

# 国立曽爾青少年自然の家 利用ガイド



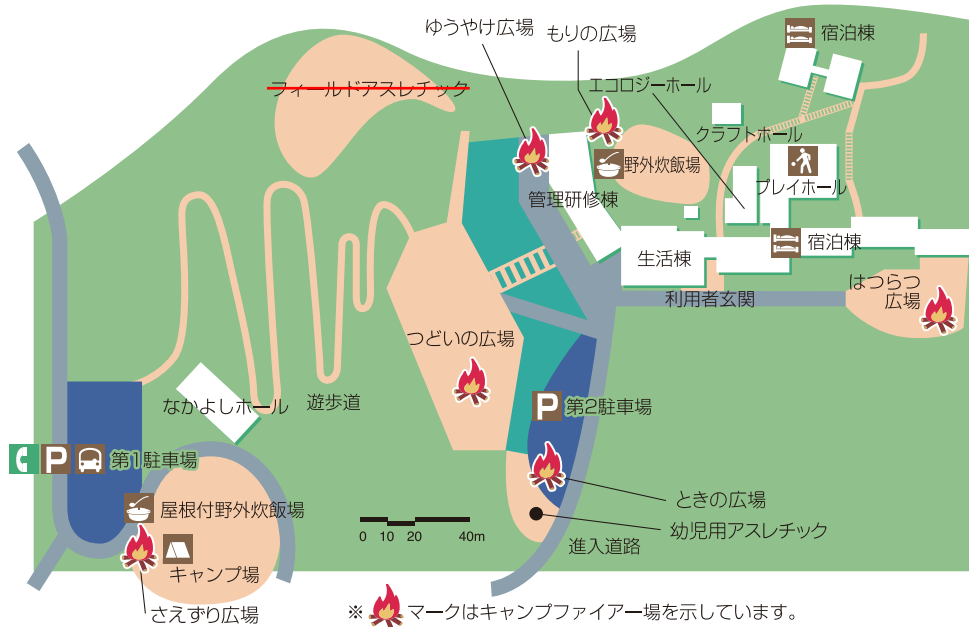
森・星・ススキ  
いきいき自然体験



マスコットキャラクター  
そにっと



- |  |      |  |        |
|--|------|--|--------|
|  | お手洗い |  | レストラン  |
|  | お手洗い |  | 売店     |
|  | お手洗い |  | 浴室     |
|  | 電話   |  | 宿泊棟    |
|  | スロープ |  | プレイホール |
|  | 研修室  |  | リネン室   |
|  | 事務室  |  | 乾燥室    |
|  | 保健室  |  | 野外炊飯場  |





面積……………912,000m<sup>2</sup>  
 建物面積……………11,932m<sup>2</sup>  
 宿泊定員……………400人

■屋内施設(施設名称及び敷地サイズ・収容人数)

管理研修棟

- 研修室：びょうぶ (17m×8m) / 200人
- かぶと (10m×8m) / 70人
- よろい (10m×8m) / 50人
- かめやま (14m×8m) / 120人
- くろそ (14m×8m) / 120人

生活棟

(食堂 / 268人) (男子浴室 / 60人) (女子浴室 / 60人)

プレイホール (21m × 21m)

- バレーボール1面・卓球台10台・バドミントン2面・
- キャンドルファイアーなど / 400人

クラフトホール (14m × 11m)

(竹細工・創作活動 / 50人、かまど3カ所、ピザ窯2基)

なかよしホール (30m × 18m)

- バレーボール1面・卓球台10台・バドミントン2面・
- 音楽会等 / 500人

エコロジーホール (8m × 10m、11m × 10m)

(研修室 / こどう1 / 35人・こどう2 / 35人、展示室 / 40人)

■屋外施設(施設名称及び敷地サイズ・収容人数)

つどいの広場

(入所式・退所式・キャンプファイアーなど / 400人)

はつらつ広場

(キャンプファイアー・その他 / 300人)

野外炊飯場

(かまど / 47カ所・内訳：石組み20、屋根付き27)

キャンプ場

(キャンプ場常設テント8人用10張+テントサイト / 90人)  
 (屋根付野外炊飯場 / かまど16カ所)

第1駐車場 (バス専用)

(バス / 10台)

第2駐車場

(自動車 / 50台)

~~フィールドアスレチック~~ 現在、閉鎖しています  
 そにっこの森 (幼児用アスレチック)

※感染症対策のため、活動施設はゆとりを持ってご利用いただけるよう調整いたします。

# もくじ

## I. 国立曽爾青少年自然の家の概要

..... 1

## II. 利用について

- [1] 利用できる団体..... 1
- [2] 利用条件..... 2
- [3] 利用できない日..... 2
- [4] 禁止事項..... 2
- [5] 遵守事項..... 2
- [6] 利用申込..... 2
- [7] 利用日当日までのながれ... 3

## III. 費用について

- [1] 料金..... 4
- [2] 食事の申込みと食数の変更、  
キャンセル、アレルギー対応... 6
- [3] お支払い..... 7
- [4] 売店販売..... 8

## IV. 事前の準備

- [1] プログラム立案..... 10
- [2] 活動プログラム..... 13
- [3] 入所前の準備..... 14
- [4] 準備物..... 14

## V. 利用のながれ(入所から退所まで)

..... 15

## VI. 施設の利用方法

- [1] 施設利用についてのお願い... 17
- [2] 宿泊室の利用..... 17
- [3] 寝具の利用..... 18
- [4] レストラン曽爾高原の利用... 19
- [5] 浴室の利用..... 20
- [6] 活動施設の利用..... 21
- [7] ゴミの処理..... 21

## VII. 健康・安全

- [1] 健康指導..... 22
- [2] 安全指導..... 22
- [3] 緊急連絡..... 23

## VIII. 活動上の注意

- [1] 登山・ハイキング..... 24
- [2] 野外炊事..... 24

〈参考資料〉キャンプ場の利用..... 26

提出書類は、HPの「資料ダウンロード」をご覧ください。

- 【利用申込書・活動計画書】
- 【食事・物品注文書】
- 【食物アレルギー事前確認票】
- 【利用者名簿・健康調査書】
- 【ハイキング実施届】
- 【川遊び実施届】
- 【事前打合せ連絡票】

# I. 国立曾爾青少年自然の家の概要

「国立曾爾青少年自然の家」は、奈良県の東北端、三重県との県境にあります。森に囲まれ四季折々に姿を変えるススキの大草原・曾爾高原に位置し、眼前には鎧岳、兜岳、屏風岩の雄大な山並みが広がります。この恵まれた自然環境の中で、自然体験や集団宿泊体験などの様々な体験を通して、次代を担う健やかな身体と豊かな心を持つ青少年の育成を目指して設けられた青少年教育施設です。

## 【教育目標】

国立曾爾青少年自然の家は、青少年が心身ともに健全に発達成長し、社会の一員として意欲と責任を持って役割を果たせるようにするため、体験活動を中心とした教育活動を展開するとともに、多様な青少年教育指導者を養成して、次に掲げる教育目標を達成することを目指しています。

- (1) 集団宿泊生活等を通して、社会生活のルールを守り、社会の構成員として基礎を培うなど、協調・協働の精神をはぐくむとともに、コミュニケーション能力や他人を思いやる心を養うこと。
- (2) 自然との触れ合いの中での野外活動、環境学習等での感動体験を通して、生命・自然を大切にす態度など、豊かな情操を培うとともに、自ら学ぶ意欲を養うこと。
- (3) 多種多様な活動の研さんを積み、自ら考え、行動する責任ある態度を育てるとともに、ボランティア活動や就労体験等の社会体験を通して、青少年の自立への意欲を養うこと。

### 重点的な取組

- 挨拶 声をあわせて元気にあいさつ！
- 清掃 “そに”も“こころ”もピカピカに!!
- 約束 全員で守らなあかんことがある！



# II. 利用について

## [1] 利用できる団体

| 利用区分  | 団体   | 目的  |
|-------|--|---|
| 青少年団体 | 学校等<br>[小学校、中学校、高等学校、高等専門学校、短大、大学、専修学校、幼稚園、保育所など]                | 新入生オリエンテーション<br>生徒会リーダー研修<br>自然教室・野外教室<br>部活動・サークルの合宿<br>学習活動など |
|       | 子どものための体験活動を目的とした団体<br>[ボーイスカウト・ガールスカウト・子ども会・スポーツ少年団・青少年を含む家族など] | キャンプ<br>スポーツ<br>文化活動など  |
|       | 青少年教育指導者等の団体   | 指導者研修<br>フォーラム・集会など   |
| 一般団体  | 企業   | 指導者研修<br>職員研修など   |
|       | その他団体<br>[青少年を含まない家族・グループなど]                                     | 団体の親睦会<br>自然体験活動など  |

## [2] 利用条件

- 2人以上の団体であること。
- 成人の引率責任者が定められていること。
- あらかじめ自然体験活動や青少年教育指導者の研修などの、具体的な活動計画を設定していること。単に宿泊のみを目的とする利用はできません。なお、学校、青少年団体、一般団体の順に利用が優先されます。

## [3] 利用できない日

- 年末年始(12月28日～1月4日)
- 施設整備・安全点検の日(原則毎月2日程度)

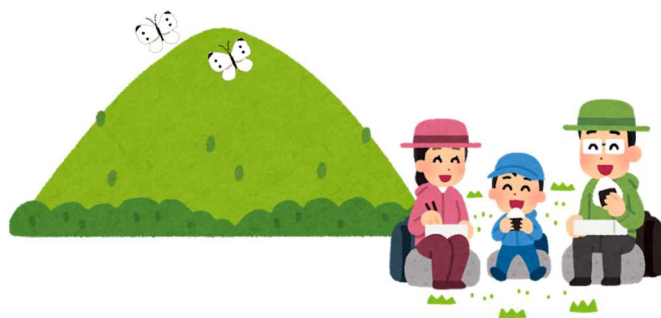


## [4] 禁止事項

- 専ら営利を目的とする活動
- 特定の政党を支持し、又はこれを反対するための政治教育その他の政治的活動
- 特定の宗教を支持し、又はこれを反対するための宗教教育その他の宗教的活動

## [5] 遵守事項





- 宿泊室の清掃と原状復帰
- 館内およびフィールド内**全面禁煙**
- 食材の持ち込み禁止(食中毒防止のため)
- 標準生活時間の遵守
- ペット等の持ち込み禁止
- 花火の禁止及び指定箇所以外での火気厳禁(国定公園内のため)



## [6] 利用申込

|                             | 申込期間       | 申込方法                 |
|-----------------------------|------------|----------------------|
| ① 4月～3月の宿泊利用                |            |                      |
| 学校教育団体・10名以上の団体<br>先行予約希望申込 | 前年9月1日～30日 | Web・FAX・メール          |
| 全ての団体                       | 前年12月1日～   | Web ※電話で空き状況を確認ください。 |
| ② 日帰り利用                     |            |                      |
| 全ての団体                       | 利用の1ヶ月前～   | Web ※電話で空き状況を確認ください。 |
| 申込締め切り 利用予定日の2週間前           |            |                      |

[7] 利用当日までのながれ

|  | 利用団体  | 自然の家   |
|--|---|--|
| <p>① 利用予約<br/>【詳細:P.2、3】</p> <p>HPにて当施設の感染症対策をご確認ください。</p>   | <p>お電話にて空き状況をご相談の上、HPよりお申込みください。</p>   | <p>空き状況確認・受付関係書類送付</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>① 申込内容確認書<br/>② 事前打合せ連絡票<br/>③ 駐車許可証</p> </div>                   |
| <p>② 利用承諾</p>  | <p>申込書類提出<br/>(利用の約2か月前まで)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>① 利用申込書・活動計画書<br/>② 事前打ち合わせ連絡票</p> </div>  | <p>利用承諾</p> <p>利用承諾手続き後、正式にお申込み完了です。</p>   |
| <p>③ 事前打ち合わせ<br/>【詳細:P.11】</p> <p>来所または電話にて打ち合わせをします。</p>  | <p>利用日の約1か月前に実施します</p> <p>打ち合わせ内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>施設利用についてのご説明</li> <li>プログラムの詳細相談</li> <li>活動希望場所の確認</li> </ul>   | <p>打ち合わせ内容を踏まえて調整<br/>※学校団体、宿泊利用を優先いたします。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>調整後のプログラム・活動場所、<br/>宿泊棟、食事・入浴時間</p> </div> |
| <p>④ 食事・物品の注文<br/>【詳細:P.4~9】</p>  | <p>食事・物品注文書提出<br/>(利用日の2週間前まで)</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>① 食事・物品注文書<br/>② 食物アレルギー事前確認票</p> </div> <p>※入所日の7日前の10時を過ぎてからのキャンセル・食数変更は、キャンセル料が発生する可能性があります。(P6 参照)</p> | <p>食事・物品の準備<br/>アレルギー対応</p>                                 |
| <p>⑤ 入所<br/>【詳細:P.15】</p> <p>入所日の朝<br/>全員の検温と健康チェック</p>  | <p>事務室窓口へ</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>① 利用者名簿(様式は任意)<br/>② 入所時確認票(記入済様式を持参されると手続きが円滑に進められます)</p> </div>   | <p>入所手続き<br/>研修室「かめやま」にて行います</p>                            |

### Ⅲ.費用について

#### [1] 料金

##### ① 施設使用料

| 利用区分   | 料金        |
|--|-----------|
| 青少年団体<br>[学校団体、青少年(29歳以下)を半数以上含む家族、教員など青少年教育指導者の研修等] | 無料        |
| 一般団体[30歳以上の団体、企業研修等]                                 | 1人1泊 900円 |

##### ② シーツ等洗濯費用

| 宿泊場所             | シーツ内容        | 料金   |
|------------------|--------------|------|
| 本館宿泊棟            | シーツ2枚・枕カバー1枚 | 300円 |
| キャンプ場(貸出寝袋使用の場合) | 寝袋用シーツ1枚     | 100円 |

##### ③ 食事代金

| 食堂         |      |      |      |        |
|------------|------|------|------|--------|
| 区分         | 朝食   | 昼食   | 夕食   | 3食利用   |
| 3歳以下       | 無料   | 無料   | 無料   | 無料     |
| 未就学児(4歳以上) | 440円 | 550円 | 660円 | 1,650円 |
| 小学生        | 540円 | 690円 | 780円 | 2,010円 |
| 中学生以上      | 560円 | 700円 | 800円 | 2,060円 |



| お弁当 ※朝食時間帯に食堂でお受け取りいただけます |                  |       |
|---------------------------|------------------|-------|
| メニュー                      | 内容               | 料金    |
| 幕の内弁当                     | お弁当・お手ふき         | 580円  |
| おにぎり2個セット                 | おにぎり(鮭・かつお)・お手ふき | 250円  |
| おにぎり単品                    | 梅干し・鮭・かつお        | 各130円 |

| 野外炊事        |   |   |
|-------------|---|---|
| メニュー        |   | 料金/1人                                       |
| ビーフカレー      | 荒天時は、食堂が調理を代行できます。<br>(150円/1人、ごはんだけ代行80円/1人)。                    | 550円  |
| 焼きそば        | 食数分の割り箸がつきます。   | 530円  |
| ちゃんこ鍋       | 食数分の割り箸がつきます。   | 560円  |
| 朝食(カートンドッグ) | 牛乳パックとアルミホイルは持参ください。  | 360円  |
| 調理プログラム     |   | 料金/1セット                                     |
| うどんづくり      | 【小麦粉 500g・つゆ・ねぎ・食塩】<br>食数分の割り箸がつきます。カセットコンロのカートリッジは持参または、ご注文ください。 | 580円 / 4人分                                  |
| バームクーヘンづくり  | 【ホットケーキミックス・卵・牛乳・砂糖・マーガリン】  | 660円 / 4人分                                  |
| ピザづくり       | 【ピザ生地ボール・トマトソース・ミックスチーズ・ピーマン・たまねぎ・ウインナー・オリーブオイル・小麦粉】              | 3,400円 / 18cm×約8枚分<br>2,400円 / ハーフセット(約4枚分) |



# 野外炊事メニュー

基本セット8人分

令和5年5月1日 改訂

| *** ビーフカレー *** |              |               | *** 焼きそば *** |              |               | *** ちゃんこ鍋 *** |              |               |
|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------|
| 食 材            | ※1人前<br>550円 | 8人前<br>4,400円 | 食 材          | ※1人前<br>530円 | 8人前<br>4,240円 | 食 材           | ※1人前<br>560円 | 8人前<br>4,480円 |
| 米              | 120g         | 960g          | そば玉          | 1玉           | 8玉            | うどん玉          | 1/2玉         | 4玉            |
| 牛肉             | 60g          | 480g          | 豚肉           | 80g          | 640g          | 豚肉            | 100g         | 800g          |
| じゃが芋           | 60g          | 480g          | キャベツ         | 30g          | 240g          | 大根            | 50g          | 400g          |
| 玉ねぎ            | 60g          | 480g          | 人参           | 10g          | 80g           | 人参            | 1/8本         | 1本            |
| 人参             | 30g          | 240g          | 玉ねぎ          | 30g          | 240g          | 青ねぎ           | 1/2本         | 4本            |
| カレーフレーク        | 40g          | 320g          | ピーマン         | 1/4個         | 2個            | しめじ           | 1/8個         | 1個            |
| ※サラダ油は付きません    |              |               | ソース          | 10g          | 80g           | もやし           | 1/8個         | 1個            |
| 荒天時食堂調理可能      |              |               | 塩・こしょう       | 少々           | 少々            | 豆腐            | 1/8丁         | 1丁            |
|                |              |               | サラダ油         | 少々           | 少々            | 鶏肉団子          | 2個           | 16個           |
|                |              |               |              |              |               | だしの素          | 3g           | 24g           |
|                |              |               |              |              |               | 味噌            | 40g          | 320g          |
|                |              |               |              |              |               | 塩             | 少々           | 少々            |

# 調理プログラムメニュー

| うどん作り【4人前】  |      | バームクーヘンセット【4人用】 |      | ピザセット【8枚分】            |        | ピザセット【4枚分】            |        |
|-------------|------|-----------------|------|-----------------------|--------|-----------------------|--------|
| 食 材         | 580円 | 食 材             | 660円 | 食 材                   | 3,400円 | 食 材                   | 2,400円 |
| 小麦粉         | 500g | ホットケーキMIX       | 400g | ピザ生地                  | 4玉     | ピザ生地                  | 2玉     |
| 長ねぎ         | 50g  | 卵               | 2個   | トマトソース                | 200cc  | トマトソース                | 100cc  |
| 塩           | 20g  | 牛乳200ml         | 1本   | ミックスチーズ<br>(170g前後の品) | 1袋     | ミックスチーズ<br>(170g前後の品) | 1袋     |
| うどんつゆ(7倍希釈) | 50cc | 砂糖              | 30g  | 小麦粉<br>(100gの品)       | 1袋     | 小麦粉<br>(100gの品)       | 1/2袋   |
|             |      | マーガリン           | 2個   | たまねぎ                  | 1個     | たまねぎ                  | 1/2個   |
|             |      |                 |      | ピーマン                  | 2個     | ピーマン                  | 1個     |
|             |      |                 |      | ソーセージ                 | 8本     | ソーセージ                 | 4本     |
|             |      |                 |      | オリーブオイル               | 48g    | オリーブオイル               | 24g    |

# 朝食野外炊事 メニュー

| 朝食【洋食】1人前 |      |
|-----------|------|
| 食 材       | 360円 |
| ドック用パン    | 1個   |
| ウィンナー     | 1本   |
| キャベツ      | 20g  |
| 個食用ケチャップ  | 1個   |
| バナナ       | 1本   |

※牛乳パックとアルミホイルを持参すればカートンドックができます

# お弁当メニュー

| おにぎり【2個入】 |        | 幕の内弁当          |      | おにぎり【単品】 |        |
|-----------|--------|----------------|------|----------|--------|
| 1人前       | 250円   | 1人前            | 580円 | 1個       | 130円   |
| 米(鮭・鯉)    | 105g/個 | 週替り弁当          |      | 米(梅・鮭・鯉) | 105g/個 |
|           |        | (食堂にお問い合わせ下さい) |      |          |        |

## 4【野外炊事について】

- 準備物について、P.24～25 または HP の活動一覧をご確認ください。
- 材料は8人分セット・4人分セット(端数調整用)の組み合わせ、または、食数一括でご注文ください。一括注文は、カレーを除き4人以上からとなります。
- 薪は食事・物品注文書にて別途注文してください。1カマドに1.5束が目安です。
- 食材セットにお茶は含まれておりません。食堂の給茶コーナーを利用するなど、団体でご準備ください。

## [2] 食事の注文と食数の変更、アレルギー対応

### ① 食事の注文

[活動計画書]に食事形式を記入し、ご提出ください。食数は利用日の2週間前までに、[食事・物品注文書]をFAX またはメールでお送りいただき、確定してください。

### ② 食数の変更・キャンセル等について

食数の変更・キャンセルは自然の家事務室(☎0745-96-2121)にご連絡ください。全員分の食事をキャンセルする場合は、1週間前(入所日の7日前)の10:00までをお願いいたします。この期限を過ぎた場合は、キャンセル料を徴収させていただきます。日程変更や日程短縮(例:1泊2日→日帰り)に伴う注文のキャンセルについても対象となりますので、ご了承ください。

| 食数の変更期限   |  |
|---|--|
| お弁当・野外炊事・その他食品  | 1週間前(入所日の7日前)の10:00まで <b>食数関わらず変更可能</b>  |
| 食堂食   | 1日目 昼食・夕食 当日10:00まで<br>2日目以降 1食前 開始時まで<br>朝食の場合 前日17:00まで<br>昼食の場合 当日7:30(冬期8:00)まで<br>夕食の場合 当日12:00まで |
| <b>各食事5食まで変更可能</b><br><small>※入所日の7日前10:00の食数を基準とします。<br/>           ※これ以上の追加は、相談となります。<br/>           これ以上の削減は、超過分のキャンセル料を請求いたします。</small> |  |

| キャンセル期限        |                       |
|----------------|-----------------------|
| お弁当・野外炊事・その他食品 | 1週間前(入所日の7日前)の10:00まで |
| 食堂食            |                       |

| キャンセル料         |            |
|----------------|------------|
| お弁当・野外炊事・その他食品 | 料金の全額の100% |
| 食堂食            | 料金の全額の80%  |

| 食事の種類の変更                  |                        |
|---------------------------|------------------------|
| 食堂食⇔野外炊事、食堂食⇔弁当、野外炊事⇔弁当など | 2週間前(入所日の14日前)の10:00まで |

### ③ 食物アレルギーについて



**2週間前までに必ず食堂(☎0745-96-2105)へご相談ください。**直前の対応はできません。ご相談の後、[食物アレルギー事前確認票]のご提出をお願いいたします。食堂メニューとアレルギー表はHPに掲載しております。

### [3] お支払い

#### ① 請求書発行、受け取りの流れ

入所受付時に請求情報を確認します。食数・宿泊人数を確定し、請求書分割が必要な場合はお知らせください。

##### 【事務室で発行する請求書】

請求内容:施設使用料、シーツ等洗濯費用、講師室使用料、指導員要請費用、マイクロバス送迎費用  
退所日前日の代表者打ち合わせ会でお渡しします。

##### 【売店で発行する請求書】

請求内容:食事代金、売店注文品代金

滞在中に、売店スタッフへお声がけください。内容に間違いがないかご確認をお願いします。

#### ② お支払い方法

当日現金でお支払いの場合、支払い場所は食堂入口横の売店です。事前・事後振込の場合は、振込前に必ず食堂へ電話をお願いします。団体名が分かるように振り込んでください。

銀行振込の場合、振込時の受領書が領収書となります。

| 支払い方法                  |                      | 事前振込                                | 当日売店支払 | 事後振込  |        |
|------------------------|----------------------|-------------------------------------|--------|-------|--------|
|                        |                      | 銀行振込                                | 現金     | 銀行振込  | コンビニ支払 |
| 手数料                    |                      | 利用者負担                               | —      | 利用者負担 | 140円   |
| る<br>請求書※2<br>売店で発行す   | 食事代金                 | ○(7割程度)<br>差額は利用当日に現金で<br>お支払いください。 | ○      | ○     | ×      |
|                        | 売店販売物品代金             | ×                                   | ○      | ○     | ×      |
| する<br>請求書※2<br>自然の家で発行 | シーツ等洗濯費用             | ×                                   | ○      | ○※3   | ○      |
|                        | 施設使用料                | ×                                   | ○      | ○※3   | ○      |
|                        | 講師室使用料<br>特定研修活動実施経費 |                                     |        |       |        |

※2 銀行振込の手数料は、売店(コンパスグループジャパン)と自然の家で振込先が異なるため、別々に必要です。

※3 請求書を分割すると請求書毎に手数料が必要になります。

#### 【事前振込先】

| 銀行名                 | 支店名             | 種別   | 口座番号    | 口座名義            |
|---------------------|-----------------|------|---------|-----------------|
| 三菱 UFJ 銀行<br>(0005) | わかたけ支店<br>(809) | 普通口座 | 3063110 | コンパスグループジャパン(カ) |

振込前に、必ず食堂にお電話ください  
0745-96-2105



## [4] 売店販売

### ① 注文方法

ご利用の2週間前までに、[食事・物品注文書]をメールまたは FAX で提出してください。**注文内容の変更がある場合は、再度ご提出をお願いします。**

- 薪など未使用の場合、返品精算することが可能です。ただし、食材・灯油は返品できません。
- 「荒天時のみ使用」の注文も可能です。その際は、必ず注文書にご記入ください。

### ② 営業時間

| 3月～11月(夏期) |             | 12月～2月(冬期) |             |
|------------|-------------|------------|-------------|
| 朝          | 7:30～10:00  | 朝          | 7:30～9:30   |
| 昼          | 11:30～14:30 | 昼          | 11:30～13:30 |
| 夜          | 17:00～19:30 | 夜          | 17:00～19:00 |

### ③ 価格表 **※令和5年5月1日より** ※記載物品以外のご注文は、売店にご相談ください。

| プログラム                   | 品名           | 料金      | 備考  |
|-------------------------|--------------|---------|---|
| キャンプファイアー<br>キャンドルファイアー | キャンプファイアーセット | 3,800 円 | 1～1.5 時間用<br>キャンプファイアー用まき4束<br>灯油 500 ml      |
|                         | 灯油           | 90 円    | 500 ml  |
|                         | トーチ棒         | 350 円   |   |
|                         | ローソク大        | 50 円    | 10号サイズ<br>キャンドル台には15本セットできます                  |
|                         | ローソク小        | 20 円    | 1号サイズ アルミホイル付き                                |
| 野外炊事                    | まき           | 450 円   | 1カマドで約 1.5 束目安<br>焼き板、ピザ作り、<br>バームクーヘン作り等にも使用 |
|                         | 木っ端(小さな木片)   | 200 円   | 3カマドで1束目安、初期の着火用                              |
|                         | ガスボンベ        | 180 円   | うどん作り、焼き板等で使用                                 |
|                         | 割り箸(1膳)      | 10 円    | ちゃんこ鍋・焼きそば・うどん作りには人数分付属                       |
| クラフト                    | 品名           | 料金      | 備考  |
| 竹細工                     | 竹筒           | 250 円   | 一輪挿し1個と竹とんぼ2個分                                |
| 木のコースター                 | 木のコースター(杉材)  | 100 円   | 八角形(対角 10 cm)                                 |
|                         | 消耗品使用料(1人分)  | 100 円   | アクリル絵の具・ニススプレー等使用料                            |
|                         | サンドペーパー      | 15 円    | 粗目1枚 10 cm×10 cm                              |
|                         | ペーパーパレット     | 50 円    | 1枚 開いた牛乳パックでの代用可                              |
|                         | カーボンペーパー     | 90 円    | A4 サイズ 1 枚(3～4 人分)イラスト転写用                     |

|                |   |         |   |
|----------------|---|---------|---|
| 木のスプーン<br>フォーク | フォーク、スプーン                                   | 各 200 円 | 柄の部分についてはご相談ください                        |
| 焼板             | 焼き板素材(杉材)                                   | 160 円   | 12.5cm×23.5cm                           |
|                | 消耗品使用料(1人分)                                 | 150 円   | アクリル絵の具・ニススプレー等使用料                      |
|                | ペーパーパレット                                    | 50 円    | 1枚 開いた牛乳パックでの代用可                        |
| 七宝焼            | 七宝焼素材(ブローチ)                                 | 860 円   |   |
|                | 七宝焼素材(ペンダント)                                | 800 円   |   |
|                | 七宝焼素材(キーホルダー)                               | 800 円   |   |
| 食品・消耗品         | 品名  | 料金      | 備考                                      |
| 冷凍             | かき氷(いちご)                                    | 140 円   | カップ入り                                   |
|                | クリームカップ                                     | 各160 円  | バニラ、チョコ、抹茶                              |
|                | ロックアイス                                      | 330 円   | 1 kg                                    |
|                | プレートアイス                                     | 400 円   | 1.9 kg                                  |
| 菓子パン           | あんぱん、ジャムパン、<br>クリームパン、メロンパン、<br>サンドロール(チョコ) | 各180 円  |   |
|                | ナイススティック                                    | 180 円   | カスタード                                   |
|                | ランチパック                                      | 各220 円  | 種類は売店にご確認ください                           |
| 焼き<br>マシュマロ    | マシュマロ                                       | 170 円   | 1袋約 30 個入り                              |
|                | クラッカー                                       | 180 円   | 1箱 39 枚入り<br>(焼いたマシュマロを挟んでお召し上がりください)   |
| 行動食            | カロリーメイト                                     | 110 円   | 1箱2本入り                                  |
| 飲み物            | パックジュース                                     | 各140 円  | 紙パック 200ml (アップル、オレンジ、グレープ)             |
|                | ミネラルウォーター                                   | 130 円   | ペットボトル 500ml                            |
|                | 爽健美茶  | 170 円   | ペットボトル 600ml                            |
|                | 緑茶  | 170 円   | ペットボトル 525ml                            |
|                | スポーツドリンク                                    | 180 円   | ペットボトル 500ml                            |
|                | ウーロン茶                                       | 360 円   | ペットボトル2L                                |
|                | 水   | 260 円   | ペットボトル2L                                |
| ゴミ袋<br>曾爾村指定   | 燃えるゴミ用(45L)                                 | 55 円    | 自然の家でごみを捨てる場合は必ずご購入ください。                |
|                | 燃えるゴミ用(30L)                                 | 35 円    | 野外炊事の食材セットには、燃えるゴミ用袋(30L)が1枚<br>付いてきます。 |
|                | 缶用・ビン用(45L)                                 | 各55 円   |   |

## IV. 事前の準備

### [1] プログラム立案

#### ① 標準生活時間

食事・入浴時間は、各団体の活動等に応じ自然の家が調整します。調整された時間内での利用をお願いします。

| 夏期<br>3月1日～<br>11月30日 |                          |    | 冬期<br>12月1日～<br>2月末日 |
|-----------------------|--------------------------|----|----------------------|
| 6:00                  | 起床                       |    | 6:30                 |
|                       | 洗面・掃除                    |    |                      |
| 7:00                  | 朝のつどい ※                  |    | 7:30                 |
| 7:30                  | 朝食                       |    | 8:00                 |
| 8:50                  | 退所点検(退所日のみ)              |    | 8:50                 |
|                       | 活動                       |    |                      |
| 12:00～13:30           | 昼食                       |    | 12:00～13:30          |
|                       | 活動                       |    |                      |
| 16:05                 | 代表者打ち合わせ会<br>場所：研修室 かめやま |    | 16:05                |
| 16:30                 | タベのつどい ※                 |    | 16:30                |
| 17:00～19:00           | 夕食                       | 夕食 | 17:00～19:00          |
| 17:00～20:30           | 入浴                       | 活動 |                      |
|                       | 活動                       | 入浴 | 19:00～21:30          |
| 21:30                 | 就寝準備                     |    | 21:30                |
| 22:00                 | 就寝                       |    | 22:00                |



※朝・夕の『つどい』への参加は、各団体でご判断ください。(P.16 参照)

## ② モデルプログラム

### 1泊2日のモデルプログラム(小学5年生を想定)

目的: 曾爾高原の自然に親しみ、自然(森林)について理解を深める。

グループの仲間と協力するとともに、役割分担や責任を理解する。

| 1<br>日目 |              |    | 午前の活動            | 昼食       | 午後の活動        | 夕食 | 夜の活動               | 宿泊 |
|---------|--------------|----|------------------|----------|--------------|----|--------------------|----|
|         | 晴天           |    | 入所式<br>フォトテレーリング | 持参       | 森林環境教育プログラム  | 食堂 | キャンプファイアー<br>ふりかえり |    |
|         | 場所[ つどいの広場 ] |    | 場所[ クラフトホール ]    |          | 場所[ はつらつ広場 ] |    |                    |    |
| 荒天      | 館内オリエンテーリング  |    | //               |          | キャンドルファイアー   |    |                    |    |
|         | 場所[ びょうぶ ]   |    | 場所[ クラフトホール ]    |          | 場所[ びょうぶ ]   |    |                    |    |
| 2<br>日目 | 朝食           |    | 午前の活動            | 昼食       | 午後の活動        |    |                    |    |
|         | 晴天           | 食堂 | 野外炊事             | 野外<br>炊事 | 13:00 退所式    |    |                    |    |
|         |              |    | 場所[ 本館炊飯場 ]      |          | 場所[ つどいの広場 ] |    |                    |    |
|         | 荒天           |    | //               |          | //           |    |                    |    |
|         | 場所[ 本館炊飯場 ]  |    | 場所[ びょうぶ ]       |          |              |    |                    |    |

### 2泊3日のモデルプログラム(中学2年生を想定)

目的: 曾爾高原の自然に親しみ、自然(森林)について理解を深める。子どもたちの自主性・協調性・社会性を育む。

| 1<br>日目 |              |    | 午前の活動         | 昼食       | 午後の活動        | 夕食 | 夜の活動               | 宿泊 |    |
|---------|--------------|----|---------------|----------|--------------|----|--------------------|----|----|
|         | 晴天           |    | 入所式<br>自然散策   | 持参       | 森林環境教育プログラム  | 食堂 | ナイトハイク<br>ふりかえり    |    | 本館 |
|         | 場所[ お亀池周辺 ]  |    | 場所[ クラフトホール ] |          | 場所[ お亀池周辺 ]  |    |                    |    |    |
| 荒天      | 館内オリエンテーリング  |    | //            |          | レクリエーション     |    |                    |    |    |
|         | 場所[ プレイホール ] |    | 場所[ クラフトホール ] |          | 場所[ プレイホール ] |    |                    |    |    |
| 2<br>日目 | 朝食           |    | 午前の活動         | 昼食       | 午後の活動        | 夕食 | 夜の活動               | 宿泊 |    |
|         | 晴天           | 食堂 | 9:00 登山       | 注文<br>弁当 | 15:00 焼き板    | 食堂 | キャンプファイアー<br>ふりかえり |    | 本館 |
|         |              |    | 場所[ 倶留尊山 ]    |          | 場所[ 本館炊飯場 ]  |    | 場所[ はつらつ広場 ]       |    |    |
|         | 荒天           |    | カプラ           |          | //           |    | キャンドルファイアー         |    |    |
|         | 場所[ プレイホール ] |    | 場所[ 本館炊飯場 ]   |          | 場所[ プレイホール ] |    |                    |    |    |
| 3<br>日目 | 朝食           |    | 午前の活動         | 昼食       | 午後の活動        |    |                    |    |    |
|         | 晴天           | 食堂 | 野外炊事          | 野外<br>炊事 | 13:00 退所式    |    |                    |    |    |
|         |              |    | 場所[ 本館炊飯場 ]   |          | 場所[ つどいの広場 ] |    |                    |    |    |
|         | 荒天           |    | //            |          | //           |    |                    |    |    |
|         | 場所[ 本館炊飯場 ]  |    | 場所[ プレイホール ]  |          |              |    |                    |    |    |

### ③ プログラム立案のポイント ◎いつでもご相談ください◎

#### ねらいを設定した活動を！

利用のねらいを明確にし、ねらいが達成できるような活動・展開を考えましょう。

#### ゆとりあるプログラムを！

活動の前後はゆとりを持たせ、ふりかえりや語らいの時間が確保できるようにしましょう。

#### 自然に親しもう！

施設的环境を活かして、自然とのふれあいが図れる活動を取り入れましょう。

#### 参加者の主体的な活動を！

参加者の主体性を大切に、企画運営にも参加できる、魅力あるプログラムを作成しましょう。

#### 荒天でも効果的なプログラムを！

荒天時のプログラムを必ず検討し、備えを充分にしてください。また、多少の雨でも屋外での活動が実施できるように装備を整え、自然を満喫できる活動をしましょう。



#### 新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」に合わせた利用を！



HPに掲載している当施設の取り組みや、「新型コロナウイルス感染症対応による施設利用のお願い」をご確認いただき、活動プログラムをご検討ください。

ご不明な点や不安な点がございましたら、お問い合わせください。十分に話し合って当日を迎えたいと考えています。「どうしたらできるのか」を一緒に考えていきたいと思っています。



### ④ 事前打ち合わせ

全ての団体は、電話もしくは来所しての打ち合わせが必要です。**当施設をはじめてご利用になる団体は必ず下見を行なってください。**10名以下の団体、家族、遠方の団体(概ね片道2時間以上)は、電話打ち合わせでかまいません。

活動プログラム案を作成し、[活動計画書]をご提出のうえ、利用1ヶ月前までには打ち合わせをしてください。ねらいが達成でき、かつ「新しい生活様式」に合わせた自然の家での生活や活動ができるよう助言・協力させていただきます。

### ⑤ 宿泊場所・食事入浴時間の決定

打ち合わせ後、以下の時期を目安に宿泊場所、食事・入浴時間を調整し、メール・FAX等でお知らせいたします。

|              |            |
|--------------|------------|
| 宿泊室          | 利用日の前月10日  |
| 活動場所、食事・入浴時間 | 利用日の2週間前まで |





## [2] 活動プログラム

### ① 活動プログラム内容一覧

各活動の詳細はホームページをご参照ください。

実施手順は事前打合せで説明いたします。他の引率者にも共有して事前準備ください。

◎:実施届の提出が必要な活動

☆:指導員の申込みができる活動

★:指導員の申込みが必要な活動

| 【おもな野外活動】      |                                | 所要時間   |
|----------------|--------------------------------|--------|
| 登山・ハイキング◎      | 目的、活動時間等に対応したコースを設定しています       | —      |
| オリエンテーリング      | 地図上のポイントを探し、得点を競います            | 2～3 時間 |
| ネイチャーエクスプロアリング | カードに示されたコースをたどる自然観察です          | 2～3 時間 |
| フォトテーリング       | コース地図の写真の場所を発見し問題に解答していきます     | 2～3 時間 |
| ディスクゴルフ        | ディスクを投げ 18 ホールを回り、得点を競うゲームです   | 2～3 時間 |
| フィールド・アスレチック   | 林の中に設置されたアスレチックコースです ※現在使用不可   | 1～2 時間 |
| ナイトハイク         | 五感を研ぎ澄ませて、夜の自然の姿を体感します         | 1～2 時間 |
| 星座観察☆          | 曽爾高原の広大な星空を観察します               | 1～2 時間 |
| 川遊び◎           | 曽爾川の清流で自然に親しみます(車で移動が必要です)     | 3～6 時間 |
| 野外炊事           | 薪をもやして料理をします                   | 3 時間   |
| バームクーヘンづくり     | 直火で、おいしいバームクーヘンを焼き上げます         | 3 時間   |
| キャンプファイアー      | 火を囲み、仲間と歌ったりゲームをしたりして親睦を深めます   | 1～2 時間 |
| たき火            | 火を囲み、自分や仲間と向き合う時間を過ごしましょう      | 1～2 時間 |
| 植物観察           | お亀池周辺では貴重な植物を見ることができます         | —      |
| 野鳥観察           | フィールドスコープを借りて曽爾高原に来る野鳥を観察しましょう | —      |
| 森林環境教育プログラム★   | 森のはたらきについて活動を通して学習します(有料)      | 3 時間   |
| 高原ツリーウォーク      | 施設内の樹木を観察しながら歩きます              | 2～3 時間 |
| そこの森しらべ隊       | 樹木にふれたりして、森を観察します              | 2～3 時間 |

| 【おもな屋内活動】      |  | 所要時間   |
|----------------|--|--------|
| 竹細工☆           | 一輪挿しや竹とんぼなどを制作します                      | 3 時間   |
| 七宝焼★           | キーホルダー、アクセサリなどをつくります                   | 2～3 時間 |
| 木のスプーン、フォークづくり | 木の枝を使って、オリジナルのスプーンやフォークをつくります          | 2～3 時間 |
| 焼き板            | 杉板を焼き、磨き、絵を描きます                        | 3 時間   |
| 木のコースターづくり     | 木に絵の具でイラストを描き、コースターを制作します              | 2～3 時間 |
| 館内オリエンテーリング    | 館内に設置されたポイントを回りながら問題を解きます              | 1～2 時間 |
| チャレンジランキング     | いろいろな楽しい遊びの記録に挑戦します                    | 2 時間   |
| キャンドルファイアー     | ローソクの灯りを囲み、レクリエーションを楽しみます              | 1～2 時間 |
| うどんづくり         | 小麦粉(中力粉)からうどんを手づくりします                  | 3～4 時間 |
| ピザづくり          | 石窯を使って、本格的なピザづくりに挑戦します                 | 3～4 時間 |
| クライム・ウォーク      | 壁にある石(ホールド)をつかみ、落ちないように横に進みます          | 2～3 時間 |
| カプラ(木製ブロック)    | 動物や建物など様々なものが作れ、子どもから大人まで楽しめます         | —      |
| ドミノ倒し          | 達成感や思いやりの心、忍耐力、集中力を育みます                | —      |
| そにとつビンゴ        | 問題カードの写真を手掛かりに、クイズに答えながら館内を回ります        | 1～2 時間 |
| 変わり絵           | パツ!と変わり絵 画用紙で不思議に変身する絵を描きます            | 2～3 時間 |
| スポーツ           | つなひき、大縄跳び、卓球、ミニバスケットボール、バレーボール、フットサルなど | —      |
| 交流ゲーム          | インディアカ、キンボール、しっぽとり、Xロープなど              | —      |

② 指導員の申込み 指導員要請希望は[活動計画書]に記載してください。

- 指導員を申し込んだ場合、以下のとおり料金(特定研修活動実施経費)が必要です。
- 指導員の都合によっては、ご希望に添えない場合があります。また、時間変更については事前にご相談ください。
- 当日、活動プログラムの開始までに指導員との打ち合わせが必要です。

| 活動プログラム         | 料 金               | 単 位     | 時 間               | 要請人数の目安  |
|-----------------|-------------------|---------|-------------------|--|
| 七宝焼             | 3,300 円           | 1 回 1 名 | 午前<br>9:30~11:00  | 参加者 ~10 名 : 指導員 1~2 名<br>参加者 ~20 名 : 指導員 2~3 名 |
| 竹細工             | 3,300 円           |         | 午後<br>13:30~15:30 | 1 クラス(30 名程度)につき<br>指導員 1 名                    |
| 星の話(星座観察)       | 6,600 円           |         | 19:00~21:00       | 参加者 50 名程度まで                                   |
| 森林環境教育<br>プログラム | 参加者1人あたり<br>100 円 |         | 午前<br>9:00~12:00  | 参加者~10 名 : 指導員 1 名<br>参加者~20 名 : 指導員 2 名       |
|                 |                   |         | 午後<br>13:00~16:00 | 参加者~50 名 : 指導員 3 名<br>(最大 80 名程度まで)            |

(※)自然の家オリエンテーション  
動画二次元コード



[3] 入所前の準備

- 指導者間の連絡・協力体制を作ってください。
- 参加者への事前指導を十分に行ないましょう。利用の目的・活動内容と役割分担・生活の心得・組織編成・準備物などを確認してください。
- 施設の利用方法について、自然の家オリエンテーション動画(※)(<https://goo.gl/6gZJCb>)等を利用し、事前に参加者へ周知してください。
- 指導者や参加者の代表者による、野外活動コースの実地踏査を必ず行なってください。体験宿泊も可能です。
- 参加者の健康状態を把握しましょう。特に配慮する事項がある参加者については、入所時に連絡してください。
- 車(バス)乗車前までに、検温、体調チェックを済ませてください。**発熱(37.5 度以上、平熱比+1度以上)や咳、喉の痛み、息苦しさ、だるさ(倦怠感)、その他体調不良の諸症状の有る方の参加はご遠慮ください。**

[4] 準備物

【個人】

上靴、洗面用具、石鹸・シャンプー、タオル、着替え、ハンカチなど**手を拭くもの**、マスク、軍手、水筒(耐熱のもの)、雨具(上下に分かれるもの)、常備薬、清掃用のぞうきん1枚

なまえを忘れずに!



【団体】

利用者名簿(各団体の書式可)・健康調査書、  
団体旗(あれば)、校歌 CD(カセットテープ可)、

救急セット、汚物用ビニール袋(サニタリーボックス用)、**手指消毒液、予備のマスク、体温計、食堂用ビニール手袋、各活動プログラムに必要な物**(HP の活動プログラム一覧を必ず確認してください。)

利用日の朝、全員の検温を行ない、利用者名簿の余白に「〇月〇日検温済み(責任者のサイン)」の記載をして提出してください。

忘れ物は 2 週間程度保管しますが、特に連絡がない場合は期間終了後、処分させていただきます。

## V. 利用のながれ(入所から退所まで)

【入所日】 ※代表者打ち合わせ会の関係上、16:00 までを目安にお越しください。

### ① 駐車場到着を事務室に連絡

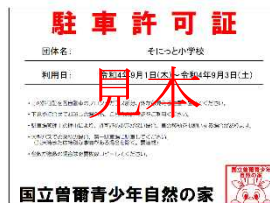
原則、バスは第 1 駐車場、乗用車は第 2 駐車場をご利用ください。

駐車許可証を車外から見える位置に提示してください。

子どもたちの活動に支障をきたしますので、玄関周辺には駐車しないでください。

荷物搬入等のため、駐車場以外の場所へ車を入れる場合は、必ず事務室に連絡してください。

【注意】入所日に昼食を食堂で食べる場合は、12:00 までの入所をお願いいたします。



### ② 入所式

実施の有無は団体ごとに決定し、実施する際の司会・進行等は各団体で運営してください。

場所: つどいの広場 ※荒天時は館内で実施

- ・団体旗の掲揚
- ・ご希望があれば当所職員があいさつに伺います。集合後、事務室へご連絡ください。

### ③ 入所手続き(15分程度)

9:30~16:00【場所:かめやま】

- ・入所時確認票の記入(食事数・利用者数の確定)
- ・宿泊室、食事・入浴時間、活動内容と場所、貸出用具の確認
- ・[利用者名簿・健康調査書]の提出、**検温結果の確認**
- ・**有症者対応**のフローチャート確認
- ・[曾爾便利帳][アンケート]  
[宿泊棟<室>鍵]等の受取



入所手続き担当(代表者)と入所式担当をあらかじめ分担しておくスムーズです。



### ④ 入館・入室

館内は**土足禁止**です。利用者玄関から入館し、上靴に履きかえてお入りください。

下靴は、宿泊する棟の表示がある**靴箱①②のどちらか片方にまとめて**入れてください。

前の団体の退所点検終了次第、宿泊室への入室が可能です(午前 10~11 時頃)。

**宿泊棟の窓は、換気のために開いていることもあります。適宜閉めてください。**



### ⑤ 代表者打合せ会(16:05~)15分程度

各団体代表者と当所職員との打合せを研修室「かめやま」で行います。

- ・夕食・入浴時間の再確認
- ・タベのつどい・朝のつどいの役割分担
- ・翌日にかけての活動について確認
- ・荷物置き場の割り振り、退所の案内
- ・健康チェックの結果を事務室に報告(就寝前 22:00 まで、起床後 9:00 まで)



### ⑥ タベのつどい・朝のつどい

(『つどい』への参加は、事前打合せ時にお知らせください。)

当所からの連絡、団体同士の交流を目的に行なっています。司会・進行の役割分担は、当日の代表者打合せ会で決めます。

・晴天時は「つどいの広場」、雨天時は中止となります。

| タベのつどい                           | 朝のつどい   |
|----------------------------------|---|
| 16:30~                           | 夏期(3月~11月)7:00~<br>冬期(12月~2月)7:30~            |
| 国旗・所旗・団体旗の降納<br>団体の紹介<br>その他連絡事項 | 国旗・所旗・団体旗の掲揚<br>ラジオ体操(第1)<br>活動の紹介<br>その他連絡事項 |

## 【退所日】

### ⑦ 宿泊室の点検・荷物の移動

- ・利用した宿泊室・宿泊棟内廊下・トイレ・洗面所の清掃
- ・所定の場所へ荷物の移動
- ・朝の検温・健康チェックの結果をお伝えください。
- ・8:50以降、職員による清掃点検の立ち会い・宿泊室の鍵の返却
- ・売店にて料金の精算(売店営業時間:P.7参照)
- ・曾爾便利帳、宿泊棟の鍵、貸出物品等の返却
- ・アンケートの提出



### ⑧ 退所式

実施の有無は団体ごとに決定し、実施する際の司会・進行等は各団体で運営してください。

場所:つどいの広場 ※荒天時は館内で実施

- ・団体旗の降納
- ・ご希望があれば当所職員があいさつに伺います。集合後、事務室へご連絡ください。

## VI. 施設の利用方法

### [1] 施設利用についてのお願い

- 節電・節水にご協力ください。汲から水を汲み上げているため、使いすぎると水が出なくなる可能性があります。
- みんなで使う施設です。清掃・整理整頓を行い、次の人が気持ちよく使えるようにしましょう。
- 建物や備品を汚損・破損・紛失した場合には、速やかに事務室までご連絡ください。故意または不注意による場合には、実費弁償していただく場合があります。
- 貴重品の管理は各団体で責任を持ってお願いします。事務室及び各宿泊棟入口に、リターン式コインロッカーを設置しています。

### [2] 宿泊室の利用

#### ① 各棟の宿泊人数

| 棟名   | 宿泊室     | リーダー室   | やすらぎの部屋 | 最大宿泊人数 |
|--|---------|---------|---------|--------|
|  さかな  | 6人部屋 8室 | 4人部屋 2室 | 2室      | 76     |
|  きのこ  | 8人部屋 6室 | // 3室   | 1室      | 70     |
|  はな   | // 6室   | // 1室   | 1室      | 62     |
|  むし   | // 6室   | // 2室   | 1室      | 66     |
|  とり  | // 6室   | // 1室   | 1室      | 62     |
|  そら | // 8室   | 6人部屋 1室 | 2室      | 90     |
|  もり | // 6室   | 4人部屋 1室 | 1室      | 62     |
|  ほし | // 6室   | // 1室   | 1室      | 62     |

- 感染症対策のためゆとりを持って配室しますが、利用者数が多い場合は、対応できないこともあります。
- やすらぎの部屋には寝具を10組用意しています。
- 害虫発生の原因になるため、宿泊室での飲食はご遠慮ください(お茶・水等の水分補給は可)。
- さかな棟は車イスでのご利用が可能です。
- 各棟・各部屋の鍵を貸し出しできます。
- 各棟のリーダー室に冷蔵庫を配置しています。薬や氷、水分補給用の飲み物の保管にご活用ください。
- 持参のドライヤーをお使いになる時は、各宿泊棟2台(各階1台)、掃除機は各階2台まででお願いします。
- 宿泊室の配置や名称は、HPの「資料ダウンロード」にある【宿泊棟別(部屋別)記入表】にてご覧いただけます。

#### ② 清掃の方法

##### 【宿泊室・廊下・階段】

- 掃除機やほうきで清掃してください。清掃用具が足りない場合は、ご持参のぞうきんで掃除をしてください。
- ベッドの下のゴミやほこり、忘れものの確認をお願いします。
- 掃除機のゴミパックは職員が交換しますので、取り出さないでください。
- 宿泊室内にゴミ箱はございません。各団体でごみの処理をお願いいたします。
- 清掃後は換気のために窓を開けておいてください。



### 【便所・洗面所】

- 床は水を流さずほうきで掃き、便器や周りが汚れている場合は専用ブラシで洗ってください。
- 汚物入れの汚物はビニール袋ごと取り出し、新しいビニール袋(各団体でご準備ください。サイズや色は任意でかまいません)と交換してください。
- 洗面所のシンクは備え付けのスポンジでこすり、排水口のゴミや髪の毛は取り除いてください。
- シンク周りに飛び散った水は、拭き上げてください。

### [3] 寝具の利用

#### ① シーツ

- 衛生管理のため、**必ずお使いください**。同じシーツを連続して使用するのは3泊までとし、4泊以上の場合シーツ交換が必要になります。
- リネン室に団体毎に分けて用意します。各自お取りください。
- シーツとシーツのあいだに入って、身体が寝具に触れない状態で休めます。

#### ② ベッドメイキング

- シーツを敷く
- シーツの上にもう1枚シーツを敷く
- 毛布・掛け布団をのせる
- 上側のシーツの首もとを折り返す
- 枕を枕カバーに入れる ※当所の枕には、そば殻は使用していません。



- 上から
- ① 掛け布団
  - ② 毛布
  - ③ シーツ
  - ④ シーツ
  - ⑤ ベッドパッド
  - ⑥ マットレス
- ここに入ります

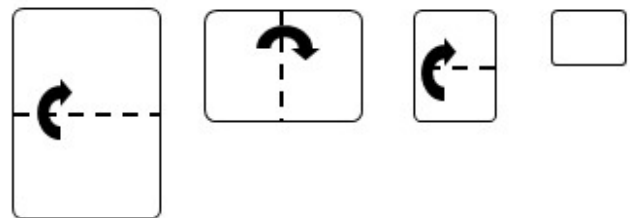
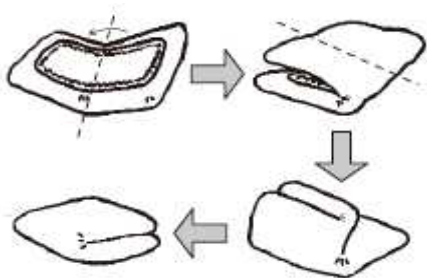
#### ③ 寝具の片付け

##### 【シーツ・枕カバー】

リネン室にある回収袋に返却してください。**シーツをたたむ必要はありません**。回収袋がいっぱいになったら、口を縛り、新しい袋をセットしてください。

##### 【掛け布団・毛布】

掛け布団は2回、毛布は3回長い方をたたみます。

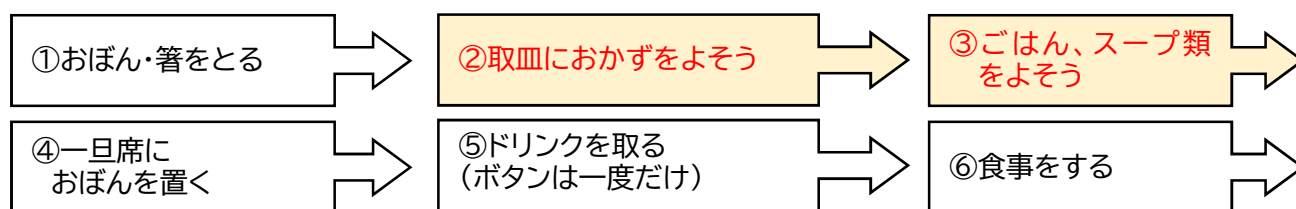


畳んだ寝具は、次の人が使いやすいように、それぞれ折り目が手前から見えるように置きます。  
宿泊室内の説明も参考にしてください。

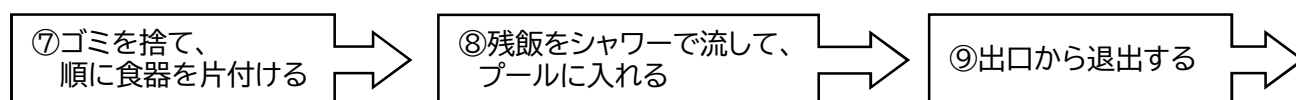
#### [4] レストラン曾爾高原の利用

- 入り口で手を洗い、手指消毒をお願いします。手を拭くためのハンカチやタオルを各自ご持参ください。
- 食事の提供はビュッフェ形式です。なお、人数が 100 名以下は 1 レーン、30 人以下はカウンター、10 人以下の場合は盛付で提供します。
- 各自で料理をお取りいただくか、引率者等で取り分け担当を決めて盛り付けてください。食べきれぬ量を盛るようにしてください。
- 利用時間は活動や利用人数に応じて自然の家が調整します。1 団体につき 30 分～45 分程度です。**順次、席に着いた人から食べ始めるようにお願いします。**全員揃ってから食事を開始すると時間がかかり、次に利用する団体が入れなくなります。

#### <食事配膳の流れ> (右図参照)



#### <片付け方法>



#### <注意>

- 荷物は持ち込まないようお願いします。
- 入室後、おぼんに食器を乗せる間(上記①～③)は一方通行でお願いします。
- すべりやすいので、食堂内は走らないようにしましょう。
- 座席は前方から順にお座りください。
- 混雑防止のため、食後の打合せや連絡等を行わないでください。
- **食堂内では、私語を控えるようにしてください。**

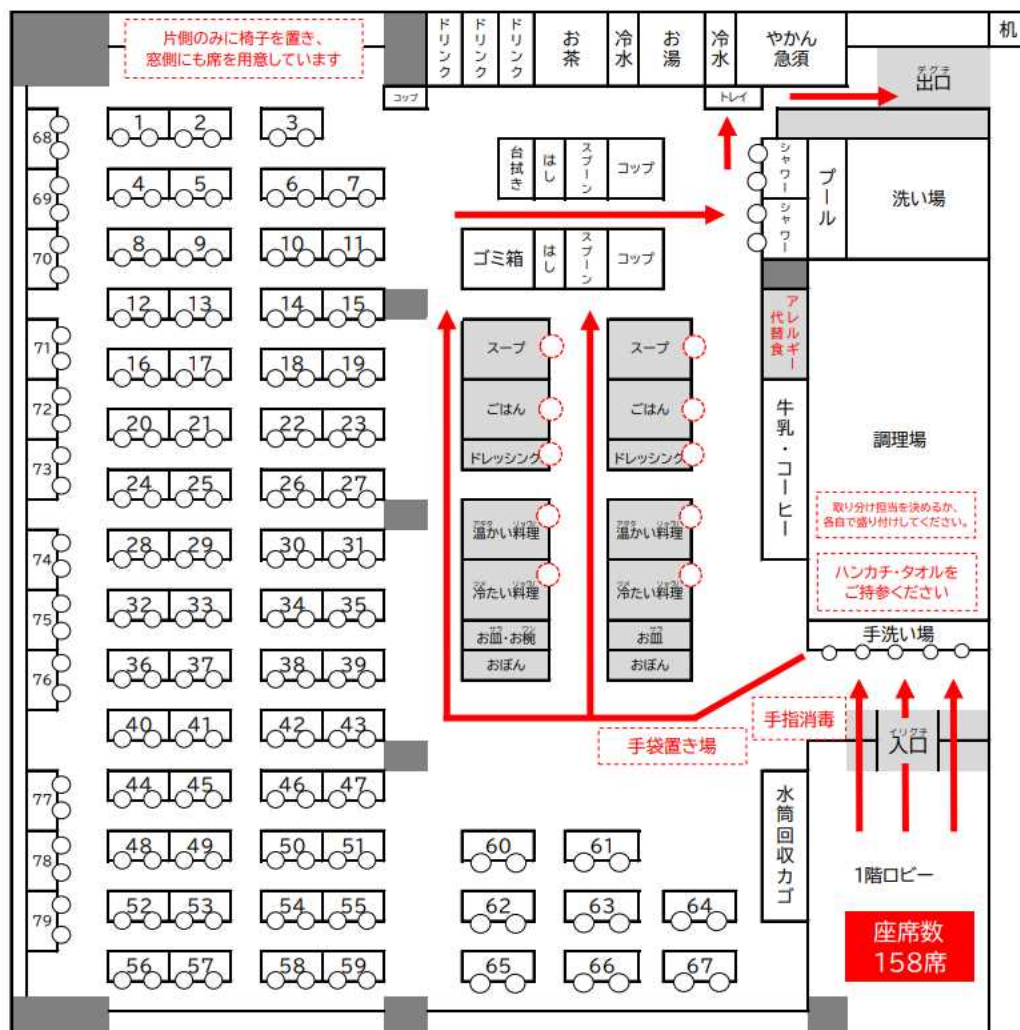
#### <給茶コーナーの利用について>

- 熱いお茶の提供です。給茶を希望される場合は、事前に食堂スタッフにお知らせください。
- 衛生管理のため、設置のやかんは食堂外へ持ち出さないでください。持出用のやかんは事務室にあります。
- 引率者が補充する場合は、入口で水筒をまとめ、子どもたちの食事中に補充してください。食堂出口奥の机で受け渡しをしてください。



スムーズな食堂の利用にご協力をお願いいたします。





## [5] 浴室の利用

大浴室は男・女それぞれ一度に 60 名が利用できます。(シャワー数各 10、カラン数各 7)

- 原則、団体ごとに時間を割り振ります。利用時間は活動や利用人数に応じて自然の家が調整します。
- 夏期(3月～11月)のみ、指導者の方向けに 21:30 から 23:00 まで大浴室を開錠します。シャワーのご利用が可能です。日曜日は浴室消毒のため、小浴室のシャワーを使用いただきます。
- 特別な事情により大浴室が利用できない場合は、小浴室が利用できます(事前打ち合わせでお知らせください)。
- 利用当日の宿泊人数が 50 人以下の場合、男女どちらか片方の大浴室を交代で使用いただきます。宿泊人数が 10 人以下の場合、小浴室での入浴となります。
- 石鹸・シャンプー・洗面用具・タオル・ドライヤー等は置いていません。各自でご用意ください。
- 濡れてすべりやすいので、転倒に十分注意してください。
- マナーを守って入浴しましょう。
  - ・かかり湯をして体を洗ってから浴槽に入る
  - ・タオルを浴槽のお湯につけない
  - ・使った洗い桶・椅子は整理整頓する
  - ・足、身体をよくふいてから脱衣室へ出る





## 【6】 活動場所の利用

- 退室時は、清掃・消灯してください。
- 各研修室の鍵の貸し出しは事務室までお声がけください。
- 朝に職員でドアノブやスイッチ等を消毒しています。
- 屋内で活動する際は、定期的な換気を行なってください。

## 【くろそ】

- 入室時に上履きを脱いでください。

## 【エコロジーホール・クラフトホール・なかよしホール】

- ホール内は上履きで活動してください。クラフトホール・なかよしホールへは、上履きを持参してください。
- 施錠してありますので、事前に事務室で鍵を受け取り、開錠してください。退室時は、施錠し、鍵を事務室に返却してください。

## 【野外炊飯場・屋根付野外炊飯場】

- 指導者は、入所後、事前に使い方の説明を受け、準備・片付けの方法と貸し出し物品を確認してください。

## 【キャンプファイアー場】

- 各広場に設置されているファイアー台の上、または耐火レンガの上で燃やしてください。
- 薪はすべて燃やしきってください。残炭は、各ファイアー場の残炭入れに集めて入れてください。
- ファイアー台や耐火レンガが割れてしまいますので、水をかけないでください。
- 消火用バケツ、ほうき、ちりとり等は利用者玄関横の清掃用具ロッカーの物をお使いください。
- 清掃は翌朝でもかまいませんが、午前の活動前(9:00前)に済ませてください。

## 【7】 ゴミの処理

ゴミは原則持ち帰りです。持参した弁当箱など、自然の家でゴミを捨てたい場合は、必ず売店で曾爾村指定のゴミ袋を購入してください。捨てる際は、ペットボトルをつぶす等出来るだけ小さくしてください。

| ゴミの種類  | 袋・容器     | 回収場所   |
|--|----------|--|
| 燃えるゴミ<br>(紙くず・プラスチック・トイレの汚物・弁当の空き箱・ペットボトルなど) | 燃えるゴミ用の袋 | 燃えるゴミ倉庫                                      |
| ビン   | ビン用ゴミ袋   | ビン・缶ゴミ倉庫                                     |
| 缶  | 缶用ゴミ袋    |  |
| 残飯   | ザル・ポリバケツ | 各炊飯場の残飯用ザル・ポリバケツ置き場                          |
| 段ボール   |          | 持込:お持ち帰りください<br>食堂から受け取ったもの:<br>食堂に返却してください。 |

## VII. 健康・安全

### [1] 健康指導

#### 【入所前】

- 事前に参加者の健康調査を行なってください。入所時に発熱(37.5度以上、平熱比+1度以上)や咳、喉の痛み、息苦しさ、だるさ(倦怠感)、その他体調不良の諸症状が無い方のみ受入れ可能です。
- 持病・車酔い等がある方には、薬を持参するよう事前に指導してください。
- 特別な事情がある場合は、前もってご相談ください。直前の相談では対応できない場合があります。
- **体調不良者が出た場合の帰宅方法について、団体から保護者等に確認しておいてください。**

#### 【滞在中】

- 1日2回(起床時、就寝前)の検温、健康チェックを実施し、参加者の健康状態を確認してください。**体調不良者が出た場合は、事務室にすみやかに連絡してください。**
- **手洗い、三密回避、定期的な換気等の感染症対策を徹底してください。**
- **手洗い後のタオルやハンカチはシェアしないでください。**
- 衣類がぬれた場合は、早めに着替えるようにしましょう。
- 十分な睡眠をとるようにしてください。
- 冬場でも水分補給を心がけてください。
- 所内でおう吐した場合は、団体で処理せず、直ちに事務室に連絡してください。



### [2] 安全指導

#### 【施設内での活動時】

- 各宿泊棟にある案内板で、非常口・避難経路を確認してください。
- 湿気の高い時は床がすべります。館内では走らないようにしましょう。
- 緊急時は内線電話で事務室(37番)にご連絡ください。

#### 【屋外での活動時】

- 自然をあなどらず行動してください。山では天候の急変がよくあります。
- 人数確認を必ず行なってください。単独行動は大変危険ですので、班編成・連絡体制等を十分に検討し、活動してください。
- 看板や標識に注意して、危険な場所には立ち入らないようにしてください。
- 斜面は走らないよう、また落石を起こさないように注意してください。大きな事故につながります。
- 夜間の野外活動は特に慎重に行動してください。暗闇でおどかさ等の行為は絶対におやめください。
- 屋外での活動時には、事務室で無線機を借りてください。ケガ人や急病人発生など、緊急時は無線機で自然の家へ連絡をお願いします。フィールド内は携帯電話の電波が届きにくい場所があります。

### [3] 緊急連絡

#### 緊急事態発生時

急病・事故・火災などの発生時には、適切な処置をすると同時に、直ちに**事務室へ連絡**してください。医療機関・消防署へは当所職員が連絡します。

#### 事務室への連絡

|        |                  |
|--------|------------------|
| 活動時間中  | 夜間(23時以降翌朝6時半まで) |
| 内線 37番 | 宿直室 内線 36番または34番 |

近隣医療機関 ※病院への連絡は職員が行います。

| 医療機関   | 連絡先          |
|--------|--------------|
| 曾爾村診療所 | 0745(94)2212 |
| 宇陀市立病院 | 0745(82)0381 |
| 御杖村診療所 | 0745(95)6010 |
| 名張市立病院 | 0595(61)1100 |

#### ① 患者の搬送

患者の医療機関への搬送は、団体で行なっていただきます。**緊急車両の準備をお願いします。事前に患者の搬送方法について団体でご検討ください。**緊急車両を用意できない場合、タクシーの利用になります。状況によっては、救急車を要請します。(自然の家までは20~30分程度かかります)

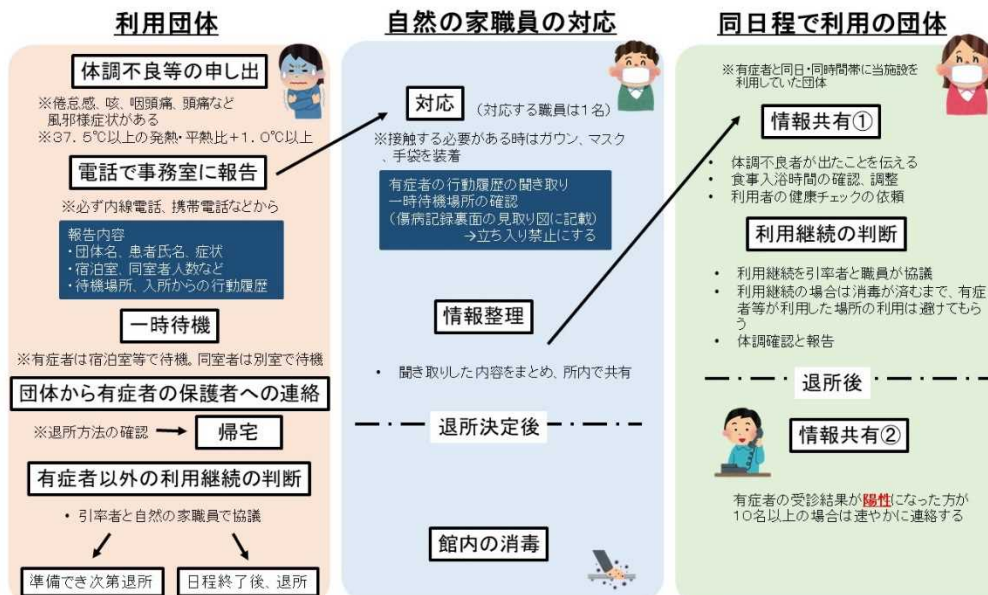
#### ② 有症者の対応について

利用中に、新型コロナウイルス感染症の疑いがある方が出た場合は、以下のような対応を想定しています。各団体で作成のマニュアル等とも見比べながら、対応をご検討ください。

#### 有症者への対応について

利用団体が作成している対応マニュアルがあれば、そちらも確認し、施設・利用団体のそれぞれの対応の仕方について、互いに確認しておく必要がある。

近隣の医療機関  
 ・曾爾村診療所(曾爾村伊賀見) 電話 0745-94-2212 月・水・金 9~12時 / 15時30分~16時30分  
 ・宇陀市立病院(宇陀市藤原萩原) 電話 0745-82-0381 月~金 8時~11時  
 奈良県の相談窓口  
 ・新型コロナ・発熱患者受診相談窓口 電話 0742-27-1132 24時間(平日、土日祝)



## VIII. 活動上の注意

### [1] 登山・ハイキング

#### 入所前の準備

- 必ず下見を行なってください。
- 活動中の隊列を考えましょう。一般的に、責任者が最後尾、副責任者が先頭を担当します。



#### 活動前

- 事務室に[ハイキング実施届](HP 参照)を提出してください。無線機を貸し出します。
- コース上にトイレはありません。出発前に必ずトイレに行くように指導をお願いします。
- 荒天が予想される場合には、安全基準に則り自然の家側で中止を提案させていただくことがあります。

#### 活動時

- 必ず途中で人数確認を行なってください。
- ケガや病気など急な対応があった場合は、すぐに事務室へご連絡をお願いします。

#### 終了後

- 到着し、全員の無事を確認したら、事務室へ報告をお願いします。

### [2] 野外炊事

#### 入所前の準備

- 食事・売店注文書で、野外炊事メニューと薪を注文してください(☑P8~9)。薪は持ち込みも可能です。
- 新聞紙、マッチ・ライター、スポンジ、たわし、**ふきん**を団体でご準備ください。洗剤は、当所が用意した環境に負荷のかからないものをお使いください。

#### 活動前

- 原則、当日は団体の指導者の方に指導していただきます。入所後、職員との打ち合わせを実施してください。炊飯場の利用については、動画で確認もできます。
- 食材の受け取り時刻について、食堂と確認をお願いします。
- 薪は利用者玄関横の薪置き場にあり。団体名を確認してお受け取りください。

(※)自然の家オリエンテーション  
動画二次元コード

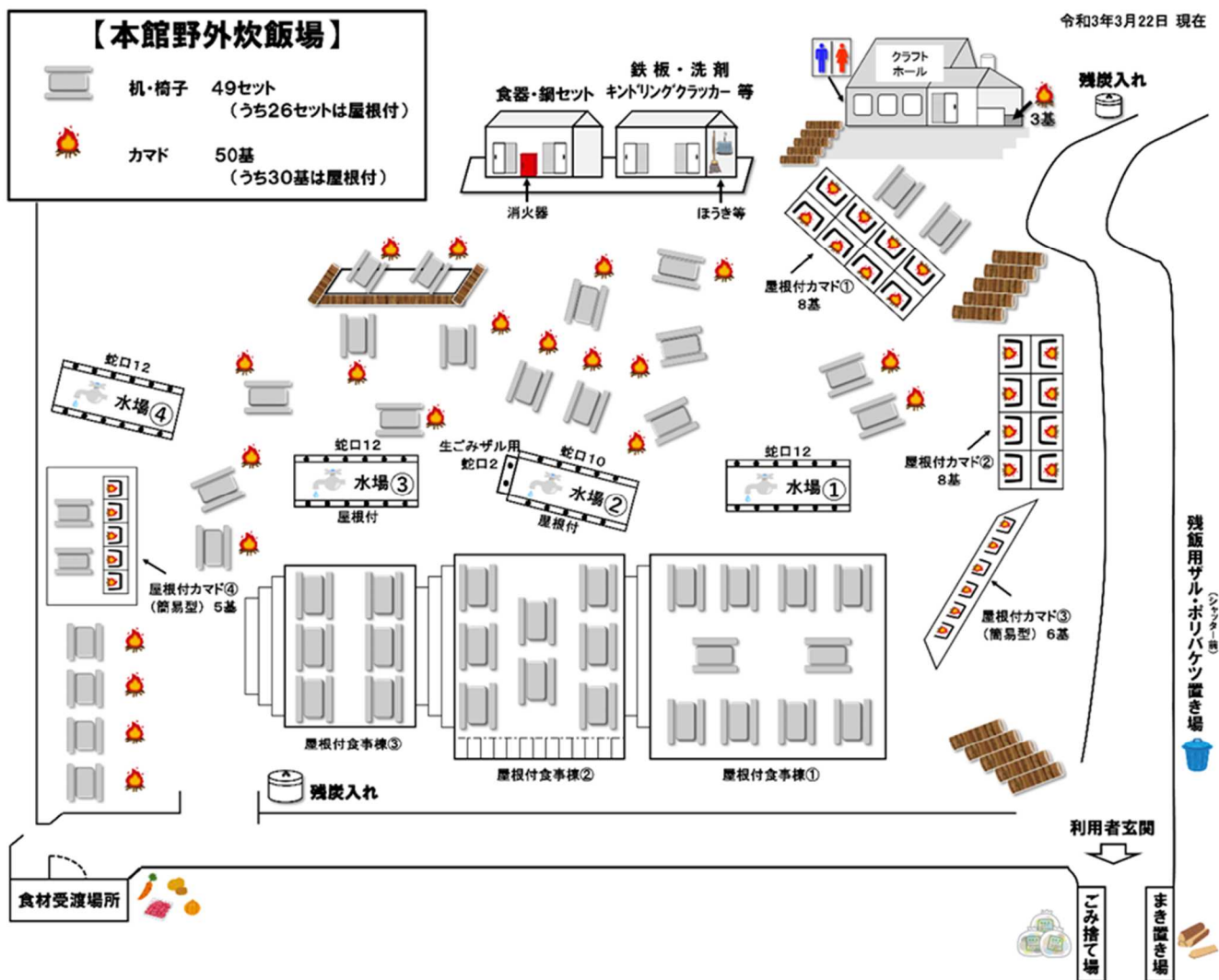


#### 活動時

- 貸出物品の数を確認してから調理を開始してください。
- 安全管理を十分に行なって実施してください。野外炊事で多いけがは、刃物による切り傷、やけどです。
- 食材に触れる時、調理する時、配膳する時は、必ず手を洗ってください。**
- 配膳の際は、引率者や参加者で担当を決めて行うようにしてください。**

## 終了後

- 職員の点検を受ける前に、団体側での最終点検を行ってください。食器かごに入っているシートで数を確認し、ぬるぬるしていないか、手にススがつかないか等洗いの仕上がりをご確認ください。また、ご持参のふきんで水気をしっかりふき取ってください。
- 食器セット・鍋セットは、職員の点検を受けてから倉庫に片付けてください。
- かまどが割れてしまいますので、かまどには水をかけないでください。
- 薪は燃やしきってください。灰は、炊飯場の残炭用ドラム缶に入れてください。
- 燃えるごみは食材と一緒に入っている指定のごみ袋に入れて、利用者玄関横のごみ捨て場へお持ちください。水気が多いゴミは、ザルに入れてよく水気を切り、残飯用ザル・ポリバケツ置き場へお願いします。



## 〈参考〉キャンプ場の利用

- キャンプ場の利用については、利用団体の自主的な運営を基本としていますので、生活時間や活動内容は団体ごとに決めてください。
- 職員と事前打ち合わせを行なってください。また、キャンプ場施設(水場・かまど・テントサイト・トイレの場所など)やハイキングコースの事前調査、実地踏査を行なってください。
- テント・寝袋・炊事道具など毎日使用するものは、滞在中は団体で管理し、退所日に返却してください。
- 施設の全面禁煙は、キャンプ場も含みます。ご理解ください。
- 貴重品は団体で保管してください。事務室や管理棟のリターン式コインロッカーをご利用いただけます。
- 大浴室の利用も可能です。他団体との利用時間を調整します。

### ① テント・寝袋の使用について

- 「来た時よりも美しく」を心がけ、万一破損した場合は速やかにご連絡ください。
- テントの周りに溝を掘らないでください。



#### 常設テント(10人用8張)

- ・テント内は土足・火気厳禁です。
- ・晴天時は入口や窓をあけ、換気してください。

#### 退所時

- ・ほうきで掃除をしてください。
- ・晴天時は居室入口と窓を開けておいてください。

#### 寝袋の貸出

ご希望の場合は、人数分の貸出が可能です。

- ・雨に濡らさないよう注意してください。
- ・寝袋用シーツ(筒形、1枚100円)を使用してください。本館リネン室に用意します。退所日にご返却ください。

#### 貸出用テント

(5人用5張、6人用10張、7人用5張)

#### 設営時

- ・必要に応じて、管理棟下の「すのこ」をお使いください。
- ・ペグやハンマーなどの紛失にご留意ください。

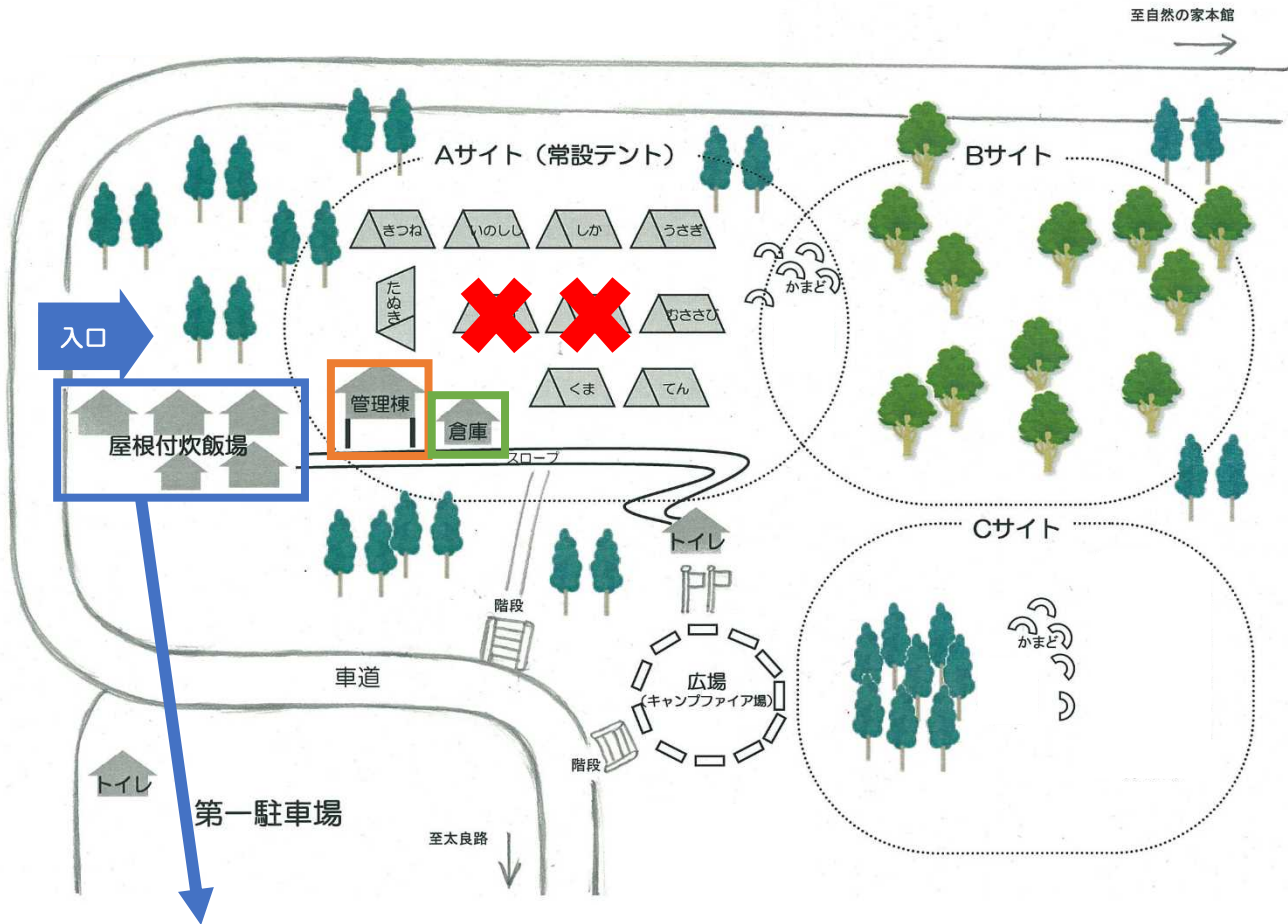
#### 撤営時

- ・テント本体・ペグは汚れを落としてください。
- ・撤収前に裏返しておくなどして、できる限り乾かしてからたたんでください。
- ・用具の数量確認を行ない、職員の点検を受けてから返却してください。
- ・退所日が雨の場合は、テントの片づけ方について職員の指示に従ってください。

### ② 炊事について

- 晴雨にかかわらず原則として自炊です。また、食中毒防止のため**食材の持ち込みはご遠慮ください**。
- 野外炊事の食材は所定の場所で受け取ってください。受け取り時間について、当日受付後に食堂と相談してください。朝食:6時、昼食:9時30分、夕食:16時には用意ができます。
- **キャンプ場倉庫**内に冷蔵庫(容量200L)が2台あります。その他必要に応じてクーラーボックスや氷を準備し、食材は団体で責任をもって保管をお願いします。
- 炊事は必ず所定のかまどで行なってください。かまど付近には消火用の水を必ず配置してください。
- かまどやファイアー場以外は**火気厳禁**です。なお、花火は禁止しております。
- 食器用洗剤・磨き粉はキャンプ場で用意しています。
- 薪は**キャンプ場管理棟**下にあります。使った分の針金を保管していただき、売店にて清算してください。なお、持ち込みも可能です。

国立曽爾青少年自然の家 キャンプ場配置図



<屋根付野外炊飯場>

