

# ナイトハイク 夜のコミュニティー

## プログラムの概要・ねらい

暗闇の中で人数を変えながら歩き、人の温かさ、つながりを感じる。

自然の色、音、におい、暖かさ、光を感じて、仲間とその感覚を分かち合う。生きもの達の世界を体験する。目で見えるものが少なくなる分、普段使うことが少ない他の感覚を使う。

|                                                                      |                     |               |                      |
|----------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------|----------------------|
| 場所                                                                   | 静かな森（野外活動ゾーン、権現森など） | 4 質の高い教育をみんなに | 7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに |
| 時間                                                                   | 1時間～2時間             | 15 陸の豊かさも守ろう  | 16 平和と公正をすべての人に      |
| 値段                                                                   | 無料                  |               |                      |
| 季節                                                                   | 年間（あまり寒くない季節が望ましい）  |               |                      |
| 人数                                                                   | 何人でも（4～8人で1グループ）    |               |                      |
| <b>準備物</b><br><b>【利用者】</b> 季節に合わせた服装、懐中電灯、救急用品<br><b>【自然の家】</b> 特になし |                     |               |                      |

## ①準備

歩くコースについて指導者は、事前に十分な下見、調査をする必要がある。

代表者ミーティングで事前に同時実施団体・学校とコースの確認を行う。

## ②実施の流れ

### 【時間】

- 0:00 コースを説明し、ポイントを何カ所か決める。最初のポイントまでは、1名で歩く。
- 0:20 次のポイントまでは、2名（1グループの1/4）で歩く。
- 0:40 次のポイントまでは、4名（1グループの半分）で歩く。
- 1:00 最後まで、8名（1グループ）で歩く。
- 1:20 歩く人数が変わることで、感じたことを発表し合う。
- 1:40 終了



- ・このプログラムは、人がいてくれることのありがたさに気付くことを目的としている。人数が増えると安心感が増し、恐怖心が薄れることに子どもたちが気付くよう、振り返り（感想を聞く等）を行うとよい。

- ・肝試しではないので、脅かししたりしない。また、騒々しい雰囲気にならないよう指導する。

（「夜＝怖い」といった間違った価値観を植え付けないようにする）

※注意が必要な動植物があるので確認し、スズメバチや毒ヘビ等に遭遇した場合の注意を徹底する。

（別紙 注意が必要な動植物参照）

- ・実施する時期によって虫除け、防寒を行う。
- ・懐中電灯は持たせても持たせなくても構わない。
- ・武峯神社をコースとし、行きと帰りで人数を変え、その違いを感じるといったプログラム展開も可能である。

※施設外で活動する場合、近隣に民家があるので、大声で騒がない。

※施設外に出る場合は、門を開けたら必ず閉める。

## ③後片付け

特になし

# 所内 ナイトハイク・ナイトハント用 コース例

