

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7年7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	7月18日（金）	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、 13:00～16:00登山・引率希望
		13:00 レクリエーション	体育館	
		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		
期日	時間	活動内容	場所	備考
第2日目	7月19日（土）	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 星空観察終了後、入浴
		21:30 班長会		
		22:00 就寝準備		
		22:30 就寝		
期日	時間	活動内容	場所	備考
第3日目	7月20日（日）	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。