



Spring School in 伊豆高原

たくさんスポーツ合宿



いよいよやります!! **みらスポ×ゼブラスポーツ**で初めての「**スポーツ合宿**」開催🎉
 大田区立伊豆高原学園の体育室を使って2日間、めいっぱい体を動かして楽しみます!!
 基礎練習もしっかり実施、ルールを覚えて行う、**サッカー・野球・タグラグビー**、
 楽しく体を動かす**ドッチビー**、頭も使う**ポッチャ**、チームで対決する**ミニ運動会**、
 天気がよければ、**星空観察**などを盛りだくさんの活動を予定しています🌌
 バカンスや旅行ツアーではなく、**慣れない環境**でも、**めいっぱい体を動かし**、
たくさんの人とのコミュニケーションを取る合宿で、**たくさん思い出を創りましょう!**



開催概要

日程 場所	2023年4月3日（月）～4日（火） 大田区立伊豆高原学園 静岡県伊東市八幡野1154-3 TEL. 0557-48-7815	
集合・解散 場所・時間	場所：大田区民プラザ前 下丸子駅すぐ 大田区下丸子3-1-3 集合時間：4月3日 8:30 解散時間：4月4日 18:00 ※交通状況等により、スケジュールや解散時間が変わることがあります。 ※送迎時、お車を利用する場合には、必ずコインパーキングをご利用ください。	
対象・定員	対象：小学新1年生以上 ※みらスポ・ゼブラスポーツ会員様・卒業生とそのきょうだい・お友達が対象となります。 定員：24名 ※新年長で参加希望の方はコーチにご相談ください。	
合宿の お約束	1. あいさつ・お礼・返事はしっかりしよう 2. コーチよりも前は歩きません 3. お部屋の鍵はしめません。窓や網戸に触りません 4. 部屋や廊下で暴れません。物置にも入りません 5. お話はきちんと聞きます1回で 6. ルールを覚え、みんなで協力して取り組みます 7. 得意・苦手どちらでも、全力で楽しく挑戦するぞ! 8. 自分に向き合い、みんなと一緒に高め合おう!	
2日間の スケジュール (予定)	<1日目> 8:45 電車にて伊豆高原駅まで移動 下丸子駅→蒲田駅→川崎駅→伊豆高原駅 伊豆高原学園までは徒歩で移動 (500m約6分) 11:30 合宿ルールの説明 12:00 昼食 12:45 ドッチビー (50分) タグラグビー (90分) 15:15 部屋移動・休憩 (おやつ) 15:45 サッカー (フットサル) (120分) ミニ運動会説明・練習 (30分) 18:30 夕食 19:30 星空観察 20:15 入浴 21:00 就寝	<2日目> 6:30 起床・片付け 7:00 朝食 8:00 運動会の作戦会議 8:45 部屋片づけ 9:00 ポッチャ (50分) 野球 (Tボール) (120分) 12:00 昼食 12:45 ミニ運動会 (120分) チーム戦：長縄・リレー・風船ゲームなど 個人戦 (種目を1つ選択)：10秒ピタリ競争・ バケツボール入れ・目隠しコーン近づきなど 15:00 片付け 15:20 伊豆高原学園出発 伊豆高原駅→川崎駅→蒲田駅→下丸子駅 18:01 下丸子駅着・解散式



開催概要

料金	《参加費》 会員 : 25,000円 (税込27,500円) 非会員(卒業生含む) : 28,000円 (税込30,800円) ＜参加費に含まれるもの＞ ・往復交通費・宿泊代・指導料・保険料 (非会員) ・食事代 (初日昼～最終日昼食/おやつは各自持参) ※会員・会員きょうだいの方は5/15に登録口座より引き落としします。非会員外の方は3/13までに指定口座へお振込みをお願いいたします。	《キャンセル料規定》 21日前 (～3/13) : 不要 20日前～7日前 (～3/27) 参加費の20% 6日前～3日前 (～3/31) 参加費の30% 2日前～前日 (4/2) 参加費の50% 出発日当日 参加費の100%
申込	1/28 (土) 9:00より 受付開始 みらスポ公式LINEにて以下記載の上、お申し込みください。先着順を基本の受付となります。 ※男女の部屋割り、年齢、みらスポ・ゼブラの人数バランスなどの関係で先着順にならないこともあります。 ①参加イベント名 ②参加者氏名 ③年齢 (学年) 以下非会員 ④性別 ⑤電話番号	
コーチ紹介 引率者数	運動・体操スクール みらスポ 代表 かずコーチ みらスポでは、スムーズに体を動かすコーディネーション運動 かけっこ、ボール運動、マット運動など、たくさんの運動を 楽しく実施し、スポーツ動作の基礎づくりを行います。 合宿では、 ドッチビー・ポッチャ・ミニ運動会 を メインコーチとして指導します！ 	ゼブラスポーツ 代表 しゅんコーチ ゼブラスポーツでは、3歳からサッカー、ラグビー、野球 など複数球技に取り組み、将来どのスポーツでも 活躍できる運動の根幹部分を養っていきます。 合宿では、 タグラグビー・サッカー・野球 を メインコーチとして指導します！ 

よくある質問

Q 子供の健康状態はどのように把握していますか？

事前に健康調査票をご提出いただけます。緊急連絡先や薬の飲ませ方（塗り方）、夜尿、乗り物酔いの有無など確認させていただきます。

Q 薬は飲ませてもらえますか？

健康調査票をもとに、年齢に関わらず、引率者の目の前で服用してもらいます。
薬は自己管理です。回収は致しません。1日目夕食後、2日目朝食後など、小分けにして、それぞれお子様の名前を書いてお持ちください。

Q 食物アレルギーの対応は？

健康調査票にて食物アレルギーの確認をし、宿舎の担当者と相談して決定します。宿舎担当者と保護者様でやりとりをしていただくことがございます。
また、宿舎で除去・代替食で対応できない等、安全管理上対応が難しい場合には、各ご家庭に除去食をお持ちいただいております。

Q 夜尿が気になります…

おねしょが心配なあまり、参加を迷ってしまうお子さまもいると思いますが、この合宿では「おねしょをしてもいいよ」というスタンスです。
また、深夜に起こしてほしい、というご要望はおこわしております。引率者が早朝、みんなが起き出す前に確認し、おねしょをしてもできるだけ周りに気づかれないように配慮し、その子の気持ちに寄り添いながら一緒に片付けます。

Q もし怪我をしたらどういった対応をしますか？

擦り傷、切り傷などは現場で応急処置を行います。骨折等の大怪我の場合、保護者の方にご連絡し、活動場所最寄りの緊急病院へ搬送し、手当てを受けます。その際の診療費は、個人負担となります。

Q 現地合流・解散や途中からの参加・退席はできますか？

安全に活動するために、集合から解散まですべての行動を共にします。途中参加、途中帰宅はお断りしています。

Q 低学年ですが、それぞれのスポーツについていけるか心配です

年齢による能力差があっても楽しめるようなルールを作り実施していきます。また、野球など子供たちにとって複雑なルールは簡略化して行います。
一方、能力差を理解し上手な子の動きをまねたり、努力すること、苦手な子に対して子供たち同士でサポートしていくことも大切なことと考えております。

Q お友達・きょうだいと同じ班・部屋割りにしてほしいです

自分からコミュニケーションを図り、仲間を作り、自分を知ってもらいながら居場所を作ることも合宿の目的の一つです。
また、できるだけ異学年の縦割りで編成するため、お友だちやきょうだいとはできるだけ、異なる班・部屋に編成します。

Q 男女それぞれ別の部屋が用意されていますか？また女性の引率者はいますか？

部屋は、年齢に関わらず男女別の部屋を用意いたします。また、女性の引率者は必ず1名以上配置します。

Q 携帯電話、スマホ、ゲームなどを持っていても良いですか？

衣食住の基本や集団生活を通しての学びも合宿の主な目的です。その目的に集中できなくなってしまうので、持参はおやめ下さい。また連絡を取りたいという方もいらっしゃるかもしれませんが、「便りの無いのは良い便り」無事に活動できている証拠です。お子様を信じて、帰りを待っていただければと思います。
また、合宿の様子は、SNSや掲示板など手段は検討中ですが、適時配信します。

Q 参加ができなかった時に返金はありますか？

参加者都合によるキャンセルは、規定のキャンセル料が発生します。新型コロナウイルス感染症に起因する参加取り消しも同様となります。
また、天変地異や感染症の発生など、やむを得ず主催者が開催中止と判断した場合、一部参加費を返金できない場合があります。

Q 新型コロナウイルス感染症に起因する参加の取り消し基準を教えてください

・出発から5日間前から、参加者の検温等を記載する健康観察カードに必要事項を記入をお願いします。
・検温の結果、37.5℃以上の発熱があったり、平熱より1℃以上高い場合、倦怠感がある、咳が出る、味覚に異常がある等の症状や体調不良が確認された方、濃厚接触者と認められた方、学級閉鎖を含め、公的機関より外出自粛の要請を受けている期間の場合、ご参加いただくことはできません。

申込み注意事項

《参加資格について》

- ・小学生以上のみらスポ、ゼブラスポーツ会員（2023年4月末）と、そのきょうだい、友達が対象となります。友達のみでご参加いただくことはできません。
- ・年長の方で参加希望の方は、担当コーチにご相談ください。
- ・新型コロナウイルス感染症に起因する参加の取り消し基準に該当する方はご参加いただくことはできません（よくある質問参照）。

《お申し込みに関する注意事項》

- ・持病がある方は、事前に担当コーチまでご相談ください。
- ・食物アレルギーについて、事前に宿舎の担当者と相談して決定します。その際、宿舎担当者と保護者様でやりとりをしていただくことがございます。また、宿舎で除去・代替食で対応できない等、安全管理上対応が難しい場合には、お食事をお持ちいただいております。割引はございません。
- ・インフルエンザや風疹、とびひ、アタマジラミなどの感染症に罹患した場合、もしくはその疑いがある場合はご参加いただけません。医療機関での治療証明が出た場合には、ご参加いただけます。
- ・上記理由により、参加取り消しとなった場合、通常のキャンセル料が発生します。
- ・活動中に病院へお連れした場合は診療費は、個人負担となります。
- ・活動中に体調を崩し、感染が広がる可能性があると考えられる場合には、現地までお迎えに来ていただく場合がございます。その際の費用は、個人負担となります。
- ・合宿への途中参加・途中帰宅はお断りしております。
- ・合宿の内容・活動時間は天候や活動場所の状況により、予告なく変更することがございます。
- ・最少催行人数は12名とさせていただきます。最少催行人数に満たない場合には、開催を見送ることがございます。
- ・ごきょうだいや、友達同士での同じ部屋・グループなどの受け付けは行っておりません。

《お申し込みについて》

- ・みらスポ・ゼブラスポーツ、各クラブ指定の方法でお申し込みください。
- ・先着順を基本としますが、宿舎の男女の部屋の割り振り、年齢、みらスポ・ゼブラスポーツの人数バランスなどの関係で先着順とならない場合もあります。
- ・申し込み後、やむを得ずキャンセルをされる場合はなるべく早くご連絡ください。また、ご心配事があれば早めにコーチにご相談ください。

《参加費について》

- ・参加費には、交通費・宿泊代・食事代（1日目の昼食～最終日の昼食まで）・引率代・指導費・保険料（非会員）が含まれております。
- ・会員の保険料は、会員が各クラブで加入しているスポーツ安全保険にて対応いたします。
- ・参加費は各クラブの指定の期日・方法でお支払いいただけます。振込に際する手数料は各個人負担となります。
- ・予定したスケジュールの内容を実施できなかった場合には、代替の内容で実施します。その際、参加費の返金などは行いません。
- ・天変地異や感染症の発生など、やむを得ず主催者が開催中止と判断した場合、一部参加費を返金できない場合があります。
- ・天変地異や感染症の発生など、何らかのやむを得ない事情により、予定していた交通機関を変更せざるを得なかった場合や宿泊が伸びた場合、その分の交通費や宿泊代を各家庭でご負担いただく場合がございます。

《キャンセル料について》

- ・キャンセルの場合には、「開催概要」に記載のキャンセル料が発生いたします。
- ・参加費支払後に、キャンセルが発生した場合には、参加費から、規定のキャンセル料と事務処理手数料（330円）を引いた金額を返金いたします。
- ・新型コロナウイルス感染症に起因する参加取り消しも、規定のキャンセル料が発生します。

《参加期間中の保険について》

- ・参加者期間中は、自動的に保険加入となります。
- ・補償範囲・額の詳しい内容はスポーツ安全保険HPでご確認ください（加入区分A1）。
補償範囲：団体活動中とその往復中 補償額例：入院日額 4,000円 通院日額 1,500円
- ・新型コロナウイルス感染症を含む、すべての病気は補償対象外です。



保険補償内容（PDF）

《参加者の個人情報の取り扱いについて》

- ・あらかじめ参加者の同意を得ずに、参加者の個人情報を第三者に提供することはありません。ただし、次に掲げる場合はこの限りではありません。
 1. 本企画を達成するために必要な業務を遂行するに際して、第三者に業務を委託する必要がある場合であって、本業務を適正に遂行する目的のためにのみ利用し、利用目的の達成に必要な範囲でのみ当該第三者に開示する場合
 2. 国の機関もしくは地王公共団体またはその委託を受けた者が法令の定める事務を遂行することに対して協力する必要がある場合であって、参加者の同意を得ることによって当該業務の遂行に支障を及ぼす恐れがあった場合
 3. その他、個人情報の保護に関する法律、その他の法令で認められる場合
- ・合宿の様子を各学校の公式SNSやHPなどで画像・動画の配信いたします。掲載不可の希望がございましたら、お伝えください。

《持ち物例》 持ち物の一例です。詳細は改めてご連絡いたします。

大き目のリュック（40ℓ程度）	大きめの水筒	運動しやすい室内シューズ
↳キャリーケース不可・ボストンバックは非推奨	着替え・寝巻・パジャマ	歯ブラシセット
体育館移動用の袋か小さめのリュック	運動しやすい服装（たくさん）	↳シャンプー類は不要
お風呂移動時の袋	汗拭きタオル（バスタオルは不要）	ハンカチ・ティッシュ
保険証のコピー（表・裏：要住所確認）	マスク（たくさん）	お菓子（300円程度）
健康チェックシート（5日間の健康観察等）	着替え後の衣類を入れる大き目の袋	常備薬