

1 活動の目的、効果

(1) 体験活動上の効果


- ◎阿蘇の自然に親しむ ◎集団行動、規律 ◎課題克服、達成感 ◎仲間づくり、協調性
- 阿蘇の文化に親しむ

(2) ESD の課題解決に必要な7つの能力・態度

④ コミュニケーションを行う力

自分の気持ちや考えを伝えるとともに、他者の気持ちや考えを尊重し、積極的にコミュニケーションを行う力

2 活動の詳細



概要 (セールスポイント)	仲間たちと助け合いながら苦難を乗り越えた後の頂上からの景色は格別です。各ルートによりその景色は異なりますが、どのルートも阿蘇のカルデラの様子が一望できたり、中岳の噴煙の様子が確認できたりします。				
	噴火レベルの状況で実施できない場合もあります。				
諸条件	実施形態	●団体単独実施(交流の家の安全指導有) ●交流の家職員による全行程の帯同・指導 ※次頁参照		提出書類	登山計画書 ※次頁参照
	必要経費	※次頁参照		所要時間	
	活動場所	※次頁参照		対象・人数	次頁参照
	事前下見	※次頁参照	実施時期	4月~11月 ※随時参加不可	天候
準備するもの	青少年交流の家で貸し出し可能な物			団体に準備する物	
	<ul style="list-style-type: none"> ・無線機 (数については応相談) ・携帯型雷探知機 			<p>【参加者】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・野外活動に適した服装 (長袖・長ズボン) ※厚手の靴下 (くるぶしがかくれるもの) ※速乾性のインナーシャツ ※登山靴 (運動靴) ・帽子 ・手袋 ・雨合羽 (セパレートがよい) ・水筒 (通常1ℓ、夏季2ℓ) ・タオル ・ちり紙 ・弁当 (行動食) ・リュックサック ・防寒防風着 ・ビニル袋 ・常備薬 等 <p>【指導者】・登山地図 ・救急用品 ・携帯電話 ・笛 等</p>	
役割分担	交流の家職員が行うこと			団体引率者が行うこと	
	① 安全指導を行う			① 安全指導を受ける	
	⑤ 借用物品の受け取り			② その他詳細について指示を出す ③ 活動 ④ 人数、健康状態の確認、振り返り ⑤ 借用物品の返却	

3 活動のふりかえりのポイント

「視点」：山の森林や草原がなくなったときにどのような災害が発生するかについて考える。

「発問例」：山の環境が阿蘇の環境にどのような影響をもたらしているのだろう。

4 SDGs で目指す姿

 <p>4 質の高い教育を みんなに</p>	 <p>15 陸の豊かさも 守ろう</p>	<p>15.4 持続可能な開発に不可欠な便益をもたらす山地生態系の能力を強化するために、生物多様性を含む山地生態系の保全を確実に行う。</p> <p>中央火口丘の山地生態系を知り、保全のために自分ができることを考え、行動しようとする姿</p>
--	--	---

登山プログラム一覧

	プログラム	行程 (往路)	往復距離	活動時間
①	仙酔峡ハイキング	A→B	7.7km	3.5時間
②	鷺見平登山	A→B→C	8.5km	4.0時間
③	榎尾岳・火口登山	A→B→D→E→D→F	13.0km	6.5時間
④	中岳登山	A→B→D→F→G	14.8km	7.0時間
⑤	杵島岳登山	A→バス→I→J	2.4km	4.5時間
⑥	烏帽子岳登山	A→バス→I→K	3.6km	4.5時間



～交流の家職員による事前の安全指導を受け、その後は団体の単独で実施する場合～

	プログラム	対象	提出書類	必要経費	事前下見	備考
①	仙酔峡ハイキング	小学校低学年以上	なし	なし	必須	
②	鷺見平登山					
③	榎尾岳・火口登山	小学校中学年以上	登山計画書	・草千里駐車場料金	必須	移動バス等の確保が必要
⑤	杵島岳登山	小学校高学年以上				
⑥	烏帽子岳					

～全行程の指導を交流の家に依頼して実施する場合～

	プログラム	対象	提出書類	必要経費	事前下見	備考
③	榎尾岳・火口登山	小学校中学年以上	登山計画書	・指導料 ※参加者1名につき 1,000円	必須	
④	中岳登山	小学校高学年以上				
⑤	杵島岳登山			・指導料※上記同様 ・草千里駐車場料金	推奨	移動バス等の確保が必要
⑥	烏帽子岳					

～個人や家族、少人数による自主活動として実施する場合～

●調整段階で、登山の知識や経験について確認をさせていただきます。※次ページのチェックリスト参照

③ 檜尾岳・中岳火口登山

阿蘇青少年交流の家 ☎0967-22-0811

往復距離	最高標高	獲得標高	目安時間	対象	昼食場所	トイレ
13.0km	1369m	750m	6.5時間程度	小学校中学年以上	檜尾岳山頂	仙酔峡
形態	提出書類	事前下見	必要経費		備考	
安全指導+自主	登山計画書	必須	なし		仙酔峡まで救護車進入可	
全行程指導	登山計画書	必須	・指導料 参加者1名につき1,000円			

活動時間の目安

安全指導	20分
A → B	75分
B → D	80分
D → E	15分
休憩（昼食）	30分
E → D	10分
D → F	15分
F → D	10分
D → B	65分
B → A	60分
活動後	10分
合計	390分

※人数が多いほど、移動時間が長くなります。



A阿蘇青少年交流の家
標高619m

B仙酔峡
標高910m
Aから3.8km

檜尾岳からの眺望（北側）
西側には往生岳・杵島岳が見えます。



E檜尾岳
標高1331m
Dから0.4km

D火口東駅跡
標高1285m
Bから1.7km

F火口展望所
標高1369m
Dから0.6km

A→B：仙酔峡ハイキング参照

B→Dのルート



仙酔峡から正面にある階段を上り、その後右へ曲がります。



下って登る階段の先に進みます。**①**からまっすぐ進んで行くことも可能です。



分岐点では右に進みます。まっすぐへ進むと仙酔峡に戻ります。



火口東駅跡の分岐点から、右へ進めば檜尾岳、左に進めば中岳火口です。

D→Eのルート



道なりに進むと正面に檜尾岳が見えます。



石段のような細い道を上がっていきます。



登り切ったところで、必ず下り口の目印を見つけください。

D→Fのルート



舗装路を道なりに進むと右手に火口が見えます。



中岳火口

自主登山(個人・家族・極少人数)時の確認事項

自主活動としての登山の場合は、交流の家の職員と以下について確認させていただきます。

活動指針

- 登山届を提出する。< 登山ルート : _____ > ※原則としてルート変更はしない
- 登山計画(時間・緊急連絡先)をメンバー全員で共有 体調不良者がいないか確認
- 気象情報を確認し、荒天時は中止判断 ※夏場はお昼までに下山(雷対応)
- 参加者の登山スキル: 登山経験者 _____ 人 (⇒当該コースの経験者 _____ 人)

準備物等

- 水(1L以上、夏季は2L推奨)
- 雨具(セパレート)・防寒具
- 救急用品(包帯・絆創膏・三角巾など)
- リュックサック(両手が自由になるバッグ)
- 弁当・行動食
- 帽子・長袖長ズボン・手袋・登山靴(丈夫な運動靴)
- 携帯電話(参加者全員) ※予備バッテリー携帯推奨
- 地図(紙媒体への印刷推奨)

活動時

- 出発前に必ずトイレを済ませる
- 下り(帰り)は特に慎重に歩く(ケガの多くは下山時に発生)
- 30分に1回程度休憩・水分補給
- 交流の家事務室への定期連絡(携帯電話から): 仙酔峡出発時⇒登頂時⇒下山開始時⇒仙酔峡到着時
- 体調不良はすぐメンバーに伝える⇒メンバーの体調によっては引き返す
- 道迷いの際は来た道に戻る/霧(視界不良時)時は動かない
- 緊急時の連絡先: 国立阿蘇青少年交流の家 警察 110 消防 119 ※家族への連絡は最後に
- 持ち込んだものは必ず持ち帰る