

野外活動のスキルアップをしよう！

アウトドアカレッジ 開講中！！

サポートスタッフを対象としたスキルアップのためのアウトドア技術の講習会です。
サポートスタッフに登録していない方も受講できます。毎回様々なテーマを取り上げています
ので、ご自身の野外活動や地域の活動にお役立てください。



令和4年7月10日(日) 水辺の救急法

医療機関への引継ぎが困難な野外における救急救命法の講習会を今回は“水辺”にスポットを当て二俣尾の河原で講習を行いました。

一般救急法とは違い、引率者向けの救急法講習で、傷病者の評価やファーストエイドでできることを学んだ後、溺水や落下事故、毒のある生物に刺された、原因不明の傷病者対応など、いくつもの対応シミュレーションをチームで行いました。最後は実際の溺水の事故映像を見て、溺水の起こり方や怖さを知ることができました。

いざという時に必ず役立つ、指導者としての技術も意識も高める講習会となりました。

令和4年9月10日(土)～11日(日) ソロキャンプ入門

今流行りの“ソロキャンプ”ですが、いきなり1人は不安なもの…ソロキャンプの技術や道具、知っておきたい知識などにスポットを当てたキャンプの応用技術講習を武蔵野市立自然の村で実施しました。様々なテントに触れてみたり、メスティンやスキレットを使った料理を学んだり、焚き火台での火おこしを学んだり、キャンプ場でのマナーや防犯対策について学んだり、2日間たくさん学びました。盛りだくさんの内容を、皆さん楽しみながら経験値を積むことが出来ました。

キャンプに求めるものは人それぞれ、自分なりのキャンプスタイルを見つけ、自然を楽しみましょう！



令和4年10月1日(土) アウトドアクッキング

毎年恒例のアウトドアクッキングですが、今回は二俣尾自然体験館でダッチオーブンの料理を中心に、様々なレシピや野外調理の注意点を学びました。

ダッチオーブンなどの調理器具の解説から炭の起こし方の講習ののち、調理開始！ご飯もの、煮込み料理、オープン料理、BBQ グリルでの焼き調理など合計7品の調理を行いました。最後にみんなで試食。どれもとっても美味しく仕上がりました。

コロナ対策だけでなく、特に野外での調理では食中毒対策などの安全対策が重要です。キャンプでの食事を正しい知識で、安全に楽しく行いましょう！



次回のアウトドアカレッジは・・・

11月12日(土)「ユニバーサルキャンプ」

誰もが楽しめるキャンプとは？その特徴と実践方法を学びます

場 所：武蔵野総合体育館

時 間：10時～16時

受 講 料：登録者 1,200円／一般 2,400円

募集期間：現在追加募集中！

12月10日(土)「焚き火マスター」

知っておきたい、焚き火についてのアレコレを深掘りしていきます

場 所：青梅市二俣尾自然体験館 (現地集合・解散)

時 間：10時～16時

受 講 料：登録者 1,600円／一般 3,200円

募集期間：11月1日～11月14日