。
- ・入り口で手を消毒してから中に入る。
- ・食べ始めるまで、マスクはつけている。

食事の準備（配ぜん方式）  
※給食と同じ方法です。



### ①トレーが並べてあるので1枚受け取ります。

- ・置いてある物がこぼれないよう、両手でしっかり持ちます。

### ②トレーに汁物、ご飯やどんぶりものを受け取り、テーブルにつきます。

- ・座る場所は決められています。

### ③ご飯や汁物のみおかわりができます。

- ・マスクをつけ、静かに移動しましょう。
- ・係の方が新しい食器で用意してくださるので、受け取りましょう。
- ・水のおかわりは、使ったコップを持って行き、飲める分だけ入れましょう。
- ・おかずのおかわりはできません。
- ・そろったテーブルごとに、食べてください。
- ・「いただきます。」「ごちそうさまでした。」

食事の後片付け



### ○自分で使った食器は自分で片付けます。

- ・片付けるときはマスクをつけましょう。
- ・食べ残した物は、まとめてバケツに入れましょう。
- ・食べ物以外のゴミは、ゴミ箱に入れましょう。
- ・食器は同じ種類ごとに重ねて片付けましょう。

※自分の物ではありません。投げ入れたりせず、ていねいに戻しましょう。

### ○使ったテーブルをきれいにします。

- ・台ふきんでテーブルをふきましょう。
- ・使った台ふきんは食器を戻すところに返しましょう。
- ・イスをしまって部屋にもどしましょう。

# 寝具の扱い方

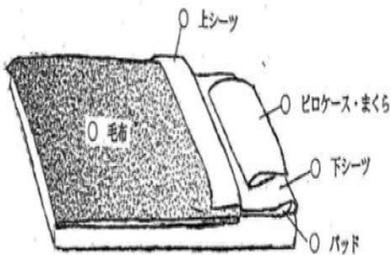
## さわやかな朝を迎えるために

### ベッドメイキングの仕方

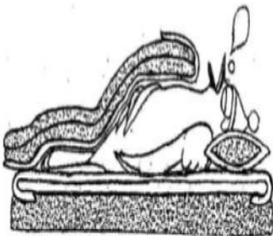


○シーツとピロケース（まくらカバー）  
をリネン室から運んでください。  
シーツ 2枚  
ピロケース1枚 1人分

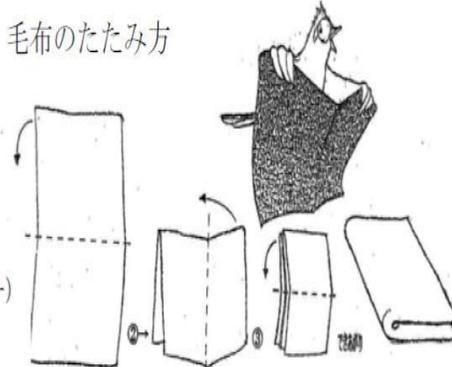
- ① パッドをしきます。
- ② パッドの上に下シーツをしきます。
- ③ ピロケースの中にまくらを入れます。
- ④ 上シーツをかけます。
- ⑤ 毛布を上シーツの上にかけます。  
(冬季は掛け布団もあります。)
- ⑥ 上シーツで毛布のえりもとをおおいます。



- ⑦ 上シーツと下シーツの間に体を入れておやすみ下さい。

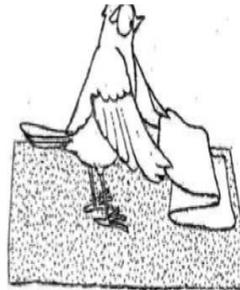


### 毛布のたたみ方



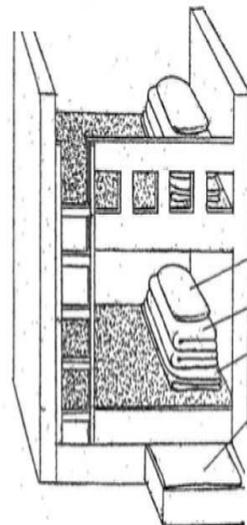
- 長いほうの辺を三回折って下さい。
- 折り曲げた面を通路側に向けて置いて下さい。

### パッドのたたみ方



- すそが左上になるように三つ折にして下さい。

### 寝具の重ね方

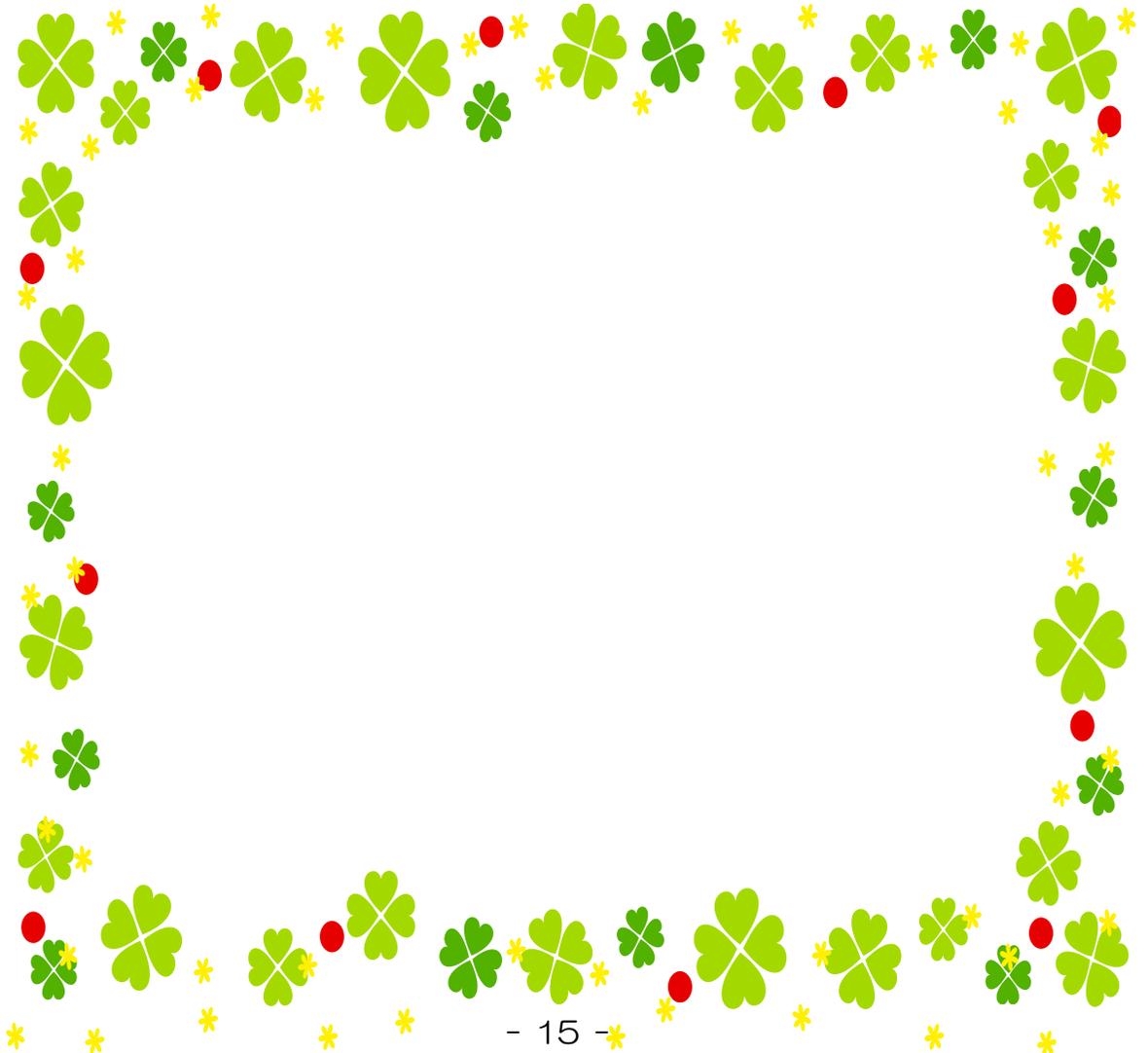


- 寝具は向かって右側に重ねて下さい。

忘れ物はありませんか。

# 目 標

宿泊学習を振り返って





メ 毛