

# キャンプインストラクター養成講習会



(公財) 大阪 YMCA は

日本キャンプ協会  
課程認定団体



Wilderness Education Association  
Japan 団体メンバー



Leave No Trace Japan  
団体エデュケーショナルメンバー です

## 特徴

- ・指導者養成団体が実施する、野外、環境、安全の専門指導者による講習です
- ・事前学習のない3日間の集中講習です
- ・テント泊や炊事、登山などの実践を通じて、組織キャンプ指導者としての知識や技術を身につけます
- ・世界遺産宮島の最高峰弥山 (535m 往復約 9km) に登り、宮島の自然を学び楽しみます
- ・(公社) 日本キャンプ協会キャンプインストラクター資格を取得します\*A
- ・環境倫理プログラム(NPO) Leave No Trace Awareness Workshop 修了証を取得します\*B
- ・野外指導者養成プログラム Wilderness Education Association Outdoor Leader Experience\*<sup>C</sup>を取得します
- ・受講後は救急法やリープノートレイス講習の案内や指導機会の提供、D2、D1 取得への支援をします

## 開催要項 (詳細版)

- 主催：(公財) 大阪 YMCA ウェルネス事業本部  
 後援：(公社) 日本キャンプ協会  
 日時：2024年2月10日(土) 10時受付～12日(祝) 17時終了 2泊3日  
 場所：宮島包ヶ浦自然公園キャンプ場 広島県廿日市市宮島町 Tel. 0829-44-2903  
 対象：キャンプや自然体験活動の指導者を志す18歳以上の方  
 内容：\*A キャンプインストラクター養成 — (公社) 日本キャンプ協会  
 1.理論 キャンプの特性、キャンプの対象、キャンプの指導、キャンプの安全  
 2.実技 様々なアクティビティ、キャンプの生活技術、キャンプの安全  
 \*B アウトドアリーダーエクスペリエンス — (社) Wilderness Education Association Japan  
 国際基準の野外スキル(WEA6+1)の体験と理解 A-2.を通して  
 \*C リープノートレイスアウェアネスワークショップ — (NPO) Leave No Trace  
 リープノートレイスの理解とプログラム体験 事前準備、A-1., 2.,講習全体を通して  
 定員：20名((先着順 最少催行人数6人) 受講料：22,000円  
 内訳) 指導料、装備一式使用料、食材費(昼1・夕2)、消耗品、宿泊費、保険料  
 ※講習中の食事(1日目昼持参弁当、2日目朝、3日目朝、昼)は各自食材持参のソロクッキング  
 テキスト：「キャンプ指導者入門」第5版(公社)日本キャンプ協会編 2,200円  
 諸経費：資格登録には別途15,300円(講習会最後にお支払いいただきます)が必要です  
 内訳) 受験料1,100円、公認料1,100円、登録料1,100円、入会金5,000円、  
 年会費・日本協会3,000円、都道府県協会2,000円、事務手数料2,000円)  
 資格など：すべてのカリキュラムを十分に修了し\*A/すると \*B\*C  
 \*A 修了試験に合格するとキャンプインストラクター資格が取得できます  
 \*B (社) WEAJ の Outdoor Leader Experience に認定され、1年間の WEAJ の準会員の権利(実質5,000円の価値)が得られます  
 \*C (NPO) Leave No Trace 認定の Awareness Workshop 修了証を取得できます  
 資格継続：\*A 資格継続には毎年度の更新が必要です。  
 年会費3,000円+更新料1,000円+税+都道府県協会費2,000円=6,000円+税  
 講師：キャンプディレクター1級, Wilderness Education Association OUTDOOR EDUCATOR,  
 Leave No Trace Master Educator Trainer, MFA MEDIC First Aid® ChildcarePlus Instructor Trainer  
 Wilderness Medicine Training Center Wilderness First Aid Assistant Instructor  
 申込締切：2024年1月12日(金) 17時必着  
 申込方法：専用申込フォームまたはHP(右記QRコード)からお申し込みください  
 キャンセル：キャンセル規定を設けています。ご確認ください  
 問い合わせ：公益財団法人大阪YMCA 電話：078-891-0050(六甲山YMCA)  
 Email：[outdoor-training@osakaymca.org](mailto:outdoor-training@osakaymca.org)



公益社団法人日本キャンプ協会 ビジョン2025

大阪YMCA ウェルネス事業本部は、ビジョン推進事業に賛同し、社会に向けてキャンプのちから(つながる力・たのしむ力・たちむかう力)を力強くアピールしていきます

## キャンプインストラクター養成講習会プログラム

他に例のない、世界遺産「[厳島神社](#)」がある宮島で開催するキャンプ指導者養成講習会です。厳島神社は国宝でもあり、海上の朱塗りの大鳥居は、美しさと共に日本の文化や伝統、歴史を感じます。島の最高峰「弥山（みせん）」山頂周辺には、巨石群が見られ、原生林も保たれ、国特別天然記念物に指定されています。自然・人・文化が調和し、環境を守りながら培われた伝統が垣間見られる環境の中で、キャンプ指導者としての知識や技術はもちろん、環境への配慮や指導者として大切な心を育みます。

【実 講 習】 2泊3日の集合講習で、規定カリキュラムに準拠して実施します。  
弥山登山中にも講義（ティーチング）を行います。

【修 了 試 験】 選択記述式で時間は60分です。



### スケジュール

2月10日（土）		2月11日（日）		2月12日（祝）	
	集合	7:00	起床	7:00	起床
10:00	受付開始	7:30	朝食準備	7:30	朝食準備
10:10	開講式		朝食（ソロクッキング）		朝食（ソロクッキング）
	講習会のねらいについて	8:30	弥山登山準備	9:00	講義
11:00	実習	9:00	弥山出発		「キャンプの特性」
	「人間関係づくり」		「キャンプの指導」		「キャンプの指導」
	環境倫理		「キャンプの安全」		「キャンプの安全」
			「さまざまなアクティビティ」		「キャンプの対象」
12:00	昼食（持参弁当）	12:00	弥山山頂		
			昼食（行動食）		
13:00	講義「キャンプの特性」		「キャンプの指導」	12:00	昼食（ソロクッキング）
			「キャンプの安全」		炊事道具片付け
			「さまざまなアクティビティ」		テント撤収
15:00	生活環境づくり	15:00	キャンプ場帰着	14:00	講習のまとめ
	テント設営 野外生活技術		休憩		
	環境配慮行動			15:00	修了試験
16:00	野外炊事（グループ）	16:00	夕食準備	16:00	閉校式／事務連絡
	野外生活技術				
	キャンプの安全				
18:00	夕食	18:00	夕食	17:00	解散（予定）
19:30	講義	19:30	講義「キャンプの対象」		
	弥山登山準備				
	野外生活技術				
	「キャンプの指導」				
	「キャンプの安全」				
20:30	情報交換会	21:00	終了		
	入浴	22:00	就寝（テント泊）		
22:00	就寝（テント泊）				

※天候や講習の進行状況等によりプログラムを変更することがあります。

アクセス：宮島包ヶ浦自然公園ホームページ [アクセス](#) よりご確認ください

- ・宮島へは宮島口よりフェリー（JR/松代汽船）に乗船します。運賃 180 円 入島税 100 円  
JR フェリーは大鳥居前を通過するため観光客がより多く乗船します  
松代汽船フェリーは大型車両運搬や業者、島民がより多く利用します
- ・宮島には自家用車で入れます。講習会場の包ヶ浦自然公園は無料で駐車できます
- ・自家用車でフェリー乗船は、松代汽船をおすすめします  
※宮島口周辺のコインパーキングに駐車するよりは、島に自家用車で入る方が安いです  
世界遺産の厳島神社や大鳥居方面は地元車両以外通行困難で駐車場もありません  
島内にはシカがたくさんいますので、運転には十分気を付けてください
- ・包ヶ浦自然公園までは島内乗合いタクシー（運賃 300 円）または徒歩での移動となります  
宮島棧橋 8:16・9:38→8:22/9:44 包ヶ浦 に乗車すると集合時間に間に合います
- ・徒歩の場合、宮島棧橋からは 2.8km ほどあり 50 分程度かかります  
集合時間に遅れないように十分注意し、余裕を持ってお越しください。

撮影について：講習中の様子を講師が撮影し、YMCA、日本キャンプ協会、Leave No Trace Japan の広報に利用する場合があります

- ・受講者の皆様の撮影については全員の同意が得られた場合可能とします
- ・講習の全録画、全録音、リアルタイムでの SNS 等アップは禁止します

ルールとマナー：講習会中は終日禁煙です

- ・講習会中の外出は原則できません
- ・指導者にふさわしい言動をお願いいたします

宿 泊：宿泊はテント泊になります。テント、マット、寝袋の装備一式をご利用いただけます

- ・寝袋、マットをお持ちの方は持参して自分のものをご利用いただいて結構です
- ・タオル、歯ブラシ等は持参してください

入 浴：キャンプ場内大浴場/管理棟シャワー室が利用できますが、利用者が少ない場合等は利用できない場合があります。その場合は宮島棧橋方面のホテル外来入浴を検討します  
入浴代は各自（講習会費に含まれません）となります

そ の 他：管理棟内に簡易売店がある以外、周辺にコンビニエンスストアなどはありません

- ・事前準備、キャンプ中の行動は Leave No Trace の 7 つの原理を参考にします

食 事：1 日目昼食（飲み物含む）は、持参になります。お弁当と飲み物を持参してください

- ・1 日目夕食、2 日目夕食はグループ調理となります。食材は提供します
- ・2 日目昼食はトレイルフード（持参）になります P4 参照
- ・2 日目朝食、3 日目朝食、昼食はソロクッキング（自炊）となります  
食材、調味料等全てご持参ください
- ・ソロクッキング用にシングルバーナー、ガス、コッヘル（1～2 人用の鍋）を貸し出します。  
お持ちの方は持参して自分のものをご利用いただいて結構です
- ・おいしく必要なカロリーが摂取でき、調理が簡単で、環境への負荷がミニマムになることを考えて、メニューと食材を決めてください。調理から食事、片付けまでに時間は 1 時間程度です。なるべくコッヘル 1 つで調理できると良いですが、お湯だけ沸かしてレトルトだけ、カップラーメンだけ、缶詰めだけはご遠慮ください。調理場所は 3 日目昼以外屋外です
- ・流しがあります／水汲みには各自持参するナルゲンボトル等を利用してください
- ・冷蔵庫はありません。食材は各自で衛生に気を付けて管理します
- ・お茶、コーヒー等の飲み物をご持参ください。講習中は電気ポットのお湯をご利用いただけます。ただし、持参する食材と同じく、ごみを出さない／減らす／適切に処理することを考慮したものをお選びください

## 食事一覧

	1日目	2日目	3日目
朝食	-	自炊 (持参食材)	自炊 (持参食材)
昼食	弁当 (各自持参)	トレイルフード (各自持参)	自炊 (持参食材)
夕食	自炊 (食材提供)	自炊 (食材提供)	

・相当な冷え込みが予想されます。温かいスープや鍋料理等をおすすめします

参 考：食材の購入・食事作り、メニュー例については、事前に以下の動画（QRコードより）をご覧になり参考にしてください。いずれも Leave No Trace の7原則に沿ったものです

### ゴミを出さないために

#### [#3 キャンプゴミの処理](#)

#### [キャンプでゴミを出さない処理の方法](#)



### 参考メニュー

#### [トマトソースパスタの作り方](#)

#### [ホワイトソースパスタの作り方](#)



#### [パンの作り方](#)

#### [おかゆの作り方](#)



上記以外でも大丈夫です。「山飯」等で検索すると情報を得ることができます

#### [登山で食べるトレイルフード（行動食）の作り方](#)



持ち物：キャンプ指導者としてふさわしい服装、装備をご準備ください

✓	品目	備考
	テキスト「キャンプ指導者入門」	インストラクター養成講習会で購入したもの
	テキスト「キャンプディレクター必携」	事前に郵送したもの
	レポート課題	全問解答したものを受付時にお出してください
	冬季に野外活動ができる服装	長袖シャツ、長ズボン
	靴	保温性のあるもの
	帽子	ニット帽等冬用
	手袋	冬用
	防寒着	ダウンジャケット等
	リュックサック（小）	炊事などで使います
	雨具（上下セパレート）	
	ヘッドライト（予備バッテリー含む）	両手が使えるヘッドライトが望ましいです
	軍手	野外炊事用 綿 100% 滑り止めゴムのないもの
	筆記用具	
	スマートフォン	
	スマートフォン用バッテリー	
	タオル	
	洗面用具	
	ロープ（長さ 2m,太さ 6mm 以上）	ロープワーク用
	ビニール袋 45ℓ	荷物の防水やごみ入れに
	ジップロック（S,M,L）	余った食材などをいれます
	1ℓ以上のウォーターボトル	ナルゲンボトルがのぞましい
	ファーストエイドキット	
	ライター（マッチ）	
	布巾	
	雑巾	
	ナイフ（調理用）	ソロクッキング用
	まな板	ソロクッキング用
	はし	割りばしではないものが望ましい
	フォーク	ソロクッキング用
	スプーン	ソロクッキング用
	ゴムへら	ソロクッキング用
	食器（お皿、お椀など）	自炊用
	弁当（1日目昼食）	必ずご持参ください
	自炊食材3食・調味料、トレイルフード	前述の資料を確認の上ご持参ください
	茶菓子（お土産）	任意です 講習中や情報交換会でシェアします
	保険証	
	受講料、テキスト代、登録料	受講料 22,000円 テキスト代 2,200円 ※現金のみ 釣銭のないように

※その他、必要と思うものがあればご持参ください

以下のサイト（動画）を必ずご覧になり、その上で各自工夫してご準備ください

[【#1 キャンプの準備の仕方】](#)

[登山やキャンプの事前の計画と準備の仕方](#)



[【#2 登山とテント泊】](#)

[自然に影響の少ない山の登り方とテントの張り方](#)



## LNT 7 原則



### 原則1 事前の計画と準備 (Plan ahead and prepare)

- ・行き先のルールや注意することを知ろう
- ・悪天候や緊急時に備えよう
- ・ピークシーズンや混雑する時間帯を避けよう
- ・できるかぎり少人数のグループで活動しよう
- ・できる限りゴミが少なくなるようにパッキングしよう
- ・標識に頼らずに地図とコンパスを使おう

### 原則2 影響の少ない場所での活動 (Travel and camp on durable surfaces)

- ・指定地、岩、砂、雪、乾いた草など頑丈な土地の上で活動しよう
  - ・キャンプサイトは水辺から60m以上離れたところを見つけよう
  - ・よいキャンプサイトは作るのではなく見つけよう
- よく使われている場所では
- ・指定のトレイルやテントサイトを利用しよう
  - ・トレイルがドロドロでも真ん中を歩こう
  - ・キャンプサイトは植生が少ない場所にできる限り小さく設営しよう
- ほとんど使われていない場所では
- ・人が入っていないところではキャンプサイトや歩行を分散させよう
  - ・インパクトが始まりかけた場所は避けよう

### 原則3 ゴミの適切な処理 (Dispose of waste properly)

- ・すべてのゴミや食べかすを持ち帰ろう
- ・キャンプサイトや休憩場所を離れる時にゴミを確認しよう
- ・トイレは水辺、テントサイト、トレイルから60m離れたところを見つけよう
- ・トイレは20cm程度穴を掘って行き、終わったらしっかり埋めよう
- ・トイレトペーパーは持ち帰ろう
- ・食器は水辺から60m離れたところで、必要最小限の天然洗剤で洗おう
- ・食べかすはこし網で取り除こう

### 原則4 見たものはそのままに (Leave what you find)

- ・文化的、歴史的遺跡は触れずに見るだけにしよう
- ・石、植物等すべての自然物は置いて帰ろう
- ・外来生物を運んだり、持ち込んだりするのを避けよう
- ・木で何かを作ったり穴を掘ったりしないようにしよう
- ・キャンプサイトはもとどおりにしてから出発しよう

### 原則5 最小限のたき火の影響 (Minimize campfire impacts)

- ・できる限りストーブを使うようにしよう
- ・たき火をするときは焚き火台やマウンドファイヤーを使おう
- ・たき火の大きさは必要最小限にしよう
- ・薪には手で折れる程度の落ちている枝だけを使おう
- ・すべての薪が灰になるまで燃やそう
- ・灰は完全に消火してからバラまこう

### 原則6 野生動物の尊重 (Respect wildlife)

- ・野生動物は遠くから観察しよう
- ・野生動物にエサをあげないようにしよう
- ・食べ物に野生動物が近づかないようにしよう
- ・ペットはいつもつないでおくか、家に置いてこよう
- ・子育てや巣作りなどをしている野生動物には近づかないようにしよう

### 原則7 他のビジターへの配慮 (Be considerate of other visitors)

- ・他のビジターの体験の質を保とう
- ・他のビジターとスペースを譲り合おう
- ・他のビジターとすれ違うときは登りの人を優先しよう
- ・キャンプや休憩はトレイルから離れて行おう
- ・自然を静かに楽しもう