

体にいいことしてますか

スポーツ NOW



野外活動を通して遊びの経験を

もうすぐ夏休みがやってきます。子ども会やスポーツ団体などで、川や山へ出かける計画をしている方もいるでしょう。

文部科学省が実施した「子どもの体験活動に関するアンケート」によれば、今の子どもたちは、保護者の世代と比べて圧倒的に自然体験が少ないという結果が出ています。

確かに、20・30年前と比べると自然が少なくなり、子どもの遊ぶ場所や機会が失われつつあります。

また、子どもの遊びがパソコンやゲームといった室内で手軽に行えるものに移行し、自然への関心が薄れてきていることも事実です。

こんな時代だからこそ、普段の活動から少し離れて、野外活動を楽しんでみてはいかがでしょうか。

子どもたちは、楽しい思い出を得られ、成長に欠かせない多くのものを獲得することでしょう。

獲得できる成長要素の中でも、思いやりの心や協調性・自主性を伸ばしたり、世界を広げることは、子どもの教育活動全体を通して重要なものです。

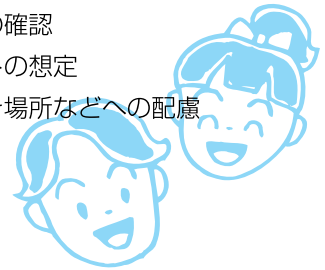
また、危険予知能力や危険回避の能力も高められます。指導者にとっても、子どもたちの性格の把握、意外な一面の発見など、有意義な機会となることでしょう。

しかし、自然相手の野外活動は、危険や予測もつかないアクシデントが起こるケースがあります。

指導者として次のような点に配慮し、実りある活動にしていきたいものです。

安全面を考えよう

- ◎活動場所での危険個所の確認
- ◎天候によるアクシデントの想定
- ◎水分摂取、食べ物の置き場所などへの配慮
- ◎保護者の配置
- ◎約束の徹底
- ◎近隣の医療機関の確認



保護者に説明しよう

保護者の理解や協力が不可欠です。活動の目的と安全対策を中心とした説明会を開き、保護者が安心して協力したり、子どもを送り出せるようにしましょう。

その際、緊急時に備え、保護者への連絡先を確認しましょう。

このコーナーに関するお問い合わせは、スポーツ振興課（内線276）へどうぞ。

アウトドア耳より情報

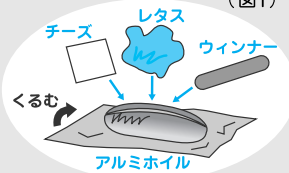
手軽に美味しくできる ホットドックづくり

《材料：1人分》

ホットドックパン 1本、スライスチーズ 1枚、ウィンナー、キャベツまたはレタス、ケチャップ、マスタード (図1)

《作り方》

①ホットドックパンに、チーズやウィンナーなど、お好みの材料を挟み、アルミホイルで二重に包みます (図1)。

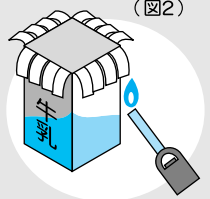


②よく洗って乾かした牛乳パックの上部

から5cmまで、幅2cm間隔に裂いて、火がつきやすいようにします (図2)。

③アルミホイルに包んだホットドックパンを②の中に入れ、火をつけます。牛乳パックが燃えきったらできあがりです。

ケチャップやマスタードなどをつけて食べてみてください。
※火を使うときは、やけどや火事に十分注意しましょう。



★参加申し込みは、ネイチャーセンターへ。お一人でも参加できます。

・対象 家族・一般
・内容 夏の野鳥を観察

・中止

・日時 八月二十一日(日) 午前九時～十一時三十分(雨天中止)

●事前に申し込みが必要
●パードウオッチング

・日時 八月十五日(日) 午前九時～十一時三十分(雨天実施)

●紙すき教室
※事前に申し込みが必要

・日時 八月十五日(日) 午前九時～十一時三十分(雨天実施)

●昆虫教室

・日時 八月八日(日) 午前九時～十一時(雨天実施)

・内容 昆虫採集をしたり、標本の作り方を学ぶ。

・対象 小中学生・家族・一般

・持ち物 虫かご、網

・事前に申し込みが必要

・紙すき教室

・日時 八月十五日(日) 午前九時～十一時三十分(雨天実施)

・内容 紙すきをして、オリジナルはがきを作る。

・対象 小中学生・家族・一般

催し物 だより

8月

陶史の森・ネイチャーセンター ☎5144