



## ぽんた山春合宿コース 参加要綱

ご挨拶～ぽんたです。（一般社団法人あぶくまエヌエスネット 代表理事 進士 徹）

この度は、ぽんた山春合宿に参加お申込を頂きありがとうございました。いつもぽんた山の活動にご理解をいただいていることに感謝申し上げます。

3月29日～4月4日の間、ほのぼのゆったりとお子さんとともに山村生活を楽しまたいと思っています。

そして、参画意識を高く持って積極的にお手伝いなどやって欲しいです。さらに楽しくなります。

はじめて参加するお子さんも、私たちスタッフと距離感無く、和気あいあいやっていこうと思っています！！　そして、スタッフ一同、お子さまの心に響くような関わりを大切にします。怪我や病気、事故ゼロで行きたいとここに宣言いたします。

荷物の準備なども出来るだけ、お子さん自身ができるとういと思っています。自立心と責任感が養われていきます。荷物リストをチェックしながら準備を進めてください。

そして、ぽんた山には学校にはない別の「心豊かな学び」がたくさんあります。どうぞこの春もよろしくお祈いします。私たちスタッフも、お子さんたちが安心して参加できるよう日々環境整備も含めてプログラム準備を進めています。[ブログ「あぶくま日記」に連日記載しています。](#)  
お時間のあるときにご覧下さいませ。

ぽんた山常駐スタッフ＝ぽんた・ながちゃん・ペー・由美子がお待ちしています。元気いっぱいでお会いしましょう。楽しみにしています。どうぞよろしくお祈いします。

### 1. 開催日：

3月29日(日)～4月4日(土) [7日間] \*期間中1泊から参加可です。

### 2. プログラム内容：

農山村の日本人のふるさと～そのような環境で、お子さんにとって非日常の暮らしです。共同生活をしながら、農作業、犬の散歩、ヤギニワトリの世話や食事作りなどを行います。不自由な事も多々出てきますが、工夫したり力を合わせたりして克服していきます。

体験の積み重ねが大きな経験に変わって行く、その成長過程には学校教育では得る事の出来ない、心の教育がたくさん凝縮されています。

期間中;楽しいこと、辛い事、嫌なことも出て来ます。そこから逃げることなく、私たち大人が寄り添いながら解決していきます。この春休みに最高の思い出となる「ぼんた山春合宿」にお子さんと共に創りあげていきます。

### 部屋割り・グループ編成について

部屋割りは子どもたちとスタッフと相談して決めます。もちろん男女別々です。活動時等の班割りなどのグループ指定は特に行いません。なお、安全管理、防犯・防災対策として24時間昼夜スタッフが一緒に寝食を共にする体制でおります。

### 基本のスケジュール（天候や状況に応じて変更する場合があります）

	3月29日（日） 途中参加のお子様初日	3月30～4月3日（月～金） 滞在期間中	4月4日（土） 最終日
午前	10:00～11:00 集合・受付 11:00 朝エンターション、活動タイム	7:00 起床/体操 7:30 朝食 歯磨き 8:30 朝の仕事 9:00 <b>得意な事披露</b> 10:00 活動タイム (10:30 途中参加の方、集合)	7:00 起床/体操 7:30 朝食 歯磨き 8:30 朝の仕事 9:00 荷物の整理整頓・掃除 10:30 活動タイム
午後	12:00 昼食 13:00 活動タイム 14:30 おやつ休憩 16:30 夕食支度、風呂焚き 動物の世話	12:00 昼食 13:00 全体活動 14:30 おやつ休憩 16:30 夕食支度、風呂焚き 動物の世話 (16:30 途中帰宅の方、解散)	12:00 昼食 13:00 終わりの会 14:30 おやつ休憩 15:00～16:00 解散、お迎え
夜	18:00 夕食 19:00 入浴、日記記入、 子ども会議 21:00 就寝	18:00 夕食 19:00 入浴、日記記入、 子ども会議 21:00 就寝	

\* **得意な事披露**とは、自分の自慢や、得意な事をみんなの前で発表する時間です。

〔活動ラインナップ〕・野山遊び ・小川遊び ・工作 ・ウォールクライミング ・ターザンロープ ・積み木どん・サッカー、キャッチボール、バスケットボール ・薪割り ・プロジェクトアドベンチャー ・屋内ゲーム ・犬の世話 ・ニワトリとヤギの世話 ・農作業 ・火おこし・食事作り ・星空鑑賞 ・村の体育館他

※ 毎日の仕事を役割分担します。仕事内容：日直、食事係、動物の世話、体操係、など

### **3. 集合解散：**現地集合・現地解散です。

◆集合時間：活動参加初日＝「10：00～11：00」にお願いします。

◆解散時間：4月4日以外帰宅する日＝「16：00～16：30」

最終日4月4日（土）＝「15：00～16：00」

<場所> 後述（「10, 集合解散場所」）

- 活動場所の様子・雰囲気、お子様の現地での活動の様子など、実際に保護者様に見ていただく、ということをお願いしておりますので、大変お手数おかけしますが**現地集合・現地解散**をお願いしております。ご了承ください。
- 公共の交通機関はありません。自家用車でお越しください。
- 当日キャンセルや遅刻の場合はあぶくまエヌエスネット電話番号（後述）に必ずご連絡ください。
- 途中帰宅の場合、解散時間・場所はプログラムの流れに応じて変わることがあります。その際は電話でご相談させていただきます。

### **4. 参加会費・払い込み方法：**

※払い込み締切について 3月15日までにお振込をお願いいたします。

金額／（宿泊費、食費、指導費、保険料、など）

【5泊6日】6,000円×6日間＝36,000円

【4泊5日】6,000円×5日間＝30,000円

【3泊4日】6,000円×4日間＝24,000円

【2泊3日】6,000円×3日間＝18,000円

上記の金額を下記宛にお振込みください。なお、恐れ入りますが手数料はご負担ください。

■ゆうちょ銀行の窓口またはATMからの場合

記号／02220—6

番号／143879

加入者名／一般社団法人 あぶくまエヌエスネット

カナ／ シヤ) アブクマエヌエスネット

加入者払込店／ 鮫川

■ゆうちょ以外の金融機関からの場合

店名／二二九

預金種目／当座

口座番号／0143879

## 5. 健康調査についてと事前提出のお願い：初参加のお子さんは必ずご提出

をお願いします。 なお、リピーターのお子さんは、スタッフが把握すべき特記事項があればメールにてお知らせください。■健康調査 Google フォーム：  
<https://docs.google.com/forms/d/1ta5Fm1LHtz-r-3CQArB8nUX3jPvebdCiYu0j-aDFqhU/edit>

※健康調査提出締切について 3月20日までに記載し、右角にある「送信」をクリックして下さい。

兄弟参加でもお一つずつ記載し送信をお願いします。御手数をおかけします。

## 6. キャンセルについて：

わかり次第ご連絡ください。下記のキャンセル料を申し受けます。

入金後から当日の15日前まで：事務手数料 2,000 円

当日の14日前から8日前まで：参加会費 30%+事務手数料 2,000 円

当日の7日前から3日前まで：参加会費 50%+事務手数料 2,000 円

2日～当日以降・不連絡：参加会費 100%

## 7. 持ち物：

保護者がすべて準備するのではなく、子ども自身が必ず準備に関わるようにしましょう。

荷物にはすべて（靴下一足、タオル1枚にも）お名前を記入してください。

忘れ物ゼロ大作戦にご協力をお願いします。

### <持ちものリスト>

かばん	ポストンバックやトランク等、大きく開くものが便利です。
帽子・手袋	防寒できる温かい物
長袖シャツ	泊数分
長袖フリース	1枚 防寒のため（※高原のため朝晩や曇天時は冷えます。必ずご用意ください。）
長ズボン	2着程度
就寝時の洋服	パジャマやジャージ上下など
靴下、下着	泊数分+予備 靴下は長めが良いです。
ジャンパー 防寒性ズボン	野外で遊ぶ、活動する際に着ます。防寒、防水のできる上下服装がベストです。

タオル	2～3枚
バスタオル	1枚 シャンプーやリンス等は不要
歯磨きセット	
洗濯ネット	4泊以上のお子さんで下着、シャツなどの乾きやすい衣類は洗濯します。
ビニール袋	3～4枚程度（汚れた服を入れるなどして使います）
料理セット	エプロン、マスク、バンダナ
長ぐつ	農作業、小川で使用します
上履き	体育館やウォールクライミングで使用します
予備の靴	
筆記用具	

### <初日の受付時にお預かりするもの>

お箸	ケースは不要
コップ	プラスチックやステンレスのもの（※割れるものはご遠慮ください。）
おやつ	参加日数×100円分程度（※飴やガムはご遠慮ください。）
お小遣い	外出時に飲み物やアイスクリームなどを買うことがあります。 金額の目安は、泊数×200円程度 ※売店や自販機を利用するため小銭をご用意ください。
常備薬	自己管理できる場合も必ず服用の方法を書いたものを用意してスタッフにお渡しください
その他	「あしあと記録」お持ちのお子さんのみ

### <必要があれば持ってきてほしいもの>

酔い止め薬	乗り物酔いする方。飲みなれているもの
生理用品	活動中に初潮になる可能性がある場合もお持ちください
ルームソックスもしくはルームシューズ	（足先を保温できる物があると寒くなく、室内でも快適に過ごせます。）

### <不要なもの>

・水筒やペットボトル ・ゲーム機など一人遊び用品 ・保険証の写し ・スマホ

- ・貴重品類（カメラや腕時計など）

## 8. その他の注意点：

- ・ 貴重品の紛失や破損の責任は負いません。
- ・ 忘れものについて、活動終了後に連絡のあったものは着払いで郵送します。連絡のないものはひと月後に処分します。
- ・ 活動時期の気温／朝晩マイナス0～マイナス5℃、日中5～10℃前後
- ・ 放射線の空間線量／0.07～0.08μs程度
- ・ 活動中の写真は活動紹介等でチラシやウェブで使用することがあります。不都合がある場合には事前にお申し出ください。
- ・ 1日の活動報告を、当団体ブログ「あぶくま日記」（下記 URL 参照）にて、その日の夜7時以降に更新しております。ぜひご覧ください。

## 9. 主催、連絡先：

団体名：一般社団法人 あぶくまエヌエスネット

所在地：〒963-8403 福島県東白川郡鮫川村赤坂東野字葉貫57

連絡先：〔電話〕0247-48-2508 〔FAX〕050-3730-7788 〔Eメール〕abukum@basil.ocn.ne.jp

〔ホームページ〕<http://abukumansnet.org/>

〔ブログ【あぶくま日記】〕<http://abukma.seesaa.net/>

あぶくまエヌエスネット



- ・ 宿泊場所は、あぶくまエヌエスネットの敷地内にある「体験民宿 WARERA 元氣倶楽部 田舎体験の家」（住所や連絡先はあぶくまエヌエスネットと同じ）。古民家を改装した建物です。就寝時は寝袋（貸出）です。
- ・ ご不明な点や不安なことなどあれば、いつでもお気軽にお問い合わせください！

## 10. 病気、怪我について

- ・ 病院にかかる必要な事態が発生したときは、事前に電話で状況をお伝えします。その上で受診するようにします。受診後にも連絡をいたします。受診料が発生したときは一時立て替えをいたします。お迎えの時に清算をお願いいたします。

## 11. 集合解散場所：

ホームページからも確認出来ます。<http://abukumansnet.org/abukumansnet/access.html>

一般社団法人 あぶくまエヌエスネット

住所／〒963-8403 東白川郡鮫川村赤坂東野字葉貫 57

電話／0247-48-2508 進士携帯／080-1819-9597

- カーナビ入力では道向かいの鮫川村宿泊施設「ほっとはうす・さめがわ」  
※ただし、ほっとはうす・さめがわは当団体とは別施設であり駐車は不可です。
- (何度もクレームがきておりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。)
- 国道 349 号から曲がるところに、「ぼんた山元気楽校」と書かれた黄色いのぼり (写真) が立っていますので目印にしてください。

