

参加にあたってかならずお読みください。

- ・天候等その他の条件により、活動内容が変更となる場合があります。
- ・少人数制で安全な自然体験プログラムとなっておりますが、万一の事故に備え参加者には傷害保険に加入いただき、イベント中のケガや事故に対応させていただきます。保険の内容を超えた補償については各自で責任を持ってください。

【 森に入る前の服装と持ち物 】

■服装（森の中で”の活動の基本です。必ず守ってください。）

- ・長そで長ズボン、帽子（黒以外）で森に入ろう！

森の中では触るとかぶれる木があったり、虫に刺されたり危険がたくさんあります。

また、黒い服装はスズメバチの攻撃の対象になるほか、マダニがついてもわかりづらいので、さげましょう。

■バッグ・カバン

- ・荷物を入れるバッグは、リュックサックなど両手が自由になるものにしよう！

■くつ下、靴

- ・丈の長いくつ下、はき慣れた運動靴（足首など肌が見えないように覆う）を履こう！

■持ち物

- ・水筒・水を入れよう！

避けた方がよい飲みもの・ジュース（甘いジュースはハチがよってくる）
お茶（利尿作用がある）

- ・タオル・ハンカチ・首に巻く（できるだけ肌をかかす）、汗ふきのほか、応急手当にも使えます。

- ・雨具・雨具の準備は大切です。天候が非常に変わりやすいため、雨具は必須です。動きやすい上下セパレートタイプの雨具を選びましょう。

- ・常備薬、虫よけスプレー・事前の虫よけ対策をしよう！

【 森の中の危険ないきもの 】

■スズメバチ

- ・予防として、黒の服や帽子を身につけないこと。白や黄色の明るい色を選ぼう！

- ・ハチが近づいてきても手で追い払わず、大きな動きをせずにゆっくりその場を立ち去るか、その場でゆっくりしゃがもう！

- ・ハチの動きが特に活発になる夏から秋にかけては、常に注意し警戒しよう！

- ・化粧品のにおいや香水はハチを刺激し、攻撃の対象になりやすいので注意しよう！

■マダニ

- ・付着したマダニを発見しやすい明るい色の服（長そで・長ズボン）や帽子を着用しよう！

- ・森から出たら真っ先にマダニチェックをしよう！

■へび（マムシ・ヤマカガシ）

- ・へびがいそうなところ

）・）～～～水場に近い、じめじめしている草むら

）・）～～～道（散策路）から外れた、やぶや草むら

- ・穴の中、大きな石のかけ、倒木のかけには確認しないで手を突っ込まないようにしよう！

- ・腰をおろすときは、必ず確認しよう！

- ・死んでいるように見えるへびでも、手に取らないようにしよう！

（死んでいない事もあり、頭の筋肉が生きていて咬まれることもある）

- ・マムシやヤマカガシは基本的に大人しいのですが、産卵期は要注意！！

- ・マムシの産卵期は8月から10月なので、この時期は特に注意しよう！！