

「できない」が「できたよ」の笑顔にきっと変わる！

はじめての おとまり

からだ へん
体づくり編



みんなといっしょ！
だからがんばれる！



令和4年12月10日(土)～11日(日)



会場：ネイパル厚岸(体育館)



対象：小学1年生・2年生



定員：20名



申込締切：11月30日(水)

※ 定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。



これまでの主催事業も
Instagramで配信中
こちらから👉

【お申込み・お問合せ】

北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル厚岸
厚岸町愛冠6番地 TEL:0153-52-1151

※ 詳細は裏面の開催要項をご覧ください





はじめてのおとまり（体づくり編）開催要項

- 1 趣 旨 親元を離れての宿泊や、運動を通じた集団での活動に参加することにより、新しいことに積極的にチャレンジする姿勢と運動能力を育む。
- 2 主 催 北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル厚岸
- 3 期 日 令和4年12月10日（土）～12月11日（日） 1泊2日
- 4 場 所 北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル厚岸
- 5 参加対象 小学1年生～小学2年生
- 6 申 込
 - ①申込方法：右記のQRコード、又はネイパル厚岸のホームページからお申し込みください。
(インターネット環境のない方は、お電話からお申し込みいただけます。)
 - ②申込締切：11月30日（水）17：00
 - ③参加定員：20名 ※定員を超えた場合は、抽選となります
※抽選結果は12月1日（木）にメールにてご連絡します
※抽選結果と併せて事前のご案内も行います



申込フォーム
回答後、確認メール
が送られます。

7 参加費

単位：円

内 訳	宿泊費	食費	指導料	保険料	合計金額
小学生	450	1,550	1,500	300	3800

※食費は1日目夕食、2日目朝食の2食分となります。

※指導料は、コーディネーション運動・スポーツ体験①②の講師派遣料となります。

※コーディネーション運動とは、**神経系に視点を置いた運動方法で、『動きやすい身体をつくる』『自分の身体を思い通りに動かせるようになる』ことを目的とした運動です。**

※スポーツ体験①②の内容は、1日目での運動レベルを判断しそれに沿ったものとさせていただきます。

8 日 程

	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21		
12/10 (土)				12:30 受付開始 13:00 開会式			受 付	開 会 式	自 己 紹 介 等	準 備 体 操	マ ット 運 動 て つ ぼ う か け っ こ	休 け い	コ ー デ ィ ネ ー シ ョ ン 運 動	ミ ッ シ ョ ン 説 明	夕 食	入 浴 自 由 時 間	就 寝 準 備
12/11 (日)	起 床 ・ 洗 面	朝 食	部 屋 点 検	準 備 体 操	ス ポ ー ツ 体 験 ①	休 け い	ス ポ ー ツ 体 験 ②	休 け い	ま と め	閉 会 式	12:00 解散						

9 持ち物

参加費、マスク、コップ、ハンカチ、上靴、運動に適したかっこう、汗拭きタオル、着替え、筆記用具、洗面・入浴道具（石けん・ボディソープ・シャンプー、タオル等）、保険証（コピー等）、普段使っている薬、その他の活動に必要なもの

※自分の持ち物には必ず名前を書いてください。

※お小遣いはご家族と相談の上、スポーツドリンク代等最小限にしてください。持ってくる場合は自己管理をお願いします。

(紛失等における責任は一切負えません)

※ゲームや携帯電話などは持たせないようにしてください。

10 その他

次の事項をご了承のうえ、お申し込みくださいますようお願いいたします。

- ・個人情報はネイパル厚岸事業の運営にのみ使用します。
- ・事業開催中に撮影した写真や動画を、当施設のホームページ等に掲載させていただくことがあります。
- ・「北海道スタイル」などの新型コロナウイルス感染症防止対策を万全に行い実施いたします。

「北海道スタイル」安心宣言

ネイパル厚岸は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のための「アプの宣言」を実践するとともに、利用者様の安心してお利用いただけるよう、万全の心を大切にいたします。

北海道スタイル

北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル厚岸

(指定管理者 株式会社オカモト)

〒088-1113 厚岸郡厚岸町愛冠 6 番地

TEL 0153-52-1151

FAX 0153-52-1152

HP アドレス <https://okamotopbc.jp/napal-akkeshi/>

