



NPO法人 ナップこども自然学校キャンプ集合案内

プログラム名	「おもしろ潮干狩りにチャレンジ！」 予定プログラム：潮干狩り、海遊びなど
集合／解散場所	川崎駅 JR線・京浜急行線 受付@8:20／解散@17:00予定 ※受付時間に遅れないようにご集合ください
集散時の注意	受付完了次第、随時出発します。(出発後のご参加は現地まで直接お越し下さい) 上記解散時間までに解散場所にて待機をお願いいたします。(解散時間は予定時刻です) 交通事情などにより解散時刻が前後することがあります。あらかじめご了承下さい。
参加費	5,500円 (小学生/1名)
実費	100円/1名 (更衣室・シャワー代) ※各自で管理となります
往復交通費	パスモ (スイカ) に下記交通費+飲み物代程度の金額を入金の上、持参して下さい 【交通費詳細】交通費：500円見込み ※左記金額以上の残高でICカードをご用意下さい
実施場所	神奈川県横浜市 横浜海の公園
交通機関	京浜急行線・横浜シーサイドライン利用予定
担当者連絡先	受付担当TEL. 080-7735-9434 (受付開始時間～通話可能) ※作業中はすぐに電話に出られない場合があります
キャンセル連絡	当資料最終ページでご確認下さい
雨天時対応	ー小雨実施予定ー 1～2mm程度の小雨が断続的に降る程度の予報であれば実施しますが、活動時間帯の連続した降雨予想や、平均よりも大幅に気温が低い場合、強風・波浪注意報などが出ている場合は中止します

必要な持ち物

●参加用健康チェック表をWEBサイトからダウンロードして、各項目に記入のうえ持参してください
※印刷環境が無い場合はWEBフォームで送信も可能です

- ①基本持ち物 (日帰りキャンプ参加手引き書に記載) ※お願い=水筒はリュックに入れてお持ちください
- ②飲み物購入用の小銭 ※現地周辺の自販機が「現金のみ対応」のため
- ③帰り用の着替え類 (タオル、衣類・下着など ※必ず下着類持参)
- ④潮干狩りの道具 (スコップやバケツなど※本書最終ページ参照)
- ⑤貝持ち帰り用の道具 (持ち帰り希望の場合※本書最終ページ参照)
- ⑥気温や天候によって熱中症対策の小物など (帽子や冷却タオルなど適宜)
- ⑦日焼け止め(適宜)

参加費の持参方法

※種類毎に個別の封筒で持参ください

※各封筒はノリやテープで封をせずにフタを折り曲げて持参ください

▷参加費

- ・参加費は封筒に入れて持参して下さい。
- ・封筒に「参加費」「名前」「人数分の合計金額」を記載して下さい。(※きょうだいは同じ封筒で大丈夫です)
- ・受付時にお預かりします。※封筒は糊封せずにご提出下さい

▷実費

- ・今回の実費は各自で管理して下さい。※集合場所で集金しません

※参加費は封筒のままお渡し頂き、中身の確認は出発後に行います。

※仮に金額に相違があった場合は解散時にその旨ご案内してご精算頂きますが、混乱予防のため金額をお間違えにならないようにご準備をお願いいたします。

予定行程

集合&出発→海の公園柴口駅着→徒歩約5分→海の公園着→着替えなど潮干狩り準備→潮干狩りにチャレンジ！→昼食（各自持参）→引き続き潮干狩りまたは海遊び→着替え→現地撤収→徒歩→現地駅出発→到着&解散式

服装について

▷集合時の服装

・水着（潮干狩りができる服装）を着衣して、その上に動きやすい普段着を着て集合して下さい。

※到着後は更衣室の利用予定がありません。

※服を脱いでラッシュガードを着たらすぐ海に入れる状態をお願いします。

【女の子の水着着衣時のお願い】

ワンピースタイプの場合は、途中のトイレで苦労しているようです。

- ・できればセパレートの水着をお願いしたいですが、ワンピースタイプの水着を着てくるのであれば、肩まで着用せずに腰まで着用して（下着代わりの様）来場して下さい。
- ・現地までのトイレのタイミングは、出発駅、乗り換え駅、現地公園（活動エリア）到着後、となります。
- ・特に出発駅（京急川崎駅）のトイレは全員必須（途中下車が発生しないようにする為）となっていますのでトイレに行きやすい工夫して下さい。
- ・レギンスは、水着の上から着用する予定なのであれば、持参して頂くと良いと思います。

【着用イメージ】

ワンピースの水着（腰まで着用）→その上から普段着などを着用して集合→現地でトイレ終了後に水着を肩まで着用→※レギンスを着用（下記参照） 児童の負担が少ないように工夫をお願いします。

▷潮干狩り時の服装

- ・水着のうえにラッシュガードや濡れてもよいTシャツ、レギンスなど
- ・または濡れても良い短パンとTシャツ

▷帰りの服装(着替え)

- ・濡れた衣服は全部着替えます（更衣室利用）
- ・更衣室には温水シャワーがあります。体が冷えた場合なども浴びることができます。体を拭くためのタオルを忘れないようにしましょう。
- ・「下着、シャツ」など集合時に着ていた水着の代わりに着て帰る服を忘れずに！

※低学年児童は自分一人で着替えができる服を持参してください
（ボタンがたくさんついている服や、紐を結ぶタイプなどは避けてください）

※濡れた状態では電車に乗れません。
着替えをお忘れなく！

▷靴

- ・クロックスやスポーツサンダルを履いて参加しても大丈夫です。
- ・裸足でも海に入れますが怪我予防のためなるべくスポーツサンダルやマリンシューズ類を履いて下さい。
- ※かかとがフリーに動く普通のビーチサンダルは危ないのでやめましょう。

▷めがねをしている児童はめがねバンドを持参して下さい

※海に落として紛失するケースがあります

▷爪を切ってきて下さい

※砂遊びの際に爪を引っかけて、爪をハガしてしまうと大変です。

集合時の注意

- 健康チェック表を用紙またはWEBで提出をお願いします。
- 必ず集合地でトイレを済ませてから受付をしてください。
- 受付時に実費をお預かりします。(実費有りのコース)
- 受付時に検温をします。
- ※発熱や体調不良を認める場合は参加を見合わせて下さい。

実施判断と運営についての事前アナウンス



【ナッブルくQRコード】

原則前日の**20:00までに発表**いたしますので必ずご確認ください。
当日の天候による実施判断の他、持ち物の追加、服装の指定、集合場所・時間の変更や運営内容の変更などがアナウンスされます。
※現地の様子や復路交通状況などがチェックできます。ご利用下さい！

【感染症予防策および安全な活動の実施について】

■雨天プログラムについて

プログラムの設定において、雨天中止となっているコースは雨天時にはキャンプ中止となります。小雨実施の設定になっているコースは、当日の天候調査の結果次第で実施または中止となります。

■その他の判断

安全活動ガイドラインに記載の通り、安全かつ円滑な活動が困難と判断した場合は事前に活動中止をアナウンスします。

また出発後であっても安全かつ円滑な活動が困難となる可能性が大きいと判断した場合は、即時に活動を中止して出発地に引き返します。予めご了承ください。

■同行予定のスタッフについて

当初同行予定のスタッフが指定感染症などに罹患した場合は急遽不参加となるため、同行スタッフ数に不足が生じる可能性もあります。

不足が発生した場合は、「職員による班担当」または班編制を行わず「職員のみによる全体引率」などの運営方法に変更させていただきます。予めご了承ください。

集合場所

○川崎集合場所



アゼリア地下道
1st Avenueと市役所通りの突き当り
(トイレ横)

※何らかの事情により予定場所で集合できない場合もあります。見当たらない場合は近辺を確認して下さい。

参加キャンセルについて

キャンセルされる場合は、できるだけ早めにお手続きをお願いいたします。

①ご自身でキャンセルされる場合（推奨）

受付完了メール、または日帰りキャンプ申込フォームページにある「お申込情報の確認・変更」ボタンからキャンセルできます。

- ・ URL : <https://www.npo-napkids.org/FormSys/applicant/login.php>
- ・ ログイン方法 = 申込時のメールアドレス + 携帯電話番号を入力して操作してください

② メールでキャンセルされる場合（従来方法）

キャンセル専用メールアドレス : cxl@npo-napkids.org

- ・ 参加者氏名
- ・ 申込みコース名 を必ずご記載下さい



キャンセル用QRコード

■キャンセル費用等詳細につきまして

「日帰りキャンプ参加手引き書」に記載の「キャンセル手続きのご案内」でご確認下さい。

ダウンロードサイトQRコード



③実施日当日のキャンセル（必須）

受付開始の**30分前以降**は、下記へ直接ご連絡ください。

【連絡先電話番号 = 080-7735-9434】

お問合せ先

特定非営利活動法人 ナップこども自然学校
e-mail : info@npo-napkids.org

アサリをとるのに必要な道具

①熊手やスコップ

※但し低学年児童が鉄の熊手を使うのは危ないのでプラスチック製の「砂場セット」がおすすめ

②スコップなどですくったアサリを入れるザルやカゴまたは網

→海水で砂を洗い落とせるザルやカゴがあるととても楽です

③捕った(選別した) アサリを入れるバケツ

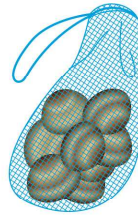
上記の①～③なしでも(素手でも)潮干狩りは出来ますが、素手で砂をかいていると指先が痛くなります。特に低学年児童はまだ皮膚が柔らかいので痛みやすいです。



折りたたみバケツ



砂場セット



網やザル

マテ貝をとるのに必要な道具



・写真のようなハチミツボトル(ドレッシングボトル)に食塩を入れて持参しましょう

・ボトルは100円ショップなどで手に入ります

・食塩を7分目以上入れて持参しましょう

マテ貝を取る時は砂を少し掘って、潜んでいる穴に食塩を振り入れると穴からニョキニョキと出てきます。

出てきたところをすかさず引っ張り出すと貝が割れずにキレイに捕獲できます

アサリなどの取り方とは一風変わっていて、「動いて逃げる貝」をこども達は夢中になって捕まえます。

もちろん食用ですのでマテ貝だけを狙う人もいますよ!



アサリなどを持ち帰るのに必要な道具

※アサリや貝類を持ち帰らせたい家庭のみ

①アサリなどを入れる容器

採った貝を入れて持ち帰るための密閉容器、またはジップロック（おすすめ）
ジップロックはLサイズを数枚用意しましょう
※1枚だけだと傷が入ったり口が開いた時に大惨事になります・・・(T-T)
2枚重ねなどにして利用しましょう
※バケツのままでは持ち帰りません（ひっくり返したらそれこそ大惨事です）

②保冷剤と保冷バッグ

クーラーバッグ（お弁当用などの大きさ）などに「保冷剤数個」を入れて持参して下さい。
保冷剤は少し多めに持参した方が貝の傷みが少ないと思います。

③空のペットボトル

海水を入れて帰るための空ボトル
貝は住んでいた場所の塩分濃度につけておくと一番砂抜きがすすみます
500mlのペットボトルが1～2本程度あれば500g位の貝の砂抜きができます
飲み物を現地で購入して飲みきってから海水を入れて帰るのも手です！

※海水を持ち帰らなくても海水程度の塩分濃度の塩水を作っても対応出来ます(次ページ参照)
また最近では他の砂抜き方法もネットやYouTubeに出ていますので色々試してみてください。

アサリの砂の抜き方

■アサリの砂抜きにはアサリを獲った所の海水が一番。
ですが海水が持ち帰れない時は・・・

- ①カルキを抜いた水(1～2時間、出来れば一晩置いた水道水)で3%程度の塩水を作る
- ②アサリすれすれに入れる。(水1リットルに対して塩30グラム)
- ③2時間～4時間程度、砂抜きしましょう。

注：一説によるとアルカリイオン水で塩水を作ると全く砂が抜けないので
ご注意ください

砂抜き用の海水(塩水)は貝のいた所の海水が一番！！
海水を使っただけの砂抜き方法です。

アサリ→



【現地でやること】

- ①殻には砂がついているので流水で洗う
(水道水で洗うのは厳禁！アサリが死んでしまいます)
- ②アサリを入れ物※に入れ、海水を注ぎ砂抜きを行う。

【家でやること】

- ①持ち帰ったアサリを流水で軽く洗った後に海水につけて砂抜きを行う。
海水の量はアサリの頭が隠れるくらいがベストです。
- ②2～3時間砂抜きを行ったあとアサリを海水(塩水)からあげ、塩出しを行う。
アサリ体内の塩水を吐かせないと塩辛くて調理が出来ないためです！塩出しはそのまま1時間程放置します。
- ③もういちど流水で洗う。(たまり水厳禁！)
※調理直前によく洗って調理してください。

※砂抜き用の入れ物はボールのような物ではなく、なるべく底が平らなもので砂抜きをしよう。
そしてあまり重ねないこと。沢山重ねると上のアサリが吐いた砂を下のアサリが又吸ってしまいます。
底にたまった砂をまたアサリが吸わない様に少し網カゴのようなもので底上げしてあげると良いようです。

バカ貝、しおふき貝の砂の取り方

アサリと違い、バカ貝としおふき貝は砂抜きが大変だそうです。
下記を参考にしてみてください



バカ貝



しおふき貝

- 1 大きな鍋にお湯を沸かし、大量の塩を入れる。(海水の半分くらいの塩分濃度=1.5~1.8%程度)
- 2 沸騰したお湯にざっと水洗いした貝を入れる。(＊入れる前に腐っているものがないかよく確認する。＊再度沸騰しかけたら火を弱める。)
- 3 殻が八分目くらい開いたものから取り出し冷水に入れる。(＊ゆですぎに注意！＊ゆで汁はあとで使用するので捨てないで残しておきます)
- 4 身を取り出す。(殻の端から内側をなでるように親指の腹をすべらせると貝柱ごときれいに取れます)
- 5 取りだした身をザル(プラスチックが好ましい)に入れ、ボールなどで受けて水を張った状態で、少しザルに押しつけ気味にやさしくかき回す。(あまり強く押しつけると身が壊れますので気をつけましょう)

ここでシオフキの場合は時計と反対回りにかき回すと砂が良く取れるそうです。
何度もこまめに洗う水を替えるのがコツとか。

- 6 水を替えて同じことを何度か繰り返し、時々食べてみて砂が残っていないか確認する。(身がくずれそうになってもまだ砂が残っているときはあきらめましょう)
- 7 残しておいた温かいゆで汁(冷めていたらもう一度沸騰しない程度に沸かし直してください)にザルごと静かに浸け、身が温かくなったら取り出す。

ポイント1：ゆでているときに身が落ちてしまうようならゆですぎです。

ポイント2：ゆでるときはうまみを逃さないために沸騰させないようにしましょう。

バカガイとシオフキに関しては少々の事では砂は出し切りませんので持って帰ったら水道水で表面を良く洗って、すぐに茹でてしまうのが美味しく食べるコツ・・・だそうです。

貝の大きさ比較

バカ貝



カガミ貝

しおふき貝

アサリ