

# 高知市工石山青少年の家 活動計画表 記入例

※ 団体で作成した計画表でもかまいません。

作成日 令和6年3月1日

利用団体	工石山小学校	作成者	土佐山 花子
------	--------	-----	--------

期日	時間	活動内容	場所	備考（指導希望・雨天時等）
第1日目  (月)	11:00	施設到着		
	11:20	入所式(20分)	集会室	
	11:40	ベッドメイキング(10分)		
	12:00	昼食	食堂	2日目・3日目雨天予報であれば、
	13:00	レクリエーション	体育館	13:00～16:00登山・引率希望
	14:00	クラフト(2時間)	ガレージ	指導希望
	16:00	カレー・飯盒炊飯(3時間)	炊飯棟	指導希望
	17:30	夕食	ガレージ	
	19:00	片付け終了		
	19:30	星空観察(30分)	屋上	指導希望・雨天時はすぐに入浴
	20:00	入浴		
	21:00	班長会	集会室	
	22:00	就寝準備		
22:30	就寝			
第2日目  (火)	6:30	起床		
	7:00	朝のつどい・清掃		
	8:00	朝食	食堂	
	9:00	登山準備		引率希望 雨天時9:00体育館交流
	9:30	登山出発・昼食は弁当		10:00うどん打ち体験
	13:00	下山開始		13:00クラフト
	15:00	施設着・自由時間・出し物準備	体育館等	
	17:20	夕食	食堂	
	18:30	キャンドルサービス・リハ(20分)	体育館	指導希望
	19:00	キャンドルサービス(90分)	体育館	
	20:30	入浴		前日星空観察できなければこの時間に
	21:30	班長会		星空観察終了後、入浴
	22:00	就寝準備		
22:30	就寝			
第3日目  (水)	6:30	起床		
	7:00	朝のつどい・清掃		
	8:00	朝食	食堂	
	8:45	退所点検		
	9:00	自由時間		前日登山できなければ、
	10:00	うどん打ち体験(2時間)	ガレージ	9:00～12:00登山・引率希望
	12:00	昼食	ガレージ	前日うどん打ちを実施すれば、
	13:00	振り返り	集会室	9:00ネイチャートーク(45分)
	13:30	退所式	集会室	10:00振り返り・感想文記入
	13:45	バス出発		昼食後、退所式
				バス出発時間早める

期日	時間	活動内容	場所	備考
第4日目	月 日 ( )			
期日	時間	活動内容	場所	備考
第5日目	月 日 ( )			

◆ 活動計画表を作成する時の注意点

- (1) 事前注文している「食堂での食事の時間」は決められています。(朝食8:00 昼食12:00 夕食17:20)
  - (2) 宿泊利用の場合は、「入所式」に20分程度を確保してください。なお、ベッドメイキングは10分程度です。
  - (3) 起床時間(6:30)、朝のつどい(7:00)、消灯時間(22:30)を基本の生活時間としています。  
なお、消灯時間は早めていただいてもかまいません。
  - (4) 体育館での活動は、22:00までに終了してください。
  - (5) 入浴は22:00までに済ませてください。
  - (6) 主な体験プログラム活動時間の目安
    - ① 「カレー・飯盒炊飯」は準備開始から片付け終了まで約3時間。「BBQ」は2時間半程度。
    - ② 「クラフト」は90分～120分程度。
    - ③ 「うどん打ち体験」は2時間程度。
    - ④ 「こんにゃくづくり」は90分程度。
    - ⑤ 「登山」は希望の時間に合わせてルートを設定します。
    - ⑥ 「キャンドルサービス」はリハーサルに20分程度。その後、本番60分～90分程度。
    - ⑦ 「星空観察」は30分程度。
- ※ ご不明な点は、施設までお問い合わせください。  
※ ご提出いただいた活動計画表について、施設から問い合わせする場合があります。