

2024年度 冬休みプログラム

参加者しおり



北九州Y M C A

このたびは、北九州YMC A冬休みプログラムにお申し込みくださいますようお願いいたします。近年の規制の多い生活の中でも元気にのびのびと活動し、楽しい思い出となるよう感染対策をはじめ安全にも配慮して準備を進めております。

各ご家庭におかれましては以下の事項についてご理解、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

内容をご確認いただき、ご不明な点などございましたらご遠慮なくお知らせくださいませ。

ご参加の皆様へお願い



- ・発熱（37.5℃以上）や体調がすぐれない場合、ご家族で体調不良や感染者が出た場合は必ずお知らせいただき、参加をお控えください。
- ・プログラム中に発熱があった場合は、ご帰宅をお願いすることもございますので予めご了承ください。
- ・参加プログラム前後の体調管理にご留意ください。



- ・マスクの着用については個人の判断としますが、密集の場（集合時やバス車内など）では着用を呼びかけをする場合もございますのでご理解ください。
- ・マスク着け外しの際に、マスク入れの袋および予備のマスクをご持参ください。



- ・プログラムの場面ごと（集合時、トイレの後、昼食やおやつの前後や休憩時）には手洗い、消毒を行います。手拭き用のタオルは設置しておりませんので、必ずタオルまたはハンカチをご持参ください。
- ・必要に応じて、おしぼりや除菌シートをご準備ください。



- ・館内活動の際は、常時窓を開けて換気を行います。



各プログラムの受け入れは消毒作業など準備の都合上、**開始時間の10分前**からです。それ以前の入館・入室はできませんので、ご協力ください。
（帰りのお迎えも同様に、終了時刻の10分前からの入館となります。）



通行の妨げになるため、**YMC A玄関前に駐車しての乗り降り**は**ご遠慮ください。**お手数ですが、近隣の有料駐車場に駐車して徒歩でお越しください。

YMCAプログラムについて



1920年、六甲山麓で最初のYMCAキャンプが行われました。大阪YMCAが少年達のために試みた松林の中での2週間の簡易天幕生活で、これが日本における最初のキャンプとなります。この活動はまたたく間に全国に広がっていき、現在では年間を通じておよそ22,000人の子どもたちが全国各地でYMCAキャンプを体験しています。

いつの時代も、子どもたちの成長を願い、普段の生活では出会えない自然や仲間と過ごすキャンプを大切にしてきました。

2020年でYMCAはキャンプ100周年を迎えました。キャンプ第2世紀に向けて、キャンプ体験の素晴らしさを伝え、その価値と願いを次の100年へ受け継いでいきます。

この冬休み、北九州YMCAではスキーキャンプや日帰りプログラムを行います。幼稚園や学校とはまた異なるお友達との関わりと体験や学習を通して、一人一人が持つ個性や考えをお互いに受け入れ、尊重し、お友達と協力していくことで楽しい思い出と自信を身に付けてほしいと願っています。

子ども英語 Xmas アドベント

楽しく学ぶ英語のクリスマス！

クリスマスに向けてアドベントカレンダーとおやつ作りを中心に、英語を使いながらにぎやかに行います。普段英語に触れているお友達にもこれから勉強を始めるお友達にも楽しめる内容です。

(1) 参加要項

日 程	2024 年 12 月 14 日 (土)
時 間	13:00~17:00
集合・解散	北九州YMCA国際青少年センター 2 階ホール
服 装	普段着、履き慣れた運動靴
持 ち 物	水筒 : お茶か水 筆記用具 タオル・ハンカチ : 手拭き用 エプロン・三角巾・マスク : 調理時に使用

※保護者の方は、16:30 よりご参観いただけます。

(2) 予定プログラム

- ・英語でクリスマスのお話を聞こう
- ・ホットプレートで、クッキーを作ろう
- ・クリスマスアドベントカレンダーを作ろう
- ・英語でクリスマスソングを歌おう

英語の先生や留学生と一緒に、やさしい英語を使いながらプログラムを進めます。

英語学習経験のないお子様も、無理なくご参加いただけます。

※食べ物アレルギーのあるお子様は、必ず事前にお知らせください。



ウィンタースクール

冬休みも元気いっぱい

午前中は英語のプログラム（発話練習やゲーム）、運動プログラム（器械運動やゲーム）、午後は自由学習や読書、自由遊びとお休みの間も規則正しく過ごし頭と身体をフル回転！普段の幼稚園・学校以外のお友達やリーダー、留学生との交流も有意義な時間を過ごせること間違いなしです。

（１）参加要項

日 程	2024 年 12 月 25 日（水）～27 日（金）／3 日間	
時 間	9：30～17：00	
集合・解散	北九州 YMC A 国際青少年センター 2 階ホール	
服 装	普通の服装（汚れても良い服装）、履き慣れた運動靴、帽子、マスク（着用の上ご集合ください）、防寒着	
持 ち 物 毎日必要なもの	お弁当 水筒 予備のお茶・水 読書の本 筆記用具 勉強道具 体操服 タオル・ハンカチ 予備マスク ハンドブック	：傷みが心配な場合は、保冷剤を入れてください ：お茶か水／肩からかけられるものにしてください ：予備も含めて全部で 1 週間を目安にご準備ください ：マンガを除く／毎日ご持参ください ：冬休みの宿題やドリルなど ：半袖半ズボンのもの（T シャツ・短パン可） ：汗拭き、手拭き用 ：おやつ作り時に使用します ：初日に配布します

（２）予定プログラム

		12/25（火）	12/26（水）	12/27（木）
午前	英語	簡単英会話・すごろく	英語で体を動かす遊び	英語で発表
	体操	器械運動（マット・跳箱・鉄棒を使った運動）や運動ゲームなど		
午後		自由遊び・日替わりプログラム（おやつ作りやクラフトなど）		

※毎日読書タイムを 10～15 分間設けます。幼稚園・学校が休みの間も机上に向かう習慣を付けます。



スキーキャンプについて

冬の自然を楽しみながらチャレンジ

スキーは繰り返し練習することで達成感と向上心を育むことのできるスポーツです。努力を重ねて生まれる成功体験から自信は生まれます。レッスンはお子様の年齢・技術に合ったグループを編成して行いますので、無理なくチャレンジできます。

一人で滑ることができるようになった時の達成感はいくらも大きな自信となり、冬の自然とスポーツがもっと好きになること間違いなしです。

●各段階での目標設定

初めてのスキー	普段は楽に履くことができる靴もスキーブーツの場合は固く、はじめは違和感があります。まずは、準備運動を十分に行い、雪遊びやかっこをして楽しみながらブーツやヘルメットなどの装備に慣れていきます。 その後、スキー板をつけて歩いてみたり、坂を横歩きで登ってみたりします。目標は緩やかな短い坂を真直ぐに滑り、ピタリと止まることができるようになることです。
2～3回目のスキー	徐々にスキー用具の装着もスムーズにできるようになります。目標はリフトに乗って滑って降りてくることです。スピードがどんどん出て恐怖心が増すのもこの頃ですが、その分重心をどこに置いたらいいのか、視線をどこに向けたらよいかなどを考えて滑ることができるようになります。そのことにより、恐怖よりも楽しみの方が多くなります。また、ターンの練習が入り、『一人で』、『お友だちと連なって』など様々な滑り方にも挑戦していきます。
経験者のスキー	中級・上級コースに挑戦していきます。風を切って滑るスキーの醍醐味を存分に味わえるようになります。 大きなターンや細かいターン、両足を揃えて滑るなど技術に合わせて目標のレベルを上げていきます。急斜面や起伏のあるゲレンデを滑ったり長い距離を滑ったりしてスキー技術を磨いていきます。

●宿泊スキーキャンプ説明会

お子様の不安を軽減しより楽しいキャンプとするために、下記の日程でオンラインにて参加者顔合わせ会を行います。当日は、引率スタッフやボランティアリーダーの紹介やプログラム、持ち物の確認などを行います。短い時間ですので是非ご参加ください。

プログラム	日時
チャレンジスキー エンジョイスキー	12/7（土） 13：30～14：30

※後日オンラインミーティングのご案内をメールにて配信します。メールに記載の URL からご参加いただけます。

●スキークャンプ／持ち物・服装

以下の服装イメージをご覧ください、持ち物の確認・ご準備をお願いいたします。



- ▶ スキークャンプにご参加の方は、ヘルメット、ゴーグル、手袋（全てスキー用のもの）は各自ご準備ください。
- ▶ ヘルメット、ゴーグルのレンタルを希望の方はYMC Aまでお問合せください。
- ▶ バッグは以下のように着替えを入れる大きなバッグと小さなバッグ2つに分けてください。
※日帰りスキーの方は、小さなバッグのみご準備ください。



●持ち物についての留意事項／全スキークャンプ共通

- ▶ 持ち物には全て名前を書いてください（毎回、名前のない忘れ物があります）。
- ▶ おやつや遊び道具、貴重品は持ってこないでください。携帯電話持参の場合は、キャンプ期間中はスタッフが預かります。（期間中の使用はできません）
- ▶ 履いていく靴は、防水性があり滑りにくいものをご用意ください（スノーブーツなど）。
- ▶ 着替えは種類ごと（スキージャツ、靴下、タオルなど）ではなく、プログラムごとに一日ずつ分けてビニール袋に入れてご準備ください。

チャレンジスキーキャンプ

(1) 参加要項

日 程	2024 年 12 月 24 日 (火) 日帰り
集 合	12/24 7:00 北九州YMCA国際青少年センター1階駐車場
解 散	12/24 20:00 北九州YMCA国際青少年センター1階駐車場
会 場	くじゅう森林公園スキー場 〒879-4912 大分県玖珠郡九重町大字湯坪 612-1 電話 0973-79-2200
交 通	貸切バス

※送迎時のお車は、近隣の有料駐車場をご利用ください。YMCAには駐車できません。

※交通渋滞などにより解散時間が遅くなる場合がございます。その際は、ご登録のメールアドレスにご連絡いたします。

(2) 予定プログラム

	12/24 (火)
朝	7:00 YMCA集合 スキー場到着・昼食
昼	レンタルチェック スキーレッスン
夜	スキー場出発 YMCA到着 20:00 解散



(チャレンジスキー)

集合時に提出するもの

参加者シート	-	健康状態をご記入の上、集合時に受付にご提出ください。(印刷が難しい方は、別の紙に手書きで記入したものでも結構です。)
--------	---	--

小さなバッグ (車内持ち込み)

水筒	1	お茶か水を入れてお持ちください。
弁当	1	昼食用です。捨てられる容器に入れてお持ちください。
ハンカチ・ティッシュ	1	
タオル	1	汗拭き用
常備薬 (ある方)	適量	酔い止めや常備薬など
スキーグローブ	1	防水性に優れ5本指のもの。
ヘルメット*	1	頭部の怪我防止の為必ずご準備ください。スキー専用のもの。
ゴーグル*	1	ヘルメット対応のもの。眼鏡着用の方は眼鏡対応のゴーグルをご準備ください。
ネックウォーマー	1	気温が低い日のスキーレッスン時に使用します。
ビニール袋 大・小	各2	汚れ物や使用した服を入れる様

- ▶ 小さなバッグはヘルメットが入る大きさのものをご準備ください。
- ▶ スキーウエアをお持ちの方は着用の上ご集合ください。帰りもウエアのまま帰ります。レンタル予定の方は、スキーウエアの下に着る服を着用の上、ウエストが楽なズボン・上着でお越しください。
- ▶ ヘルメット、ゴーグルはレンタルが可能です。別途レンタル料が必要となります。ご希望の方は、YMCAまでお問い合わせください。

エンジョイスキーキャンプ

(1) 参加要項

日 程	2025年1月4日（土）～6日（月）／2泊3日		
集 合	1/4	8：00	北九州YMCA国際青少年センター1階駐車場
解 散	1/6	17：00	北九州YMCA国際青少年センター1階駐車場
会 場	くじゅう森林公園スキー場 〒879-4912 大分県玖珠郡九重町大字湯坪 612-1 電話 0973-79-2200		
宿 泊	熊本YMCA阿蘇キャンプ（熊本県阿蘇市） 〒869-2234 熊本県阿蘇市車帰 358 電話 0967-35-0124		
交 通	貸切バス		

※送迎時のお車は、近隣の有料駐車場をご利用ください。YMCAには駐車できません。

※交通渋滞などにより解散時間が遅くなる場合がございます。その際は、ご登録のメールアドレスにご連絡いたします。

(2) 予定プログラム

	1/4（土）	1/5（日）	1/6（月）
朝	8：00 YMCA集合 スキー場到着・昼食	起床・朝食・移動 スキーレッスン	起床・朝食・移動 スキーレッスン ワッペンテスト
昼	レンタルチェック スキーレッスン	スキーレッスン	移動
夜	夕食 スキー振り返り 入浴・就寝	夕食 スキー振り返り 入浴・就寝	YMCA到着 17：00 解散



(エンジョイスキー)

集合時に提出するもの

参加者シート	-	健康状態をご記入の上、集合時に受付にご提出ください。(印刷が難しい方は、別の紙に手書きで記入したものでも結構です。)
--------	---	--

小さなバッグ (車内持ち込み)

水筒	1	お茶か水を入れてお持ちください。2日目以降は宿舎で補給します。
弁当	1	初日の昼食用です。捨てられる容器に入れてお持ちください。
ハンカチ・ティッシュ	3	
筆記用具	1	えんぴつ、消しゴム
常備薬 (ある方)	適量	酔い止めや常備薬など
スキーグローブ	1~2	防水性に優れ5本指のもの。(濡れると乾きにくいいため必要に応じて予備をご準備ください)
ヘルメット*	1	頭部の怪我防止の為必ずご準備ください。スキー専用のもの。
ゴーグル*	1	ヘルメット対応のもの。眼鏡着用の方は眼鏡対応のゴーグルをご準備ください。
ネックウォーマー	1	気温が低い日のスキーレッスン時に使用します。

大きなバッグ (バスのトランク)

スキーシャツ	2	保温性に優れ、長袖のもの。
防寒着	1	トレーナーやフリースなど。宿舎やバス、スキーレッスン中など、寒いときに使用します。
スキー用靴下	2	保温性に優れ、ひざ下までの長さのもの。
タイツ／スパッツ	2	保温性に優れ、足首まで覆うもの。
宿舎用部屋着	1	普段着やジャージなど。
下着・靴下 (予備含)	3	必要に応じてご準備ください。靴下は宿舎用。
ねまき	1	翌日のスキーシャツと部屋着は兼用可。
帰り用の服	1	ズボン・上着は初日と共通可。
タオル	2	お風呂用、汗拭き用など用途に合わせてご準備ください。
洗濯ばさみ	4	レッスン後、スキーウエアやグローブを乾かす際にあると便利です。(なくしやすいので必ず記名をしてください)
ビニール袋 大・小	各2	汚れ物や使用した服を入れる用。
歯磨きセット	1	歯ブラシ、歯磨き粉、コップなど

- 小さなバッグはヘルメットが入る大きさのものをご準備ください。
- スキーウエアをお持ちの方は着用の上ご集合ください。帰りもウエアのまま帰ります。レンタル予定の方は、スキーウエアの下に着る服を着用の上、ウエストが楽なズボン・上着でお越しください。
- ヘルメット、ゴーグルはレンタルが可能です。別途レンタル料が必要となります。ご希望の方は、YMCAまでお問い合わせください。

おひさまキャンプ

親子一緒にリフレッシュ

集団行動にサポートが必要なお子様（発達障がいなど）を対象とした親子日帰りプログラムです。親子・お友達との共同作業を通して難しいことにも挑戦し達成感や楽しさを感じ、家族のコミュニケーションやお友達との友情を深めます。保護者の方の相談会も行います。

(1) 参加要項

日 程	2025 年 1 月 19 日（日）	
時 間	10：00～16：00	
会 場	Y M C A 館内	
集合・解散	北九州 Y M C A 国際青少年センター2 階	
服 装	汚れてもよい服装、防寒着、運動靴 ＊活動の都合上、スカートではなくズボンでお越しください。 ＊火起こしの際、火の粉がとぶことがあります。綿 100%素材のものを 準備ください。	
持 ち 物	水筒 予備のお茶または水 タオル・ハンカチ はし・スプーン エプロン・三角巾 マスク（予備含む） 軍手（綿 100%のもの）	：お茶または水 ：各ご家庭で必要に応じてご準備ください ：手拭き・汗拭き用 ：調理の際に着用します ：火起こしで使用します

(2) 予定プログラム

10：00	Y M C A 集合 開村式（旗上げ・予定確認など） ゲーム／お互いのことを知って心と体の緊張をほぐします	
10：30	ごはん作り	
12：00	昼食 みんなで片付け 	
13：30	キャンプ体験 パート 1 薪割り・火起こしをして、焼きマシュマロに挑戦！ 	
	〔子どもたち〕 キャンプ体験 パート 2 テントを立ててみよう 	〔保護者の方々〕 座談会／保護者同士の交流会
15：45	閉村式（旗下げ・振り返り）	
16：00	Y M C A 解散	

お願い（全プログラム参加者共通）

①活動日まで

- ・体調を整えて健康管理に気を配り、爪を切るなど衛生面でも気をつけてください。
- ・日頃から規則正しい生活をし、十分な睡眠と、必ず朝食を摂ってからご参加ください。
- ・プログラム参加前に病気や怪我をした場合は、事前にお知らせください。
- ・コロナウイルスに加え、食中毒・ノロウイルスなど集団感染を未然に防ぐ必要があります。症状が確認された際は速やかにYMCAへご連絡いただくとともに、かかりつけの病院でご確認いただき、医師の診察を踏まえてご参加の判断をお願いいたします。

②集合

- ・集合は時間厳守をお願いいたします。万が一遅れそうな場合や欠席の際は、開始時間前までに必ずお電話でご連絡ください。（下記⑤参照）
- ・館内プログラム時、教室への受入は準備の都合上10分前からです。早くお越しいただいた場合は玄関前でお待ちいただきますので予めご了承ください。

③持ち物・服装

- ・持ち物、服装等すべての物に必ず名前をご記入ください。
- ・スキーキャンプにご参加のお子様を除いて、荷物はリュックサック等の一つにまとめて、両手が空くようにしてください。
- ・荷物の準備は、お子様と一緒に確認しながら準備してください。
- ・おもちゃ類、ゲーム、コミック本、おやつ、貴重品等はお持ちにならないでください。
- ・携帯電話をお持ちの方は、プログラム中はスタッフがお預かりいたします。お迎え時間の確認や変更などはお子様と直接やりとりせず、必ずスタッフにお伝えください。
- ・お弁当は食材と調理法にご留意ください（お弁当が傷まないように保冷バックや保冷剤を活用するなどご注意ください。）

④プログラム

- ・プログラムによっては、調理やおやつ提供があります。アレルギーがある場合は必ず事前にお伝えください。
- ・すべてのプログラムにおいて、新型コロナウイルスやインフルエンザ等の感染状況、自然災害や天候不良などによりプログラムや会場の一部を変更または中止する場合がございます。
- ・体調不良について以下のケースに該当する場合、プログラムにはご参加いただけません。その場合のキャンセル料は規定通りですので、予めご了承ください。
 - （ア）本人が感染症に感染した場合、発熱を伴う体調不良が見られる場合
 - （イ）学校・園が休校（学級閉鎖・学校閉鎖など）になっている場合※同居のご家族が感染されている場合はかかりつけ医にご相談の上、YMCAまでご連絡ください。

⑤プログラム実施中の緊急連絡先

- ・北九州YMCA 093-531-1587
- ・YMCA携帯 080-4176-7149（当日8時～17時まで）

諸注意

(1) キャンセル規定

規定に基づき以下のキャンセル料を納入いただきます（手数料申込者負担）

やむを得ず参加の取り消しをされる場合は、必ずお早めにご連絡をお願いします。

プログラム開始日の 21 日前まで	→キャンセル料なし
プログラム開始日の 20 日～8 日前まで	→参加費の 20%
プログラム開始日の 7 日～2 日前まで	→参加費の 30%
プログラム開始日前日の 18 時まで	→参加費の 50%
プログラム開始日前日の 18 時～開始日当日	→参加費の全額を納入

＊キャンセル規定は予約時点より適応となります。

＊返金が生じる場合は、返金額から手数料（申込者負担）を差し引いた金額を、翌月末に銀行振込にて返金いたします。

＊開始日前日が日曜・祝日の場合は、その前日の 18 時までが前日扱いです。

(2) 安全について

YMCA の活動の本質は、参加する一人ひとりの生命、人格、健康が全てのものに優先して考えられ、計画、準備、実施されなければならないと考えております。YMCA では、予想されるべき危険、事故の要因となるものを除去するため、様々な状況や環境での安全対策、リスク管理など安全教育と安全管理を効果的に推進する取り組みを行っております。自然災害や急激な環境変化など不測の事態、危険が存在していることも忘れてはならず、様々なリスクもあるということをご了承いただき、ご参加くださいますようお願いください。また、自然災害や天候の変化などの大きなリスクがある場合、予定していたスケジュールを変更・中止することがあります。予めご了承ください。

- ・事故が起これないように安全対策を整えておりますが、万一の場合には応急処置の上、保護者にご連絡・ご相談させていただきます。
- ・参加者の年齢により自己保全能力も異なりますが、指導者の話を聞くよう保護者の方からもご説明ください。

<以下の方はご相談ください>

- ①医師より運動を禁止、制限されている ②心臓に疾患がある ③脳貧血を起こしやすい
- ④耳に病気または持病がある ⑤目に伝染病の病気がある ⑥伝染性の皮膚疾患がある
- ⑦てんかんを過去に起こしたことがある ⑧グループ活動（集団活動）が困難である

(3) 保険

YMCA は管理者賠償保険に加入しております。病気や怪我の際の診療におきましては、健康保険証を使用させていただくことをご了承ください。

(4) 個人情報

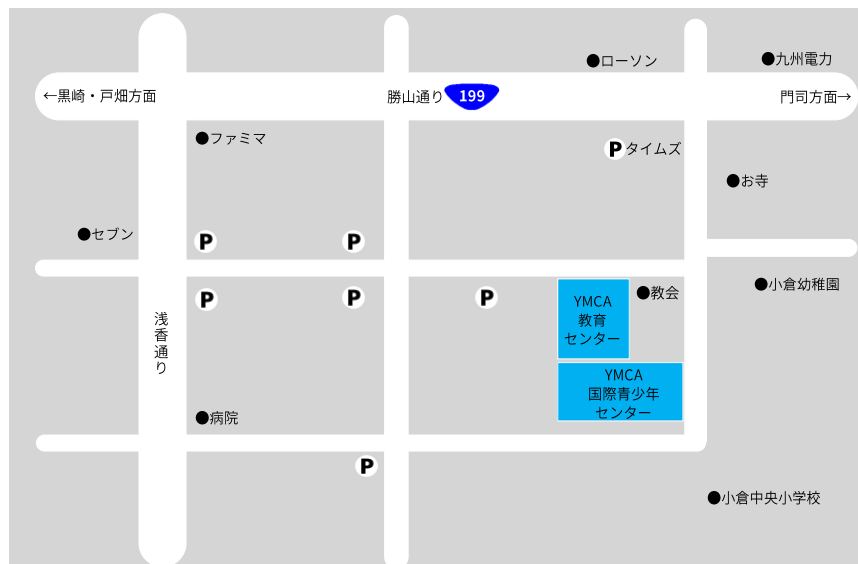
お申し込み時にご提供いただきます個人情報は、当該事業の円滑な運営及び、今後の北九州YMCAの各種情報のご案内、ご連絡以外の目的には使用いたしません。

また、事前に伺います写真および動画の掲載承諾に基づき、ホームページ（ブログ・Facebook等）、パンフレット等にお子様の写真および動画の掲載させていただく場合がございます。訂正・削除依頼があれば対応いたしますので、趣旨をご理解いただきご協力をお願いいたします。

(5) プログラム報告および事後アンケート

プログラム終了後に報告書をメールにて配信いたします。また、事後アンケートを実施いたします。お手数ではございますが、プログラム終了後2週間以内にご回答いただければ幸いです。アンケートは今後のプログラム作成の参考にさせていただきますのでご協力をお願いいたします。

(6) 集合・解散場所



Xmas アドベント	⇒北九州YMCA国際青少年センター1 階
ウィンタースクール	⇒北九州YMCA国際青少年センター2 階
チャレンジスキー エンジョイスキー	⇒北九州YMCA国際青少年センター1 階駐車場
おひさまキャンプ	⇒北九州YMCA国際青少年センター2 階

※お子様の送迎はYMCA館内までお願いいたします。

※通行の妨げとなるため、YMCA建物前のお車の乗降はご遠慮ください。お車でお越しの際は、近隣の有料駐車場をご利用の上、館内までお越しくください。

※YMCA近隣は一方通行の道路が多くあります。通行には十分ご注意ください。

お問い合わせ先



宛 先 : 〒802-0004 北九州市小倉北区鍛冶町 2-3-13

公益財団法人北九州YMC A

ウエルネス事業部・語学事業部

連絡先 : TEL (093) 531-1587 / FAX (093) 531-1589

メール : child@kitakyushuymca.org

受 付 : 火～土曜日 11:00～19:00

年末年始閉館 : 12/29 (日) ～1/3 (金)