



やまびこ通信

campi daito
No. 383

やまびこ：『子ども・自然・大人をつなぐ通信』です。飯盛山の中にあるキャンピだいとうを中心に、大東市の自然や動物・生きものなどを月に1回、楽しく紹介します。



サバイバル



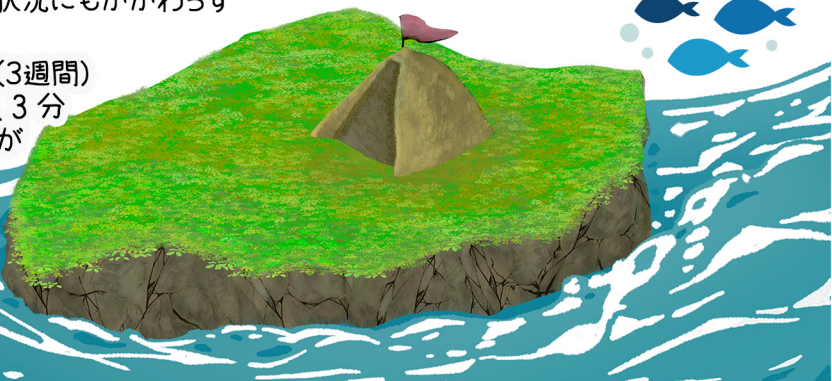
前回特集した、防災から一歩進んでサバイバルについて考えてみましょう！サバイバルと聞いてどんなイメージを持ちますか？サバイバルとは『困難な状況や危機的な状況にもかかわらず

何とかして乗り越えて生き残ること』と解説されています。では、危機的状況とは、どんな状況でしょうか？人間が生き抜くために絶対に必要な物を3つあげてみてください

【3.3.3の法則】

1. 空気 (3分) 2. 水 (3日) 3. 食料 (3週間)
の順に、人間にとって重要な物であり、3分3日3週間の時間を超えると人間が生存できる可能性が低くなると言われています。

また、体温異常が3時間以上続くと人間が生存できる可能性が低くなるということを加え3×4つという説もあります。



こともだあって、やったらできることこれから紹介していきたいと思ひます。今回は、『天気予報』天気はだいたい西から東へ変化していきますよ西隣の街の情報は前触れですヨ
気象予報は誰がやってもいいんですよが今日からキミも気象予報士ヨ

自分でできひもん

その4 天気予報できるもん



みなさんも色々調べてみてねヨ
新たな発見があるかもヨ

【自然現象で予報ヨ】

- 月に傘がかかると雨
- 星がチラチラすると雨
- 夕焼け夕虹は晴れ
- 朝焼け朝虹は雨
- 飛行機雲がすぐに消えたら晴れ
- 夜中に列車の音が聞こえたときは下り坂
- 遠い山が近くに見えると雨



【動物や昆虫で予報ヨ】

- ネコが顔を洗うと雨
- ミズが地上をはいだしたら大雨
- クモが糸を渡ると明日は晴れ
- ツバメが低く飛ぶと雨
- アリが行列を作ると雨
- クモが葉っぱの裏に隠れると雨

【人で予報ヨ】

- 髪の毛にくしが通りにくいと雨
- あかぎれが痛むと晴れ
- こどもが騒ぐと雨

これも全国的によく言われます。低気圧が近づくとときは、気圧や気温、湿度が変化します。この変化が人間の自律神経に影響すると言われています。



大東市立野外活動センター
キャンピだいとう
Campi Daito

大阪市内から車で約30分！飯盛山にあるキャンプ場。無料貸出備品がいっぱい。夜間もスタッフが在中。

予約方法 Reservation



仮予約はこちら▶ 072-874-5165

空き状況の確認や書類提出など詳しい予約の方法はキャンピHPの「予約の手順」まで→



利用料金 Fee

大人 高校生以上	こども 3歳～中学生	幼児 2歳以下無料
-------------	---------------	--------------

大東市に在住・在学・在勤の方は市内料金で利用できます！

日帰り利用 (10:00～16:00)

大東市内		他市	
大人	こども	大人	こども
200円	100円	400円	200円

宿泊利用 (16:00～翌10:00)

宿泊場所	大東市内		他市	
	大人	こども	大人	こども
テント利用	200円	100円	400円	200円
アーチハウス本館利用	300円	200円	600円	400円

アクセス Access

キャンピだいとう (大東市立野外活動センター)
住所：〒574-0012 大阪府大東市龍岡1846



- ①大阪市内から阪奈道路を奈良方面(東)へ。
- ②竜岡交差点(1つ目の信号)を通り過ぎ、200m先左手に「楠公寺」の看板を左折。
- ③道なりに約10分。(大阪府龍岡グランド奥)



- ①JR学研都市線 野崎駅が最寄りの野崎観音(福聚山慈眼寺)から登る。
- ②ハイキングコースを進んで約60分。



- ①近鉄バスで「住道駅前(北側)」から「生駒登山口行」に乗り約18分。
- ②「竜岡」停留所で下車から徒歩約20分。



今、味噌がアツい！

11月26日
キャンピィだいてうにて
『お味噌作りを楽しむ会』開催！
(要予約、詳細はp4へ)

私たち日本人にとって、とても身近な調味料・味噌。日本のスーパーフードとも呼ばれるほど栄養豊富！食欲の秋にその魅力を知って、おいしくいただきましょう。手作りお味噌にも挑戦してみても……！？

五大栄養素をすべて含む！

- 『タンパク質』『糖質』『脂質』
→身体を動かすエネルギー源となる
 - 『ビタミン』『ミネラル』
→身体の調子を整える
- 5つの栄養素すべてが味噌に含まれます！



食物繊維が豊富！

腸の調子を良好にしてくれる食物繊維。血糖値や血圧の上昇も抑えてくれます！

塩分の心配なし！◎

栄養たっぷりでも、塩分が高いのでは？という心配はご無用！
一日に摂取したい塩分量が成人男性7.5g、成人女性6.5gとされるのに対し、お味噌汁一杯分の塩分は約1.5g。他のおかずともバランスを見ましょう◎

イソフラボンで老化予防！

抗酸化作用＝老化防止の効果が高い栄養素。お肌のシミ・シワや疲れやすさに効果的で、若々しくなれちゃいます★

味噌ってどうやって作るの？

ざっくり解説！

●準備～大豆を炊こう～

お味噌を作る前々日に、大豆を洗い、たっぷりの水に一晩浸けておく。
次の日になったら、大豆をさっと洗い、大豆がひたひたになる量の水で大豆を炊く。鍋蓋は閉めずに！
沸騰→お湯を捨て水洗い→大豆と新しい水に落とし蓋をして炊く(6～8時間)。
指でつぶれるほど柔らかく炊き上がったら、大豆と煮汁に分けておく。煮汁は捨てないで！

●いざ作ろう！

麴と塩をよく混ぜ合わせる。大豆はミキサーにかけて潰す。潰した大豆に麴&塩をこね合わせたら、空気が入らないようにぴっちり容器に詰める。4ヶ月ほど寝かせて発酵させたら、やっとできあがり！



ホルモンの修繕日記

女子宿泊室のクーラーが直りました！

夏季期間の途中から壊れていたため、窓を開けても風が入らず蒸し暑い夜を過ごしていましたが、快適に寝られるようになりました。

青アーチのデッキを修理しました！

キャンプ場の中でも人気のアーチハウス。デッキの木が腐っていたのか、踏んだらぼよんぼよん。職員で修繕し、どれだけ踏んでも丈夫なデッキになりました！



8月から9月に寄付をしていただいた方々です！ありがとうございます！

西脇 正樹 濱本 昌哉 内山 義雄 間 紀夫 カワモリ産業株式会社
佐久川 哲也 土方 龍子 (順不同敬称略)

認定 NPO 法人 大東市青少年協会は、私たちの活動にご理解いただき支えてくださる方
(寄付金一口 3,000 円から) を募集しています！ お申込はこちらから→



CS(キャンプスクール)

『とことんキャンプ』

日程：7月27日(木)～28日(金)

参加者：55名 天気：晴れ

まず、竹水鉄砲をつくるために、竹をのこぎりで切りました。皆で竹を押さえて、竹を切っている子を応援していました。晩御飯にはカレーライスを作りました。今回はお米を竹飯盒で炊いたので水加減や火加減が難しかったですが、皆で確認をしていたのでおいしいご飯が炊けました。夜にはナイトハイクをして、最初は怖がっていた子も、手を繋ぎ歌いながら登ると楽しそうにしていました。そして山頂からの景色を見て感動していました。2日目のお昼には流しそうめんをして、皆で譲り合い楽しくそうめんを食べました。そして最後に水鉄砲で遊びました。水遊びが始まると、皆楽しそうにリーダーたちに水をかけにっていました。

とにかくとことんわくわくして夢中になる楽しい2日間でした！

シニアリーダー1年 シュシュ



深野小サマーキャンプ

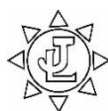
日程：8月3日(木)～4日(金)

参加者：46名 天気：晴れ

テントを建てたりネイチャービンゴをして見つけた葉っぱなどを使って木の実クラフトをしたりしました。テントは、暑い中休憩しながら班で協力して建てました。夜ごはんは、火付けと野菜とお米の3つのグループに分かれて一生懸命自分の役割を果たしました。みんなで作った夜ごはんはとっても美味しかったです。キャンプファイヤーでは、前で話している人のことを見てしっかりルールを聞いていました。

2日目はみんなはいつもと異なる環境で寝たせいか少し起きるのが早かったです。片付けでは自分の使った場所を綺麗にできていました。10時に解散と、短いようで沢山あった非日常な大自然の中でのキャンプはとても楽しかったです。

シニアリーダー1年 だいく



JL(ジュニアリーダー講習会)

日程：8月16日(水)～18日(金)

参加者：55名 天気：晴れ

いもりぶらざで集合した時、JLっ子たちは最初のキャンプなのもあって少し不安そうだったり、ドキドキしている様子でした。キャンプ場に到着したら少し体を休めて、アイスブレイクゲームやテントを設営し、それぞれのグループで班の旗を作りテントの近くに設置しました。その後はカレーとサラダをみんなで協力して作りました。1日目夜のメインプログラムはキャンプファイヤーです。火を囲み色々なゲームをしました。

2日目は1日目の不安がスカッと無くなったのかとても元気そうでした。午前は班ごとにそれぞれで考えたプログラムを行います。竹で竹水鉄砲を作ったり、桜の木でバードコールを作ったり、採取したブルーベリーでジャムを作ったり、自然の物を使った班が多かったです。午後からはそんな班で行ったことをスタントで発表するために練習をしました。そして夜にはパーティーとスタントの発表会を行い、最後はセシモニーファイヤーでリーダーから班の子ども達へメッセージを送りました。子ども達はとても喜んでいました。



3日目は大放水をして、シャワーを浴び、休憩をしてからこの3日間のことを作文で書いてもらいました。3日目の子ども達の表情は1日目と比べてとても輝いていました。

ボランティアリーダー1年 プリン



秋になり気温も涼しく過ごしやすい季節になりました。木の葉も色を変え始め、夏とは違う景色が見ることができます。秋の自然の中でのんびり過ごしたり、アウトドアクッキングをしたり、思い思いの過ごし方を楽しんでください。

おとな・ファミリー対象
お味噌作りを楽しむ会

日時:2023年 11月26日(日)10時~16時
ネット受付:10月7日(土)12:00~11月2日(木)21:00まで
活動場所:キャンピィだいたう(現地集合・解散)
参加費:おとな/2,000円 3歳~小学生/1,800円
1歳~2歳/1,000円 (+別途材料費)



要予約

材料費:3kg/3,800円 7kg/6,800円 14kg /13,200円 (出来上がりキロ数)
定員:70名(お子様だけの参加、材料だけの購入、お味噌を作らない方の参加はできません。)
大豆、麴、塩でお味噌ができます。事前にご自宅で大豆を炊いて、持ってきていただき、当日は出来たての麴とお塩を混ぜてお味噌を仕込んでいただきます。
昼食は、昨年仕込んだお味噌を使ったお料理をご用意いたします♪

アウトドアスクール(ODS) **小・中学生対象**
焚き火で絶品チョコレートスイーツ作り

日時:2024年 2月18日(日)9:00~16:00
ネット受付:12月7日(木)12:00~2月11日(日・祝)21:00
集合場所:【マイクロバス利用】末広公園【現地集合・解散】キャンピィだいたう
活動場所:キャンピィだいたう
参加費:【マイクロバス利用】2,800円 【現地集合・解散】2,500円
定員:【マイクロバス利用】20名 【現地集合・解散】40名



要予約

グループのみんなと一緒に焚き火のあたたかさを感じながら、甘いスイーツを作りましょう♪



キャンプスクール(CS) **小・中学生対象**
石窯を使って本格ピザ作り&飯盛山大冒険!

日時:2024年 3月30日(土)10:00~3月31日(日)16:00
ネット受付:1月7日(日)12:00~3月16日(土)21:00 まで
集合場所:【マイクロバス利用】末広公園【現地集合・解散】キャンピィだいたう
活動場所:キャンピィだいたう
参加費:【マイクロバス利用】9,800円 【現地集合・解散】9,500円
定員:【マイクロバス利用】20名 【現地集合・解散】40名



要予約

石窯を使って本格ピザ作り体験をしよう!できたてアツアツのピザを楽しもう♪
そしてキャンプ場を飛び出して飯盛山を大冒険!
何があるのか、何を発見するのかは来てからの楽しみ!!



子ども居場所作り事業 **小・中・高・大学生対象**
ほうかごBaseCamp

@こみっていさろん (毎月第2,4水曜日)
日時:2023年 10月 11日(水)・10月 25日(水)
14:30~19:30(小学生は17時まで)
場所:大東市立総合文化センター2F
こみっていさろん



予約なし
参加費無料

パンの配食
やってます

家でも学校でもない、みんなで作る、みんなの居場所です。予約や料金はいらないので気軽にきてくださいね。宿題をしたり、友達と遊んだり、自由に過ごせます。

< 行事予定表 >
10月



- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31



★お味噌作りを楽しむ会
受付開始
OCSサバイバルキャンプ
(10/7~8)

○米作り『福刈り』



○ほうかごBaseCamp
@こみっていさろん



ODAC10月例会



○ほうかごBaseCamp
@こみっていさろん



○米作り『脱穀』



申込み方法

行事参加には事前の申込みが必要です。
認定NPO法人大東市青少年協会のHPから
ご予約をお願い致します。



大東市青少年協会 検索



スマホで
簡単申し込み

お問い合わせ

認定NPO法人 大東市青少年協会

TEL : 072-874-5165
FAX : 072-886-3152
受付時間 : 12~21時(第2木曜日を除く)
〒574-0036
大阪府大東市末広町1-301



Twitter

Facebook



<http://www.ysdnet.ne.jp/ysdnet/>