

黒松内校・いぶり校・札幌まるやま校・東川校 合同企画

第15回 太平洋～日本海 を目指せ

40 & 20kmウォーク!



日本海めざしてスタート!

40km&20kmゴール!
日本海・寿都湾(寿都町)

さっぽろ ●

ひがしかわ←

●黒松内
ぶなの森自然学校 ●とまこまい

40kmスタート!
太平洋・静狩浜(長万部町)

ついに15年目を迎える「40km&20kmウォーク」!
今年も、黒松内校・いぶり校・札幌まるやま校・東川校の合同で開催!
太平洋の静狩浜から日本海の寿都湾まで40kmの道のりを1日で歩きます。
また、年長さんから低学年向けの体力に合わせた20kmウォークも実施します。
景色を楽しみながら歩くもよし! 自分の記録に挑戦するもよし!
頑張った後は温泉♨とキッチンまり子の美味しいごはんが待ってるよ。
大人も子どももみんなで日本海のゴールを目指して歩きましょう!



20kmスタート!
黒松内道の駅

20kmウォークも
がんばるぞ!

スタート地点とゴール地点、
それぞれの砂を
半分ずつ一つのボトルに。
全部歩ききった人だけ
がもらえるお土産です。

昨年の様子

毎年違ったドラマが生まれるこのキャンプ。
歩いた人にしかわからない思い出が詰まっています。



頑張るみんなに
励ましのメッセージを



雨がふっても
元気に歩く!



暗い中ゴール!



イエティくらぶ 黒松内校・いぶり校・札幌まるやま校・東川校 10月

■日程：10月8日(土)～10日(月・祝) 2泊3日 ■対象：年長～一般まで

■定員：50名(いぶり校：定員8名、黒松内校・札幌まるやま校・東川校合わせて定員42名)

- 参加費：(非会員はそれぞれ1,000円増、参加費は保険料、施設利用料、温泉入浴料、食事代6食分を含む)
- 黒松内校・札幌まるやま校 (札幌駅集合解散)：中学生以下15,500円、大人11,500円(交通費込み)
- 黒松内校 (黒松内町現地集合解散)：中学生以下10,000円、大人 6,000円(交通費込み)
- いぶり校 (苫小牧・登別・室蘭方面集合解散)：中学生以下15,500円、大人11,500円(交通費込み)
- 東川校 (JR旭川駅集合解散)：中学生以下15,500円、大人11,500円

※東川校の参加費について1)別途 札幌・旭川JR往復代が必要になります。小学生2,540円、大人5,080円。集合時に購入いただきます。
2)帰りはJRの混雑が予想されますので、指定席の利用を予定しています。指定料金：小学生260円、中学生・大人510円をご用意ください。



黒松内
ぶなの森自然学校
の校舎で宿泊

黒松内 ぶなの森自然学校

〒048-0127

北海道寿都郡黒松内町南作開76

TEL 0136-77-2012/ FAX 0136-77-2020

※土日、祝日もOK お気軽にご連絡ください

(URL) http://www.d2.dion.ne.jp/~buna_ns/(担当)大類chiko.roui@neos.gr.jp



◆イエティ豆知識◆

40kmってどれくらい?
札幌～小樽までが約40km。
50m走を800回走ると40km。

■参加費、振込先について

「イエティくらぶ」は会員制の自然学校です。参加費の他に以下の会費が必要となります。

※年会費 1,000円(通信費、印刷費などの実費です。) ※入会金 2,000円(新規お申し込みの方は入会金が必要となります)

※兄弟・姉妹割引、お1人につき500円引き。(例えば、まるやま校の会員の兄弟2人で参加する場合 15,500円×2名-500円×2名=30,000円)

※非会員の方は表面に記載してある参加費より1,000円増しとなります。

参加費は、事前に下記の口座にお振込ください。

北海信用金庫 黒松内支店 普通 0545414 **ぶなの森自然学校 運営委員長 高木晴光**

■集合・解散

集合 10/ 8(土)
[いぶり校] 13:00 苫小牧 錦岡・トライアル駐車場集合 14:00 亀田公園集合→14:30 モル工中島集合→16:30黒松内着
[黒松内・まるやま校/札幌駅集合] 13:00JR札幌駅北口 鐘の広場集合→16:30黒松内着
[東川校] 10:30 JR旭川駅 東改札前集合→スーパーカムイ18号 11:00 旭川駅発 →12:25 JR札幌駅着→黒松内・まるやま校と合流→16:30黒松内着
解散 10/10(月・祝)
[いぶり校] 12:30 黒松内発→14:30 モル工中島着 →15:00 亀田公園着→16:00 苫小牧・三星着
[黒松内・まるやま校/札幌駅解散] 12:00 黒松内発→16:00 JR札幌駅北口 鐘の広場解散
[東川校] 12:00 黒松内発→16:00 札幌駅着→スーパーカムイ27号 16:30札幌駅発 →17:55 旭川駅着 →18:10 JR旭川駅 東改札前解散

■スケジュール

1日目 10/ 8(土) 集合
16:30 ぶなの森自然学校着・始まりの会
18:00 夕食(お弁当はいりません)
19:00 オリエンテーション(当日の説明・準備)
21:00 消灯・就寝(早めに休みます)
2日目 10/ 9(日) いざ、本番!
5:30 朝食 6:00 自然学校出発
7:00 太平洋(静狩浜) 40kmスタート!
7:30 黒松内道の駅 20kmスタート!
→日本海(寿都湾)ゴール→温泉→夕食
3日目 10/10(月・祝) 解散
8:00 朝食
ゆったり選択プログラム、片付け、掃除
11:00 記録証授与式・帰りの会
11:30 昼食 12:00 解散

イエティくらぶ 10月 持ち物リスト

■小さいリュックに入れるもの

チェック	持ち物	備考
	1日目昼のお弁当	※東川校のみ
	水筒	移動中に車内で飲む飲み物を入れてください。ウォーク当日も使うので1ℓ程度、無ければ大きめのもの推奨。
	おやつ	200円まで(ガムは不可)
	ハンカチ・ティッシュ	手洗いの後の手拭用
	保険証のコピー	封筒・ふくろに入れてください
	その他	自分が必要と思うもの

■大きいリュック、かばんに入れるもの

チェック	持ち物	備考
	歩きやすい服装	動きやすく、汚れても良い服。乾きやすい化繊がおすすめ。(Tシャツ+上下ジャージなど)
	帽子	つばがあるもの。
	歩きやすい靴	サイズが合っている履きなれた靴。(新品の靴だと靴ずれをするので注意)
	靴下	当日履く用、雨で着替える用、温泉後用の3セット。
	雨具	上下分かれている物が望ましい。水が染み込むウインドブレーカーは不可。
	温泉道具+着替え	名前を書いた袋に一式揃えてください。シャンプーなどは備え付けがあります。
	タオル	汗ふき用タオル1枚、温泉用タオル1枚 計2枚。
	バスタオル	温泉後に使います。温泉道具と一緒に入れてください。
	トイレトペーパー	歩いている途中のトイレの際に使います。
	上靴	学校の中で履きます。スリッパは避けてください。
	寝袋	自然学校では、敷き布団の上に寝袋を敷いて寝ます。
	防寒着	パーカー・フリースなどの長袖の防寒着。(朝晩冷え込むことがあります。)
	食器セット	割れない材質(どんぶり2、お皿、はし、スプーン、コップ) ※名前を書いた袋に入れる。
	懐中電灯かヘッドライト	予備電池も。夜トイレに起きる時や暗い道を歩く時などに必要です。
	ビニール袋	レジ袋など2~3枚。汚れた服を入れるなど
	歯磨きセット	
	持病薬など	必要があれば

《注意事項》

※すべてのものに名前をつけてください!(リュックにもネームプレートなどがあれば便利です。)

※リュックに入れるときは、自分で確認しましょう! ※携帯型ゲーム(DS)など1人で遊べる物は持込み禁止です

※持ち物は大きいリュックと小さいリュックに分けて入れましょう。

◆注意事項◆

- ① 出発日に悪天候が予想される場合、プログラムを中止することがあります。その際には出発時刻の2時間前にお電話を差し上げます。この場合は、参加料は全額お返し致します。また、現地の天候や自然状態により、同行するスタッフの判断にて計画を変更することもあります。この場合は、原則として参加料の返還は致しません。
- ② キャンセル料につきましては、お申し込みの都合による取り消しの場合は、以下取り消し料をお支払い頂きます。
 <プログラムの前日>参加費の50%/プログラムの当日:参加費の100%>返金の際には、振り込み手数料を差し引いてお振込みいたします。予めご了承下さい。
- ③ 安全については万全を期しますが、イエティくらぶは野外での活動ですので傷や捻挫などのケガを負う場合があります。同行するスタッフの指示に従い、参加者各自が十分な安全に対する注意をしてください。万が一行動中に病気やケガが発生した場合は、症状・状況に応じて同行スタッフの判断で対応致します。尚、スタッフは応急救護の訓練を受けた有資格者です。また参加者の方々には、参加費の中から(財)スポーツ安全協会の「普通傷害保険」に加入致しますので、この保険の限度額にて対応させて頂きます。
- ④ 活動中に撮影した写真は本人及び保護者の許可なく報告書や広報物、紙面上等の利用、参加者への配布等をさせて頂くことがありますので、予めご了承下さい。写真利用の差し控えのご要望がございましたら、申込み時にその旨ご連絡下さい。