



20分



17分

20分



17分



30分

25分



30分

25分



25分

30分



30分

25分



35分



35分



35分



35分



35分



国立磐梯青少年交流の家
 磐梯山登山③MAP
 猪苗代スキー場往復コース
 交流の家TEL:0242-62-2530



15分

15分

20分

20分

40分

40分

活動プログラム（アクティビティマニュアル）



1. 磐梯山登山①（八方台登山口往復コース）

（活動時間の目安：8時間）

概要	山頂の高さが 1800m でスタート地点の八方台登山口の標高が 1200m なので、山頂との標高差は約 600m の高低差が少ないコースです。晴天時には山頂から猪苗代湖が一望できます。			
ねらい	集団で自然体験活動をすることで生きる力や自己有用感を育むとともに、心身の健康を図ります。			
条件	対象	小学 5 年生～	人数	制限はないが 1 クラスに 1 名の引率者が必要
	時期	6 月～ 9 月	実施判断	雷注意報時は中止
準備物	交流の家（貸出物品）	団体（準備物）		個人（準備物）
	☐ 熊鈴 ☐ 地図・登山マップ ☐ 方位磁針 ☐ トランシーバー（研修指導員用）	☐ 救急セット ☐ 登山計画書 ☐ 非常時用簡易トイレ ☐ 非常用水・非常食 ☐ 携帯電話・時計		☐ デイパック ☐ 長袖・長ズボン ☐ 帽子・水筒（水 1 ℓ 以上） ☐ 雨具
登山ルート	 ① 八方台登山口（登山ポストがある） ② 広い尾根（休憩箇所） ③ 中の湯（火山性ガスが出ているので長居しない） ④ 桧原湖展望台（休憩箇所） ⑤ 鎖場（くさりば：崖に注意） ⑥ 弘法清水（こうぼうしみず）（休憩箇所・山小屋と簡易トイレ有り） ⑦ 磐梯山山頂（休憩箇所）			

引率者の役割	団体責任者	・研修指導員との事前打合せと当日の実施判断・中断の決定をします。 ・交流の家に下記4地点で連絡を行います。 (登山前の八方台登山口・弘法清水小屋・頂上・下山後の八方台登山口)
	グループ責任者	・出発前と活動中及び到着後の人数の把握と健康状態の確認をします。 ・研修指導員からの指示や注意事項などを参加者に伝えます。 (学校では担任が一般的)
	救急係	救急セットの携帯と応急手当をします。
	本部係	交流の家又は登山口で緊急車両を用意して待機し、途中下山者対応に備えます。
研修指導員の役割		・活動当日の朝に交流の家で団体責任者と打合せをします。 ・登山口で参加者に安全面についての説明をします。 ・活動中は道案内や危険個所で状況に応じた指示を出します。 ・下山後に交流の家で団体責任者と振り返りをします。
交流の家職員の役割		・物品の貸出しや回収を行います。 ・団体責任者からの連絡を受け取ります。 ・当日の朝の打合せ、下山後の振り返りの進行を行います。
引率者確認事項		【施設入所前】 ・登山ルートと時間配分の確認をします。登山日の活動をゆとりのある計画にしてください。 ・入所40日前までに指導員依頼(活動日程表の提出)をします。目安は1クラスに対して指導員1名となります。 ・登山当日までに日程・登山形態(安全管理・留意事項欄参照)を計画して登山計画書(届)を2部作成します。(登山ポスト又は猪苗代警察署用に1部、交流の家用に1部) ・事前に役割分担や参加者への指導(安全指導、装備確認)などを行います。 ・活動日の天候等により登山を中止する場合は登山前日の16時までに交流の家に連絡をします。 【施設入所後】 ・交流の家に登山計画書(届)を1部提出します。 ・登山時の持ち物や実施判断についての確認をします。食堂で弁当を注文した場合は、受け渡し場所や時刻も確認します。

引率者確認事項

【登山当日～登山口到着】

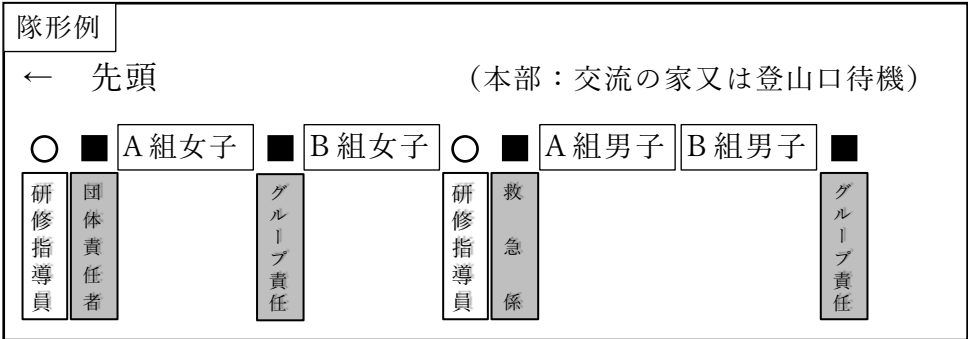
- ・団体責任者は研修指導員と7時45分に事務室にて実施の判断をします。登山判断基準は下記表のとおりです。実施決定後に打合せを行います。
- ・判断基準に該当する天候の場合は、安全管理上登山の実施を中止としています。また安全確保のために登山の途中で下山する場合があります。

警報または注意報	大雨	強風	雷
	大雪	暴風	火山
降水量	5mm/h以上		
風速	10m/s以上		
その他	著しく気象の変化がある		
	利用者からの中止の申し入れ		
	交流の家として中止と判断したとき		

- ・団体と研修指導員は団体の車両で八方台登山口に移動します。
- ・登山口到着後にグループ責任者は参加者の人数と体調の確認・把握をします。貸出物品を参加者に渡します。
- ・グループ責任者は参加者の態勢を整え、研修指導員の説明（主に安全面について）を参加者と一緒に聞きます。

【登山中】

- ・登山隊形については、引率者の配置は先頭に1名（団体責任者）～中継1名以上～後尾1名としてください。（下記例参照）



- ・グループ責任者は参加者のコースの逸脱、石を蹴る、走る、研修指導員の説明を聞かないなどの危険行為がないように指導してください
- ・グループ責任者は休憩時などに参加者の点呼と健康観察を行います。また、研修指導員と適宜相談をして安全に活動できるように参加者を指導します。
- ・グループ責任者は水分補給を徹底させ、熱中症対策を講じてください。
- ・グループ責任者はペースが遅くなった参加者がいた場合に研修指導員と団体責任者へ状況を伝えて、指示を仰ぎます。
- ・団体責任者は傷病者が発生した場合に救急係に応急手当の指示を出し、研修指導員と相談して登山継続か下山するかを判断します。下山する場合は本部係とグループ責任者に指示を出すなど傷病者対応をします。また、天候の急変その他の事情が発生した場合は研修指導員と相談して、

	途中下山の判断と指示を出します。 【下山後】 ・グループ責任者は参加者の人数と体調の確認をします。 ・グループ責任者は貸出物品を事務室に返却します。 ・団体責任者は事務室で研修指導員と振り返りを行います。
その他 留意事項	・研修指導員の都合によりご希望の人数が手配できない場合があります。 ・参加者は植物や樹木などを採集せずに、ごみは持ち帰ってください。 ・参加者は森の中など虫が出る所が多くありますので、虫に刺されない対策（虫よけスプレー、長袖長ズボン）をしてください。

2. 磐梯山登山②（猪苗代スキー場～八方台登山口コース）
（活動時間の目安：約7時間）



概要	夏季登山リフトを利用することにより、標高 1100m まで約 30 分で進むことができます。リフト降り場から猪苗代湖を一望できるとともに、道中では岩肌がむき出しになった磐梯山の裏側を眺めることもできます。 往路（登り）と復路（下り）で見る景色が異なるため、登山の楽しさが増加します。			
ねらい	集団で自然体験活動をすることで生きる力や自己有用感を育むとともに、心身の健康を図ります。			
条件	対象	小学5年生～	人数	20名以上で実施可能 1クラスに1名の引率者が必要
	時期	7月～10月	実施判断	雷注意報時は中止
準備物	交流の家（貸出物品）		団体（準備物）	個人（準備物）
	☐ 熊鈴 ☐ 地図・登山マップ ☐ 方位磁針 ☐ トランシーバー（研修指導員用）		☐ 救急セット ☐ 登山計画書 ☐ 非常時用簡易トイレ ☐ 非常用水・非常食 ☐ 携帯電話・時計	☐ デイバック ☐ 長袖・長ズボン ☐ 帽子、水筒（水1ℓ以上） ☐ 雨具
登山ルート	 ①第一リフト乗車口 ②第二リフト降車口 ③沼ノ平（休憩箇所） ④弘法清水（休憩箇所・山小屋と簡易トイレ有り） ⑤磐梯山山頂（休憩箇所） ⑥中の湯（火山性ガスが出ているので長居しない） ⑦八方台登山口			

引率者の役割	団体責任者	・研修指導員との事前打合せと当日の実施判断・中断の決定をします。 ・交流の家に下記4地点で連絡を行います。 (猪苗代スキー場・弘法清水小屋・頂上・下山後の八方台登山口)
	グループ責任者	・出発前と活動中及び到着後の人数の把握と健康状態の確認をします。 ・研修指導員からの指示や注意事項などを参加者に伝えます。 (学校では担任が一般的)
	救急係	救急セットの携帯と応急手当をします。
	本部係	交流の家又は登山口で緊急車両を用意して待機し、途中下山者対応に備えます。
研修指導員の役割		・活動当日の朝に交流の家で団体責任者と打合せをします。 ・登山口で参加者に安全面についての説明をします。 ・活動中は道案内や危険個所で状況に応じた指示を出します。 ・下山後に交流の家で団体責任者と振り返りをします。
交流の家の職員の役割		・物品の貸出しや回収を行います。 ・団体責任者からの連絡を受け取ります。 ・当日の朝の打合せ、下山後の振り返りの進行を行います。
引率者確認事項		【施設入所前】 ・登山ルートと時間配分の確認をします。登山日の活動をゆとりのある計画にしてください。 ・入所40日前までに指導員依頼(活動日程表の提出)をします。目安は1クラスに対して指導員1名となります。 ・登山当日までに日程・登山形態(安全管理・留意事項欄参照)を計画して登山計画書(届)を2部作成します。(登山ポスト又は猪苗代警察署用に1部、交流の家用に1部) ・事前に役割分担や参加者への指導(安全指導、装備確認)などを行います。 ・活動日の天候等により登山を中止する場合は登山前日の16時までに交流の家に連絡をします。 【施設入所後】 ・交流の家に登山計画書(届)を1部提出します。 ・登山時の持ち物や実施判断についての確認をします。食堂で弁当を注文した場合は、受け渡し場所や時刻も確認します。

引率者確認事項

【登山当日～登山口到着】

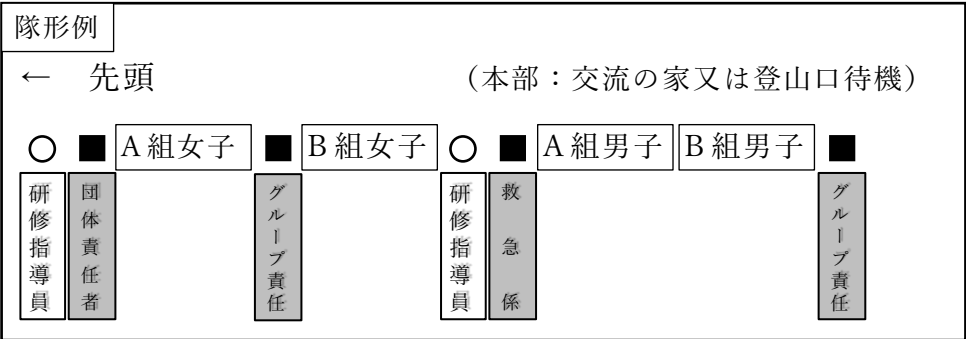
- ・団体責任者は研修指導員と7時45分に事務室にて実施の判断をします。登山判断基準は下記表のとおりです。実施決定後に打合せを行います。
- ・判断基準に該当する天候の場合は、安全管理上登山の実施を中止としています。また安全確保のために登山の途中で下山する場合があります。

警報または注意報	大雨	強風	雷
	大雪	暴風	火山
降水量	5mm/h以上		
風速	10m/s以上		
その他	著しく気象の変化がある		
	利用者からの中止の申し入れ		
	交流の家として中止と判断したとき		

- ・団体と研修指導員は団体の車両で八方台登山口に移動します。
- ・登山口到着後にグループ責任者は参加者の人数と体調の確認・把握をします。貸出物品を参加者に渡します。
- ・グループ責任者は参加者の態勢を整え、研修指導員の説明（主に安全面について）を参加者と一緒に聞きます。

【登山中】

- ・登山隊形については、引率者の配置は先頭に1名（団体責任者）～中継1名以上～後尾1名としてください。（下記例参照）



- ・グループ責任者は参加者のコースの逸脱、石を蹴る、走る、研修指導員の説明を聞かないなどの危険行為がないように指導してください
- ・グループ責任者は休憩時などに参加者の点呼と健康観察を行います。また、研修指導員と適宜相談をして安全に活動できるように参加者を指導します。
- ・グループ責任者は水分補給を徹底させ、熱中症対策を講じてください。
- ・グループ責任者はペースが遅くなった参加者がいた場合に研修指導員と団体責任者へ状況を伝えて、指示を仰ぎます。
- ・団体責任者は傷病者が発生した場合に救急係に応急手当の指示を出し、研修指導員と相談して登山継続か下山するかを判断します。下山する場合は本部係とグループ責任者に指示を出すなど傷病者対応をします。また、天候の急変その他の事情が発生した場合は研修指導員と相談して、

	途中下山の判断と指示を出します。 【下山後】 ・グループ責任者は参加者の人数と体調の確認をします。 ・グループ責任者は貸出物品を事務室に返却します。 ・団体責任者は事務室で研修指導員と振り返りを行います。
その他 留意事項	・研修指導員の都合によりご希望の人数が手配できない場合があります。 ・参加者は植物や樹木などを採集せずに、ごみは持ち帰ってください。 ・参加者は森の中など虫が出る所が多くありますので、虫に刺されない対策（虫よけスプレー、長袖長ズボン）をしてください。

3. 磐梯山登山③（猪苗代スキー場往復コース）

（活動時間の目安：約4時間）



概要	標高 1427m の磐梯山二合目を目指すコースです。夏季登山リフトを利用することにより、標高 1100m まで 20 分、リフト降り場から磐梯山二合目まで約 1 時間で進むことができます。また、下りでもリフトを利用することにより、疲れた体を癒しながら目の前に広がる猪苗代湖を楽しむことができます。			
ねらい	集団で自然体験活動をする中で生きる力や自己有用感を育むとともに、心身の健康を図ります。			
条件	対象	小学 5 年生～	人数	制限はないが 1 クラスに 1 名の引率者が必要
	時期	山開き後～ 9 月	実施判断	雷注意報時は中止
準備物	交流の家(貸出物品)	団体(準備物)	個人(準備物)	
	☐ 熊鈴 ☐ 地図・登山マップ ☐ 方位磁針 ☐ トランシーバー(研修指導員用)	☐ 救急セット ☐ 登山計画書 ☐ 非常時用簡易トイレ ☐ 非常用水・非常食 ☐ 携帯電話・時計	☐ デイバック ☐ 長袖・長ズボン ☐ 帽子、水筒(水 1ℓ 以上) ☐ 雨具	
登山ルート	 ① 第一リフト乗車口 ② 第二リフト乗車口(トイレ有り) ③ 第二リフト降車口 ④ 磐梯山二合目(休憩箇所) 本地図は、地理院地図を加筆・修正して作成しました。			

引率者の役割	団体責任者	・研修指導員との事前打合せと当日の実施判断・中断の決定をします。 ・交流の家に下記3地点で連絡を行います。 (猪苗代スキー場・頂上・下山後の猪苗代スキー場)
	グループ責任者	・出発前と活動中及び到着後の人数の把握と健康状態の確認をします。 ・研修指導員からの指示や注意事項などを参加者に伝えます。 (学校では担任が一般的)
	救急係	救急セットの携帯と応急手当をします。
	本部係	交流の家又は登山口で緊急車両を用意して待機し、途中下山者対応に備えます。
研修指導員の役割		・活動当日の朝に交流の家で団体責任者と打合せをします。 ・登山口で参加者に安全面についての説明をします。 ・活動中は道案内や危険個所で状況に応じた指示を出します。 ・下山後に交流の家で団体責任者と振り返りをします。
交流の家職員の役割		・物品の貸出や回収を行います。 ・団体責任者からの連絡を受け取ります。 ・当日の朝の打合せ、下山後の振り返りの進行を行います。
引率者確認事項		【施設入所前】 ・登山ルートと時間配分の確認をします。登山日の活動をゆとりのある計画にしてください。 ・入所 40 日前までに指導員依頼（活動日程表の提出）をします。目安は1クラスに対して指導員1名となります。 ・登山当日までに日程・登山形態（安全管理・留意事項欄参照）を計画して登山計画書（届）を2部作成します。（登山ポスト又は猪苗代警察署用に1部、交流の家用に1部） ・事前に役割分担や参加者への指導（安全指導、装備確認）などを行います。 ・活動日の天候等により登山を中止する場合は登山前日の16時までに交流の家に連絡をします。 【施設入所後】 ・交流の家に登山計画書（届）を1部提出します。 ・登山時の持ち物や実施判断についての確認をします。食堂で弁当を注文した場合は、受け渡し場所や時刻も確認します。

引率者確認事項

【登山当日～登山口到着】

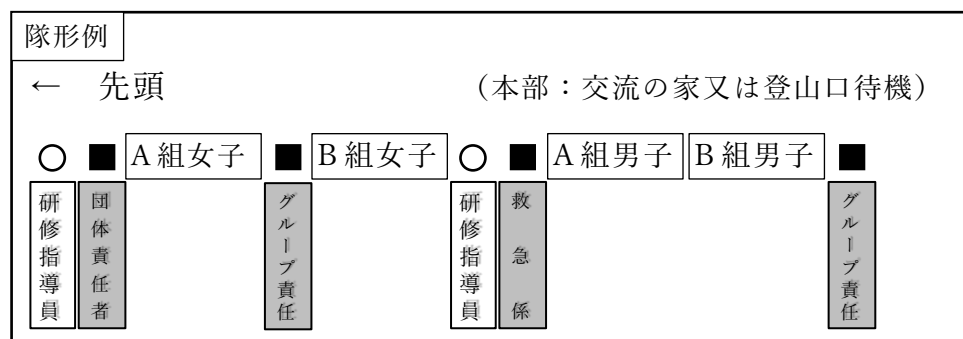
- ・団体責任者は研修指導員と7時45分に事務室にて実施の判断をします。登山判断基準は下記表のとおりです。実施決定後に打合せを行います。
- ・判断基準に該当する天候の場合は、安全管理上登山の実施を中止としています。また安全確保のために登山の途中で下山する場合があります。

警報または注意報	大雨	強風	雷
	大雪	暴風	火山
降水量	5mm/h以上		
風速	10m/s以上		
その他	著しく気象の変化がある		
	利用者からの中止の申し入れ		
	交流の家として中止と判断したとき		

- ・団体と研修指導員は団体の車両で八方台登山口に移動します。
- ・登山口到着後にグループ責任者は参加者の人数と体調の確認・把握をします。貸出物品を参加者に渡します。
- ・グループ責任者は参加者の態勢を整え、研修指導員の説明（主に安全面について）を参加者と一緒に聞きます。

【登山中】

- ・登山隊形については、引率者の配置は先頭に1名（団体責任者）～中継1名以上～後尾1名としてください。（下記例参照）



- ・グループ責任者は参加者のコースの逸脱、石を蹴る、走る、研修指導員の説明を聞かないなどの危険行為がないように指導してください
- ・グループ責任者は休憩時などに参加者の点呼と健康観察を行います。また、研修指導員と適宜相談をして安全に活動できるように参加者を指導します。
- ・グループ責任者は水分補給を徹底させ、熱中症対策を講じてください。
- ・グループ責任者はペースが遅くなった参加者がいた場合に研修指導員と団体責任者へ状況を伝えて、指示を仰ぎます。
- ・団体責任者は傷病者が発生した場合に救急係に応急手当の指示を出し、研修指導員と相談して登山継続か下山するかを判断します。下山する場合は本部係とグループ責任者に指示を出すなど傷病者対応をします。また、天候の急変その他の事情が発生した場合は研修指導員と相談して、

	途中下山の判断と指示を出します。 【下山後】 ・グループ責任者は参加者の人数と体調の確認をします。 ・グループ責任者は貸出物品を事務室に返却します。 ・団体責任者は事務室で研修指導員と振り返りを行います。
その他 留意事項	・研修指導員の都合によりご希望の人数が手配できない場合があります。 ・参加者は植物や樹木などを採集せずに、ごみは持ち帰ってください。 ・参加者は森の中など虫が出る所が多くありますので、虫に刺されない対策（虫よけスプレー、長袖長ズボン）をしてください。