



能登だからできる**体験**がある



Only Oneな**体験**がある



いろいろな**体験**がある



【平成24年度版】

# 利用の手引き



国立能登青少年交流の家

# も く じ

	ページ
<b>I. 利用ガイド</b>	
1 利用申込み方法	1
2 必要経費	1
3 持参していただくもの	2
4 健康・安全	2
5 災害発生時の対応	2
6 インターネットの利用	2
7 標準生活時間	3
8 プログラムの作成	4
9 活動の実施	4
10 キャンプ場について	5
11 青少年交流の家からのお願い	7
12 車椅子使用の方へ	1 3
○ 資料	
・施設案内図	1 4
・ベッド配置図	1 5
・施設・設備一覧	1 6
・経費の支払方法一覧	1 7
・交通案内	1 8
<b>II. 活動ガイド</b>	
活動・研修内容一覧	1 9
活動の概要	2 0
カッター	2 2
カヌー	2 3
いかだ体験	2 4
アーチェリー	2 5
サイクリング	2 6
オリエンテーリング	2 8
ウォークラリー	3 0
ディスクゴルフ	3 1
ナイトアドベンチャー	3 2
砂像造り	3 3
海水浴	3 4
地引き網	3 5
グリーンアドベンチャー	3 6
火おこし体験	3 7
プール活動	3 8
スポーツ活動	3 9
キャンプファイア	4 1
キャンドルセレモニー	4 2
肝だめし	4 3
創作活動	4 4
野外炊飯	4 6
野外炊飯材料等注文用紙	4 9
そば打ち体験	5 0
そば打ち体験材料注文用紙	5 1
食事等注文用紙	5 2
外来診療案内	5 3
よくあるお問い合わせ	5 4

## 青少年交流の家を効果的にご利用いただくために

### POLICY

青少年を取り巻く社会の急激な変動の中、今日の青少年にとって「仲間と寝食を共にする体験」や「自然に触れる体験」、地域の「伝統・文化に学ぶ体験」などの体験活動の減少が大きな課題となっています。

能登青少年交流の家は、豊かな自然環境と充実した施設環境の中、青少年に自然や人と関わる多様な活動や研修を通して、協力性、思いやり、社会規範等を培い、これらの活動で得られた達成感や自信が、「青少年の自立」への歩みを確実に深めるとの信念のもと、様々な教育活動を展開しています。

利用いただく皆様一人一人が、実りの多い研修となるよう、職員一同精いっぱい支援に努めています。

能登青少年交流の家では、以下のような様々な体験活動を行うことができます。

自然体験活動

交流体験活動

集団生活体験

学習・研修・奉仕活動

地域文化体験

創作活動

スポーツ・文化活動

レクリエーション活動

### 効果的な利用のための10のヒント

《利用のねらいを明らかに》

1. 利用計画に当たっては、青少年に何を得させたいのかを十分検討し、利用の目的、ねらいを明確にしましょう。

《ねらいに合った活動を》

2. 目的やねらいに合った活動や研修内容を組み立て、全体プログラムを作りましょう。

《十分な下見や実地踏査を》

3. 計画に当たっては、施設・設備やコースなど、十分な下見や実地踏査を行い、施設やフィールドを十分活かした活動としてください。

《安全対策に万全を》

4. 危険と思われる箇所や物、避難ルートなどを確認し、安全対策に万全を期しましょう。

《青少年の参画で主体的な活動を》

5. プログラムや活動計画の立案時点で、青少年を参画させることにより、活動をより主体的、意欲的なものにすることができます。

《活動時間にゆとりを》

6. 一つの活動に対する所要時間に十分なゆとりをもたせるとともに、活動終了後は活動全体のふりかえりをする時間を確保しましょう。

《グループ活動を基本に》

7. 生活・活動は、班やグループ単位を基本にしましょう。

《生活指導の重視》

8. 館内での寝食等の集団生活は、青少年にとって大きな教育的意義を持っています。生活面における指導にもご留意ください。

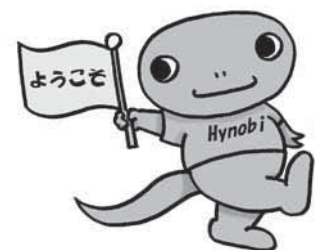
《他団体との交流》

9. 館内での生活に当たっては、他団体との交流にも十分配慮するとともに、他団体に迷惑をかけることのないよう相互に注意しましょう。

《環境に配慮した生活・活動を》

10. 生活面では、不要な電気を消すなど、光熱水量やCO<sub>2</sub>の節減、省エネを心がけ、活動においても、自然環境を損ねるような行為は行わないようにしましょう。

# 1. 利 用 ガ イ ド





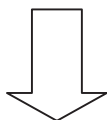
＜青少年交流の家とは＞

- ★ 交流体験や共同生活等様々な体験活動を通して、「心豊かなたくましい青少年」の育成を目指す青少年教育施設です。
- ★ 具体的な研修や活動計画をもった、学校・青少年団体・企業・社会教育指導者・各種サークルおよび家族等のグループであれば、どなたでも利用できます。

1 利用申込み方法

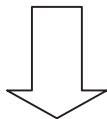
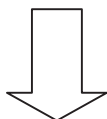
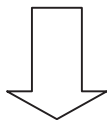
利用の問い合わせ

利用日・人数・活動内容等の問い合わせ  
 TEL 0767-22-3121  
 (電話対応時間：8：30～17：15)



青少年交流の家より  
 関係書類の送付

- ◎4～9月の利用団体◎
- ・事前にプログラム(案)を提出していただき、後日プログラムの調整会を行います。
  - ・プログラム(案)の用紙はプログラム調整会開催のご案内に同封します。
  - ・プログラム調整会に関する書類は、調整会の約1ヶ月前に送付します。
  - ・代表者は必ず出席してください(施設・設備の使用や体験活動については出席団体が優先されます。)
  - ・プログラム調整会の日程は、ホームページでご確認いただけます。(http://noto.niye.go.jp/program.html)

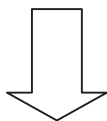


- ◎10～3月の利用団体◎
- ・以下の書類を提出していただいた後、職員と代表者で電話等によりプログラムの調整を行います。

★利用申込書等の提出

「利用申込書」、「プログラム」、「利用者名簿(活動者名簿)」、「食事等注文用紙(野外炊飯材料等注文用紙)」を利用の3週間前までに郵送、FAXまたはE-mailにて提出してください。

なお、様式はホームページよりダウンロードすることも可能です。



青少年交流の家より  
 利用承諾書等の送付

宿舎割(テントサイト割)、清掃区域割および下足棚割も送付します。

2 必要経費

- ・必要経費および支払い方法については、P17をご覧ください。なお、野外炊飯に関する経費については、P48も参照ください。
- ・弁当・飲み物・懇親会用オードブル等も予算に応じて準備できます。「グリルのと」(TEL:0767-22-2933)にご相談ください。

### 3 持参していただくもの

生活・活動に必要な服装，洗面用具，健康保険証（写しでも可），**個人用ゴミ袋**，雨具，活動に必要な用具等

- ・**体育館は，下足または館内履きでは利用できませんので，体育館専用の内履きを準備してください。**
- ・ボディーソープは，浴室に置いてあります（**シャンプー・リンスはありません。**）。
- ・ドライヤーは，脱衣室に置いてあります（**宿舎でのドライヤー使用不可**）。
- ・館内は，外履きのままでかまいません。館内で内履きを使用する団体は，下足棚をご利用ください。
- ・入浴後，館内を回られる際，スリッパ等があると便利です。必要に応じてご持参ください。

### 4 健康・安全

#### (1) 事前準備

- ① 救急薬品等は，できるだけ持参してください（**内服薬は提供できません。**）。
- ② 生活・活動において配慮を要する方は，事前に医師と相談の上，青少年交流の家へ相談してください。

#### (2) 滞在期間中の健康管理

- ① 健康状態に異常が生じた場合は，速やかに事務室に連絡してください。
- ② **夜間の緊急連絡は，内線電話で事務室（内線128）または当直室（内線160）に連絡していただくか，直接お越しください。**

#### (3) 病院等での受診

- ① **「健康保険証（写しでも可）」を持参してください。**
- ② 医療機関への搬送は，原則として各利用団体でお願いします。

### 5 災害発生時の対応

災害が発生した場合は，職員の指示に従い速やかに行動してください。

### 6 インターネットの利用

管理研修棟玄関ロビーにて無線LANの使用ができます。

また，管理研修棟2階第1・2研修室にて有線LANの使用ができます。

ただし，パソコンは持参の上，自己責任で使用願います。

## 7 標準生活時間

♪BGMで案内します

♪♪♪	♪	♪	♪	♪	♪	♪	♪	♪	♪	♪	♪	♪	♪
6:00	7:00	7:20	7:40	9:00	12:00	13:30	16:30	17:00	18:00	19:30	21:00	22:30	
起床	フレッシュタイム	清掃	朝食	午前の活動	昼食	午後の活動	自由・活動準備等	イブニングタイム	自由・活動準備等	夕食	夜の活動	就寝準備・自由	消灯・就寝
宿舎確認 8:40～9:00				代表者会議 16:40～16:55				入浴 17:30～22:20					

※「標準生活時間」とは、利用される団体が生活・活動を行うに当たって、よりどころとなる団体共通の生活時間です。  
ご利用の際は、この時間を参考に生活・活動プログラムを計画してください。

### (1) 活動時間

上記を標準とし、活動時間は9：00～21：00の間で設定してください。

☆午前の活動時間／ 9：00～12：00

☆午後の活動時間／13：30～16：30

☆夜の活動時間／19：30～21：00

### (2) 入所・退所

9：00～16：00の間をお願いします。

### (3) オリエンテーション

施設利用の説明（30分程度）をします。事前に当冊子をご一読ください。  
また、オリエンテーション資料等は、ホームページより確認してください。

### (4) 活動場所

他の利用団体と重なった場合は、事前に調整をさせていただきます。

### (5) 清掃

7：20～7：40の間をお願いします（P11参照）。  
清掃区域割は利用承諾書とともに送付します。

### (6) フレッシュタイム（朝のつどい）・イブニングタイム（夕べのつどい）

活動への意欲付けと団体間の交流を目的に行っています。  
毎回、団体紹介や活動の感想等を話す場面があります。  
**原則として全員参加**とし、つどいを始める前に**各自帽子等**を取るようお願いします。



### (7) 代表者会議

各団体の代表者は、16：40に小会議室（正面玄関入って左横）に集まってください。  
プログラムの変更確認、食事・入浴時間の調整確認等の打ち合わせを行います。



## 8 プログラムの作成

- (1) 青少年交流の家で行える活動の概要は、P20・21のとおりです。
- (2) 希望する活動の連絡やプログラムの調整は、団体の連絡担当者と職員との間で行います。

## 9 活動の実施

- (1) 野外活動の場合は、玄関前広場に活動種目ごとに集合してください。  
オリエンテーリングやウォークラリー等、職員による全体指導が必要な活動は、事前に指定された研修室等へ集まってください。
- (2) 屋内活動の場合は、直接研修会場に集まってください。
- (3) 机・椅子等の移動は、可能ですが、終了後は必ず元に戻してください。  
また、使用された研修室等の清掃も必ず行ってください。清掃用具は、各研修室等の清掃ロッカーに入っています。
- (4) **天候による実施の可否**については、原則として次の時間までに決定し、事務室に連絡してください。  
**(午前の活動8:00/午後の活動12:00/夜の活動16:30)**  
なお、天気予報等決定に必要な情報は、事務室までおたずねください。  
ただし、天候の状況によっては、野外の活動を中止していただく場合があります。
- (5) オリエンテーリングやウォークラリー等、青少年交流の家から離れた所で活動を行う場合は、団体の緊急連絡用の携帯電話等を準備してください。
- (6) 盛夏時には、水筒を持参してください。また、虫さされ等の薬品をご用意ください。
- (7) 野外活動等で外履きが汚れた場合は、入館前に必ず玄関前の足洗場で**泥を洗い流してください**。
- (8) 情報交換会やミーティング等で飲食を希望する場合は、「利用申込書」の要望事項欄に記載し、事前に必ず申し出てください。時間・場所を指定させていただきます。  
**宿泊室内での飲食や喫煙は禁止しております。厳守願います。**



## 10 キャンプ場について

### (1) 利用について

- ① 7～8月は、常設テントにより約100名程度利用できます。  
6月および9月は、貸出テントまたは各団体持込みのテントを設営しての利用となります。（上記利用期間以外でのご利用についてはご相談ください）
- ② テントサイト割は、利用承諾書とともに送付します。
- ③ 衛生管理上、食材の持ち込みはできませんのでご協力ください。
- ④ 野外炊飯の材料の注文は、「野外炊飯材料等注文用紙」（P49）を使用し、利用の3週間前までに青少年交流の家へ郵送、FAXまたはE-mailにて提出してください。

第1炊飯場



ふれあいの広場



キャンプ場管理棟



### (2) 利用上の留意点

- ① オリエンテーションは、キャンプ場管理棟前で行います。
- ② キャンプ場は、危険防止のため車両進入禁止です。
- ③ 毛布等は、原則として利用者持参となっております（貸し出し用もあります。）。
- ④ シャワー棟は、17：30～22：00の間に利用してください。  
また、本館での入浴を希望する場合は、事前に申し出てください。  
なお、常設テント設置期間以外で利用する際は、本館浴室をご利用ください。
- ⑤ テントサイト、ふれあいの広場、管理棟、シャワー棟、トイレ、炊飯場は、使用後に清掃してください。
- ⑥ 西洋フード・コンパスグループ(株)（交流の家食堂「グリルのと」）で購入した食材等から出たゴミは、食堂職員の指示に従い所定の場所に出してください。  
持参したものから出たゴミは、すべて持ち帰ってください。
- ⑦ キャンプ場管理棟には職員が常駐しておりません。ご用の際は管理棟内線電話で本館事務室（内線128）に連絡していただくか、直接お越しください。
- ⑧ 本館に入る場合は、外履きの泥をきれいに落としてから入ってください。

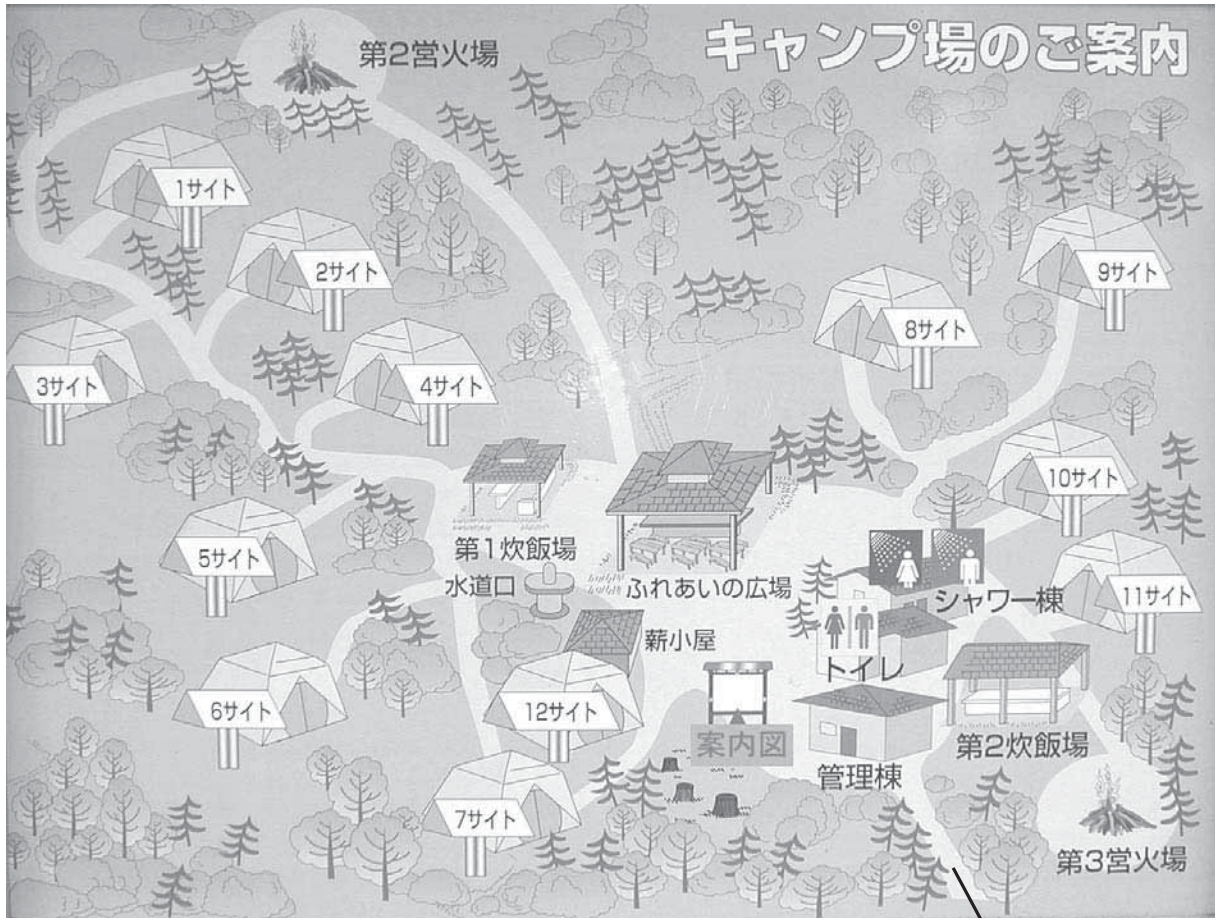
### (3) 設備・用具

- ・常設テント（5人用24張、うち2張は車椅子でテント入口まで行くことが可能）
- ・貸出テント（25張）
- ・冷蔵庫（管理棟に設置、共同利用）
- ・野外炊飯に関する用具（P46～47参照）、清掃用具等

(4) 持参していただくもの

・洗面用具, 寝具, 救急薬品, 虫よけスプレー, 殺虫剤, 懐中電灯, 軍手等

(5) キャンプ場案内図



※第12サイトは、車椅子でテント入口まで行くことが可能です。

本館玄関前へ

1つのサイト：5人用テント×2張

第1炊飯場：かまど18, 洗い場2, 水道口12

第2炊飯場：かまど4, 洗い場1, 水道口5

常設テント例

1～7サイト



8～12サイト



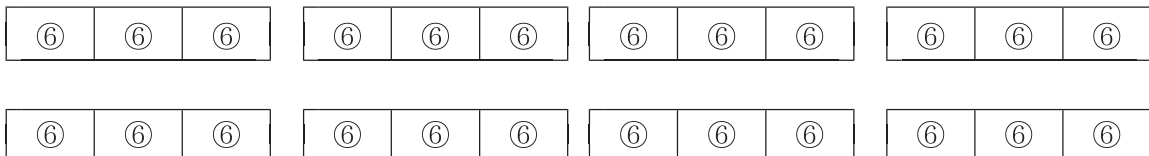


(2) 食事について

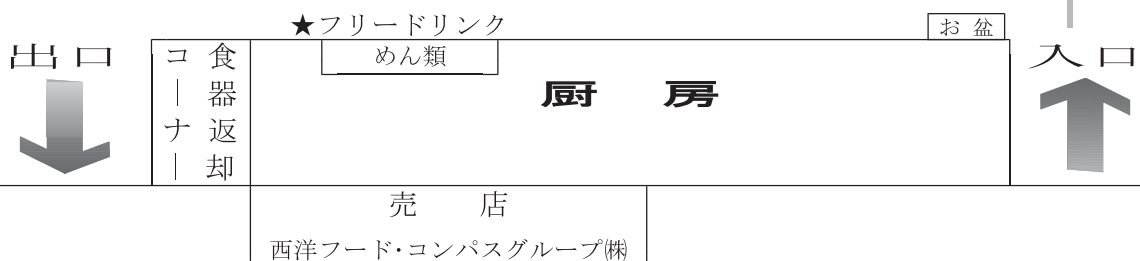
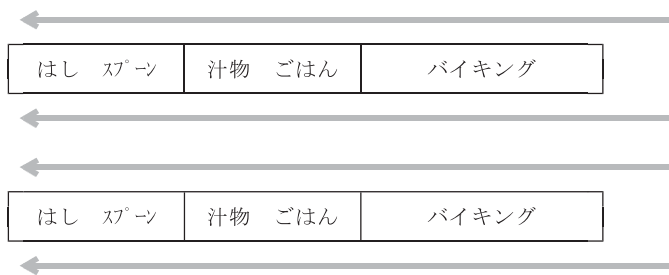
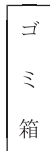
- ① 標準食事時間 朝食7:40～8:50 昼食12:00～13:30 夕食18:00～19:30  
ただし、利用人数が多い場合は、時間を調整します。
- ② 原則として、バイキング方式になっています（ただし、各食における総利用者が20名以下の場合は、個別の盛り付け提供とさせていただきます。）。自分の食べられる量だけ盛りつけてください。**食べ物・飲み物の持ち込み、持ち出しはできません。**
- ③ 食物アレルギーのある方は、事前に交流の家食堂「グリルのと」（TEL0767-22-2933）へ相談してください。
- ④ 手荷物等は、衛生上から持ち込まないでください（水筒やタオルも持込み不可）。
- ⑤ 座席は、奥からつめて座ってください。
- ⑥ 後から来る人のために、席に着いた方から食事をしてください。
- ⑦ 食事が終わったら、テーブルの上をふきんで拭き椅子を元に戻し、食器を返却してください。

「グリルのと」配置図（264席）

※6人掛け長方形テーブルが24台あります。

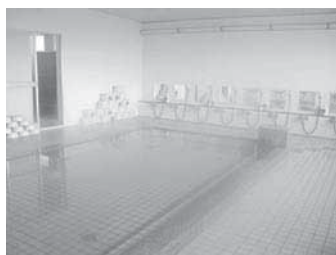


※柱と厨房の間に8人掛けの円形テーブルが15台あります。

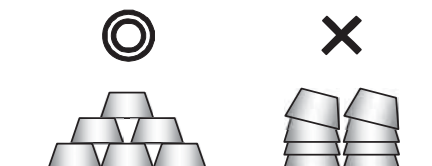


(3) 入浴（宿泊利用者に限ります。）について

- ① 17:30から22:20まで入浴可能です。
- ② 日によって男女の浴室が変わります。のれんの男女表示で確認してください。
- ③ 利用者が少ない日は、1つの浴室を男女の時間差で入浴していただく場合があります。



おけ・こしかけの片付け方



(4) 宿舎利用について

- ① シーツコーナーの指定された場所から、シーツと枕カバーを持って行ってください（1人あたりシーツは2枚と枕カバーは1枚となっています）。  
シーツコーナーは、B宿舎入口の階段を降りた所にあります（P10・14参照）。
- ② 活動時の服装のまま布団の中へ入らないでください。
- ③ 宿泊室内で飲食はできません。談話コーナーを利用してください。
- ④ 活動で宿舎を出るときは、部屋の電気・冷暖房のスイッチを切り、入り口の鍵を閉めてください。
- ⑤ 活動時間中に宿舎への出入りはしないでください。
- ⑥ C・D宿舎を利用する方は、B宿舎手前で階下に降りて、宿舎へ移動してください。B宿舎の廊下は通り抜けしないでください。
- ⑦ トイレ・洗面所の男女別は、入所時に確認してください。
- ⑧ 宿舎の冷暖房について（外気温28℃以上、18℃以下を運転目安としています。）

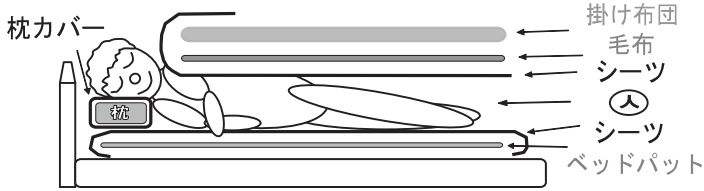
	期間	運転する時間帯
冷房	7/10～9/9	12:00～13:00 18:00～23:00
暖房	11/20～4/30	6:00～8:30 16:30～23:00

- ⑨ 「ベッドメイキング」「シーツや寝具等の片付け方」は、次ページの図を参照ください。

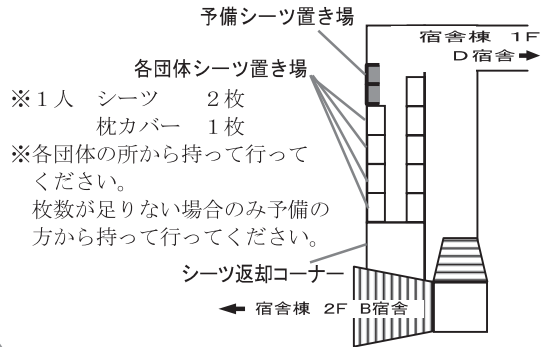
(5) ゴミの処理について

- ① 環境教育の一環として、持参したのちから出たゴミは全て持ち帰ってください。ただし、清掃等で出たゴミを捨てるためのゴミ箱を設置しております。
- ② 持参弁当の残り、生もの等も捨てることができません。
- ③ 外部業者から購入したのちから出たゴミは、当該業者へ出してってください。当該業者が引き取らない場合は、持ち帰ってください。
- ④ 持ち帰りが困難な場合、食堂売店でゴミ袋（1枚200円。処理代を含む）を購入していただければ、ゴミを処理することができます。

ベッドメイキング

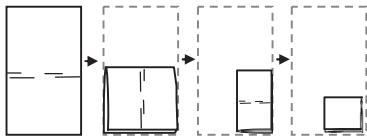


シーツ置き場



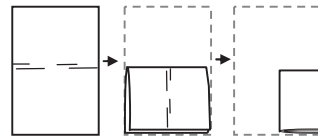
シーツや寝具等の片付け方

〈毛布〉



※3回折り

〈かけぶとん〉



※2回折り

格子模様が表になるように

〈しきぶとん〉



※3つ折り

〈ベッド〉



掛けぶとん, 毛布, 枕, ハンガーをベッド中央に置く。このとき、掛けぶとんと毛布は、折り目1つの部分が廊下側, 2つの部分が手前側になるようにする。

出入口  
(廊下)

〈押し入れ〉



〈シーツ〉



結ぶ



※1回折って広げたシーツに5人分程度をまとめて1つにして、シーツ返却コーナーのコンテナに載せる。

〈枕カバー〉



※シーツ返却コーナーのポリバケツの中に入れる。

## (6) 清掃について（本館・キャンプ場）

- ① 利用承諾書とともに送られてきた清掃区域割に従い、清掃してください。  
また、各活動終了後には、活動場所の後片付けと清掃をお願いします。

【清掃用具設置場所は、P 14を参照】

- ② 屋内の清掃は、ゴミをはき集め、掃除機で吸い取ってください。なお、掃除機で吸い取ることができないゴミ等はゴミ箱に捨ててください。また、モップなどのゴミもよく取り除いてください。
- ③ トイレの清掃は、水を流さずはき掃除だけで結構です。また、汚物入れ用ポリ袋がいっぱいのときは、事務室へ持ってきてください。

## (7) 退所時

- ① 8：40より「**宿舎確認**」を行いますので、各部屋1名以上の立会いをお願いします。
- ② 「**宿舎確認**」は次の項目について行います。事前に団体での確認をお願いします。

## 次に利用する方のために“来たときよりも美しく”

- 忘れ物はありませんか。
- ふとん、毛布、枕、ハンガーはベッドの中央部に正しくセットされていますか。
- 押し入れの中は整理されていますか。
- ベッド横の荷物棚はきれいですか。
- 床はきれいになっていますか。
- カーテンは開けて、束ねてありますか。
- 窓の鍵はかかっていますか（晴れている場合は窓を開けておく。）。
- 空調機のスイッチはOFFになっていますか。



- ③ 「**宿舎確認**」までに、シーツ・枕カバーを「**シーツ返却コーナー**」へ返却し、指定された場所に荷物を移動してください。
- ④ お帰りの際、代表者は「**利用団体票**」および「**利用団体代表者アンケート**」を事務室に提出し、退所手続き（請求書の発行 シーツ代・活動費・施設使用料：事務室、食事代等：食堂売店）を済ませてください。  
支払い方法の詳細はP 17を参照してください。

## (8) その他

## ① 貴重品について

貴重品は、各自で保管してください。リーダー室の金庫やB・D宿舎談話コーナーのコインロッカー（返金式）を利用してください。

各宿舎（A5・B5・C5・D5を除く。）は施錠できますので、活動等で宿舎を出る時は、入り口の鍵を閉めてください。

鍵は、入所手続き時に貸し出しますので、**退所日の朝9：00までに**事務室へ返却してください。



② 講師室の利用について

**本館宿泊の1団体につき1室**、団体で依頼した講師等が利用できます（利用状況によっては、ご希望に添えない場合があります。）ので、必要な場合は事前に申し出てください。ベッドメイキングは、宿舎を利用する場合と同じです。

使用後の清掃は、各団体でお願いします。

退室は、鍵の返却とともに9：00までをお願いします。

③ 外出について

22：00以降外出される場合は、事前に事務室まで連絡してください。

**24：00には全館施錠されますので注意してください。**

④ 施設設備・物品等の破損・亡失等について

青少年交流の家の設備や物品・用具等をこわしたり、紛失した場合は、必ず事務室へ連絡してください。原則として弁償となります。

寝具等を汚した場合も、別途クリーニング代がかかる場合がありますので、必ず事務室へ申し出てください。

⑤ 駐車・乗降車について

**玄関前広場は、活動に使用しますので、晴天時は自家用車やバスの乗降は駐車場で行ってください。**

⑥ 喫煙について

喫煙は、指定された喫煙所でのみお願いします（P14参照）。

⑦ 飲酒について

飲酒は、次の場合のみで、指定された場所で行ってください。

ア 情報交換会や交流会の場合

（22：00まで）

イ 就寝指導終了後、団体の引率者等によるミーティングの場合

（23：30まで）

※野外炊飯場及びキャンプサイトでの飲酒は、禁止です。

⑧ ランドリーの利用について

利用を希望する団体は、事前に相談してください。

乾燥機の利用は、10分100円となります。

⑨ その他

- ・ルールを守らなかったり，他団体へ迷惑をかけた場合は退所していただくことがあります。
- ・施設内では，**ガムは禁止**です（厳守）。
- ・自動販売機の停止は，できません。
- ・施設内の**公衆電話**では，**国際電話はかけられません**。
- ・携帯電話は，通じにくい場合があります。あらかじめご了承ください。
- ・電話の取り次ぎは，緊急時以外はできません。
- ・両替は，「グリルのと」売店でお願いします。
- ・コピー，FAXのサービスは，「グリルのと」売店で行っています（有料）。  
 コピー（B4以下／1枚）10円 （A3／1枚）15円  
 FAX（1枚目）100円 （2枚目以降1枚）50円

【売店の営業時間】

朝8:40～11:50，昼13:30～17:30，夕19:00～19:30

12 車椅子使用の方へ

車椅子使用の方も安心してご利用いただけるようエレベーターや昇降機をはじめ，宿泊室・浴室・トイレ等には対応設備を設けております。利用を希望する場合は，事前に連絡してください。

宿 舎



専用小浴室



トイレ



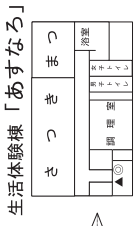
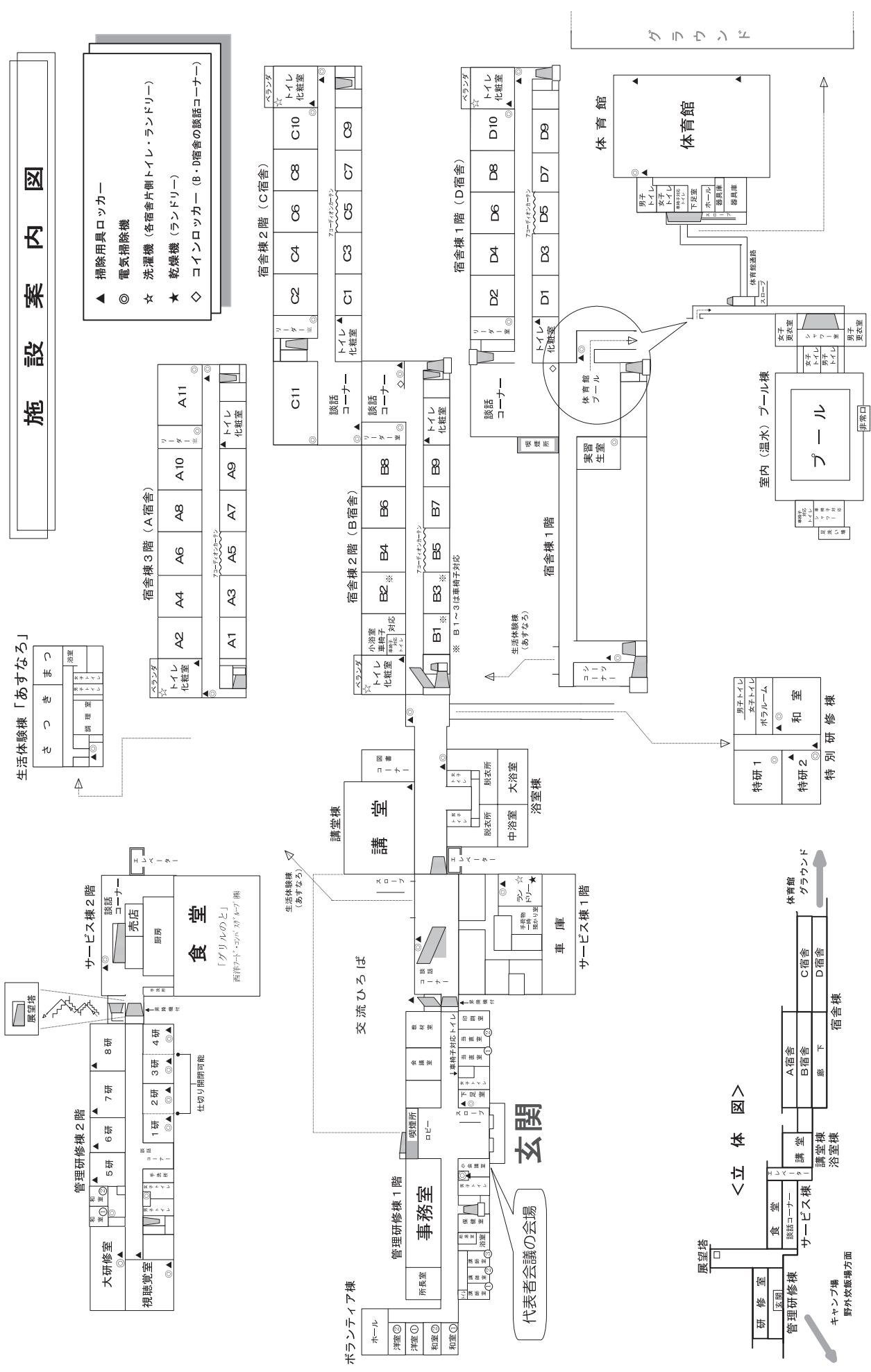
エレベーター



階段昇降機



施設案内図



# ベッド配置図

## A 宿舎

		A2		A4		A6		A8		A10		A11	
14		20	34		40	46		52	66		72	86	92
13		19	33		39	45		51	65		71	85	91
12	畳敷き	18	32	畳敷き	38	44	畳敷き	50	64	畳敷き	70	84	90
11		17	31		37	43		49	63		69	83	89
10		16	30		36	42		48	62		68	82	88
9		15	29		35	41		47	61		67	81	87
												リーダー室	和室 (34畳)
												4名	20名

		A1		A3		A5※④		A7		A9	
1		5	21		25		53		57	73	77
2	畳敷き	6	22	畳敷き	26	畳敷き	54	畳敷き	58	74	78
3		7	23		27		55		59	75	79
4		8	24		28		56		60	76	80

## B 宿舎

		B2※③		B4		B6		B8			
小浴室・トイレ (車椅子対応)		55		6	12	18		24	38	44	
				5	11	17		23	37	43	
		54	畳敷き	4	10	16	畳敷き	22	36	42	
				3	9	15		21	35	41	
		53	5名	2	8	14		20	34	40	
				1	7	13		19	33	39	
										リーダー室	談話コーナー
										4名	

		B1※③		B3※③		B5※④		B7		B9	
		56			25		29	45		49	
					26		30	46		50	
		畳敷き		畳敷き		畳敷き				畳敷き	
		6名	57	3名		27		31	47		51
					28		32	48		52	

## C 宿舎

		C2		C4		C6		C8		C10			
リーダー室		14		20	34		40	46		52	66	72	
		13		19	33		39	45		51	65	71	
		12	フローリング	18	32	フローリング	38	44	フローリング	50	64	フローリング	70
		11		17	31		37	43		49	63		69
和室 (21畳)		10		16	30		36	42		48	62	68	
		9		15	29		35	41		47	61	67	
		4名										13名	

		C1		C3		C5※④		C7		C9			
談話コーナー		1		5	21		25		53		57	73	77
		2	フローリング	6	22	フローリング	26	フローリング	54	フローリング	58	74	78
		3		7	23		27		55		59	75	79
		4		8	24		28		56		60	76	80

## D 宿舎

		D2		D4		D6		D8		D10			
談話コーナー		14		20	34		40	46		52	66	72	
		13		19	33		39	45		51	65	71	
		12	フローリング	18	32	フローリング	38	44	フローリング	50	64	フローリング	70
		11		17	31		37	43		49	63		69
リーダー室		10		16	30		36	42		48	62	68	
		9		15	29		35	41		47	61	67	
		4名										13名	

		D1		D3		D5※④		D7		D9	
1		5	21		25		53		57	73	77
2	フローリング	6	22	フローリング	26	フローリング	54	フローリング	58	74	78
3		7	23		27		55		59	75	79
4		8	24		28		56		60	76	80

- ※① ベッド番号の偶数が上段、奇数が下段 (B2・B3を除く)
- ※② 左右のベッドの間の畳敷きおよびフローリング部分に、押入れの中にある布団を敷いて寝ることも可能
- ※③ B1・B2・B3は車椅子対応
- ※④ A5・B5・C5・D5の入口は、アコーディオンカーテンのため、鍵がかかりません。満室の場合を除き、荷物置場等に利用してください

施設案内・経費

## 施設・設備一覧

## 屋内施設

棟・施設名	室名	設備
管理研修棟	1～4 研修室	30席 (移動机)
	5・6 研修室	45席 (移動机)
	7・8 研修室	72席 (移動机)
講 堂	大 研 修 室	150席 (移動机), 放送設備, テレビ (再生専用) (ビデオデッキ付き), スクリーン
	視 聴 覚 室	72席 (固定机付), アップライトピアノ, 放送設備, OHP, プロジェクター, DVD, BD, ビデオデッキ, スクリーン
	講 師 室	洋室5 (各1名), 和室2 (各2名)
	ロ ビ	テレビ, ビデオデッキ, DVD, 喫煙所
	教 材 室	移動用ワイヤレスアンプ2台, CDラジカセ5台, 他活動用具一式
	講 堂	500席, ステージ, グランドピアノ, 放送設備, ミニコンポ (MD・CD・カセット), DVD, BD, ビデオデッキ
	図書コーナー	譜面台22 20畳
	浴 室	大浴室 (カラシ27・脱衣場86・洗面場4・ドライヤー4), 中浴室 (カラシ23・脱衣場68・洗面場2・ドライヤー2)
	サービス棟	264席, 売店, 談話コーナー
	体 育 館	37m×30m, 放送設備 (CD・カセット), バスケボール2面, バレーボール2面, バドミントン6面, バドボール1面, 卓球台10
プ ール	室内プール	16.7m×13m, 水深120cm～140cm, 6コース, 車椅子対応更衣室シャワー室・トイレ
	A 宿 舎	宿泊室10 (ベッド92名), リーダー室1 (4名), 和室1 (20名), トイレ, 洗濯機
	B 宿 舎	宿泊室6 (ベッド52名), リーダー室1 (4名), 談話コーナー (コインロッカー10), トイレ 車椅子対応室3 (ベッド5名・畳敷き14名), 車椅子対応小浴室 (冬季利用は要相談)・トイレ, 洗濯機
	C 宿 舎	宿泊室9 (ベッド80名), リーダー室1 (4名), 和室2 (13名・15名), 談話コーナー, トイレ, 洗濯機
宿 舎	D 宿 舎	宿泊室9 (ベッド80名), リーダー室1 (4名), 和室1 (13名), 談話コーナー (コインロッカー20) トイレ, 洗濯機, 喫煙所
	実習生室	15畳
特別研修棟	特 研 1	45席 (折りたたみ机), アップライトピアノ, ホワイトボード
	和 室	20畳, 流し台, 冷蔵庫
	特 研 2	40席 (折りたたみ机), ホワイトボード
生活体験棟	あ	さつき (64畳/40畳と24畳に分割可能), まつ (20畳), 座卓35, ホワイトボード
	す	調理室 (冷蔵庫2・ガスコンロ4・オーブンレンジ2・炊飯器2), 浴室, トイレ

## キャンプ施設

施設名	設備
キヤンプ場	管理棟 講師室2 (各3名), テントサイト12 (うち車椅子対応1), 炊飯場2, シャワー棟 (男6・女5), トイレ (車椅子対応有), 貸出テント (25張)
営 火 場	3ヶ所 (第1営火場400名・第2営火場100名・第3営火場30名), アンプ各1 (MD・CD・カセット対応)
ふれあいの広場	簡易テニール16 (1テニール10人)

## 屋外施設

施設名	設備
グラウンド	サッカーゴール3組 (成人用1組・少年用2組) ナイター設備なし
テニスコート	ハードコート2面 (うち1面はナイター可)
アーチェリー場	30m×30m (矢を射つ場所からのみでは10m), ターゲット10
交流ひろば	スリーオンスリーバスケットボールコート2面, 放送設備

## 経費の支払方法一覧

国立能登青少年交流の家  
(平成24年4月1日改正)

項目	経費 円(税込)	留意事項	支払方法
施設使用料	平成24年6月30日まで 250		退所手続き時に交流の家事務室にて請求書を発行します。 以下の①②のいずれかの方法でお支払いください。
	平成24年7月1日から 800		
寝具 シーツ等クリーニング代	200	※1	①食堂売店で当日現金払い
活動関係	200	1活動1人あたり	②後日コンビニで支払い(手数料あり) *退所後、30日以内に払い込んでください *手数料は請求書1枚につき、100円かかります

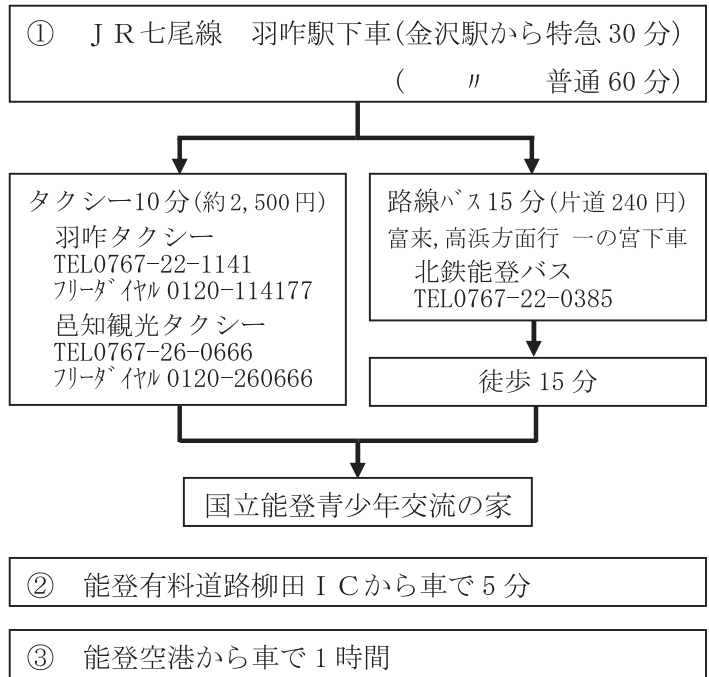
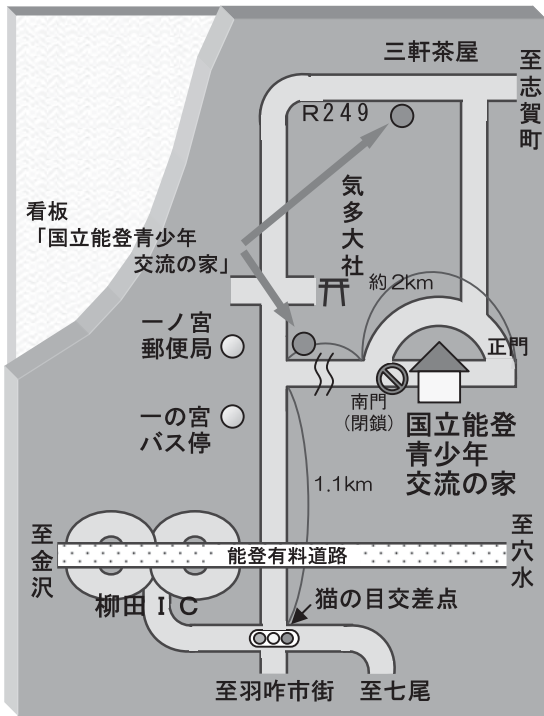
食事関係	朝食	400	※2	上記退所手続き後、退所までに食堂売店にて手続きをしてください。 以下の①②のいずれかの方法でお支払いください。  ①食堂売店で当日現金払い  ②下記指定の銀行口座への振込み *退所後、14日以内に振り込んでください *別途手数料がかかります
	昼食	550		
	夕食	650		
	野外炊飯材料	実費	P48参照	
寝具 その他寝具類を汚した場合のクリーニング代	実費	※3		
活動関係	テーブルマナー	3,000~5,000		
	オリエンテーリング地図(1枚)	40		
	キャンドル用ろうそく(大・小各1本)	大40・小15		
	ガス器具使用料(ボンベ1本1回につき)	150		
	野外炊飯・ファイア用薪(1束)	540		
	ファイア用丸太(1本)	290		
	〃 トーチ(1本)	490		
	ファイア用灯油(1㍗)	100		
	マイスプーン・マイフォーク用枝(1本)	160	50cm程度の枝で約4人(本)分です	
	スプーン・フォーク先端部(金属)(1個)	各75		
	七宝焼(キーホルダー)	550		
	和紙工芸(ペン立て)	810		
〃 (写真立て)	630			
てん刻(高麗石)	330			
貝殻クラフト(色紙・貝殻)	130			
クリアキャンドル(グラスキャンドル)	390			

西洋フード・コンパスグループ㈱  
振込先……北國銀行 東京支店  
普通 0101642  
TEL番号……0767-22-2933  
FAX番号……0767-22-2973

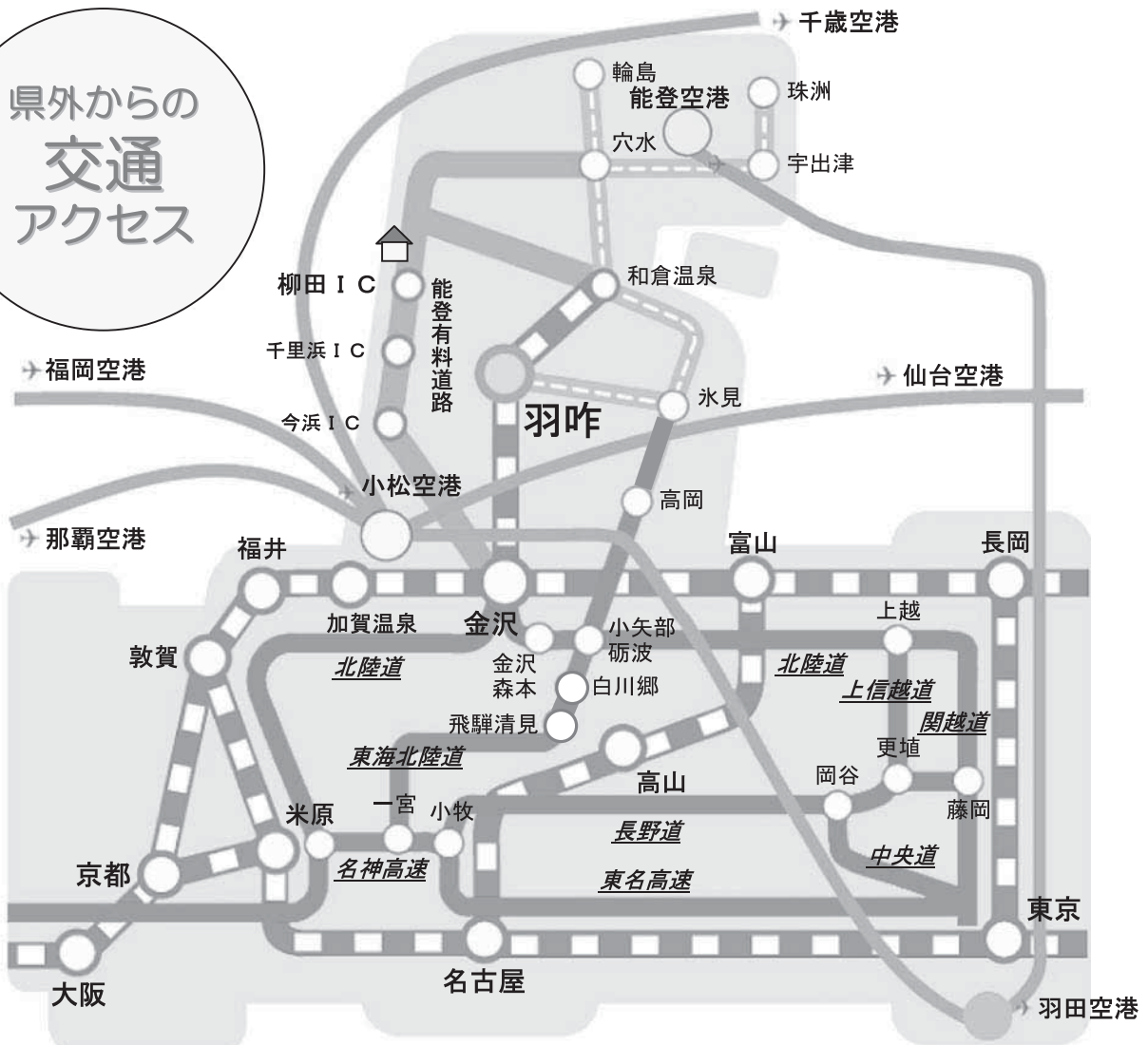
活動関係	科学おもちゃ(スーパー竹とんぼ)	材料費100	※4	活動終了時に外部研修指導員に、直接お支払いください。
	〃 (室内用ブーメラン)	材料費100		
	〃 (風車)	材料費150		
	〃 (万華鏡)	材料費200		
	そば打ち体験材料	材料費500		
	茶道・華道	材料費実費		
	レクリエーション(1時間当たり)	1,800	外部研修指導員に指導を依頼した場合に経費が必要	
	ヨーガ(1時間当たり)	1,800		
	手びねり	2,100	※5	
	上絵付け(マグカップ・小皿)	各1,000		
下絵付け(湯呑み茶碗)	1,000			
和太鼓体験	30,000			
地引き網	35,000			

- ※1 1組(シーツ2枚, 枕カバー1枚)の料金です。また、4泊以上の場合は、3泊ごとにシーツ・枕カバーの交換が必要です。
- ※2 小学生は朝390円・昼540円・夕630円、未就学児(4歳以上)は朝300円・昼400円・夕500円、3歳以下は無料です。
- ※3 その他寝具類には、ベッドパッド・掛布団・掛布団カバー・敷布団・敷布団カバー等があります。
- ※4 上記材料費以外に、活動項目ごとに活動費が1人200円別途必要です。
- ※5 送料は、着払いより発払いの方が割安となります。外部研修指導員に相談してください。

# 交通案内



## 県外からの交通アクセス



## II. 活 動 ガ イ ド







## 活動・研修内容一覧

### 自然体験活動

#### 野外活動

- カッター
- カヌー
- いかだ体験
- アーチェリー
- サイクリング
- オリエンテーリング
- ウォークラリー
- ディスクゴルフ
- ナイトアドベンチャー
- 砂像造り
- 地引き網
- キャンプ
- 野外炊飯
- \*海水浴
- \*ハイキング
- \*ナイトハイク
- \*自然散策

#### 自然・環境学習活動

- グリーンアドベンチャー
- 火おこし体験
- 天体・星座観察
- \*草花遊び
- \*海藻ウォッチング
- \*ホクリクサンショウウオウォッチング
- \*野鳥観察・自然観察

### スポーツ・レクリエーション活動

#### スポーツ活動

- \*ディスクドッジ
- \*水泳
- \*ウォーターバスケットボール
- \*ソフトボール
- \*サッカー
- \*フットサル（小学生以下）
- \*ハンドボール
- \*テニス
- \*バスケットボール
- \*スリーオンスリーバスケットボール
- \*バレーボール
- \*バドミントン
- \*卓球
- \*ソフトバレーボール
- \*インディアカ
- \*ペタンク
- \*キンボール

#### レクリエーション活動

- キャンプファイア
- キャンドルセレモニー
- 肝だめし
- \*キャッチ・ザ・スティック
- \*ストラックアウト
- \*ゲーム
- \*ダンス
- \*綱引き
- \*大縄跳び

### 創作・文化活動

#### 創作活動

- 手びねり
- 下絵付け
- 上絵付け
- 七宝焼
- 貝殻クラフト
- まが玉作り
- 押し花
- 海藻おしば作り  
(海藻ウォッチング)
- 科学おもちゃ
- 和紙工芸
- てん刻
- マイスプーン・マイフォーク作り
- クリアキャンドル

#### 文化活動

- 和太鼓体験
- 座禅・正座体験
- ヨーガ
- 茶道・華道・邦楽
- \*合唱・楽器演奏練習
- \*講演・講義・講話
- \*ビデオ・映画鑑賞
- \*史跡探訪

### ボランティア・生活体験活動

#### ボランティア活動

- \*海岸清掃
- \*施設内外の清掃

#### 生活体験活動

- そば打ち体験
- テーブルマナー
- \*調理実習

☆「\*」は自主活動です。ご不明な点は、専門職がお答えしますので、お電話ください。

☆活動内容は、これら以外でも要望があれば、相談に応じます。

# 【 活 動 の 概 要 】

頁	活 動 項 目	留意事項	活動期間	引率数	実 施 人 数	場 所
5	キ ャ ン プ		6～9月	2名	3～120名	キャンプ場
22	カ ッ タ ー	◎	4～10月	1艇に1名	24名・48名	下左エ門池
23	カ ヌ ー	◎	5～9月	1名	10～30名	室内プール・上左エ門池
24	い か だ 体 験	◎	5～9月	2名	10～36名	下左エ門池
25	ア ー チェ リ ー	◎	3～11月	1名	20～50名	アーチェリー場
26	サイクリング		3～11月	2名	10～50名	青少年交流の家周辺サイクリング道路
28	オリエンテーリング		通 年	4名	10～400名	青少年交流の家周辺
30	ウォークラリー		通 年	3名	10～160名	青少年交流の家周辺
31	ディスクゴルフ		3～11月	2名	10～200名	敷地内コース
32	ナイトアドベンチャー	●	3～11月	3名	10～200名	敷地内コース
33	砂 像 造 り	◎	5～9月	2名	20～240名	柴 垣 海 岸
34	海 水 浴		7～8月	2名		柴 垣 海 岸
35	地 引 き 網		4～10月	2名	10名～	柴垣海岸または高浜海岸（大島海岸）
36	グリーンアドベンチャー		4～10月	3名	10～240名	青少年交流の家周辺
37	火おこし体験	◎	4～10月	2名	20～60名	ふれあいの広場
38	プ ー ル 活 動		5～9月	2名	10～70名	室内プール
39	ス ポ ー ツ (室内)	☆	通 年	1名	10名～	体 育 館
40	ス ポ ー ツ (室外)		通 年	1名	10名～	グラウンド・テニスコート
41	キャンプファイア	●	5～10月	2名	20～400名	営 火 場
42	キャンドルセレモニー	● ☆	通 年	2名	30～400名	講堂・大研修室・体育館
43	肝 だ め し	●	通 年	3名	10～200名	青少年交流の家周辺・墓地
44 ・ 45	手 び ね り	◎	通 年	1名	3～40名	大 社 焼 (要移動)
	下 絵 付 け	◎ ☆	通 年	1名	20～150名	研 修 室 (40名未満の場合は 大社焼へ要移動)
	上 絵 付 け	◎	通 年	1名	20～150名	研 修 室
	七 宝 焼	◎ ☆	通 年	1名	10～35名	研 修 室
	貝 殻 ク ラ フ ト	○ ☆	通 年	1名	3～150名	研 修 室
	ま が 玉 作 り	◎	通 年	1名	20～50名	ふれあいの広場等
	押 し 花	☆	4～10月	1名	10～30名	青少年交流の家周辺・あすなる
	クリアキャンドル	☆	通 年	1名	10～50名	研 修 室
	海藻おしば作り	○ ☆	通 年	1名	3～40名	研 修 室
	科学おもちゃ	◎	通 年	1名	20～70名	研 修 室
和 紙 工 芸	☆	通 年	1名	10～70名	研 修 室	
て ん 刻	○ ☆	通 年	1名	3名～	研 修 室	
マイスプーン・マイフォーク作り	◎ ☆	4～10月	2名	10～150名	ふれあいの広場	
講演・講義・講話	◇	通 年	1名	20～300名	講堂・視聴覚室・研修室	
ビデオ・映画鑑賞	☆	通 年	1名	10～300名	講堂・視聴覚室・研修室	
和 太 鼓 体 験	◇ ●	通 年	1名	20～100名	講堂・体育館	
合唱・楽器演奏練習		通 年	1名	10～150名	講堂・特別研修棟・あすなる	
座禅・正座体験		通 年	1名	10～150名	近 隣 寺 院	
茶 道 ・ 華 道	◎	通 年	1名	10～30名	あすなる	
ヨ ー ガ	◎ ☆	通 年	1名	10～30名	あすなる・特別研修棟和室	
史 跡 探 訪		通 年	1名		青少年交流の家周辺の史跡	
天体星座観察	◇ ●	通 年	1名	20～100名	青少年交流の家周辺	
レクリエーション	◇	通 年	1名	20～100名	講堂・体育館	
46	野 外 炊 飯		3～12月	2名	10～160名	キャンプ場
50	そば打ち体験	◎	通 年	2名	10～40名	あすなる
	テーブルマナー		要相談	1名	20～50名	グリルのと

(注1) 天候・年齢・体力等により実施できない場合があります。

また、実施最低人数に満たない場合には、相談してください。

留意事項の区分は次のとおりです。 ◎印の活動項目は、職員または外部研修指導員が活動時間中指導します。

◇印の活動項目は、団体の希望に応じ、外部研修指導員を紹介できます。

☆印の活動項目は、雨天時の代替えプログラムとして計画できます。

(注2) 青少年交流の家以外の場所で活動する場合は、各自で移動してください。

(注3) 活動経費については、各外部研修指導員等または食堂売店「グリルのと」へお支払いください。(P17参照)

所要時間	経費(円)税込	備 考
3	活動費1人200円	1艇で24名(引率含まず)まで(中学生以下のとき, 1艇20名以上) 小雨実施可(雨具が必要)
3		カヌーボロ艇 プール15艇, 池15艇, 小雨実施可(濡れてもよい服装)
3	活動費1人200円	小雨実施可(濡れてもよい服装)
3	活動費1人200円	小雨実施可(雨具が必要)
3		雨天実施不可, 妙成寺は拝観料(大人300円/高200円/小中150円)が必要
3	地図1枚 40円	小雨実施可(雨具が必要)
3		小雨実施可(雨具が必要)
2~3		小雨実施可(雨具が必要)
1~2		
3	活動費1人200円	徒歩約40分(片道), 海上荒天時中止
		徒歩約40分(片道), 海上荒天時中止
2~3	35,000円	高浜・大島海岸バス約10分(片道), 柴垣海岸バス約3分・徒歩約40分(片道), バスは利用団手で手配
3		小雨実施可(雨具が必要)
1.5		おこした火を野外炊飯時等に使用可
		7月~8月は常温で使用, 5月~6月・9月は温水で使用(30名以上, 水温は28℃)
2	材料等は実費	営火場は3ヶ所
2	ろうそく 1本15~40円	ろうそく持込み可(「グリルのと」でも販売)
1~2		お化けマスク, 衣装貸出可
3	2,100円	湯呑茶碗等の陶芸, 土こねから
3	1,000円	湯呑茶碗
3	1,000円	マグカップまたは小皿
3	550円	キーホルダー
1.5~2	130円	できあがった作品を持ち帰る際は, 貝殻が割れないよう注意してください
2		サンドペーパーNo. 320(1枚約8名分)・首にかけるひもを各自持参
2~3		花は, 事前に準備が必要です
1.5~2	390円	グラスキャンドル
1.5		海藻は, 事前に準備が必要です
2~3	活動費1人200円+材料費	材料費内訳: スーパー竹とんぼ・室内フーメン(各100円)・風車(150円)・万華鏡50名まで(200円)
3	630~810円	写真立て(630円)・ペン立て(810円)
3	330円	200名を超える場合は彫刻刀が必要
1.5~3	材料費	作る本数や長さにより経費が異なる 仕上げ方法により時間調整可
1		能登の歴史, 自然, 職場の人間関係, 青年活動等
1.5~3		ソフトは持参(著作権に違反しないよう注意してください)
1	30,000円	青少年交流の家から予約, 活動時間要相談
1~3		テープ・CDは持参
3	有 料	青少年交流の家から予約(永光寺:禅宗大人500円/小中高300円, 本成寺:日蓮宗300円)
3	活動費1人200円+材料費	茶道・華道は材料持参可
3	1時間1,800円	バスタオル持参, 夏期は講堂・体育館でも実施可能(50~100名), 外部研修指導員に指導を依頼した場合, 左記経費が必要となります
半日~1日	実 費	妙成寺拝観料(大人300円/高200円/小中150円), 気多大社
1.5~2	活動費1人200円	※外部研修指導員に指導を依頼した場合には, 活動費が必要となります
1~2	1時間1,800円	※外部研修指導員に指導を依頼した場合には, 左記経費が必要となります
3	実 費	
4	活動費1人200円+材料費	材料費: 1人500円
1.5	3,000~5,000円	要相談 13:30頃から開始可能

その他の活動は, 原則として職員が事前説明の後, 自主活動でお願いします。

●印の活動項目は, 夜のみのプログラムとして計画できます。

○印の活動項目は, 夜のプログラムとしても計画できます。

# カ ッ タ ー

協力してカッターを漕ぐことで、団体活動における規律や協力の大切さを体験するとともに、あきらめずに最後までがんばろうとする心を育てます。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期 間 等 4月～10月 小雨実施可
- (2) 指導形態 外部研修指導員が指導
- (3) 対象, 人数および班編制等
  - ① 小学校5年生以上, 48名まで
  - ② 定員は1艇24名(引率含まず)まで  
(2艇あり, 引率者は1艇1名以上が必ず乗艇)  
中学生以下のとき, 1艇の人数は20名以上
  - ③ 男女がいる場合は体力を考慮し, できるだけ男女混合で定員になるように配慮
- (4) 実施場所 下柵左エ門池しもくざえもんいけ(敷地内かんがい用水池)
- (5) 所要時間 準備, 後片付けの時間を含めて3時間程度
- (6) 経 費 活動費: 1人 200円



## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人 数	主 な 仕 事 内 容
責 任 者	各艇1名	職員との打ち合わせ, 実施可否判断, 艇長への協力
安 全 管 理	各艇1名	参加者掌握, 緊急対応
用 具 管 理	各艇1名	借用, 配付, 回収, 個数・破損等の確認, 返却

### (2) 標準的な日程

時 間	活動の流れ	係	内 容
8:50～9:00	準備・集合	責 任 者	玄関前整列指導, 参加者掌握, 職員への連絡
9:00～9:15	説 明	指 導 員 用具管理	概要説明 ライフジャケット配付
9:20～11:30	実 技	講 師 安全管理	指導, 講評 参加者掌握, 緊急対応
11:30～12:00	後片付け	責 任 者 用具管理	整列挨拶指導 ライフジャケット返却

### (3) 当施設で貸し出すもの

ライフジャケット

### (4) 各団体で持参するもの

帽子, 動きやすい服装, 雨具(傘は不可), 飲料水

## 3 実施上の留意点

### (1) 玄関前での集合の仕方

艇ごとに2列縦隊(背の高い者順)で整列してください。

### (2) カッター係留場にはトイレがありませんので, 集合前に済ませておいてください。

### (3) 熱中症予防のため, 飲料水(水筒・ペットボトル等)を携帯させてください。

### (4) 事前に活動者名簿を提出し, 活動前に名簿により活動者を確認してください。

# カヌー

室内プールで練習した後、敷地内にある<sup>かみもくざえもんいけ</sup>上柵左エ門池で活動します。  
 自然の中でカヌーの基本的な操作法を学ぶとともに、協力してカヌー体験を楽しみながら協調性を育成します。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期 間 等 5月～9月 小雨実施可
- (2) 指導形態 職員が指導
- (3) 対象, 人数および班編制等
  - ① 小学校5年生以上, 10～30名まで  
引率者は1名以上
  - ② 2名1組で15ペアまで(1艇を2人交代で使用)
- (4) 実施場所 室内プールおよび<sup>かみもくざえもんいけ</sup>上柵左エ門池(敷地内かんがい用水池)
- (5) 所要時間 準備, 後片付けの時間を含めて3時間程度
- (6) 経 費 無料



## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人 数	主 な 仕 事 内 容
責 任 者	1 名	職員との打ち合わせ, 実施可否判断
安 全 管 理	1 名	参加者掌握, 監視, 緊急対応
用 具 管 理	1 名	用具借用・返却補助

### (2) 標準的な日程

時 間	活動の流れ	係	内 容
8:50～9:00	集 合	責 任 者	玄関前整列指導, 参加者掌握, 職員への連絡
9:00～9:10	更 衣	-	プール更衣室にて着替え
9:10～10:00	プールで実技	安全管理	概要説明, 指導補助, 監視, 転覆者の救助
10:00～11:30	池で実技	用具管理	用具借用・返却補助
11:30～12:00	後片付け	責任者他	後片付け補助

※実技後, 室内プールのシャワーを利用できます。

### (3) 当施設で貸し出すもの

カヌー(1人乗り用), パドル, ライフジャケット, 救助用カヌー

### (4) 各団体で持参するもの

Tシャツ, 水着, タオル, 着替え, サンダル, 飲料水, コンタクトレンズ使用の場合は水泳用ゴーグル 眼鏡使用の場合は留め紐

## 3 実施上の留意点

- (1) 池での実技では転覆時に備え, ライフジャケットを必ず着用します。
- (2) 活動中, 転覆や水しぶきにより衣服が濡れる場合があります。
- (3) 事前に活動者名簿を提出し, 活動前に名簿により活動者を確認してください。

# いかだ体験

発砲スチロール（浮き）と板を使っていかだを作り，乗艇体験をします。協力性・冒険心・安全に対する認識を高めます。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期 間 等 5月～9月 小雨実施可
- (2) 指導形態 外部研修指導員または職員が指導
- (3) 対象，人数および班編制等  
小学校5年生以上，  
10～36名（6名×6班）まで  
引率者は2名以上
- (4) 実施場所 しももくぎえもんいけ 下壜左エ門池（敷地内かんがい用水池）
- (5) 所要時間 準備，後片付けの時間を含めて3時間程度
- (6) 経 費 活動費：1人 200円



## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人数	主な仕事内容
責任者	1名	職員との打ち合わせ，参加者掌握
安全管理	2名	参加者掌握，巡視，緊急対応
用具管理	2名	借用，配付，回収，個数・破損等の確認，返却

### (2) 標準的な日程

時間	活動の流れ	係	内 容
8:50～9:00	集 合	責任者	玄関前整列指導，参加者掌握，職員への連絡
9:00～9:40	説明・組立	職員 安全管理	組み立て説明 安全指導，用具の準備
9:40～11:30	実 技	安全管理	活動中の管理，安全指導
11:30～12:00	後片付け	用具管理	回収，破損等の確認，返却

### (3) 当施設が貸し出すもの

ライフジャケット，パドル，発砲スチロール（浮き），板，ロープ，救助艇

### (4) 各団体で持参するもの

水着，Tシャツ，タオル，着替え，サンダル，軍手，飲料水，救急箱

## 3 実施上の留意点

- (1) 池での実技では転覆時に備え，ライフジャケットを必ず着用します。
- (2) 活動中，転覆や水しぶきにより衣服が濡れる場合があります。
- (3) 事前に活動者名簿を提出し，活動前に名簿により活動者を確認してください。

# アーチェリー

洋弓を的使用を射るシンプルなスポーツですが、身体だけではなく集中力も要するメンタルなスポーツです。

的に当てることを通して集中力をはぐくみ、「心・技・体」の調和の大切さを理解します。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期 間 等 3月～11月 小雨実施可
- (2) 指導形態 外部研修指導員または職員が指導
- (3) 対象, 人数および班編制等
  - ① 小学校5年生以上, 20～50名まで, 引率者は1名以上
  - ② 用具の関係上, 男女別10班に編制し, 左利きの人は第1班に集める
- (4) 実施場所 駐車場横のアーチェリー場 (30m×30mの芝生地)  
(矢を射つ場所からの的までは10m)
- (5) 所要時間 準備, 後片付けの時間を含めて3時間程度
- (6) 経 費 活動費: 1人 200円



## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人数	主な仕事内容
責任者	1名	職員との打ち合わせ, 実施可否判断
安全管理	1名	参加者掌握, 巡視, 緊急対応
用具管理	1名	用具借用・返却補助

### (2) 標準的な日程

時間	活動の流れ	係	内 容
8:50～9:00	集 合	責任者	玄関前整列指導, 参加者掌握, 職員への連絡
9:00～11:30	実 技	安全管理	概要説明, 指導補助, 巡視
11:30～12:00	後片付け	用具管理	後片付け補助

### (3) 当施設が貸し出すもの

アーチェリー用具一式, スコアカード, 鉛筆

### (4) 各団体で持参するもの

弦がひっかからないような上着, 運動靴, 帽子, 雨具, 飲料水, 虫よけスプレー

## 3 その他

基準以上の得点を出した参加者には認定証を授与し, さらに当年度ランキング3位以内の場合には, 団体名・氏名・得点を館内に掲示します。



# サイクリング

マウンテンバイクを使用し、青少年交流の家から海岸沿いのサイクリングロード約11kmを走行します。  
潮風を受け走行することでの爽快感や登坂での達成感を体験するとともに、サイクルスポーツにおける基本的安全について理解します。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期間等 3月～11月 雨天実施不可
- (2) 指導形態 自主活動（活動のはじめ30分程度、職員が説明をします。）
- (3) 対象, 人数および班編制等  
**身長135cm以上**, 10～50名まで  
 引率者は2名以上
- (4) 実施場所 次頁地図を参照  
**※コースを変更される場合, 事前に相談してください。**
- (5) 所要時間 準備, 後片付けの時間を含めて3時間程度
- (6) 経費 無料



## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人数	主な仕事内容
責任者	1名	事前のコース掌握, 職員との打ち合わせ, 班編制
安全管理	2名	活動中の安全指導, 応急処置
用具管理	1名以上	応急修理, 破損・返却の確認

### (2) 標準的な日程

時間	活動の流れ	係	内容
8:50～9:00	集合	責任者	玄関前整列指導, 参加者掌握, 職員への連絡
9:00～9:25	移動・説明	職員	概要説明, 自転車の操作法と調整・安全指導
9:25～9:40	用具点検 試走	責任者 安全管理	ブレーキ・タイヤの空気圧・サドル調整などの補助
9:40～11:30	実技	責任者	安全管理, 参加者掌握
11:30～12:00	後片付け	責任者 用具管理	自転車の事後点検, 後片付け, 終了報告

### (3) 当施設が貸し出すもの

マウンテンバイク, ヘルメット, ゼッケン, 携行薬品, コース図, 無線機2台

マウンテンバイクの種類

{	小:赤色 8台, 銀色 18台 (適応身長 135cm～167cm)
	中:黄色 22台, 銀色 23台 (適応身長 141cm～179cm)
	大:青色 4台, 黒色 2台 (適応身長 151cm～190cm)

### (4) 各団体で持参するもの

タオル, 飲料水, 水筒をいれるリュックサック, 携帯電話等

### 3 実施上の留意点

- (1) 並進は不可とし、登坂時を除き追越しはしないでください。
- (2) 自転車を砂浜へ乗り入れないでください。
- (3) 国道を横断する場合は必ず自転車から降り、押しボタン信号を利用してください。
- (4) 事前に活動者名簿を提出し、活動前に名簿により活動者を確認してください。



# オリエンテーリング

基礎となる地図（マスターマップ）から活動用地図に探索（目標）ポストを正確に写しとり，地図をたよりにポストを探し，早くゴールする活動です。  
自然に親しむとともに判断力や協調性を育成します。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期間等 通年 小雨実施可
- (2) 指導形態 自主活動（活動のはじめ30分程度，職員が説明します。）
- (3) 対象，人数および班編制等
  - ① 小学校5年生以上，10～400名まで，引率者は4名以上
  - ② 各班5～8名程度が適当

<コースについて>

レベル	種類	ポスト数	コース数	シルバコンパス	適した対象
初級	ラインOL	7	8 (1～8)	使用しない	小学生
中級	ポイントOL	7	10(A～J)	使用する	中学生以上
上級	ポイントOL	9	8 (K～R)	使用する	中学生以上

※ラインOLは，マスターマップにポストの位置とルートが記載されていますので，ルートを正確にまわればゴールできます。

※ポイントOLは，マスターマップにポストの位置だけが記載されていますので，シルバコンパスを使って方向とルートを見つけてゴールするものです。

- (4) 実施場所 青少年交流の家周辺
- (5) 所要時間 準備，後片付けの時間を含めて3時間程度
- (6) 経費 活動用地図1枚40円（班に1枚必要「グリルのと」売店で販売）

## 2 活動の進め方，活動用地図の購入

### (1) 引率者係分担

係	人員	主な仕事内容
責任者	1名	職員との打ち合わせ，班編制，実施可否判断
用具管理	2名	借用，設置，配付，回収，個数・破損等の確認，返却 活動用地図の購入
本部	1～2名	マスターマップ用机・マスターマップの設置，スタート合図・出発時間の指示(3～5分間隔)，ゴール用机設置，計時・順位などの集計，職員への連絡
安全管理	1名	自動車などでの巡回安全指導，参加者掌握 チェックポイントおよびゴール係との連絡
	2名以上	チェックポイントで，通過チームチェック

(2) 標準的な日程

時 間	活動の流れ	係	内 容
8:50～ 9:00	集 合	責 任 者	参加者誘導，掌握，職員への連絡
9:00～ 9:40	説 明	用具管理	用具の借用，配付，回収
		職 員	活動全般，留意事項の説明
		用具管理	本部設営
9:40～10:10	移 動	責 任 者	スタート場所へ移動
	ス タ ー ト	用具管理	用具の配付（地図，コンパスおよびゼッケン）
		本 部	スタート指示
		安全管理	巡視，参加者掌握
10:10～11:30	実 技	責 任 者	活動の掌握
11:30～12:00	ゴ ー ル	本 部	計時・集計，ゴール者への指導
	後片付け	用具管理 責 任 者	用具回収，個数・破損等確認，返却 終了報告

(3) 当施設が貸し出すもの

スタート・ゴール幕，マスターマップ，解答・説明用地図，シルバコンパス  
ゼッケン，机，椅子

(4) 各団体で持参するもの

活動用地図（班に1枚），赤ペン，鉛筆，運動着（長袖，長ズボンがよい），活  
動用靴，帽子，雨具（傘は不可），計時用時計，救急セット，飲料水，携帯電話  
等

(5) 会場設営例及びパーマネントポスト



パーマネントポスト

3 実施上の留意点

- (1) 規定時間を設けて，その時間を過ぎたら途中でも活動をやめて戻るよう指導してください。
- (2) 順位の設定は，ラインOL・ポイントOLとも規定時間内に，より多い正解数でゴールした班を上位とします。ただし，同点の場合は所要時間が短い班を上位とします。
- (3) 事前に活動者名簿を提出し，活動前に名簿により活動者を確認してください。

4 その他

短時間での活動を希望する場合は，スコアオリエンテーリング，荒天時は館内オリエンテーリングという活動が可能です。希望する場合は職員に相談してください。

# ウォークラリー

コマ地図（A～Dコース）・地図（E・Fコース）に従い、途中に設定された課題を解きながら、決められた時間で戻ってくるゲームです。  
 チームワーク、コミュニケーション能力や問題解決能力を高めます。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期 間 等 通年 小雨実施可（B・D・E・Fコースは雨天実施不可）
- (2) 指導形態 自主活動（活動のはじめ20分程度、職員が説明します。）
- (3) 対象、人数および班編制等
  - ① A～Dコース小学校3年生以上、10～160名（各コース40名）まで、引率者は3名以上
  - ② E～Fコース小学生以上、10～80名（各コース40名）まで、引率者は3名程度
  - ③ 各コース8班まで、各班5名程度が適当
- (4) 実施場所 6コースとも青少年交流の家周辺の一般道を使用します。
 

<ol style="list-style-type: none"> <li>① Aコース：約5.4km舗装道路使用</li> <li>② Bコース：約5.5km一部未舗装山道使用</li> <li>③ Cコース：Aコース逆周り</li> <li>④ Dコース：Bコース逆周り</li> <li>⑤ Eコース：約3.3km一部未舗装山道使用・・・各コースの設問は、</li> <li>⑥ Fコース：Eコース逆周り</li> </ol>	各コースの設問は、 10問です  7問です
---	--------------------------------
- (5) 所要時間 準備、後片付けの時間を含めて3時間程度
- (6) 経 費 無料

## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人 数	主 な 仕 事 内 容
責 任 者	1 名	職員との打ち合わせ、実施可否判断
用 具 管 理	1 名	借用、設置、配付、回収、個数・破損等の確認、返却
出 発 ・ 決 勝	1 名	スタート合図 解答用紙の回収、計時、記録集計、活動終了者へ指示
安 全 管 理	2名以上	参加者掌握、巡視、緊急対応

### (2) 標準的な日程

時 間	活動の流れ	係	内 容
8:50～ 9:00	準備・集合	責 任 者 用 具 管 理	参加者誘導、掌握、職員への連絡 用具借用
9:00～ 9:30	全 体 指 導	職 員	活動全般、留意事項の説明
		安 全 管 理 用 具 管 理	スタート地点へ移動 用具配付
9:30～11:30	実 技	出 発 安 全 管 理	班ごとにスタート 巡視、参加者掌握
11:30～12:00	ゴ ー ル	決 勝	解答用紙等回収、計時、結果集計
	後 片 付 け	用 具 管 理 責 任 者	借用物確認、返却 終了報告

### (3) 当施設が貸し出すもの

マスターマップ、模範解答、計量はかり  
 班に1枚：バインダー、ゼッケン、問題用紙、解答用紙

### (4) 各団体で持参するもの

動きやすい服装、運動靴、帽子、時計、鉛筆、雨具(傘は不可)、飲料水

## 3 実施上の留意点

- (1) 公道を使用するため交通安全に留意しながら活動を行ってください。
- (2) 事前に活動者名簿を提出し、活動前に名簿により活動者を確認してください。

# ディスクゴルフ

ルールはゴルフと類似しており、ボールの代わりにフライングディスク（プラスチック製の円盤）を使用し、専用ゴールに入れるまでの投数を競うスポーツです。自然の中で活動することの爽快感を感じるとともに、スポーツレクリエーションへの興味・関心を喚起します。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期間等 3月～11月 小雨実施可
- (2) 指導形態 自主活動
- (3) 対象, 人数および班編制等
  - ① 小学生以上, 10～200名まで, 引率者は2名以上
  - ② 3コース合計27班まで, 各班4～7名程度が適当
- (4) 実施場所



コース名	コースの特徴	ホール数 (ホール番号)	距離	所要時間	全距離
緑の広場	芝生・松林	9 (No. 1～No. 9)	410m	約50分	1,115m
桜の森	桜の木・低木	9 (No. 10～No. 18)	370m	約40分	
チャンピオン	松林	9 (No. 21～No. 29)	335m	約40分	

- (5) 所要時間 準備, 後片付けの時間を含めて3時間程度 (時間調整可能)
- (6) 経費 無料

## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人数	主な仕事内容
責任者	1名	職員との打ち合わせ, 実施可否判断, 実技指導
安全管理	2名	参加者掌握, 巡視, 緊急対応
用具管理	2名	借用, 設置, 配付, 回収, 個数・破損等の確認, 返却

### (2) 標準的な日程

時間	活動の流れ	係	内容
8:50～9:00	事前準備	責任者 用具管理	職員との打ち合わせ 用具借用, 設置
9:00～9:20	集合	責任者 用具管理	玄関前整列指導, 実技指導, 安全指導 用具配付
9:20～11:40	実技	安全管理	参加者掌握, 巡視, 緊急対応
11:40～12:00	後片付け	用具管理 責任者	用具回収, 個数破損等確認, 返却 終了報告と認定証作成の依頼

### (3) 当施設が貸し出すもの

- 各個人: フライングディスク1個
- 班に1部: コース図, スコアカード, バインダー

### (4) 各団体で持参するもの

- 動きやすい服装 (チャンピオンコースは長袖・長ズボンが望ましい。), 活動用靴
- 帽子, 雨具 (傘は不可), 鉛筆, 飲料水

## 3 実施上の留意点

- (1) 班ごとにコースを変えることも可能です。また, 班ごとに各ホールに分かれて同時にスタートすると効率的です。
- (2) 各コース, 規定スコア以下でまわった参加者には認定証を授与し, さらに当年度ランキング3位以内の場合には, 団体名・氏名・得点を館内に掲示します。

# ナイトアドベンチャー

闇の中を仲間と協力して指定のポイントを探しだすゲームです。各ポイントに置いてある点数カードを集め、その合計点数を競います。  
夜の自然環境を体感するとともに、仲間との信頼関係を育成します。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期 間 等 3月～11月 雨天実施不可
- (2) 指導形態 自主活動
- (3) 対象, 人数および班編制等
  - ① 小学校5年生以上, 10～200名まで, 引率者は3名以上
  - ② 1コースにつき100名程度(15班)まで, 各班3～7名程度が適当
- (4) 実施場所 Gコース: ディスクゴルフのポストをポイントにしたコース  
Tコース: 施設内の樹木をポイントにしたコース
- (5) 所要時間 活動は1～2時間程度, 他に準備・後片付けのため各30分程度必要
- (6) 経 費 無料

## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人 数	主 な 仕 事 内 容
責 任 者	1 名	職員との打ち合わせ, 実施可否判断, 実技指導
安 全 管 理	3 名	参加者掌握, 巡視, 緊急対応
用 具 管 理	1 名	借用, 設置, 配付, 返却, 個数・破損等の確認

### (2) 標準的な日程

時 間	活動の流れ	係	内 容
16:30～17:30	事 前 準 備	責任者他	職員との打ち合わせ, 用具借用・設置
19:20～19:30	集 合	責任者他	玄関前整列指導, 参加者掌握, 実技指導
19:30～21:00	実 技	安全指導	巡視, 緊急対応
21:00～21:30	後 片 付 け	用具管理	用具回収, 所定の場所へ返却(翌朝でも可)

### (3) 当施設が貸し出すもの

- 点数カードセット, 点数記入一覧表
- 各班1部: ポイント配置図, ゼッケン, 点数カード入れ

### (4) 各団体で持参するもの

- 各班: 懐中電灯2個以上** (できれば各自1個), 予備電池, 腕時計
- 引率者用時計, 筆記用具, 活動用靴

## 3 実施上の留意点

- (1) 照明のない場所での活動ですので, 安全指導・管理を徹底してください。
- (2) 他の利用者の迷惑にならないよう, 注意してください。(テントサイト・営火場等)

# 砂 像 造 り

粒の細かな柴垣海岸の砂を使って造形を楽しみます。準備した下絵やモチーフをもとにグループごとに砂像を造り、鑑賞会やコンテストを行います。  
仲間と協力して造り上げることで達成感を味わうとともに、協調性を育成します。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期 間 等 5月～9月 雨天実施不可  
晴天でも風や波の影響で実施不可になる場合あり
- (2) 指導形態 外部研修指導員または職員が指導
- (3) 対象, 人数および班編制等
  - ① 小学校5年生以上, 20～240名程度まで  
引率者は2名以上, 人数に応じて増やす必要あり
  - ② 40班まで, 各班6名程度が適当
- (4) 実施場所 柴垣海岸 (青少年交流の家より徒歩で片道約40分)
- (5) 所要時間 移動, 準備, 後片付けの時間を含めて3時間程度
- (6) 経 費 活動費: 1人 200円



## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人 数	主 な 仕 事 内 容
責 任 者	1 名	職員との打ち合わせ, 実施可否判断, 実技指導
安 全 管 理	2 名	参加者掌握, 巡視, 移動引率, 緊急対応
用 具 管 理	1 名	借用, 配付, 回収, 個数・破損等の確認

### (2) 標準的な日程

時 間	活動の流れ	係	内 容
8:50～9:00	打ち合わせ	責任者他	玄関前集合, 参加者掌握, 職員へ出発の連絡
9:00～9:40	移 動	安全管理	移動引率
9:40～9:50	説 明 準 備	指導員・用具	活動説明, 用具借用, 配付
9:50～11:00	実 技	指導員・安全	実技指導, 巡視, 参加者掌握
11:00～11:20	後 片 付 け	用具管理	回収, 破損等確認, 返却
11:20～12:00	移 動	安全管理	移動引率, 終了報告

### (3) 当施設が貸し出すもの

クラフト道具類, スコップ, トンボ, バケツ, モチーフ例

### (4) 各団体で持参するもの

下絵やモチーフとなる模型など, 帽子, タオル, ビーチサンダル, 飲料水  
救急箱, 虫除けスプレー

## 3 実施上の留意点

海岸での活動時間を十分に取りたい場合には, 早めの出発を勧めます。



# 海水浴

交流の家から徒歩で約40分の柴垣海岸で、海水浴や砂浜での水遊びを体験します。海に親しむと共に、遊びを工夫することにより、参加者間のふれあいを深めます。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 時期等 7月～8月
- (2) 指導形態 自主活動
- (3) 実施場所 柴垣海岸（青少年交流の家より徒歩で片道約40分）  
引率者は2名以上
- (4) 所要時間 移動の時間を含めて3時間程度 ただし、夜間の遊泳は不可
- (5) 経費 無料

## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人数	主な仕事内容
責任者	1名	職員との打ち合わせ、全体指導
安全管理	1名	参加者掌握、巡視、緊急対応
用具管理	1名	借用、設置、配付、回収、個数・破損の確認、返却

### (2) 標準的な日程

時間	活動の流れ	係	内容
8:50～9:00	集合	責任者	玄関前集合、参加者掌握、職員へ出発の連絡
9:00～9:40	移動	責任者	移動引率
9:40～9:55	全体指導	責任者	準備運動、注意事項の徹底
9:55～11:00	実技	安全管理	管理、巡視、参加者掌握
11:00～11:20	後片付け	用具管理	用具片付け
11:20～12:00	移動	責任者	参加者掌握、終了報告、シャワー指導

### (3) 当施設が貸し出すもの

ハンドマイク、救急箱、ハンドベル、毛布、ブルーシート、救命救急マニュアル

### (4) 各団体で持参するもの

水着、ビーチサンダル、帽子、バスタオル、Tシャツ、飲料水等

## 3 実施上の留意点

- (1) 晴天の場合でも、波の状況により遊泳が困難になることがあります。
- (2) 8月下旬になると、くらげが発生しますので、海に入るときは素肌をできるだけ出さないようにしてください。
- (3) 途中で海水浴を中止する場合は、青少年交流の家（0767-22-3121）に連絡してください。
- (4) ゴミは必ず持ち帰る等、海岸の環境整備に協力をお願いします。
- (5) 熱中症予防のため、飲料水（水筒・ペットボトル等）をご準備ください。

# 地引き網

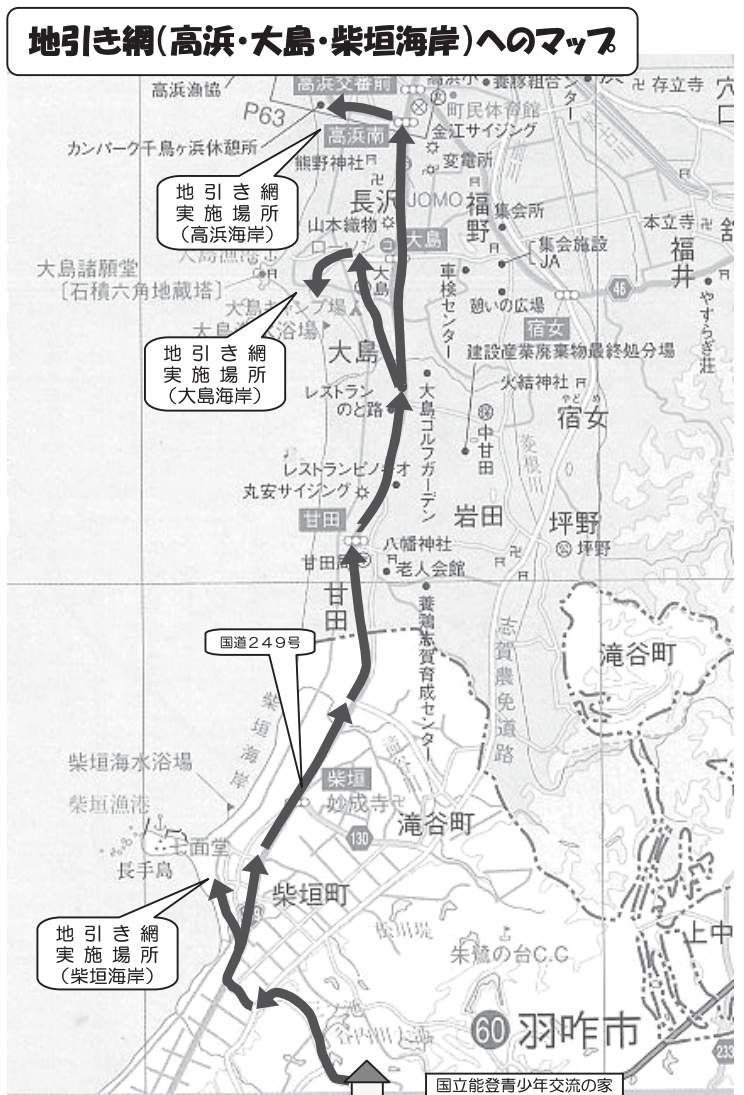
交流の家近くの海岸で、地元漁師の指導のもと、みんなで網を引き魚を収穫します。  
心を一つにあわせて網を引くことにより、自然の恵みに感謝しながら協調性を養います。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期間等 4月～10月
- (2) 体験形態 高浜・大島海岸 網元：浜田 岩治氏 (0767-32-1193)  
柴垣海岸 網元：栗木 信義氏 (0767-27-1222) による体験説明
- (3) 対象、人数及び班編制  
10名以上、引率者は2名以上
- (4) 実施場所 高浜海岸・大島海岸（青少年交流の家より車で片道約10分）  
柴垣海岸（青少年交流の家より車で片道約3分・徒歩で片道約40分）  
※なお、海岸へは各団体に移動してください。
- (5) 所要時間 移動、準備、後片付けの時間を含めて2時間程度  
開始時刻は、日の出から日没（日中可）の間にしてください。
- (6) 経費 1回35,000円を当日現金で網元に支払ってください。

## 2 実施上の留意点

- (1) 晴天でも、風や波の影響で中止になることがあります。  
代表者は、開始時刻の1時間30分前に、網元へ電話で実施の可否および実施場所の確認をしてください。
- (2) 各団体からプログラムが提出された後、網元への依頼をしますが、網元の都合により、実施できない場合があります。
- (3) 熱中症予防のため、飲料水をご準備ください。
- (4) 早朝の場合、朝食を外注弁当にすることが可能です。
- (5) とれた魚は、20名程度なら「あすなろ調理室」100名程度なら「野外炊飯場」で調理可能ですが、その場合には、他団体とのプログラム調整の必要がありますので、事前に連絡してください。  
（魚を調理するための包丁・まな板等は持参してください。なお、調理後のゴミについては各団体に処分してください）
- (6) とれた魚を持ち帰る場合、容器・氷等は事前に各団体に準備してください。



# グリーンアドベンチャー

班全員で協力して指定の樹木を探し、その名前を当てたり、問題に答えたりする活動です。身近な植物を観察し、名前や特徴等の知識を身に付けるとともに、文化と植物の関わりについて理解し、森や自然環境についても考えます。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期 間 等 4月～10月 小雨実施可
- (2) 指導形態 自主活動（活動のはじめに30分程度、職員が説明します。）
- (3) 対象、人数および班編制等
  - ① 小学校5年生以上、10～240名まで、引率者は3名以上
  - ② 各コース10班まで、各班4～6人程度が適当
- (4) 実施場所 青少年交流の家周辺の4コース

コ ー ス 名	内 容
身近な植物探訪コース A, B, C 《3コース》	ごく身近に見られる植物を中心に観察できます。コースは約2kmでほとんどが舗装道路です。
左エ門池一周コース 《1コース》	池を1周する約1.5kmのコース設定で、細い未舗装道を歩きます。

- (5) 所要時間 準備、後片付けの時間を含めて3時間程度
- (6) 経 費 無料

## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人 数	主 な 仕 事 内 容
責 任 者	1 名	職員との打ち合わせ、実施可否判断、実技指導
安 全 管 理	1 名	参加者掌握、巡視、緊急対応
用 具 管 理	2 名	借用、配付、回収、個数・破損等の確認、返却

### (2) 標準的な日程

時 間	活動の流れ	係	内 容
8:50～9:00	準備・集合	責 任 者	参加者誘導、掌握、職員への連絡
9:00～9:30	説 明	職 員 用具管理	実施方法の説明 ゼッケン、解答用紙等配付
9:30～11:30	実 技	責 任 者 安全管理	参加者掌握、スタート合図、巡視
11:30～12:00	後 片 付 け	用具管理 責 任 者	解答用紙・用具の回収確認・返却 得点集計、終了報告

- (3) 当施設が貸し出すもの  
模範解答、ハンドブック、コース図、解答用紙、ゼッケン
- (4) 各団体で持参するもの  
動きやすい服装、運動靴、鉛筆、雨具（傘は不可）、飲料水

## 3 実施上の留意点

正解の多い班（同数の場合は短時間で終了した班）が上位となります。

※このグリーンアドベンチャーコースは、社団法人青少年交友協会の協力と名称使用承認のもとに設置したものです。

# 火おこし体験

火おこしの道具を使い、古代の火おこしを体験する中で、古代の人々の知恵や苦勞を体験します。また、友達と協力することの大切さや様々な人々の苦勞・工夫の積み重ねで現在の生活が成り立っていることを理解します。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期 間 等 4月～10月
- (2) 指導形態 外部研修指導員または職員が指導
- (3) 対象、人数及び班編制等
  - ① 小学校5年生以上、20～60名まで  
引率者は2名以上
  - ② 10班まで、各班5～6名程度が適当
- (4) 実施場所 ふれあいの広場
- (5) 所要時間 準備、後片付けの時間を含めて1時間30分程度
- (6) 経 費 無料



## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人 数	主 な 仕 事 内 容
責 任 者	1 名	全体指導, 職員との打ち合わせ
用 具 管 理	1 名	用具準備, 点検指導
安 全 管 理	1 名	安全指導

### (2) 標準的な日程

時 間	活動の流れ	係	内 容
13:20～13:30	玄関前集合	責 任 者	玄関前整列指導, 参加者誘導, 職員への連絡
13:30～13:45	全 体 指 導	講 師	諸注意, 施設・用具の使用法, 用具の貸出
13:45～14:45	火 お こ し	安全管理	指導補助, 巡視
14:45～15:00	後 片 付 け	用具管理	用具の返却, 清掃, 火の始末

- (3) 当施設が貸し出すもの  
火おこし道具一式
- (4) 各団体で持参するもの  
特になし



## 3 実施上の留意点

- (1) 野外炊飯と組み合わせて行くと効果的です。
- (2) 降雨時や梅雨時など、天候によってなかなか火がおこらないことがあります。
- (3) 道具に限りがありますので、交代で体験することになります。
- (4) 外部研修指導員の都合により実施できない場合があります。

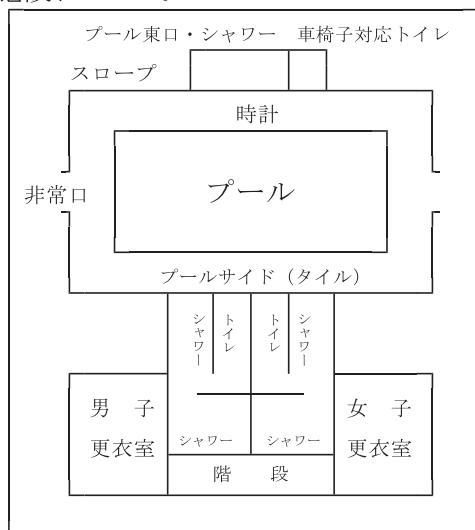
# プール活動

室内プールで、水泳や水遊び、ウォーターバスケットなどの活動を楽しめます。  
様々なゲーム等を通して、参加者間のふれあいを深めます。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 対象は安全に活動できる泳力がある人か身長がある人、または介助者がいる人。  
(水深は最浅1.2m～最深1.4m)
- (2) 使用条件  
※常温・温水での使用ともプログラムに位置づけられていること。  
【常温での使用】  
7月～8月、シャワーも常温となります。  
人数は10名～70名、引率者は2名以上  
【温水での使用】  
5月～6月、9月（水温は約28℃）  
人数は30名～70名、引率者は2名以上  
※雨天の代替えプログラムにすることはできません。
- (3) 貸し出しできるもの  
ビート板、ウォーターバスケット、子供用ライフジャケット

## 2 施設について



(長さ16.7m, 幅13m)

## 3 使用上の留意点

- (1) 使用前に利用者全員を対象にプールのオリエンテーションを職員が行います。
- (2) 責任者の指導のもとで活動し、プールサイドからの監視を行うなど安全管理に努めてください。
- (3) 水泳用キャップを着用してください。
- (4) 飛び込み等の危険行為はしないでください。
- (5) 温水で使用後は必ずブルーシートを元の状態に戻してください。その際、水がシートの上に入り込んで残らないよう注意してください。
- (6) プールサイドにあるホースやバケツ、デッキブラシ等を使って、プールサイド・洗眼用流し台・足洗い場・シャワー室・トイレ・更衣室を清掃してください。

# スポーツ活動

各種競技スポーツで技術や体力の向上を目指したり、レクリエーションの一つとして軽運動を楽しんだりすることにより、参加者間のふれあいを深めます。

## 1 活動計画立案にあたって

### (1) 使用条件

#### ① 体育館を使用する場合

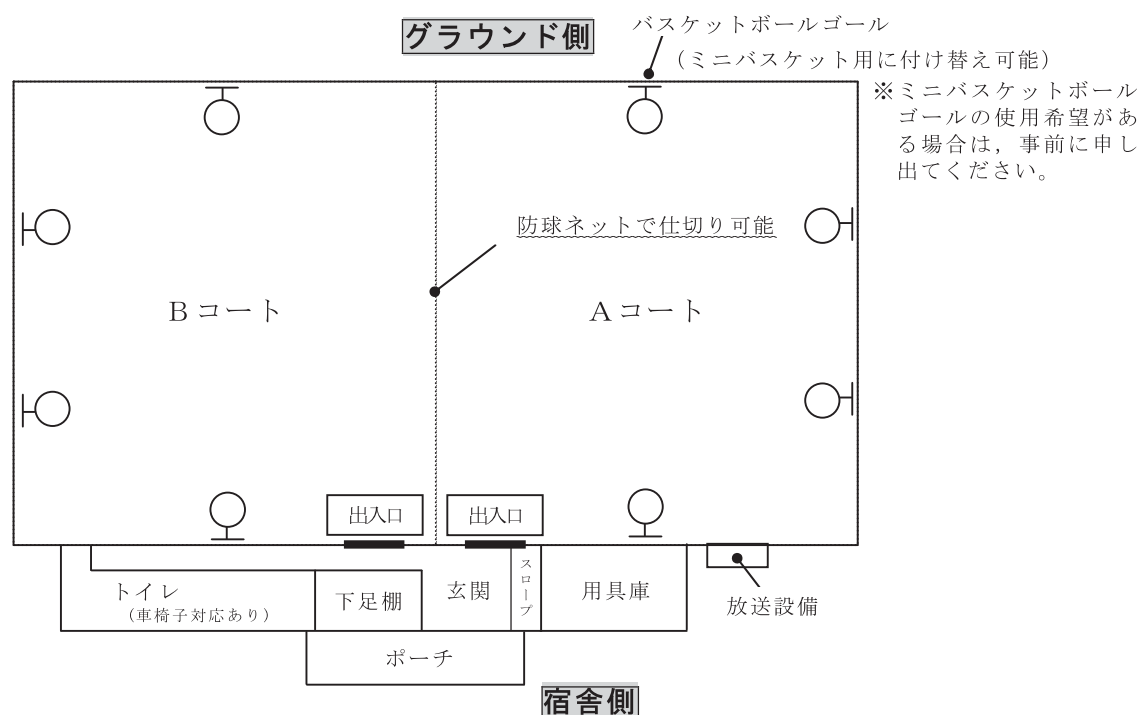
晴天・雨天に関わらず、プログラムに位置づけられていること。  
人数は10名以上（引率1名以上含む）から使用できます。

#### ② グラウンド・テニスコートを使用する場合

どなたでも使用できますが、プログラムに位置付けている団体を優先します。また、用具の貸出については、プログラムに位置付けられている場合に限ります。グラウンドは、10名以上（引率1名以上含む）から使用できます。

## 2 設備について

### (1) 体育館（37m×30m）



### (2) グラウンド（120m×95m）

### (3) テニスコート（ハードコート2面 1面はナイター使用可）

## 3 実施上の留意点

(1) **体育館で活動する際には、必ず体育館用のシューズ（黒ゴム底不可）に体育館入口で履き替えてください。**内履きシューズを本館で履いた場合には、体育館用として使用できません。

(2) 暖房設備としてジェットヒーター（2機）がありますので、借用希望の方は前に職員に申し出てください。なお、**灯油は各団体で持参**してください。

(3) 大会等で運営に支障がある場合を除き、照明の間引き点灯をお願いします。

●実施できる主な活動および貸出物品

	種 目	面	貸 出 (備考)
体育館	バスケットボール	2面	ミニバスケットボール用の付け替えゴール
	バレーボール	2面 (6人制コート)	ネット, ポール
	バドミントン	6面	ラケット20, ネット, ポール
	ハンドボール	1面 (35m×20m)	ゴール, マット
	卓球		卓球台10台
	フットサル	2面	ゴール (小学生以下のみ可能)
	インディアカ	6面	バドミントンネット, ポール, インディアカボール20個
	ソフトバレーボール	2面または6面	(バドミントンコート使用の場合6面) ソフトバレーボール5個
	ディスクドッジ	2面	(バドミントンコート使用の場合6面), ディスク6枚
	綱引き		綱2本 (36m, 30m)
	大(長)縄跳び		大(長)縄4本 (25m:1本, 10m:3本)
	キャッチ・ザ・スティック		スティック16本×3セット
	ストラックアウト		2台, フライイングディスク42
	テニス (要相談)	1面または練習用2面	ネット, ラケット (テニス用2, ソフトテニス用18), ボール (テニス用60, ソフトテニス用30) ラケット18, ボール30
	ペタンク		3セット
キンボール		2セット	
グラウンド	野球	1面	ベース(1面分), ライン引き2 (ラインパウダーは各団体で持参), グラウンドならし7
	ソフトボール	1面	ベース(1面分), ライン引き2 (ラインパウダーは各団体で持参), グラウンドならし7
	サッカー	少年用2面・一般用1面	ゴール3組 (少年用2・一般用1)・ボール5・コーナーフラッグ8
	ストラックアウト		2台 (軟式野球ボール使用) ボール20個
コート   ニ ト ス	テニス	2面	審判台2, ドライワイパー1, ネット2, ラケット (テニス用2, ソフトテニス用18), ボール (テニス用60, ソフトテニス用30)

※体育館には、多機能デジタルタイマー・得点板・審判台等もあります。

※ラケットやボールなどの用具は、数に限りがありますので、原則、団体で準備してください。

# キャンプファイア

火を囲み仲間との楽しい時間を過ごす中で、互いの友情と親睦を深める活動です。自然の懐の中で火を囲み一日の生活をふり返る中で、心静かに自分自身を見つめたり、高めたりしようとする意欲や態度をはぐくみます。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期 間 等 5月～10月
- (2) 指導形態 自主活動
- (3) 対象, 人数および班編制など  
小学生以上, 20～400名  
引率者は2名以上
- (4) 実施場所 第1営火場(100～400名) 第2営火場(30～100名) 第3営火場(20～30名)
- (5) 所要時間 準備, 後片付けの時間を含めて2時間程度
- (6) 経 費 薪等の材料代については, P17(経費の支払方法一覧)参照



## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人 数	主 な 仕 事 内 容
責 任 者	1 名	職員との打合せ, 実施可否判断, 実技指導
安 全 管 理	1 名	参加者掌握, 緊急対応
用 具 管 理	1 名	材料の準備・運搬, 用具の借用と返却, 火の調整 残材の後片付け

### (2) 標準的な日程

時 間	活動の流れ	係	内 容
16:30～17:00	事 前 準 備	安全管理	職員との打合せ, 会場準備, リハーサル
19:30～19:40	全 体 説 明	責 任 者	実技, 安全指導
19:40～20:30	実 技	安全管理	参加者掌握, 監視, 緊急対応
20:30～20:40	後 片 付 け	用具管理	所定の場所へ用具返却, 残材の処理
翌朝 7:20～7:40	後 片 付 け	用具管理 責 任 者	残材の片付け, 営火場清掃 終了報告

### (3) 当施設が貸し出すもの

放送機器, 火の調整棒, 非常消火用バケツ, スコップ, 一輪車

### (4) 各団体で持参するもの

ファイア材料(丸太, 薪, トーチ, 灯油)は購入可, 軍手, 新聞紙, 懐中電灯  
虫よけスプレー, BGM用カセットテープ・CD・MD

◇火災防止上, 井桁を組む場合の材料は下記の分量を参考にしてください。

実 施 場 所	丸太の本数	薪の束数	灯 油
第1営火場	10本	3～5束	約1㍓
第2営火場	8本	2, 3束	
第3営火場	使用不可	2, 3束	

※上記ファイア材料の注文につきましては, ご利用当日入所時にお申しつけください。

## 3 実施上の留意点

衣装の貸し出しは行っていないので, 団体に準備してください。(不燃性の物)



# キャンドルセレモニー

炎がかもしだす神秘的な雰囲気の中で厳粛に行われる儀式です。  
仲間と共に過ごす喜びを味わい、友情を深めます。また、心静かに自分を見つめ、自らの人格を高めようとする意欲をはぐくみます。

## 1 活動計画立案にあたって

(1) 期 間 等 通年 雨天代替プログラムとして実施可能

(2) 指導形態 自主活動

(3) 対象、人数及び班編制等

小学生以上、30～400名程度

引率者は2名以上

(4) 実施場所 大研修室 (30～100名)

講堂 (100～200名)

体育館 (200～400名)

**※大研修室、講堂は、事前・事後に机・椅子の移動・片付けが必要です。**

**※体育館では、個人ろうそくは使用できません。**

(5) 所要時間 準備、後片付けを含めて2時間程度

(6) 経 費 ろうそく代

(「グリルのと」売店で販売、大は1本40円、小は1本15円)



## 2 活動の進め方

(1) 引率者係分担

係	人 数	主 な 仕 事 内 容
責 任 者	1 名	職員との打ち合わせ、全体指導
安 全 管 理	2 名	参加者掌握、緊急対応
用 具 管 理	2 名	用具の借用・返却、後片付け (ろう取り、清掃)

(2) 標準的な日程

時 間	活動の流れ	係	内 容
16:30～16:50	事前説明	責 任 者	職員との打ち合わせ、用具借用 放送機器の確認
19:00～19:40	事前準備・指導	責任者他	会場準備、リハーサル、開始前の指導
19:40～20:30	実 技	安全管理	参加者掌握、巡視
20:30～21:00	後 片 付 け	責任者他	会場後片付け (ろう取りを含む) 用具回収・所定の場所へ返却

(3) 当施設が貸し出すもの

女神の衣装、女神及び誓詞者用ろうそく立て、個人用ろうそく立て、中央燭台  
放送設備、ピアノ (講堂)、CDラジカセ

(4) 各団体に持参するもの

ろうそく大 (中央燭台・女神・誓詞者用)、ろうそく小 (個人用)、ガスマッチ  
懐中電灯、BGM用テープまたはCD

## 3 実施上の留意点

(1) 事前準備が必要な場合は、あらかじめ職員に申し出てください。

(2) 衣装への引火など、火の取り扱いには十分注意してください。

(3) 体育館の水銀灯は、一度消すと再び明るくなるまで10分ほどかかります。

# 肝 だ め し

青少年交流の家周辺の道路や墓地公苑をコースにして行うレクリエーションです。  
夜の自然やスリルを体感しながら、共に歩く仲間との親睦を図ります。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期 間 等 通年
- (2) 指導形態 自主活動
- (3) 対象, 人数および班編制等
  - ①小学生以上, 1コース10～100名程度まで, 引率者は3名以上
  - ②各コース20班まで, 各班5名程度が適当
- (4) 実施場所 Aコース 外灯のない外周道路(舗装路・一周約20分)  
Bコース 墓地公苑まで往復(舗装路・往復約20分)
- (5) 所要時間 後片付けの時間を含めて1時間半程度(準備は日中にする)
- (6) 経 費 無料

## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人 数	主 な 仕 事 内 容
責 任 者	1 名	職員との打ち合わせ, 参加者掌握, 実施可否の判断
安 全 管 理 実 技 指 導	3 名	実技指導, 安全管理, 巡視
用 具 管 理	1 名	借用, 配付, 返却, 個数・破損などの確認

### (2) 標準的な日程

時 間	活動の流れ	係	内 容
16:30～17:00	打ち合わせ	責 任 者	職員との打ち合わせ, 用具借用, 下見
19:20～19:30	集 合	責 任 者	玄関前整列, 参加者掌握
19:30～19:40	説 明	安全管理	コース, ルールの説明, 参加者確認
19:40～20:40	実 技	実技指導	実技指導, 巡視
20:40～21:00	後 片 付 け	用具管理	回収, 破損等の確認, 所定の場所へ返却

### (3) 当施設が貸し出すもの

お化けセット(衣装, マスク, シーツ, マスク消毒用アルコール綿)  
怪談用ろうそく立て, 班ごとにコース地図

### (4) 各団体で持参するもの

参加者: **懐中電灯, 腕時計**

引率者: 時計, 虫よけスプレー, 必要に応じてろうそく大(怪談用)  
(「グリルのと」売店で購入可, 1本40円)

## 3 実施上の留意点

活動場所には照明がないところが多くあります。必ず日中にコース状況を把握し, 活動中は安全指導, 管理, 巡視を徹底してください。

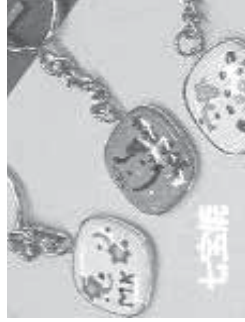
# 創作活動

※対象 ① (小学校1・2年生), ② (小学校3・4年生), ③ (小学校5年生以上)

①～③								
対象	通年							
活動項目	手びねり	下絵付け (素焼きのものに 絵付け)	上絵付け (施釉後、本焼きした ものに絵付け)	七宝焼	貝殻クラフト	まが玉作り	押し花	
作品名	湯呑み茶碗等	湯呑み茶碗 図案部分 (9×25 cm)	マグカップ 図案部分 (8×20 cm) 小皿 (φ17 cm)	キーホルダー	色紙	まが玉	はがき等	
実施人数	3～40名	20～150名	10～35名	3～150名	20～50名	10～30名	4～10月	
実施時期	3時間						2～3時間	
所要時間	3時間						2時間	
実施場所	大社焼工房 (※1)	39名まで、大社焼工房(※1) 40名より、研修室 ただし、40名未満の場合でも要相談	研修室	研修室	研修室	ふれあいの広場等	あすなる	
指導形態	外部研修指導員が指導						外部研修指導員 が指導	(職員の説明後) 自主活動
経費 (内税)	2,100円 (送料別)	各1,000円 (送料別)	550円	130円	無料	無料	無料	
支払先	外部研修指導員 (研修終了時)						食堂売店	—
各団体に 準備するもの	エプロン タオル	HB鉛筆 図案	HB鉛筆 図案	ティッシュ	色鉛筆、マジック等 (色紙に絵を描い たり色をつけたり する場合は)	HB鉛筆、消しゴム オクトペーパーNo.320 (1枚で約8名分) 首にかけるひも	台紙 (はがき等) 新聞紙、花 ティッシュ	
雨天代替えプログラ ムとしての計画	不可	可	不可	可	可	不可	可	
備考	(※1) 青少年交流の家より徒歩約10分						外部研修指導員の都合によ り実施できない場合があります	—



上絵付け



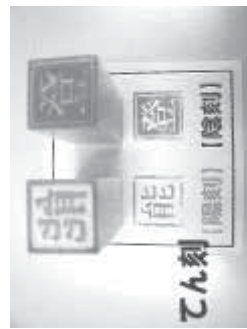
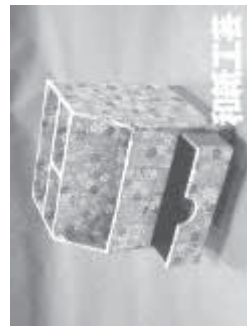
七宝焼



貝殻クラフト

※対象 ① (小学校1・2年生), ② (小学校3・4年生), ③ (小学校5年生以上)

対象	①～③		②, ③		③	
	海藻おしぼり作り	クリアキャンドル	科学おもちゃ	和紙工芸	てん刻	マイク・マイク作り
活動項目	海藻絵はがき	クリアキャンドル	科学おもちゃ	和紙工芸	てん刻	マイク・マイク作り
作品名	海藻絵はがき	ガラスキャンドル	スパー竹とんぼ 室内ブレイク 風車, 万華鏡	写真立て ペン立て	高麗石の印 (3×3cm)	木彫りスプーン 木彫りフォーク
実施人数	3～40名	10～50名	20～70名 (万華鏡は50名まで)	10～70名	3名～	10～150名
実施時期	通年	通年	通年	通年	通年	4～10月
所要時間	1. 5時間	1. 5～2時間	2～3時間 万華鏡2時間・その他1時間	3時間	3時間	1. 5～3時間
実施場所	研修室	研修室	研修室	研修室	研修室	ふれあいの広場
指導形態	(代表者への事前説明後) 自主活動 ※全体指導はありません	(職員の説明後) 自主活動	外部研修指導員 が指導	(職員の説明後) 自主活動	(代表者への事前説明後) 自主活動 ※全体指導はありません	職員が指導
経費 (内税)	無料	390円	活動費1人200円 及び以下の各材料費 スパー竹とんぼ100円 室内ブレイク100円 風車150円 万華鏡200円	写真立て 630円 ペン立て 810円	330円	スプーン先端部75円/個 フォーク先端部75円/個 柄の部分用枝160円(50cm) ※焼き付けを入れる場合, ガスボンベ1本1回150円
支払先	—	食堂売店	外部研修指導員 (研修終了時)	食堂売店	食堂売店	
各団体に 準備するもの	はがき, 海藻, 新聞紙1日分, ガーゼ (はがき大), 段ボール (20×30cm)	新聞紙1枚	なし	新聞紙1日分 筆記用具	新聞紙1枚, 2B鉛筆, 消しゴム, 彫刻刀 (200 名以上の時)	軍手 ガスマッチ (団体1個: 焼付けを行う場合)
雨天代替えプログラ ムとしての計画	可	可	不可	可	可	
備考	1人2枚まで可	振込による 支払い可	1回につき2作品まで可 活動者全員同じ作品を作り ます	振込による支払い可	振込による支払い可	振込による支払い可 スプーン・フォークの 先端部は金属性です

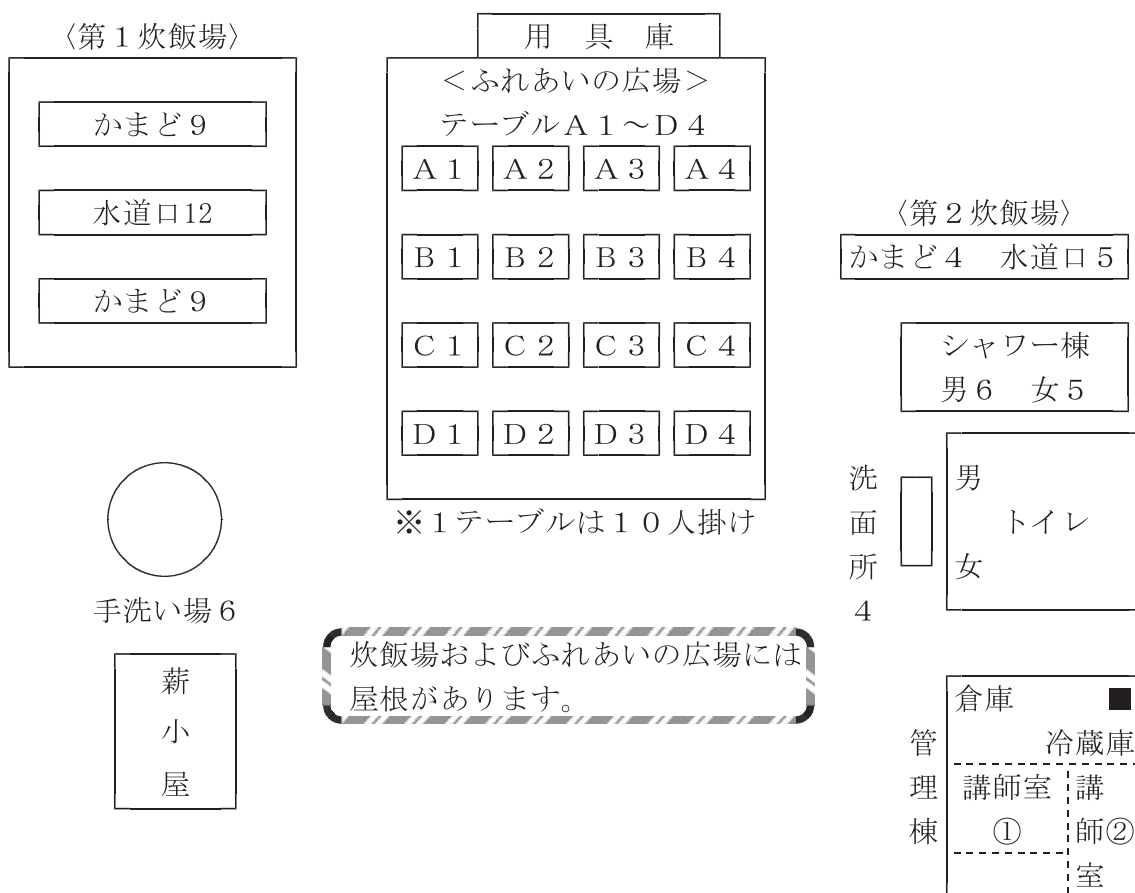


# 野 外 炊 飯

野外炊飯の基本となる薪割り、火の起こし方や扱い方、包丁の使い方等の技術を習得するとともに、仲間と一緒に食事を作ること、食べることの楽しさを知り、協調性を育成します。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期 間 等 3月～12月 ※冬季は防寒具が必要
- (2) 指導形態 自主活動  
(活動のはじめに、職員がふれあいの広場で道具等の使用について説明します)
- (3) 対象, 人数および班編制等
  - ① 小学校5年生以上, 10～160名まで, 引率者は2名以上
  - ② 16班まで, 各班10名程度が適当
- (4) 実施場所 野外炊飯場はキャンプ場の中にあり, 配置・設備は下図のとおりです。



- (5) 所要時間 準備, 後片付けの時間を含めて3時間程度
- (6) 経 費 施設使用料は無料, 材料費・薪代・ガスボンベ代は別途必要  
「野外炊飯材料等注文用紙」＜P49をコピー使用＞を利用の3週間前までに青少年交流の家へ郵送, FAXまたはE-mailにて提出してください。
- (7) 経費の支払い 西洋フード・コンパスグループ(株)  
振込み先 北國銀行 東京支店 普通 0101642

## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人数	主な仕事内容
責任者	1名	全体指導, 職員との打合せ
用具管理	1名	用具準備, 点検の指導
安全管理	1名	薪・ガスの準備, 安全指導, 後片付け指導, 検査用保存食の準備
調理	1名	調理, 洗浄指導, 食材運搬・分配

### (2) 標準的な日程

時間	活動の流れ	係	内容
14:50~15:00	玄関前集合	責任者	整列, 参加者掌握, 事務室へ連絡, 移動
15:00~15:20	全体指導	職員	諸注意, 施設・用具の使用法, 用具の貸出
15:20~18:00	調理	安全管理	材料運搬配付, 用具洗浄, 薪・ガスの準備, 調理
	食事	調理	会場準備, 食事, 検査用保存食の準備・提出
	後片付け	用具管理	用具等の洗浄, 清掃, ゴミの処理, 火の始末
	点検・返却	用具管理	職員による点検, 確認・返却

### (3) 当施設が貸し出すもの

借用物品名	数(1セット分)
なべ(大・中)	各1
ざる・ボール	各1
おたま	2
しゃもじ	1
フライ返し	4
まな板・包丁	各2
鉄板	2
ガス器具	一式
アルコール消毒液	1
検査用保存食袋	1

### (4) 各団体に持参するもの

準備物品名	売店販売あり	備考
薪	○	入所受付時使用数を確認します
ガスマッチ	○	
ふきん・ぞうきん	○	各班各3枚程度(仕上げ用含む)
救急薬品・虫よけスプレー		
スポンジ・たわし	○	
クレンジング・食器用洗剤	○	
軍手	○	
はし・スプーン・皿など	○	
ごみ袋	○	購入食材に1~2枚程度専用のごみ袋が付きます。
新聞紙・うちわ		焚きつけやカレー拭き取り用

※地引網等で獲った魚等を調理する場合は、魚調理用のまな板・包丁を持参して下さい。

## 3 実施上の留意点

- (1) **衛生管理上, 食材の持込みはできません。**また, 手や調理器具等の洗浄を充分に行い, 生食材の取り扱いに注意する等, 食中毒防止に努めてください。
- (2) **利用5日前以降の材料の変更・キャンセルはできません。**
- (3) 食材の受け取りは, 「グリルのと」売店までお願いします。

**(材料の受け取り時刻・・・昼食用は9時30分以降, 夕食用は14時30分以降 朝食用は別途ご確認ください)**

受け取った食材で腐りやすいものは, 使用直前までキャンプ場管理棟倉庫の冷蔵庫に保管してください。

- (4) 食品衛生法により, 調理したもの50g程度を検査用保存食袋に詰め, 速やかに「グリルのと」まで提出してください。
- (5) 鍋に残ったご飯やカレー等は, 新聞紙等でふきとってから洗ってください。
- (6) 「グリルのと」で購入された食材等に関わるゴミは, 職員の指示に従って処理してください。
- (7) 借用物は, よく洗浄してから**持参したふきんで水分を拭き取り**, かまど及び使用場所の清掃を行い, 職員の点検を受けてから, 元の場所に戻してください。

## 4 献立と経費一覧

(消費税込みの価格です)

NO	献立 (名)	食材料 (名) ※10人分の分量を記載	10人分 価格	5人分 価格	別途必要品
1	軽食セットA	米[1.5kg] 豆腐[1丁] 本しめじ[1パック] カットワカメ[10g] 長ネギ[1/4本] 卵[10個] ウインナー[25本] キャベツ[1/4玉] キュウリ[2本] トマト[1個] ドレッシング15g[10個] 顆粒和風だし[50g] 味噌[200g] サラダ油[200g] 塩こしょう[1本]	3,000円	1,600円	まき, ガス
2	軽食セットB	ロールパン[20個] ジャム15g[10個] スープ[10個] 牛乳1000ml[2本] 卵[10個] ハム[10枚] キャベツ[1/4玉] 玉ネギ[1個] ピーマン[2個] もやし[1パック] 塩こしょう[1本] サラダ油[200g]	4,500円	2,400円	まき, ガス
3	カレーライス	米[1.5kg] 豚肉[500g] ジャがいも[4個] 玉ネギ[3個] にんじん[1本] カレールウ[大1・小1] 福神漬[1袋] (サラダ油は含まれていません)	3,300円	1,800円	まき
4	焼肉	豚肉[1.5kg] ウインナー[20本] キャベツ[1玉] 玉ネギ[2個] もやし[1パック] とうもろこし[10切] なす[2本] ピーマン[4個] 焼肉のたれ[2本] サラダ油[200g] (主食は含まれていません)	6,000円	3,100円	ガス
5	海鮮セット	イカ35g[20個] エビ[20尾] ホタテ[20個] 牛肉[500g×2] キャベツ[1/2玉] 玉ネギ[1個] ししとう[20本] なす[2本] サラダ油[200g] 塩こしょう[1本] (主食は含まれていません)	6,800円	3,500円	ガス
6	焼きそば	麺(ソース付)[10袋] 豚肉[300g] キャベツ[1玉] ピーマン[4個] もやし[1パック] 紅生姜[1パック] 青のり[1パック] サラダ油[200g]	3,200円	1,700円	ガス
7	豚汁	豚肉[200g] ごぼう[2本] ジャがいも[3個] 大根[1/2本] にんじん[2本] こんにゃく[1枚] 味噌[200g] 顆粒和風だし[50g]	2,500円	1,400円	まき
8	サラダ	キュウリ[2本] トマト[2個] レタス[1玉] ツナの缶詰[1缶] コーンの缶詰[1缶] ドレッシング15g[10個]	2,200円	1,300円	
9	米	標準米 1合		120円	
10	焼きそば麺	1玉 ソース付き		120円	

※10人分・5人分単位で注文できます。

※ガス使用料はボンベ1本1回につき150円(1テーブル(約10人が目安)に1本必要です)

※薪1束540円(約10人分のカレールウとごはんが調理できます)

## 5 調味料及び容器等一覧

(消費税込みの価格です)

品名	数量	金額	品名	数量	金額
塩	100g	100円	ぞうきん	1枚	100円
こしょう	20g	200円	スポンジ	1個	150円
サラダ油	400g	300円	たわし	1個	150円
焼肉のたれ	210g	340円	クリームクレンザー	400g	150円
味噌	200g	200円	中性洗剤	270ml	150円
しょうゆ	150g	220円	軍手	1組	100円
顆粒和風だし	10g	40円	パール発泡カレー皿	1枚	20円
フレンチドレッシング	15ml	20円	パール発泡どんぶり	1個	20円
和風ドレッシング	15ml	20円	紙皿 20cm	10枚入り	200円
ケチャップ	300g	200円	汁用カップ180cc	1個	10円
マヨネーズ	200g	250円	紙コップ	10個入り	160円
カレールウ	5人用	190円	割り箸	1膳	5円
ガスマッチ	1本	350円	プラスチックスプーン	1本	15円
ふきん	1枚	150円	ごみ袋(ごみ処理代含む)	1枚	200円

# 野外炊飯材料等注文用紙

平成 年 月 日

ご利用の3週間前までに、青少年交流の家へ郵送、FAX (0767-22-3125)  
またはE-mail (noto@niye.go.jp) にて提出してください。

※野外炊飯材料等の変更連絡はご利用の5日前までに下記あて直接連絡してください。

**ご利用の5日前以降の変更・キャンセルはできません。**

国立能登青少年交流の家食堂「グリルのと」

連絡先/西洋フード・コンパスグループ (株)

FAX番号/0767-22-2973 TEL番号/0767-22-2933

利用団体名	利用者数
電話番号	FAX番号
担当者名 (連絡者)	

食材等注文欄									
※ 朝昼夕の別に○をつけてください。									
月	日	朝昼夕の別	献立名	10人分数量			5人分数量		
				セット	単価	合計	セット	単価	合計
		朝 昼 夕	軽食セットA		3,000			1,600	
		朝 昼 夕	軽食セットB		4,500			2,400	
		朝 昼 夕	カレーライス		3,300			1,800	
		朝 昼 夕	焼肉		6,000			3,100	
		朝 昼 夕	海鮮セット		6,800			3,500	
		朝 昼 夕	焼きそば		3,200			1,700	
		朝 昼 夕	豚汁		2,500			1,400	
		朝 昼 夕	サラダ		2,200			1,300	
				合計金額			合計金額		

月	日	朝昼夕の別	調味料・容器等名	数量	単価	合計
		朝 昼 夕				
		朝 昼 夕				
		朝 昼 夕				
		朝 昼 夕				
		朝 昼 夕				
		朝 昼 夕				
		朝 昼 夕				
					合計金額	



# そば打ち体験

そば打ちの基本となる水回し・こね・のし・きり・ゆでの技術を習得するとともに、仲間と一緒に食事を作ること、食べることの楽しさを知り、協調性を育成します。

## 1 活動計画立案にあたって

- (1) 期 間 等 通年
- (2) 指導形態 外部研修指導員が指導
- (3) 対象, 人数および班編制等
  - ① 小学校5年生以上, 10～40名まで  
引率者は10名につき1名以上
  - ② 子ども会等で低学年が参加の場合  
引率者は5名につき1名以上
  - ③ 10班まで, 各班4名程度が適当
- (4) 変更・キャンセルについて, 利用7日前以降はできません。
- (5) 実施場所 生活体験棟「あすなろ」(調理室と大広間)
- (6) 所要時間 準備, 後片付けの時間を含めて4時間程度
- (7) 経 費 活動費: 1人200円 材料費: 1人500円



「そば打ち体験注文用紙」< P 5 1 をコピー使用 > を利用の3週間前までに青少年交流の家へ郵送, F A X または E - mail にて提出してください。

## 2 活動の進め方

### (1) 引率者係分担

係	人 数	主 な 仕 事 内 容
責 任 者	1 名	全体指導, 職員との打合せ
用 具 管 理	1 名	用具準備, 点検の指導
安 全 管 理	1 名	こね場所の準備, 安全・後片付け指導
調 理	1 名	調理, 洗浄指導, 食材運搬・分配

### (2) 標準的な日程

時 間	活動の流れ	係	内 容
9:00～ 9:15	あすなろ集合	責 任 者	参加者掌握・整列, 事務室への連絡(電話)
9:15～10:00	全 体 指 導	指 導 員	諸注意, 用具の使用法, 用具の貸出
10:00～13:00	そば打ち	安全管理	材料配付, 用具準備, こね・延ばし調理
	食 事	調 理	会場準備, 食事
	後片付け	用具管理	用具等の洗浄(木は水で洗わない), 清掃
	点検・返却	用具管理	指導員による点検, 確認・返却

### (3) 当施設が貸し出すもの

麺打セット(こね鉢など), 調理用ガス器具, 食器

### (4) 各団体で持参するもの

ふきん, 手ふきタオル, ぞうきん(各班2枚), 食器洗剤, ごみ袋, 箸

### 3 実施上の留意点

- (1) 参加者にそばアレルギーの方がいないか、必ず確認してください。
- (2) 外部研修指導員の都合により、実施できない場合があります。
- (3) 手や調理器具等の洗浄を充分に行い、食中毒予防に努めてください。  
ただし、麺台・こま板・麺棒は絶対に水洗いしないでください。
- (4) 借用物は、よく洗浄してから水分を拭き取り、元の場所に戻してください。  
白木の道具は水洗いせず、乾いたふきんで拭いてください。

### 4 献立と経費

献立名	食材料	金額（1人分）	備考
ざるそば	そば粉 打ち粉 そばつゆ 薬味	活動費 200円 材料費 500円	消費税込みの価格です

※経費・・・（活動費）事務室で手続きをした後、食堂売店もしくはコンビニでお支払ってください。  
（材料費）後片付け後に、[人数×500円]を直接、外部研修指導員にお支払ってください。

## そば打ち体験材料注文用紙

平成 年 月 日

ご利用の3週間前までに、青少年交流の家へ郵送、FAX（0767-22-3125）  
またはE-mail（[noto@niye.go.jp](mailto:noto@niye.go.jp)）にて提出してください。

※変更がある場合はご利用の7日前までに下記あてに直接連絡してください。

ご利用の7日前以降の変更・キャンセルはできません。

連絡先／青少年交流の家 0767-22-3121

利用団体名		利用者数	大人	名
			中学生以上	名
担当者名 (連絡者)			小学生	名
			合計	名
電話番号（自宅・携帯・勤務先〈 〉で連絡の取りやすい番号）				
— —				

食材注文欄					
月	日	材 料	単価 (1人分)	人数	金 額
		そば粉 打ち粉 そばつゆ 薬味	500円		円

※そば打ち体験を実施する団体はチェックをしてください。  
利用者の中で、そばアレルギーのある方 有 無

# 食 事 等 注 文 用 紙

平成 年 月 日

新規 → **ご利用の3週間前までに**、青少年交流の家へ郵送、FAX(0767-22-3125) または E-mail(oto@niye.go.jp)にて提出してください。

変更 → **ご利用の最終変更は1食前（例：昼食前に変更連絡→夕食から変更可能）**  
 までに 直接 「グリルのと」へ FAXまたは E-mail にてご連絡ください。  
 ただし、弁当や間食、懇親会用食事は、ご利用の5日前、テーブルマナーについては、  
 ご利用の2週間前までにご連絡ください。  
 連絡先/西洋フード・コンパスグループ（株）  
 (FAX : 0767-22-2973/E-mail : sf22043@compass-group.jp)  
 お問い合わせ・ご相談は、TEL : 0767-22-2933「グリルのと」まで

利用団体名	利用者数	合計 名
担当者名 (連絡者)	FAX番号	— —
電話番号 (自宅・携帯・勤務先)		>で連絡の取りやすい番号)
— —		

・ **食堂でのお食事** (人数を記入してください。引率者分を別精算される場合は、引率欄に外数で記入してください。なお、3歳以下は無料。)

項目 利用日	朝 食				昼 食				夕 食			
	未就学児 (4歳以上)	小学生	中学生 以上	引率	未就学児 (4歳以上)	小学生	中学生 以上	引率	未就学児 (4歳以上)	小学生	中学生 以上	引率
	300	390	400		400	540	550		500	630	650	
月 日 ( )												
月 日 ( )												
月 日 ( )												
月 日 ( )												
合 計												

・ **弁当、間食（ジュース・パン等）、懇親会用食事、オードブル等（要相談）**

利用日	品名（内容等）	単価	数量	合計金額
月 日 ( ) 時刻 :		円		円
月 日 ( ) 時刻 :		円		円

・ **活動用の水筒への熱いお茶の提供（無料）（午前7：40～9：00）**

(希望する場合○を付け、日にちをご記入ください。)

希望する →

※ただし、お茶を汲む作業等は各団体でお願いします。作業場所は売店横です。

・ **テーブルマナー（要相談）**

利用日	金額（1人）	人数	合計金額
月 日 ( ) 時刻 :	円	名	円

# 外来診療案内

## ☆注意☆

- ①病院の手配は交流の家が行いますので、受診を希望される場合は、必ず交流の家事務室にご連絡ください。  
 ②受診する場合は必ず引率者が病院に付き添ってください。

## ○病院一覧

平成24年4月1日現在

	病院名	電話	住所	診療時間	夕方以降	休診日	備考
総合	公立羽咋病院	0767-22-1220	羽咋市の場町松崎24	8:15～11:30 14:00～15:30	急患対応あり	第1.3.5土,日,祝	・救急あり。ただし、担当医が専門外の場合がある。 ・第2.4土曜日は午前のみ
	志雄病院	0767-29-3121	羽咋郡宝達志水町荻市ほ1-1	8:15～11:30 13:00～16:30	急患対応あり	日,祝	・土曜日は午前のみ
	公立能登総合病院	0767-52-6611	七尾市藤橋町ア6-4	8:30～11:30	急患対応あり	土,日,祝	・時間外診療は平日の17:15～翌朝8:30
	金沢医科大学病院	076-286-3511	河北郡内灘町大学1-1	8:30～13:00	急患対応あり	日,祝	・土曜日は12:00まで
内科	平場内科クリニック	0767-22-0238	羽咋市中央町ア165-1	8:30～12:00 14:00～15:30	17:00～18:00	日,祝	・土曜日は8:30～13:00まで
	いがわ内科クリニック	0767-22-7800	羽咋市鶴多町4-1	9:00～13:00 14:30～18:30	なし	日,祝	・木曜日は午前のみ
小児科	とどろき医院	0767-22-7855	羽咋市鶴多町切道8-4	9:00～12:00 15:00～18:00	なし	木,日,祝	・土曜日は午前のみ
整形外科	福田整形外科医院	0767-22-6311	羽咋市釜屋町甲114-1	8:45～12:00 13:30～17:30	随時間合せ	日,祝	・土曜日は8:45～12:00 / 13:00～15:00まで ・木曜日は午前のみ
	おおの整形外科クリニック	0767-22-8858	羽咋市鶴多町切道15-1	9:00～11:30 14:00～17:30	随時間合せ	日,祝	・木曜日・土曜日は午前のみ
	羽咋池野整形外科医院	0767-22-0254	羽咋市南中央町ユ3	8:30～11:30 13:30～17:30	随時間合せ	日,祝	・土曜日の午後は13:30～14:30まで ・木曜日は午前のみ
耳鼻咽喉科	いわき医院	0767-22-0131	羽咋市の場町2	9:00～12:00 14:00～18:00	なし	木,日,祝	・土曜日は9:00～11:30 / 14:00～16:00まで
眼科	田村眼科クリニック	0767-22-0026	羽咋市鶴多町亀田10-1	9:00～12:15 14:30～17:45	なし	日,祝	・木曜日は午前のみ ・土曜日は9:00～12:45まで
歯科	高井歯科医院	0767-22-1019	羽咋市の場町58-2	9:00～12:00 14:00～18:30	随時間合せ	日,祝	・木曜日は午前のみ
	たかさわ歯科医院	0767-22-6480	羽咋市川原町チ117-1	9:00～12:00 14:00～18:00	随時間合せ	日,祝	・木曜日は午前のみ ・土曜日は9:00～12:00 / 14:00～17:00まで

\*受付時間は変更になる場合がありますので、必ず電話で確認してください。

## ○国立能登青少年交流の家所轄官庁一覧

消防署	羽咋郡市広域圏事務組合 羽咋消防署	0767-22-0089	羽咋市中央町ア185
警察	羽咋警察署	0767-22-1122	羽咋市旭町ユ20
	羽咋警察署 一ノ宮駐在所	0767-22-0649	羽咋市寺家ル38
保健所	能登中部保健福祉センター 羽咋地域センター	0767-22-1170	羽咋市旭町ユ20

## ○タクシー

タクシー	羽咋タクシー	0767-22-1141	羽咋市兵庫タ28-1
	邑知観光タクシー	0767-26-0666	羽咋市宇土野ハ46-1

## <よくあるお問い合わせ>

ご利用の皆様から、特に多く寄せられる質問についてまとめてみました。ご覧いただき、参考にしてください。

### 物品利用について

**Q1：物品や施設の備品などを紛失、破損した場合はどうなりますか。**

A：全て弁償の対象となります。故意でない場合も含まれます。取り扱いには十分注意してください。（弁償方法については、交流の家事務室にご相談ください）

### 宿舎について

**Q2：宿舎は、他の団体と同室になる事はありますか。**

A：他の団体の方との同室になることはありません。

### 生活時間について

**Q3：FT（フレッシュタイム）やET（イブニングタイム）には必ず参加しなければなりませんか。**

A：原則参加ですが、地引き網や野外炊飯などの活動が入っている場合や、特別な配慮が必要な場合等には参加しなくてもよいことがあります。詳しくはご相談下さい。

**Q4：標準生活時間に従ってプログラムを作成しなくてはいけないのですか。**

A：基本的に団体共通の時間として標準生活時間を守っていただいておりますが、利用団体の事情により、ご希望に添える場合もありますのでご相談下さい。

**Q5：時間調整のため、団体ごとに食事時間や入浴時間の割振りをしていますか。**

A：はい、しています。4月～9月の利用団体についてはプログラム調整会にて、10月～3月の利用団体については団体から「プログラム（案）」が提出された段階で、担当職員が調整させていただきます。なお、ご希望の時間に添えない場合がありますので、ご了承ください。

### 掃除について

**Q6：掃除は、宿泊棟内だけですか。**

A：いいえ、違います。事前に交流の家から各団体に清掃場所を割り当てさせていただきます。なお、研修室や講堂、体育館などの活動場所は、使用後に掃除していただきます。

**Q7：創作活動（「貝殻クラフト」や「てん刻」など）で出たゴミはどうすればよいですか。**

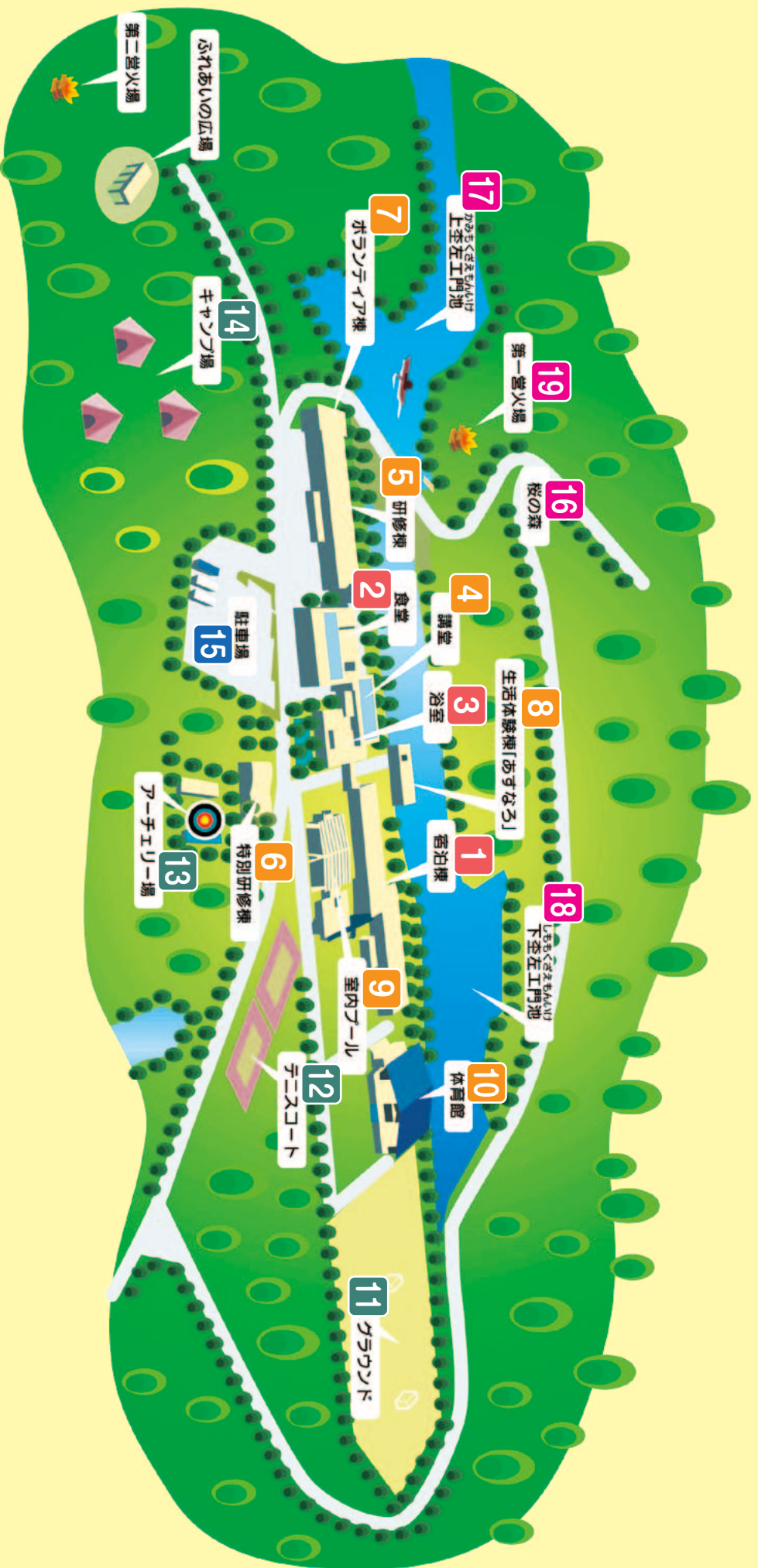
A：持ち込みゴミではありませんので、捨てることができます。交流の家事務室までお持ちください。



### その他

**Q8：館内は上履きですか。下履きですか。**

A：原則として下履きです。館内に泥や土が入らないようにお入り下さい。土の上で活動する場合は、なるべく活動用靴をお持ち下さい。ただし、体育館は体育館専用シューズまたは、館内履きとして利用していない上履きに履きかえて下さい。



「レニエイ」です



- |               |                                  |           |  |                              |
|---------------|----------------------------------|-----------|--|------------------------------|
| 1 宿泊棟 (A~D宿舎) | 5 管理研修棟<br>(1~8, 大研修室, 視聴覚室, 和室) | 9 室内プール   | 13 アーチエリー場                             | 16 桜の森<br>(一部デニスケゴルフコース)     |
| 2 食堂 (グールのと)  | 6 特別研修棟<br>(特研1~2, 和室)           | 10 体育館    | 14 キャンプ場<br>(テントサイト・野外炊飯場・<br>ふれあいの広場) | 17 上壱左工門池 (カヌー場)             |
| 3 浴室 (大・中浴室)  | 7 ボランティア棟                        | 11 グラウンド  | 15 駐車場                                 | 18 下壱左工門池 (いかだ場)             |
| 4 講堂          | 8 生活体験棟「あすなる」                    | 12 テニスコート |  | 19 第1営火場<br>(キャンプ場に第2・3営火場有) |