

2026ねん8がつ8にちど 8がつ10にちげつ
2026年8月8日(土)~8月10日(月)

だい かい とやまDMさまーきゃんぷ 26
第32回 富山DMサマーキャンプ'26

まえしおり きゃんぷまえ
前しおり (キャンプ前によんできてね)



みなさまお元気ですか? ことしも富山DMサマーキャンプがやってきます。

サマーキャンプには、患者さん、ご家族、ヤング(OB,OG), スタッフあわせて150人程の人たちが参加します。

キャンプでは自分より小さな子からお兄さん・お姉さんまで、いろいろな人たちと遊んだりお話をしたりできます。

たくさん友だちをつくるのもいいし、一人でもいいから気の合う友だちを見つけ仲良しになるのもいいですね。

友だちといっしょだとキャンプがずっと楽しくなります。



山にいくじゅんびをして集合

8/8 (土)		8/9 (日)		8/10 (月)		
時間	小児	父母	小児	父母	小児	父母
6:00			6:00 起床		6:00 起床	
7:00	バスに集合 (集合時間はしおりをみてね)		6:30 血糖・インスリン @食室	@緑棟 302	6:30 部屋掃除, 寝具整理	@緑棟 302
8:00	(立少到着)		6:45 朝食 @正面玄関		7:25 血糖・インスリン @食堂	
9:00	9:15 受付 @プレイホール		7:30 登山出発 @正面玄関		7:40 朝食 @食堂	
10:00	9:45 開会式 @同 自己紹介		8:15 (登山年少グループ出発) @正面玄関		荷物をおく @10:1 に移動	
11:00			8:30-11:30 父母勉強会 @大研修室		8:40 部屋点検	
12:00	11:30 自室へ荷物移動		☆保育チーム 小研修室・トントンの森・リス の散歩道・こぎざの森であ そびます		9:30 野外炊飯 スイカわり	@第一炊事棟
13:00	12:00 血糖・インスリン @食堂		12:00 昼食 @食堂		11:45 血糖・インスリン @同	
14:00	13:30 親睦運動会 @プレイホール 最後に集合写真もとるよ!		13:00-15:30 父母懇談会② @大研修室		12:00 昼食 @同	
15:00	(15:00 おやつ休憩)		15:00 室堂出発		13:00 お絵描き, 寄せ書き (企業展示あり)	@10:1
16:00	16:00 自由時間 ☆プレイホール使えます☆		16:30 立少到着		14:00 閉会式 @10:1	
17:00	17:30 血糖・インスリン @食堂		17:15 血糖・インスリン @緑棟 302			
18:00	17:45 夕食 @食堂		17:30 夕食 @食堂			
19:00	18:30 入浴		18:30 入浴			
20:00	19:30 こども勉強会 @プレイホール		19:30 お楽しみ会 @プレイホール ～光のマジカルクイズショー～			
21:00	21:00 血糖・インスリン @緑棟 302		21:00 血糖・インスリン @緑棟 302			
22:00	21:30 スタッフミーティング @同		21:30 スタッフミーティング @同			
23:00	22:00 就寝		22:00 就寝			

★2日目が雨の場合には

午前中に 魚津水族館 にいきます

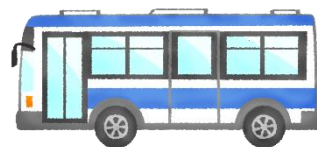
午後からはプレイホールであそびます

2日目から参加の方は雨でも、「7:20」に「プレイホール」にいらしてください

こうつう かんじゃ かぞく やんぐ かた どうふう かくにんひょう ごらん
交通について（患者・家族・ヤングの方は同封の確認表をご覧ください）

しゅうごう ま あ わ な い ・ こうつうしゅだんへんこう かならず か き ごれんらく
※集合に間に合わない/交通手段変更あれば必ず下記までご連絡ください

080-3477-5009（事務局：寺下）



☆バスの方へ

①市立砺波総合病院～岡部こども医院経由～立山青少年自然の家

7:00 市立砺波総合病院⇒7:15 出発⇒8:00 岡部こども医院⇒8:15 出発

※市立砺波総合病院の集合場所は正面玄関前，岡部こども医院の集合場所は駐車場で

す。岡部こども医院から乗られる方は8:00までにお集まりください

②黒部市民病院～立山青少年自然の家

7:30 黒部市民病院病院集合⇒7:45 出発 ※集合場所は正面玄関前です

8/10（月）の帰路について

14時30分頃（閉会式後）に，①砺波・岡部バス，②黒部バスに分かれて乗車してください。15時30分～16時30分ごろに，各地に到着予定です。

☆自家用車の方へ：安全運転でお越しく下さい。敷地内駐車場には限りがあります。敷地内満車の場合には誘導に従ってください。

国立立山青少年自然の家 〒930-1407 中新川郡立山町芦峯寺前谷1番地



県道6号を立山駅方面に
すすみ，雄山神社（立山
博物館手前）の手前を左
折し，道なりにすすんで
ください

もちもの（持ち物には名前を記入してください）

- ・治療物品（インスリン、注射器、針、アルコール綿）※インスリンは事務局で冷蔵保存可
※インスリンポンプの方は必ずペン型インスリン（超速効型）も持参ください
- ・ポンプの備品、フタ（入浴のため）
- ・血糖測定一式、低血糖用の補食、常備薬、酔い止め（車酔いしやすい方）
- ・マイナ保険証（または資格確認書）
- ・着替え（Tシャツ・下着・靴下など多めに用意してください）
- ・洗面用具、入浴用品、タオル、バスタオル、パジャマ、内履きシューズ
- ・水筒（重要です！）1日1水筒にお茶を入れてきてください
- ・雨具（上下分かれたセパレートのもの）、帽子、リュックサック、スーパーの袋3枚
- ・（登山される方）防寒着、厚地の靴下、登山靴、長袖・長ズボン、ストック（必要な方）
- ・野外活動用の軍手1組（森遊び、野外炊事）、エプロン（野外炊事：大人）
- ・虫除けスプレー、日焼け止め、筆記用具、名刺（10枚程度）
- ・お小遣い1000円程（必要と思われたら）



初日の運動会でジャンボリミッキーを踊るので、持っている人はカチューシャを持ってきてね

（とくに登山にいかれるかたは帽子をわすれずに！）

キャンプ中の服装

- ・動きやすい服で、野外活動は、虫（ブユ・アブ・マダニ）対策のため、皮膚が露出しない
- 長袖・長ズボン・長めの靴下をご用意ください ★山に行く人は防寒着もわすれないでね！

名刺について

- ・各自名前・住所・電話番号・一言など記入のうえ、当日持参し交換してください
- （お手数ですが各自でのご準備をおねがいたします）

たてやまとざん 立山登山について

①新室堂乗越（休憩込み往復4時間半）

小学校中～高学年

②室堂平展望台（休憩込み往復約3時間）

小学校低～中学年

③室堂散策（2時間程度）

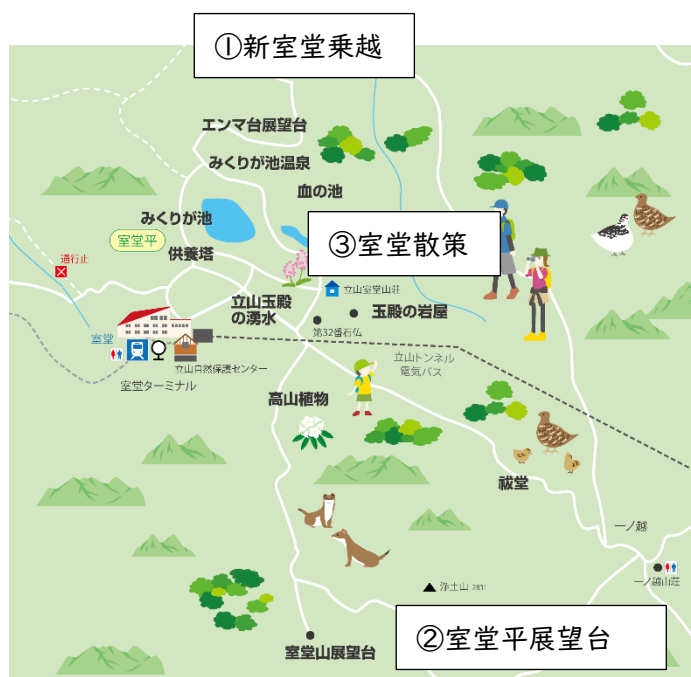
小学校低学年以下

にわかれて散策します。

体力に不安がある方はご連絡ください

（申し込み時点でご連絡いただいた方はすでに配慮済みです）

※4歳以下は立山青少年自然の家で保育です



さんか ねが 参加にあたってのお願い

ほしよく ◎補食について

☆グルコレスキューなど事務局で用意いたします。(下記ご用意予定です)

ひごろ たべなれて 日頃から食べ慣れているものなど、必要だと思ふ補食は各自持参ください

8/8 運動会中:立山高原ソフト(アイス), 8/9 登山中:ポカリスエット, in ゼリー(塩分)

眠前補食(8/8,9 共通):バウムクーヘン(1 カーボ), ふんわりドーナツ(2 カーボ)

その他活動中:, オレオ, ベジタべる, ベイク, ハイチュー, アンパンマングミ, ぷるんぷるんQoo(味は 2-3 種類用意), 森永大粒ラムネ, アンパンマンジュース, グルコレスキュー

ちゅう すいぶんほきゅう ◎キャンプ中の 水分補給について

☆各自必ず水筒を準備してください。名前前の記入もお願いします。水筒が空になったらお茶は補充できます。

(できるだけ蓋つきの水筒をご準備ください)。

☆2日目の立山登山では、お茶とポカリスエット500mlなどを準備します。



しまつ ◎ゴミの始末について

☆持ち込んだゴミは持ち帰りになります。

☆燃えるもの(生ごみ、紙、プラ、ペットボトル)、燃えないもの(缶など)に分別してください。

わからない時は、生活係に聞いてください。



ちゅう しゃしんさつえい ◎キャンプ中の写真撮影について

☆キャンプ中にスナップ、集合写真を撮影します。キャンプ終了後に写真を編集してみなさまにおとどけます。他に口外するものではありませんので、ご了承ください。

キャンプ中の CGM (リブレ・デクスコム) の持ち方にご協力お願いいたします

リブレリーダーやデクスコムモニターは、名前シールを貼り、透明ケースや普段のケースに入れて管理します(名前のシール、ゴム紐、透明ケースはこちらで用意します)

ゴム紐で首やリュックに固定し、活動中はポケットへ、就寝時は枕元やベッドに置きます。

紛失防止のため、取り扱いに十分注意しましょう。



たてやませいしょうねんし ぜん いえ りょうじょう ちゅういじこう
立山青少年自然の家の利用上の注意事項

かんない うちば
☆ 館内では内履きシューズをはきます。

いんしょく しょくどうまえ ふろばまえ ひろば きゅうけい ねが
☆ 飲食は食堂前・お風呂場前のくつろぎ広場、休憩コーナーでお願いします。

しゅくはくしつ すいぶんほきゅう かのう いがい いんしょく げんそく きんし ていけつとうじ ほしよく
☆ 宿泊室では水分補給のみ可能です。それ以外の飲食は原則として禁止ですが、低血糖時の補食

だいじょうぶ ふとん うえ ほしよく えんりょ
は大丈夫です。布団の上では補食しないでください。ガムはご遠慮ください。

よくしつ せつ かくじょうい
☆ 浴室にシャンプー、リンス、石けんがありませんので各自用意してください。

だついしつ そな もの しょう
☆ ドライヤーは脱衣室にある備えつけの物をご使用ください。

しゅくはくしつ しょう お
宿泊室でドライヤーを使用されるとブレーカーが落ちます。



かんない すべ きんえん
☆ 館内は全て禁煙です。

けいたいでんわ また おと だ ねが
☆ 携帯電話は、OFF又はマナーモードとし、音を出さないようにお願いします。

ただんたい りょう せつど こうどう こころ
☆ 他団体も利用していらっしゃいますので、節度ある行動を心がけましょう。

きちょうひん かくじ ほかん
☆ 貴重品は各自で保管してください。

しきちない しゅくはくとうまえ しゃりょう の い えんりょ
☆ 敷地内(宿泊棟前)への車両の乗り入れはご遠慮ください。

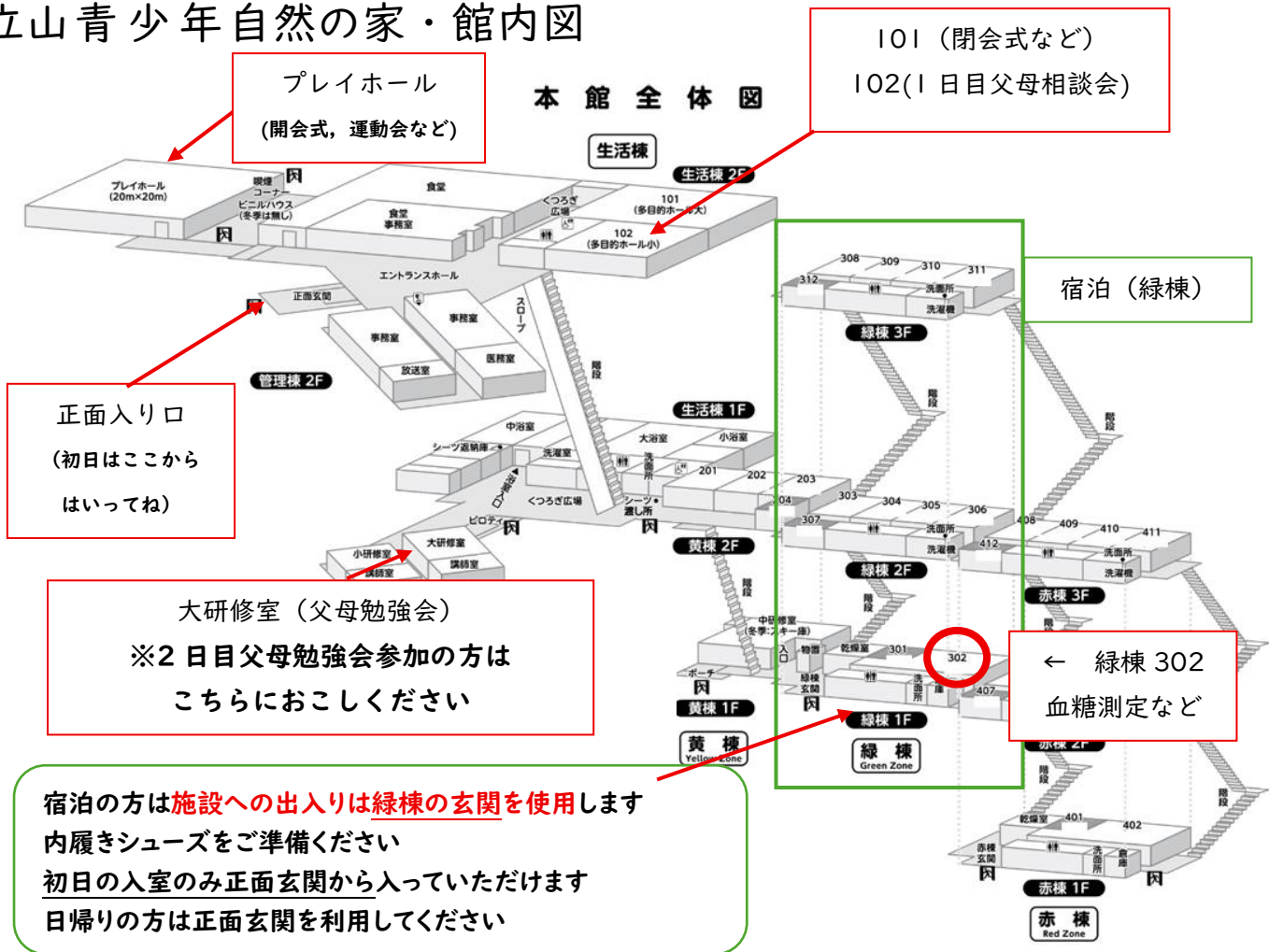
むしさ ちゅうい むし じゅんぴ
☆ 虫刺されに注意してください。虫よけスプレーを準備してください。

その たしせつりょう ちゅういじこう どうじつ じむきよく せいかつがかり せつめい
☆ その他施設利用での注意事項について ⇒ 当日に事務局や生活係より説明があります



しょくどうりょうじ
食堂利用時には
えいようし きいて
栄養士さんのアドバイスをよく聞いてね！

たてやませいしょうねんしぜん いえ かんないず
立山青少年自然の家・館内図



しせつぜんたいず
施設全体図



サマキャンレンジャーからの お・し・ら・せ

富山のサマキャンでは、キャンプの参加回数によって名札の印（レンジャーの色）がちがいます

キャンプ中、君たちは、それぞれの色のサマキャンレンジャーになるんだ！

先輩レンジャー、後輩をよろしくね！ ビギナーのしょくん！ キャンプで会えるのを楽しみにしているよ！

立山青少年自然の家でまっとるちゃ!!



きみは なに色 レンジャー??

はじめて 初参加 ● 2回～4回 ● 5回～9回 ● 10回～14回 ● 金 15回以上
ビギナー →ブルー →イエロー →レッド → ゴールド

しおりやキャンプに関することでご不明点があれば下記までご連絡ください

（できるだけメールまたはFAXでのご連絡にご協力ください。確認し、3日以内に返事いたします。3日以降返事がない、またはキャンプ直前などあればご連絡ください）

【連絡先】

富山小児・ヤング糖尿病委員会事務局 富山大学小児科 寺下新太郎
〒930-0194 富山県富山市杉谷 2630 医学部研究棟 4 階小児科

メール：sterashi@med.u-toyama.ac.jp

Tel：(076) 434-7313, Fax：(076) 434-5029

緊急時，上記不通：080-3477-5009（事務局，寺下直通）