

# 令和8年度 青森県立梵珠少年自然の家 利用のてびき



## 青森県立梵珠少年自然の家

〒037-0611 青森県五所川原市大字神山字殊ノ峰117-602

Tel 0173-29-3303 Fax 0173-29-3306

E-Mail [hi-bonsho@pref.aomori.lg.jp](mailto:hi-bonsho@pref.aomori.lg.jp)

ホームページ

梵珠少年自然の家

検索

[http://www.pref.aomori.lg.jp/bunka/education/bonju\\_top\\_index.html](http://www.pref.aomori.lg.jp/bunka/education/bonju_top_index.html)

# 《目 次》

1 利用について	1	(5) 清掃・ごみについて	15
(1) 利用できる団体	1	① 清掃について	15
(2) 利用できる日	1	② ごみについて	16
(3) 経費	1	3 安全について	18
(4) 利用時の準備物	1	4 施設について	19
(5) 申込みから退所まで	2	(1) 活動エリア図	19
(6) 各種様式	3	(2) 自然の家周辺図	19
利用許可申請書	3	(3) 梵珠少年自然の家館内図	20
食事数連絡票	3	(4) キャンプセンター見取図	21
食物アレルギーに関する調査票	3	5 付録	22
食料品注文書（弁当、携帯食、野外炊事）	3	(1) 各種料金一覧	22
食料品注文書（ジュース・アイス）	4	(2) 活動プログラム一覧	23
日課表（1泊2日用）	4	(3) 利用できる用具一覧	25
シーツ活動材料利用申込書	4	(4) アクセスマップ	27
経費の内訳書	4		
利用と食事のアンケート	5		
利用期間変更願	5		
利用辞退届	5		
おう吐物処理についてのお願い	5		
日課表記入例（1泊2日用）	6		
2 生活について	8		
(1) 日課について	8		
(2) 宿泊について	9		
① 宿泊室	9		
② テント泊	9		
＜寝具の使い方＞	10		
③ ねむの花（身障者宿泊室兼医務室）	11		
④ トイレ	11		
⑤ 和室	11		
⑥ ミーティングスペース	11		
⑦ その他	11		
(3) 入浴について	11		
(4) 食事について	12		
① 館内食について	12		
＜食事の準備＞	13		
＜食事の後片付け＞	13		
② 野外炊事について	14		

# 1 利用について

当施設は、子供たちが自然に親しみ、自然環境のもとで共同生活をする機会を提供することによって、心身の健全な育成を図るため、設置された社会教育施設です。

## (1) 利用できる団体

幼稚園、保育所（園）、・認定こども園等、小・中学校、義務教育学校、高等学校、特別支援学校、大学及びその他少年教育関係（子ども会、ボーイ・ガールスカウト、スポーツクラブ、PTA、公民館、放課後子供教室、放課後児童クラブ、社会福祉協議会、JRC、非営利団体（NPO）の団体とします。

※利用団体は原則として、当施設の自然体験活動プログラムを1つ以上行うこととしています。

《以下の目的での利用はできません》

- ・宿泊のみの目的(例:ねぶた祭などの観光、スポーツ大会のための宿泊など)
- ・営利目的
- ・特定の宗教又は政党のための活動の目的

## (2) 利用できる日

年末年始の休所日（12月29日～1月4日）を除いていつでも利用できます。

※ホームページの『利用予定一覧』をご確認の上、お問い合わせください。

## (3) 経費

宿泊料・施設使用料は無料ですが、食費・洗濯代・活動材料代等の経費は利用団体の負担となります。

＜経費の内訳＞※経費の詳細はp26「(3) 各種料金一覧」でご覧ください。

項目	内容	支払先	※いずれも引率指導者分を含みます。
食事代	申込済の食数分	マエダ	・郵便局のATM
シーツ等洗濯代	使用した人数分	三浦クリーニング	か窓口で払込み。
活動材料代	活動材料個数分	梵珠少年自然の家	※ATMの利用推奨。
ジュース・アイス代	申込済ジュースとアイスの個数分		・支払いは退所後、1週間をめぐに。

※現金での払込は、硬貨の枚数に応じて取扱料金が加算されることがあります。

## (4) 利用時の準備物

売店・自動販売機はありません。

この他、活動内容に応じて必要と思われるものは、ご持参ください。

利用状況	準備物
通常利用	○内履き（館内を利用する時） ○タオル（汗拭き） ○コップ・水筒等〔コップは用意していません〕 ○野外活動に適した服装：ジャージ等、帽子、軍手、運動靴等
雨天	○雨具（カッパ等） ○長靴
冬季	○冬に適した服装：スキーウェア、手袋、帽子、耳当て等 ○長靴等冬用の靴
宿泊	○着替え ○就寝時の寝間着（学校のジャージ等） ○タオル（バスタオル、洗面用） ○シャンプー・リンス、石けん類〔備え付けしていません。〕 ○歯磨きセット（コップを含む） ○ごみ袋〔宿泊室にゴミ箱はありません。〕
その他必要に応じて	○持薬 ○虫よけ ○使用する印刷物〔コピー機は使用できません〕 等

## (5) 申込みから退所まで

利用前日まで	申込みから入所前までの手続き	お問い合わせ	○ 電話で宿泊の空き状況を確認。 ※ホームページ（『宿泊空き状況』）でもご覧いただけます。
		↓	
		利用申込み	○ 『利用許可申請書*』提出（p3）
		↓	
		利用の決定	○ 自然の家から「利用許可書」送付（電子メールまたは郵送）※7日以内に届かないときはご連絡ください。
		↓	
利用する前月の15日まで		○ 『食事数連絡票*』、『アレルギー調査票*』提出（p3 電子申請）	
↓			
利用日の14日前まで		○ 「事前打ち合わせ」実施。 ※『日課表*』（p4、記入例p6）を作成し、この「利用のてびき」とともにご持参ください。また、1週間前までに1部、メールかFAXで自然の家研修課までお送りください。 ○ 『食料品注文書*』提出（p4 電子申請）	
利用日	入所日の手続き	到着・入所	○ 8:30分以降、随時可能。
		入所時の手続き	○ 『シーツ・活動材料利用申込書*』（p4 様式はホームページからダウンロード）と活動のしおり2部を自然の家職員に提出
		研修	
	退所日の手続き	退所	○ 8:30分以降随時可能。 ○ 経費の内訳書（p4）、払込取扱票（振込用紙）を受理 ※ 各種アンケート*は退所時又は利用後1週間以内に提出するよう、ご協力をお願いします。（電子申請）

※  
Q

Rコードが読み込めない方は、当所ホームページのリンクをご利用ください。

\*令和9年度の利用希望は、令和8年10月下旬に資料を関係団体に送付予定です。必要の方はお問い合わせください。


<変更等の連絡について> 利用日等に変更が生じた場合の対応は以下のとおりです。

内容	提出物	締め切り等	提出方法
利用日変更時	『利用期間変更願』	随時：電話連絡後、電子申請により提出	○次ページQRコードから申請
利用辞退時	『利用辞退届』		
食事数変更の連絡、ジュース・アイスのキャンセルや個数の変更の連絡	・『食事数連絡票』 ・『アレルギー調査票』 ・『食料品注文書』（弁当、携帯食、野外炊事、ジュース・アイス）	電子申請	利用日の4日前まで（土・日・祝日を除く） ※ジュース・アイスの利用当日の個数変更はできません。余った分は買い取りになります。



「食料品注文書」  
 (ジュース・アイス)  
 ※PDF出力時の様式です。  
 ※前頁の弁当、携帯食、野外炊事の下に出ます。

利用初日2週間  
 前までに提出



食料品注文書 (ジュース・アイス)						S(申込日時) #	
団体名	S(団体名)	担当者	S(担当名)	電話番号	S(電話番号)		
以下のとおり注文します。							
種類	価格	児童・生徒等	引率者	一般	計	金額	
ポカリスエット 500mlペットボトル	140円	1年生生徒等5名	引率者#2	5名	1名	#21	
利用の期間	S(利用の期間)						
ポカリスエット 350ml缶	140円	1年生生徒等5名	引率者#2	5名	1名	#22	
利用の期間	S(利用の期間#2)						
緑茶(緑茶) 280mlペットボトル	110円	1年生生徒等5名	引率者#2	5名	1名	#23	
利用の期間	S(利用の期間#3)						
麦茶 630mlペットボトル	130円	1年生生徒等5名	引率者#2	6名	1名	#24	
利用の期間	S(利用の期間#4)						
アイス カリガリ巻	86円	1年生生徒等5名	引率者#2	5名	1名	#25	
利用の期間	S(利用の期間#5)						
利用日	S(利用日)						合計

「日課表」  
 (表面: 1泊2日版)

「事前打ち合わせ」の1週間前までに自然の家に提出し、当日持参する。  
 (記入例 p6)

日課表		学校・団体名	
児童少年自然の家 (1泊2日用)		児生 名 ( 班や定)、引指 名、計 名	
1日目: / ( 曜日)	2日目: / ( 曜日)		
( : ) 到着予定	(6:00) 起床 音楽(あり・なし)、洗面等		
( : ) はじめのつどい	(6:30) 退所日荷物移動		
場所 ( )	*荷物搬出場所 ( )		
( : ) オリエンテーション	(7:30) 宿泊室清掃、館内清掃等		
*荷物搬入場所 ( )	(8:30) 朝食 ( )		
( : )	(8:30) 歯磨き、活動準備等		
( : )	( : )		
活動場所 ( ) ( )	活動場所 ( ) ( )		
(12:00) 昼食 ( )	(12:00) 昼食 ( )		
(12:45) 歯磨き、活動準備等	(12:45) 歯磨き、活動準備等		
(13:10) ( : )	( : )		
活動場所 ( ) ( )	活動場所 ( ) ( )		
(17:00) 係活動、ベッドメイキング等	(17:40) おわりのつどい		
(17:45) 夕食 ( )	場所 ( )		
夕食場所 ( )	(11:40) おわりのつどい		
(18:45) 歯磨き、活動準備等	( : )		
( : )	( : )		
活動場所 ( ) ( )	活動場所 ( ) ( )		
(20:30) 入浴 浴室(松・梅)	( : )		
(22:00) 就寝 消灯(自主)	( : )		
音楽(あり・なし)	【備考欄】		

「シーツ・活動材料利用申込書」

入所日に職員に提出  
 ※R8年度版をご利用下さい。

青森県立陸奥少年自然の家						令和8年度版	
シーツ・活動材料利用申込書 (資料・道具の準備、経費支出はご負担ください。)							
入所日に自然の家職員に提出してください。退所日に自然の家職員が返却をうかがいます。							
団体名	申込担当者名						
利用期間	年 月 日 ~ 年 月 日						
〔シーツ・枕カバー〕本種の白い欄に「使う予定の数」を記入してください。							
種別	単価	児童・生徒等利用分		引率者利用分			
シーツ・枕カバー(館内用)	1人分 280円	使う予定の数	実際に使った数 (0で記載可)	使う予定の数	実際に使った数 (0で記載可)		
シーツ用シーツ(テント用)	1人分 170円						
〔活動材料〕本種の白い欄に「使う予定の数」を記入してください。							
種別	単価	児童・生徒等利用分		引率者利用分			
キャンディファイヤー	灯油20L(60人用) 3,000円						
燃料(灯油)代	灯油10L(60人用) 1,750円						
炊事・枕ファイヤー用薪	1束 400円						
炊事用炭	1kg 300円						
ろうそく	中1本 40円						
	小1本 10円						
光線式しめりかけセット	1人 50円						
機織工作(機織用)	1枚 250円						
森からのプレゼント	1個 150円						
動物ワザネット	1個 50円						
森のストラップ	1個 50円						
えんぴつストラップ	1個 50円						
登山筒	1個 550円						
ぼんしゅ竹灯籠	1個 120円						
フクロストラップ	1個 50円						
陸奥チャカボコけん玉	1個 200円						
ぼんしゅ燗	1個 60円						
竹のしおり	1個 50円						
陸奥プーマラン	1個 140円						
ぼんしゅひらひら風	1個 50円						
まつぼっくりけんだま	1個 50円						
ハードコール	1個 200円						
写真プリント	1枚 60円						

「経費の内訳書」

「払込取扱書」とともに  
 に退所時に受理

【陸奥少年自然の家 校】		陸奥少年自然の家利用		経費の内訳書		【利用期間】 2024年5月11日 ~ 2024年5月11日 (1泊2日)	
【No.11】		陸奥少年自然の家		経費の内訳書		2024年5月14日	
利用団体名 青森県立陸奥小学校							
【利用期間】 2024年5月11日 ~ 2024年5月11日 (1泊2日)							
		児童生徒等	引率者	一般	計	払込先	
食事代	¥71,410	¥5,790			¥77,200	振込先	
洗濯代	¥5,883	¥477			¥6,360	〒020-0101 青森県立陸奥少年自然の家	
活動費	¥18,130	¥240			¥18,370	〒020-0101 青森県立陸奥少年自然の家	
計	¥95,423	¥6,507			¥101,930		
※納入期限 この内訳書を受領してから7日以内							
【注】							
食事代	品名	価格	数量	計			
館内食	夕食	490	37	18,130			
館内食	朝食	370	37	13,690			
館内食	昼食	390	37	14,530			
館内食	夕食	490	37	18,290			
館内食	朝食	370	37	13,690			
洗濯代	品名	価格	数量	計			
シーツ(枕カバー)代	150	37	5,550				
活動費	品名	価格	数量	計			
ぼんしゅ竹灯籠	80	37	2,960				
登山筒粘土	410	37	15,170				
【注】							
食事代	品名	価格	数量	計			
館内食	夕食	490	3	1,290			
館内食	朝食	370	3	1,310			
館内食	昼食	390	3	1,370			
館内食	夕食	490	3	1,290			
館内食	朝食	370	3	1,310			
洗濯代	品名	価格	数量	計			
シーツ(枕カバー)代	150	3	477				
活動費	品名	価格	数量	計			
ぼんしゅ竹灯籠	80	3	240				



# 「日課表」記入例

赤字・赤丸の部分は、事前打ち合わせ時に職員が記入します。

## 日課表

梵珠少年自然の家  
(1泊2日用)

学校(学年)・団体名 **タヌキ山子ども会(1~6年)**

児生 **25** 名 ( **5** 班予定)、引指 **10** 名、計 **35** 名

1日目: <b>8</b> / ○○ (△曜日)		2日目: <b>8</b> / △△ (□曜日)	
( <b>8</b> :××) 到着予定	所長の挨拶の有無	(6:00) 起床 音楽(○あり・なし)	起床時間を知らせる音楽の有無を選択
( <b>8</b> :××) はじめのつどい 場所(研修室1)		(6:30) 退所日荷物移動 *荷物搬出場所( ) 宿泊室清掃、館内清掃等	
( <b>8</b> :××) オリエンテーション *荷物搬入場所(研修室1)		(7:30) 朝食(館内食堂)	
		(8:30) 歯磨き、活動準備等	
( <b>9</b> :××) 〇	(雨プロ) 〇	( <b>9</b> :××) 〇	(雨プロ) 〇
野外炊事(豚汁)	傘マークの欄は雨天時の活動を記入	森からのプレゼント	チャレンジ・ザ・ゲーム
活動場所(キャンプセンター)		活動場所(体育館)	(体育館)
		(11:40) おわりのつどい 場所(研修室1)	所長の挨拶の有無
(12:00) 昼食(研修室1) 場所(キャンプセンター)		(12:00) 昼食(館内食堂) 場所(食堂)	
(12:45) 歯磨き、活動準備等		(12:45) 歯磨き、活動準備等	
(13:10) 〇	(雨プロ) 〇	( <b>13</b> :××) 〇	(雨プロ) 〇
アドベンチャービンゴ	森からのプレゼント		
(16:××) キャンプファイヤー準備			
活動場所(野外)	(研修室1)	活動場所( )	( )
(17:00) 係活動、ベッドメイキング等		( : ) 出発予定	
(17:45) 夕食(館内食堂) 場所(食堂)		【備考欄】	
(18:45) 歯磨き、活動準備等			
( <b>19</b> :××) 〇	(雨プロ) 〇		
キャンプファイヤー	キャンドルサービス		夜の活動を記入
活動場所(営火場)	(体育館)		
(20:30) 入浴 浴室(松・梅)	使う浴室に○をつける		
(22:00) 就寝 消灯(自主)			
音楽(○あり・なし)	就寝時刻を知らせる、音楽の有無を選択		

オリエンテーションは、スケジュールによっては夕方の実施も可能

午前の活動を記入

所長の挨拶の有無

午後の活動を記入

夜の活動を記入

**赤字・赤丸の部分は、事前打ち合せ時に職員が記入します。**

打合せ年月日	令和 年 月 日 ( )	AM PM	所員
--------	--------------	----------	----

※ 赤枠内【「打合せ年月日」「下足等割当】は自然の家職員が記入します。

利用団体名	担当者氏名	電話番号	
タヌキ山子ども会	梵珠 太郎	☎所属 0173-00-0000	☎携帯(当日の連絡用) 080-0000-0000
		☎所属	☎携帯(当日の連絡用)
		☎所属	☎携帯(当日の連絡用)

緊急連絡用として携帯電話の番号を記入(連絡がつく方を最低1人、記入してください)

引率予定者氏名	梵珠 太郎、梵珠 花
---------	------------

		指導者室	しらかば	かつら	もみじ	ねむ	もくれん	いちよう
西側宿泊棟	○	○	○	○	○	○	○	
		5名	12名	12名	12名	12名	12名	14名
東側宿泊棟	ダリア	チ					すみれ	すいせん
		12名	12名	12名	12名	12名	12名	14名

使う部屋に○をつける。※宿泊室をすべて使う場合は通常、西側を男子、東側を女子が使用しています。

複数団体が利用する場合は、あらかじめ宿泊室の割り当てを相談するか、合同の事前打ち合わせで決めます。

下足等割当 下足数 228	利用団体名	下足箱	長靴棚
		赤 (96足) 番～ 番	A B C D E F G H I
		青 (72足) 番～ 番	A B C D E F G H I
		黄 (60足) 番～ 番	A B C D E F G H I

\*この日課表は記入の上、事前打ち合わせの1週間前までに自然の家に提出し、事前打ち合わせ当日も持参してください。【事前打ち合わせは利用日の14日前までに実施】

<下足箱の使い方> 下足箱は赤・青・黄の3色があります。基本的に1団体が1色の下足箱を使います。

- ※ 不明な点は、所員にご相談ください。
- ※ 必要に応じてブルーシートも使えますので、ご相談ください。

<下足箱の配置>



- 例) 大規模団体……………赤【96カ所使用可能】
- 小・中規模団体……………青【72カ所使用可能】
- 小・中規模団体……………黄【60カ所使用可能】

## 2 生活について

### (1) 日課について

- 「日課表」を作成の際は、下記の標準生活時間にそって日程を組んでください。  
**※館内食と入浴の時間は大きく動かすことはできません。あらかじめご了承ください。**

	活 動	標準生活時間	備 考
入所日	入所 ○しおり 2 部と「シート活動材利用申込書」をご提出ください。	8:30～随時 ※写真撮影をするときは、時間を見込んで計画を立ててください。	○はじめのつどい：必要に応じて各団体で行います。 <参考例> ①はじめの言葉 ②自然の家所長の話 ③団長の話 ④児童代表のあいさつ ⑤おわりの言葉 ※引率者の事務連絡はおわりの言葉の後で行ってください。 ○オリエンテーション〔夕方の実施も可能です。〕 ※施設の使い方（動画）10分、ベッドの使い方（説明）10分。
	活動（午前） ※p22「(1)活動プログラム一覧」 ※p24「(2)利用できる用具一覧」	9:00～	○活動プログラムが利用できます。 ※日程の変更については、研修課員にご相談ください。 ※キャンプセンター、キャンプ場の利用をお勧めします。その場合、オリエンテーションは昼食後か夕方の実施になります。
利用日	昼食 ※p12「(4)食事について」	12:00～13:00	○食事係は 10 分前（人数が多い場合は 15 分前）から食堂に入れます。 ○歯磨き ※おう吐物処理は利用団体が行います。 ※p27「おう吐物処理のお願い」
	活動（午後）	13:00～17:45	（午前の活動時に同じ） ○ベッドメイキング ○タベのつどい
	夕食	17:45～18:45	（昼食に同じ）○歯磨き
	活動（夜）	19:00～20:30	（午前の活動時に同じ）
	入浴 ※p11「(3)入浴について」	20:30～21:50	○一度に利用できるのは 10 人程度です。 ○30 人以下の団体は、梅の湯を男女で時間を区切ったの使用となります。 ※引率者は 23：30 まで可能、朝のシャワーはご遠慮ください。
	消灯・就寝 ※p9「(2)宿泊について」	22:00～	○消灯は引率者が行います。 ○就寝時の音楽の有無は選択できます。 ○22：00～6：00 まで玄関は施錠されます。開錠・外出するときは団体の方に施錠と開錠をお願いしてください。
	起床・洗面・部屋の清掃	6:00～	○起床時の音楽の有無は選択できます。
退所日	退所日荷物移動	6:30～	○指定された場所へ荷物を移動します。 ○朝のつどい
	使用場所の清掃 ※p15「(5)清掃・ごみについて」	7:00～	○使用した場所全部を清掃します。 ※清掃後は宿泊室に立ち入りできませんが、人数の多い団体などはトイレ・洗面所を使用することができます。
	退所点検 経費についての確認	7:30～	○ベッドの片づけや掃除場所を自然の家職員が点検します。 ○シートや活動材料の利用数に関して、変更があるかどうかを自然の家職員が確認します。※お帰りの際に「経費の内訳書」「払込取扱票」をお受け取りください。
	朝食	7:30～ 8:30	（前日の食事時に同じ）○歯磨き ○前日のふりかえり
	活動（午前）	9:00～	（前日の活動時に同じ）
	退所	8:30～随時	○おわりのつどい：必要に応じて各団体で行います。 <参考例> ①はじめの言葉 ②自然の家所長の話 ③団長の話 ④児童代表のあいさつ ⑤おわりの言葉 ※引率者の事務連絡はおわりの言葉の後で行ってください。

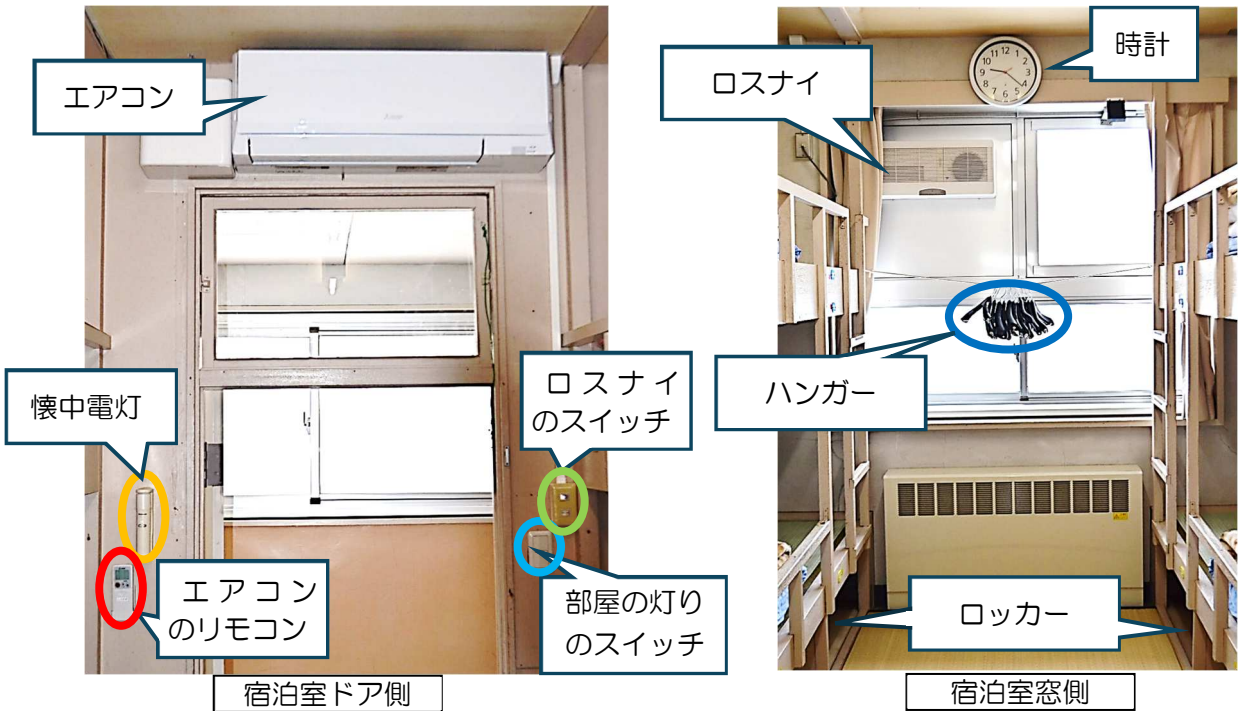
## (2) 宿泊について

### ① 宿泊室

宿泊室では…

- ・ ①飲んだり食べたりしない。
- ・ ②荷物などの整理整頓をする。
- ・ ③ベッドで遊ばない。とび降りない。

宿泊室内の設備 ※スイッチやリモコンは、部屋により設置場所が違います。



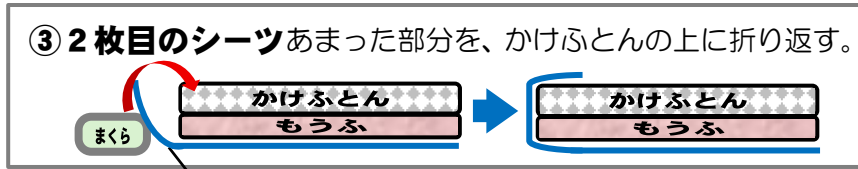
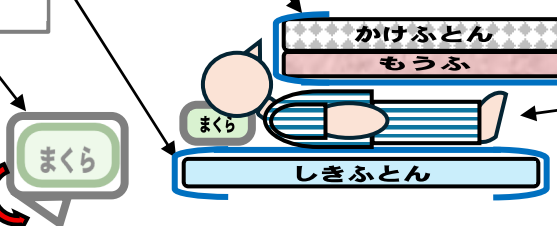
電気関係	<p>○節電のため、宿泊室の電源は 17 時までつきません。 17 時前に入れたいときは、事務室にお声がけください。</p> <p>○宿泊室内にコンセントはありません。※指導者室のみ有り</p> <p>○エアコンを利用したいときは事務室までお声がけください。 ※リモコンは指導者室とダリアの部屋にあります。また、エアコンは一斉に ON・OFF が可能です。</p>
室内設備	<p>○ハンガー、ロッカーを使用できます。 (右写真マークの場所)</p> <p>○指導者室には、小テーブル・マットレスがあります。(引率者用)</p> <p>○宿泊室・廊下の掃除用具は、指導者室にあります。</p> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;"> <p>ハンガー番号(左)、ロッカー番号(右)。 いずれもベッド番号に対応します。</p> </div>

### ② テント泊

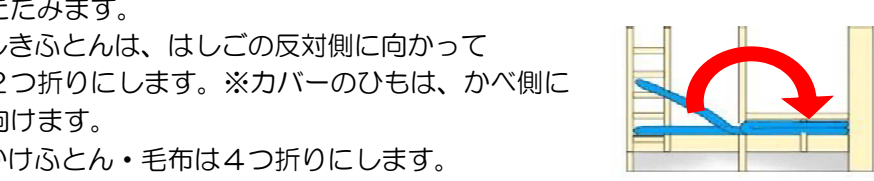
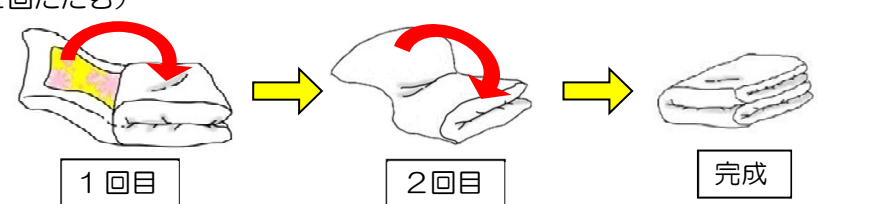
- ドームテント(1張3~4名程度)及びシュラフ、ロールマットを貸し出しできます。  
※枕はありません。  
※シュラフにはシュラフ用シーツ1枚を使用させていただきます。
- テント泊の場所は、場合により体育館内も利用できます。  
事前打ち合わせの際にご確認ください。
- テントやシュラフの持ち込みも可能です。

## ＜寝具の使い方・片づけ方＞

**ベッドメイキング** 利用団体が時間を設定して行います。

シーツがある場所	風呂場前のスチール棚です。※引率者が立ち会い、配布してください。 1人分はシーツ2枚・まくらカバー1枚です。
シーツ・まくらカバーの使い方	<p>③ 2枚目のシーツあまった部分を、かけふとんの上に折り返す。</p>  <p>① 1枚目のシーツ あまった部分は折ってしきふとんの下に入れる。</p> <p>②まくらカバー まくらを入れ、あまった部分は折って、まくらの下に入れる。</p>  <p>2枚のシーツの間に入って寝る。</p>
使用したベッド	使用したベッドは「使用」カードを掲示してください。(下写真) ※使用したベッドの区別のために、 <b>元に戻さないでください。</b>
汚れた寝具	※汚れた寝具(鼻血、おねしょ等)は利用団体が交換してください。 …汚れた寝具は、ふとんカバー等を外さず、1F「ねむの花」のベッドの間の床に置く。→替えの寝具を和室押し入れから出し、交換する。 →翌朝、寝具の交換を職員に連絡。(宿泊室等を確認)

**ベッドの片づけ** 利用団体が退所点検前までに行います。

ふとんのたたみかた	ア. シーツ2枚と枕カバーをはずし、持ってきたときと同じくらいの大きさにたたみます。 イ. しきふとんは、はしごの反対側に向かって2つ折りにします。※カバーのひもは、かべ側に向けます。 ウ. かけふとん・毛布は4つ折りにします。(2回たたむ)
※宿泊室にある写真や、使用していないベッドも参考になります。	
※ふとんの間や下に忘れ物がないか、たしかめてください。 (靴下や筆記用具、髪を止めるピンなど)	 <p>1回目 → 2回目 → 完成</p>
	エ. 右の図のように下から <b>しきふとん→かけふとん→毛布→まくら</b> の順に重ねます。 折り目が、同じ向きになるように、重ねる。 壁側にそろえる。
使用後のシーツ・まくらカバー	玄関ホールにある水色のカゴに、種類ごとに分けて入れてください。

③ **ねむの花（身障者宿泊室兼医務室）** ※健常者の方は宿泊できません。

- 体調不良による休憩にもご利用できます。（事務室にご連絡ください）
- 使用后、枕カバーのタオルを、事務室にお持ちください。
- 入って左側手前の棚に「おう吐物処理キット」があります。



ねむの花の「おう吐物処理キット」収納場所  
※食堂の流し下にもう1つあります。

④ **トイレ**

- そなえ付けのサンダルにはき替えて、ご利用ください。
- つまり等、不具合があるときは事務室にご連絡ください。

⑤ **和室** ※宿泊できません。

- 引率者の控え室としてご利用できます。
- 押し入れの中に、汚した時の交換用布団等があります。
- 朝8時過ぎに、次の団体のジュース・アイスが届きますので、冷蔵庫を空にしてくださいようお願いいたします。
- 電気ポット等は利用可能です。後始末もお願いいたします。



押し入れ

⑥ **ミーティングスペース**

- 引率者の打合せ、班長会議等にご利用いただけます。
- ※複数の団体で利用を希望する場合は、団体間で調整してください。
- 設置されている遊び道具や本は自由にご利用いただけます。
- 利用後は後片付けをお願いいたします。
- ホワイトボードは指示・連絡の記入等にご利用いただけます。





ミーティングスペース

⑦ **その他**

- 体育館、研修室1・2、2階洗面所前にカメムシ駆除用ガムテープがあります。ご利用ください。



(3) 入浴について

<p>浴室</p>  <p>「松の湯」(左)と「梅の湯」(右)。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○「松の湯」「梅の湯」があり、どちらも1回に使用できるのは10人程度です。</li> <li>※30人以下の団体は「梅の湯」のみの使用となります。</li> <li>○複数団体の同日利用の際は、利用時間を団体間で、事前に打ち合わせてください。</li> <li>○石鹸、タオル、歯ブラシ等はありません。</li> <li>○のれんが下がっていれば使用可能です。</li> </ul>	 <p>洗面器とイスは使用后、山型につんでください。</p>
<p>脱衣所</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○脱衣所に入る前に、内履きを脱いでください。</li> <li>○脱衣所の床はすべりやすいので、ぬれた足はよくふいてください。</li> </ul>	
<p>その他</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ドライヤーの使用を希望する場合は、事務室にお申し出ください。</li> </ul>	

●浴室・脱衣場の窓や戸、換気扇のご使用は以下のとおりです。（脱衣所にも掲示されています）

風呂場の窓と戸	窓	戸
4～9月	網戸がついている窓をあける	しめる
10月～	しめる	
換気扇	入浴時	入浴終了時
4～9月	回す	止める（引率者が行う）
10月～	止める	
そうじ～脱衣所の戸とマット～	脱衣所→廊下への戸	足拭きマット
晴天☀️	あける	大はバルコニー、小は金属パイプへ干す
雨☔️（予報含む）、10月～		大小とも金属パイプへ干す

## (4) 食事について

- 館内食堂での食事（館内食）、弁当・携帯食（注文）、野外炊事（食材を注文）が利用できます。  
※料金はp22「(3)各種料金一覧」参照

<b>館内食</b> （朝食・昼食・夕食） ※10人以上からの利用になります。		○館内での昼食利用は、当日退所の団体が優先になります。 ○1日目が休日明けの場合、昼食の提供はできません。
<b>弁当</b> （昼食のみ）	○ 鮭のり弁当 ○ 幕の内弁当 ○ ハンバーグ弁当	○配達場所はキャンプセンターか、自然の家玄関となります。 業者から直接受け取っていただきます。 ○弁当の片付けは、容器は「注文弁当回収箱」へ、ごみは燃やせるごみ・燃やせないごみに分別してください。 ※p16「② ごみについて」
<b>携帯食</b> （朝食・昼食） ※紙袋入りです。 ※朝食での利用は8:30からです。	○ おにぎりセット 〔おにぎり2個とおかず、茶〕 ○ パンセット 〔ランチパック、茶、バナナ〕 ※上記のどちらかを選べます。	○携帯食は食堂が利用できない昼食やテント泊、ハイキング等に利用できます。 ○ごみは、分別してお捨てください。 ※p16「② ごみについて」
<b>野外炊事</b> （昼食・夕食） ※食材のセットを注文し、利用者が調理します。 ※p14<② 野外炊事について>		○メニューは「カレー」「豚汁（味噌等調味料は別途注文）」「ホットサンド」「ピザ」「流しそうめん」になります。
<b>ジュース、アイス</b> （p22「(3)各種料金一覧」参照） ※食事数変更がある際に、ジュース・アイスの数もご確認いただき、変更があればお知らせ下さい。		○「食料品注文書」（電子申請）で申し込んでください。数量の変更は4日前までとなります。

### ① 館内食について

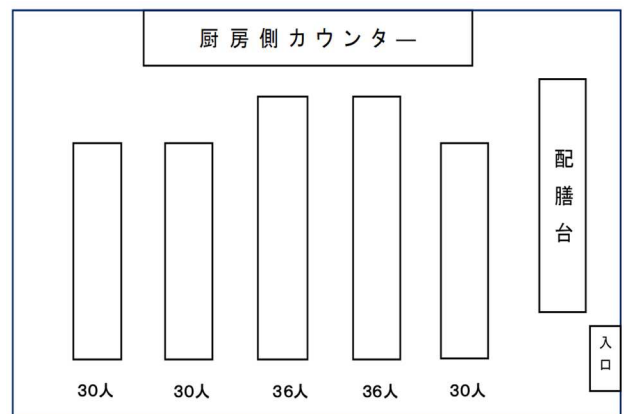
食堂を利用できる時間 ※この時間以外の入室はご遠慮ください。			○食事係の人は10分前（人数が多い場合は15分前）から食堂に入れます。 （2階洗面所や体育館横の手洗い場も使用可能） ○テーブルは食事前に拭く必要はありません。 ○下痢や吐き気のある人は、食事係に当てないようお願いします。
	入室時間	退室時間	
朝食	7:30	8:30	
昼食	12:00	13:00	
夕食	17:45	18:45	

- ※同日利用の団体は、座る場所と食事係の割り当てを話し合ってお調整してください。
- ※調味料等はテーブルに準備してあります。
- ※利用当日に座席指定をしますが、ご要望がありましたら事前打ち合わせ時にお申し出ください。

**<禁止事項>**

- 食堂に食べ物や飲み物、段ボール等を持ち込むこと。
- 食堂で提供されたものを、食堂の外へ持ち出すこと。

食中毒防止等、衛生面の観点からご協力をお願いいたします。



食堂見取図

## ＜食事の準備＞

○セルフ方式です。

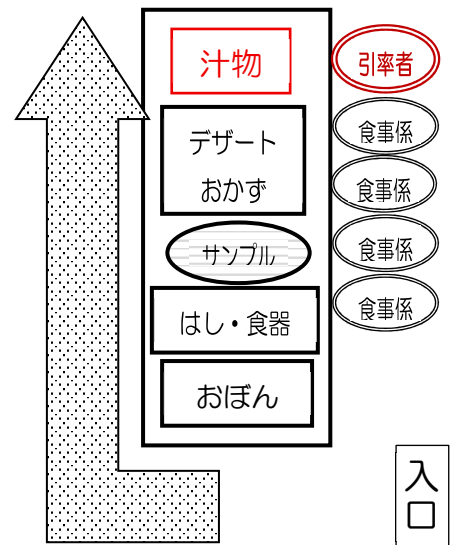
1人分は「サンプル」を目安にしてください。

※おかずは余分に用意していません。

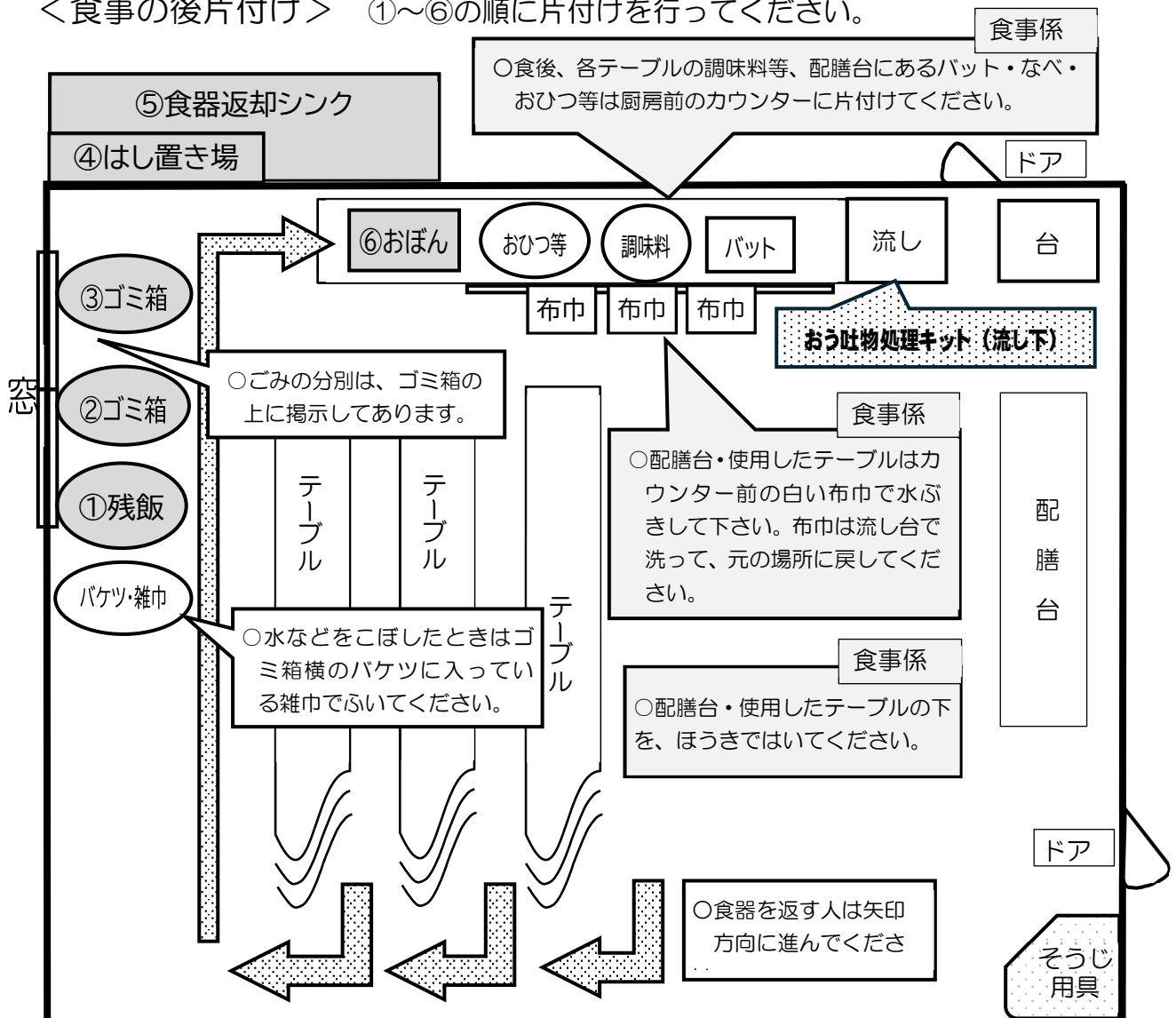
○児童生徒が盛り付ける場合は、必ず引率者が付き添ってください。特に汁物は大変熱いので、引率者が盛り付けてください。

○盛り付けに不便を覚えるときは、ご相談ください。

○おう吐した場合は、そのままにして速やかに厨房職員にお知らせください。おう吐処理対策マニュアルに従って処理方法を説明しますので、利用団体側で処理していただきます。※食中毒二次感染予防のため。



## ＜食事の後片付け＞ ①～⑥の順に片付けを行ってください。



## ② 野外炊事について

○野外炊事については以下のとおりです。 ※料金はp22「(3) 各種料金一覧」参照

メニュー	炊事方法	備考
<b>カレーライス A</b> (6～8人分:セット内容に米5合を含む)	かまどで薪を使ってご飯を炊き、カレーを作ります。	○米を持参することもできます。 (米が含まれないセットが選択できます) ○燃料(薪)は別途注文するか、持参になります。
<b>カレーライス B</b> (9～12人分:セット内容に米8合を含む)		
<b>豚汁</b> (8～10人分:セット内容に米6合を含む)	かまどで薪を使ってご飯を炊き、豚汁を作ります。	○米を持参することもできます。 (米が含まれないセットが選択できます) ○味噌等の豚汁用調味料は別途注文になります。 ○燃料(薪)は別途注文するか、持参になります。
<b>ピザ</b> (14枚 28人分)	バーベキューコンロに炭を入れ、ピザオーブンで焼きます。	○燃料(炭)は別途注文するか、持参になります。
<b>流しそうめん</b> (10人分)	カセットコンロでそうめんをゆで、雨樋に流して食べます。	○燃料(カセットガス)持参になります。
<b>ホットサンド</b> (8人分)	カセットコンロを使い、ホットサンドメーカーで焼きます。	

※注文食材は、当日指定された時間に、キャンプセンターで直接業者からお受け取りください。

※上記メニュー以外の炊事をする場合は、材料はすべてご持参ください。

○野外炊事実施の際は、以下のものを利用団体でご用意ください。

カレー、豚汁	新聞紙(生ごみをくるんで捨てる)、スポンジ、洗剤、クリームクレンザー、ふきん、ペーパータオル
その他の炊事	スポンジ、洗剤、ふきん、ペーパータオル

○炊事用具・食器の利用は無料です。利用できる炊事用具・食器については、p24「(2)利用できる用具一覧」をご覧ください。

○まな板で生肉を切ることはできません。

○洗った後の調理器具・食器はしっかり水気を拭き取り、職員の点検後、収納してください。

○炊事後のごみは、分別の上(p16「② ごみについて」参照)利用団体が当所食堂脇の、「ごみ集積庫」まで運んでください。

○薪の燃えかすは、キャンプセンターの小屋横にあるドラム缶の中に入れてください。

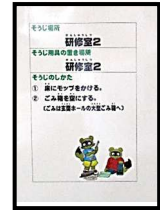
○段ボールは紙ひもでまとめて、自然の家隣の「ごみ集積庫」にお持ちください。

## (5) 清掃・ごみについて

### ① 清掃について

使用した場所はすべて清掃し、机等は元の場所に戻してください。

- 清掃場所…利用箇所全てです。複数団体が宿泊する場合は、当該団体同士で事前に打合わせの上、分担してください。※少人数の団体はご相談ください。
- 清掃時間…朝食前までに行ってください。ただし、創作プログラムを行った場合や、日帰り利用の場合は、利用後に活動場所を清掃してください。
- やり方…各清掃場所に掲示しています。(5～10分程度で終わります。)

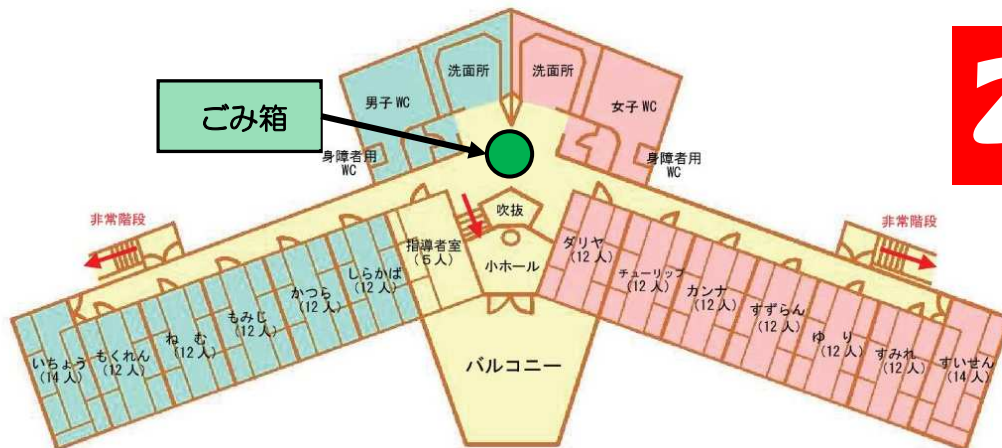
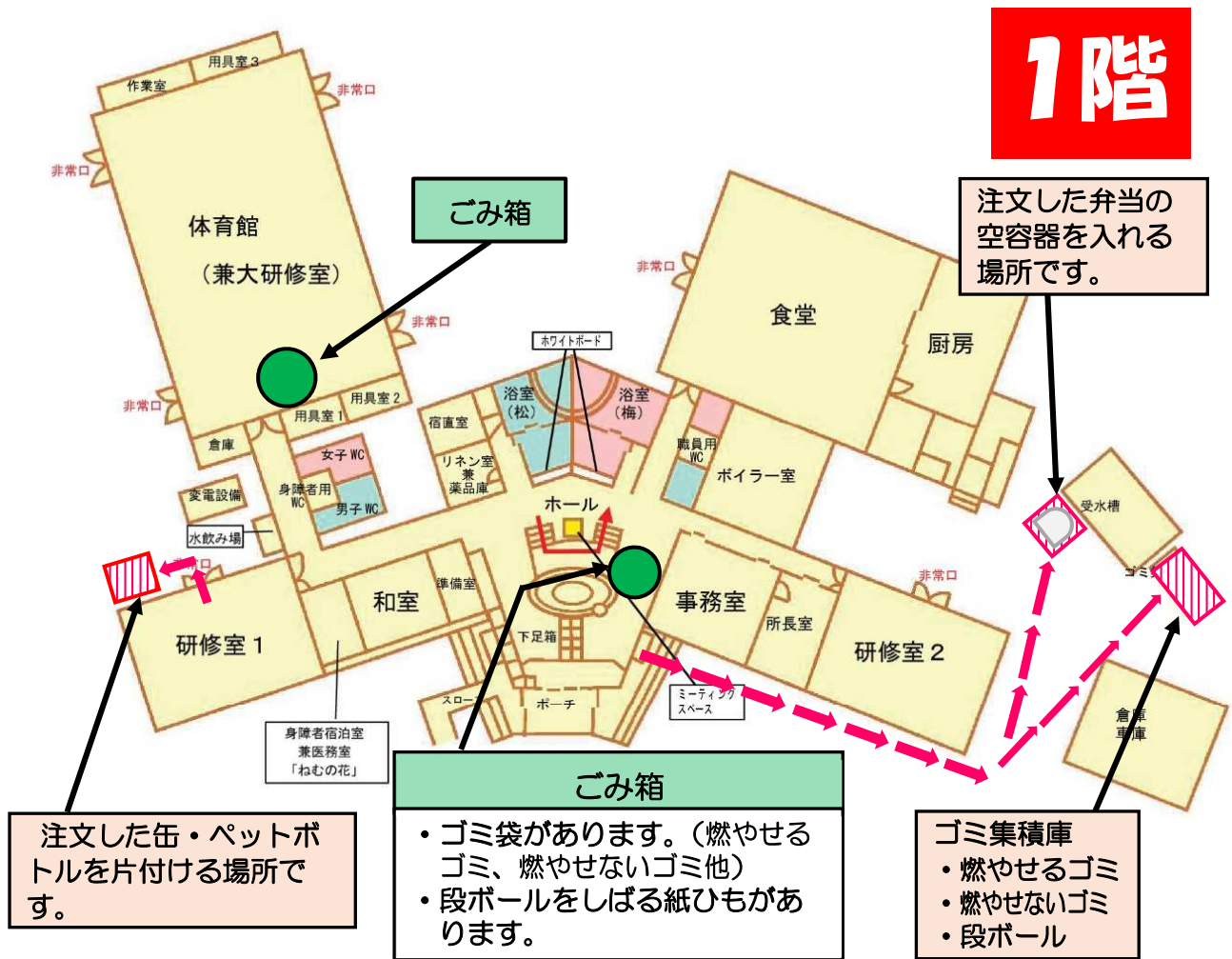


清掃方法掲示

	清掃場所	用具保管場所	やり方
一階	体育館	体育館	①モップをかける。 ②ごみが半分以上たまっていたらごみ箱を空にし、新しいごみ袋に替える。〔ごみはごみ集積庫へ〕
	研修室1	研修室1	①モップをかける。②ごみ箱を空にする。〔ごみは体育館ごみ箱へ〕
	研修室2	研修室2	①モップをかける。 ②ごみ箱を空にする。〔ごみは玄関ホールごみ箱へ〕
	トイレ (男・女) (車イス用)	各トイレ	①ほうきで床をはく。 ②ごみ箱を空にする。〔ごみは体育館ごみ箱へ〕 ③便器(男子は大)にトイレットペーパーをそなえつけ、水タンクの上に予備を2個置く。 ④出入り口のサンダルを整とんする。
	水飲み場(トイレ前)	水飲み場	①流し場をスポンジで磨く。 ②流し場のふちの水をふきとる。
	浴室 (松・梅)	各浴室 浴室前(梅)	①浴槽の湯を捨て、風呂場の窓を開ける。 ②洗剤で床や浴槽とタイルをタワシやデッキブラシで洗い、湯船の湯で流す。 ③洗面器や腰かけを整頓する。 ④風呂場の戸を閉める。 ※10月以降は風呂場の窓を閉めてください。
	脱衣所 (松・梅)	浴室前(梅)	①足ふきマットを金属パイプに干す。 ②床をはき、水は雑巾でふく。 ③ごみ箱を空にする。〔ごみは玄関ホールのごみ箱へ〕 ④脱衣所の戸は開ける。 ※10月以降は脱衣所の戸は閉めてください。
	階段・廊下・ 玄関ホール	浴室前(梅)	①モップをかける。 ②ごみが半分以上たまっていたらごみ箱を空にし、新しいごみ袋に替える。〔ごみはごみ集積庫へ〕
	玄関(タイル部分)	玄関	①ほうきではく。
食堂	食堂	①毎食後、係が配膳・食事用テーブルを布巾でふき、下をほうきではく。	
二階	各宿泊室	指導者室	①ふとんをたたむ。 ②カーテンを帯ひもで束ねる。 ③ほうきでたたみをはく。
	トイレ (男・女)	各トイレ	①ほうきで床をはく。 ②ごみ箱を空にする。〔ごみは洗面所前ごみ箱へ〕 ③便器(男子は大)にトイレットペーパーをそなえつけ、水タンクの上に予備を2個置く。 ④出入り口のサンダルを整とんする。
	洗面所 (東・西)	各洗面所	①流し場にタワシをかけ、流し場のふちや床の水をふく。 ②ほうきで床をはく。 ③洗面器を整とんする。
	廊下・小ホール	指導者室	①ほうきで床をはく。 ②ごみが半分以上たまっていたら洗面所前ごみ箱を空にし、新しいごみ袋に替える。〔ごみはごみ集積庫へ〕
屋外	トーチ用シンク	玄関	①トーチを解体し、ごみを分別する。〔ごみはごみ集積庫へ〕 ②トーチ棒を元の場所に戻す。 ③ほうきで燃えかすをはく。 ④車庫前の水道にホースをつなぎ、シンクとそのまわりを洗い流す。
	営火場	営火場用具小屋	①水をかけておいた炭を土のう袋に入れて炭置き場に置く。 ②前夜に落ち火を拾ったバケツと火ばさみを営火場の小屋に戻す。

## ② ごみについて

●ゴミの捨て場所は以下のとおりです。



○各宿泊室には、ごみ箱はありません。


○ごみ箱は半分以上ごみがたまったら、袋をとりかえて「ごみ集積庫」へ運びます。

●ごみは、五所川原市の分別方法で分別します。


**○燃やせるごみ**

- ・木 ・紙 ・炭
- ・生ごみ など

→**ごみ集積庫**へ



燃やせるごみの袋



燃やせないごみの袋


紙ひも

燃やせないごみ袋

燃やせるごみ袋

ボトルキャップ、調味料袋等を入れる袋

事務室前の紙ひも・袋類



**○段ボール**：紙ひもで束ねる

→**ごみ集積庫(「リサイクル」)**へ

※紙ひもは、事務室前、キャンプセンターにあります。

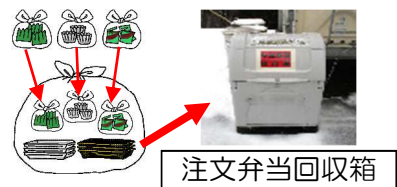


ごみ集積庫

**○持参した弁当容器・ジュースの缶・ペットボトルなど**

原則として持ち帰っていただきます。※弁当の残飯は「燃やせるごみ」として処分。

<b>○自然の家に注文したもの</b>	
弁当	<ul style="list-style-type: none"> <li>・納入業者が引き取ります。</li> <li>燃やせないごみ袋に入れ、ごみ集積庫隣の<b>注文弁当回収箱</b>に入れて下さい。</li> <li>・食べ残し・わりばし等は燃やせるごみです。</li> </ul>
携帯食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごみ及び食べ残しは、分別して捨ててください。</li> </ul>
ジュースの缶、ペットボトル	<ul style="list-style-type: none"> <li>・納入業者が引き取ります。燃やせないごみ袋に入れ、<b>研修室1の非常階段下</b>に置いてください。</li> <li>・ボトルキャップは小袋に入れ、燃やせないごみ袋にボトルと一緒に入れます。</li> <li>・ボトルの包装の取り外しは不要です。</li> <li>・ボトルや缶のすすぎは不要です。</li> </ul>



注文弁当回収箱



研修室1非常口外

### 3 安全について

詳細は当施設の「安全管理マニュアル」をご参照ください。(ホームページ『施設の概要 要覧、[「利用のてびき」](#)、「安全管理マニュアル」、イベント情報、アクセスマップ』からダウンロード可)

①非常口・避難場所・経路	・ 宿泊室等の避難経路図を確認
②「緊急時対応フロー図」の作成の推奨	・ 緊急時における引率者の役割分担
<p style="text-align: center;"><b>【フロー図(例)】</b></p> <pre> graph LR     subgraph Inputs         I1[軽いケガ・病気]         I2[やや重いケガ・病気 (意識がある)]         I3[重篤なケガ・病気 (意識がない)]     end     subgraph Roles         R1[各担当引率者]         R2[引率者 A]         R3[救急用品で手当て・対応 をする (養護教諭)]         R4[タクシー等で病院へ送迎 (引率者 B) ※養護教諭は同乗しない]         R5[救急車を要請 (現場責任者)]         R6[救急車に引率者 が同乗 (引率者 C) ※養護教諭は同乗しない]         R7[病院での診察を受け、 状況を家族へ連絡→その 後の対応を決める。 (引率者 B 又は C)]     end     subgraph Reporting         Re1[現場責任者 (教頭) に報・連・相]         Re2[団体責任者 (校長) に報・連・相]         Re3[現場責任者 (教頭) に報・連・相]     end      I1 --&gt; R1     I2 --&gt; R1     I3 --&gt; R1     R1 --&gt; R2     R2 --&gt; R3     R2 --&gt; R4     R2 --&gt; R5     R5 --&gt; R6     R3 --&gt; R7     R4 --&gt; R7     R6 --&gt; R7     Re1 --&gt; R2     Re2 --&gt; R2     Re3 --&gt; R7     </pre> <p style="border: 1px dashed black; padding: 5px; display: inline-block;">病気・怪我が発生したときは、自然の家にもご連絡くださるようお願いいたします。</p>	
③救急病院・救急用具等の確認	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 事務室前のホールには、「AED (自動体外式除細動器)」を設置。</li> <li>・ 夜間の受診は五所川原消防署 (0173 - 34 - 4999) へ電話→指定の病院に電話。</li> <li>・ 救急用具 (救急箱など) は、原則、利用団体が準備。</li> </ul>
④野外活動の実施判断	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 原則利用団体が行う。</li> <li>・ 気象情報は、8:30と16:30に1階玄関ホールのサイネージに掲示。</li> </ul>
⑤危険生物への対応	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 無線機 (最大8台まで) を携帯し、連絡を取り合えるようにする。殺虫剤・熊鈴も貸し出し可。</li> </ul>
⑥火を使った活動プログラム	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 化学繊維やナイロン製品は、火の粉により穴があいたり、火傷したりする可能性がある。</li> </ul>
⑦刃物をつかった活動プログラム	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 刃物を持ち運ぶ時に、刃を下に向けて持ち運ぶように注意喚起する。</li> <li>・ 刃物を使用する時には、軍手など (手にフィットするもの) をつけて作業する。</li> </ul>
⑧食物アレルギー・おう吐への対応	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食物アレルギーは、「食物アレルギーに関する調査票」(p3) を提出、栄養士とも相談の上対応する。</li> <li>・ おう吐は、「おう吐物処理マニュアル」(p27) に従って利用団体側が処理する。 <b>※食中毒二次感染予防</b></li> </ul>
⑨熱中症対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 団体側で、①衣服の調節 ②こまめな水分補給 に留意する。</li> </ul>
⑩人身の掌握	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 常に点呼をとるなどして人数を確認。無線機で関門通過の確認などを行う。</li> <li>・ 各宿泊室の消灯を確認する時に、人数の確認も必ず行う。</li> </ul>

## 4 施設について

### (1) 活動エリア図



### (2) 自然の家周辺図



(3) 梵珠少年自然の家館内図

1階



長靴棚を玄関ホールに設置しています。1つの棚に、向かい合わせで20足置けます。利用団体間で調整し、ご活用ください。

Aの棚	Dの棚	Gの棚
Bの棚	Eの棚	Hの棚
Cの棚	Fの棚	Iの棚

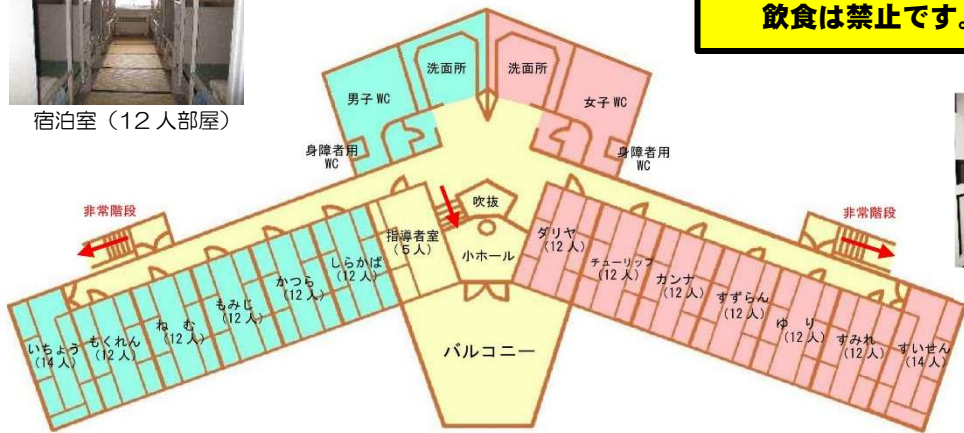


宿泊室 (12人部屋)

宿泊室：計160人収容

⚠ 宿泊室内での  
飲食は禁止です。

2階





## 5 付録

### (1) 各種料金一覧 食事や活動材料の料金です。

#### <食事代>

(1) 館内食	朝食	1食	480円	
	昼食	1食	500円	
	夕食	1食	600円	
(2) 野外炊事	カレーライス A (6~8人分)	1セット	2,568円	
		米持参の場合	1,812円	
	カレーライス B (9~12人分)	1セット	4,093円	
		米持参の場合	2,884円	
	豚汁(8~10人分)	1セット	2,724円	
		米持参の場合	1,817円	
	豚汁の調味料	ほんだし 8g×4本入り		150円
		みそ 650g入		463円
		みそ 3kg入		1003円
		みりん風 400ml入り		160円
ピザ(14枚 28人分)	1セット	5,751円		
流しそうめん(10人分)	1セット	1,006円		
ホットサンド(8人分)	1セット	2,054円		
(3) 弁当	幕の内弁当	1食	570円	
	鮭のり弁当	1食	650円	
	ハンバーグ弁当	1食	520円	
	携帯食(パン)	1食	360円	
	携帯食(おにぎり)	1食	390円	

#### <シーツ等洗濯代>

(1) シーツ・枕カバー洗濯代(1人分:シーツ2枚、枕カバー1枚)	1セット	280円
(2) シュラフ用シーツ洗濯代(1人分:シーツ1枚)	1枚	170円

#### <活動材料代等>

キャンプファイヤー 燃料(薪・灯油)代	灯油 20Lセット (60人以上が目安)	3,000円	梵珠ブーメラン	1個	140円
			森のストラップ	1個	50円
			森からのプレゼント	1個	150円
	灯油 10Lセット (60人未満が目安)	1,750円	金山焼	1個	550円
			竹のしおり	1個	50円
			ぼんじゅ竹灯籠	1個	120円
炊事・梵ファイヤー用薪代	1束	400円	まつぼっくりけんだま	1個	50円
炊事用炭代	1キロ	300円	プラバンストラップ	1個	50円
ろうそく	中(赤) 1本	40円	バードコール	1個	200円
	小(白) 1本	10円	ぼんじゅ独楽	1個	60円
火起こし用火きり杵セット	1人	50円	写真プリント代	1枚	60円
焼板工作(燃料薪代を含む)	1枚	250円	ポカリスエット500mlペット	1本	140円
梵珠チャカポコけん玉	1個	200円	ポカリスエット350ml缶	1缶	140円
動物マグネット	1個	50円	お〜いお茶(緑茶)280mlペット	1本	110円
ぼんじゅひらひら凧	1個	50円	麦茶630mlペット	1本	130円
えんぴつストラップ	1個	50円	アイス	1個	86円

## (2) 活動プログラム一覧 以下の活動プログラムが利用できます。

※対象欄中の番号は ①：幼児～小学2年、②：小学3～6年、③：小学5年～中学・高校、全：どの年齢でも実施可 を表します。

プログラムの概要			期待できる力					対象	所要時間
～実施にあたっては、自然の家職員による説明を受けることができます～ ※(新規)は新規プロ、(改訂)は改訂、★は料金を改定したプログラムです。火を使うプログラムには🔥を付しています。 ※火を使う活動では化学繊維やナイロン製の服に、火の粉で穴が開く可能性があるのでご注意ください。			協調性	自然愛護	自主自立	集団規律	創意工夫		
野外活動 (夏季)	アドベンチャービンゴ	森林コースをサインに従って歩き、関門を回りながらビンゴゲームを楽しむ活動	○		○	○		③	3
	イニシアティブゲーム	エリア内に設定された課題を、グループで協力しながら解決する活動	○		○		○	③	2
	QRゲーム	タブレット端末で設置された指令を読み取り、協力して課題を解決しながら歩く活動	○			○		③	1.5～3
	自然ふれあいハイク	「見どころマップ」やルーペ等を持って、野外コースをたどりながら自然に親しむ活動	○	○				全	1～2
	ぼんじゅモルック	モルック棒を投げ、スキttlという12本のターゲットを倒し、50点ちょうどを目指すゲーム	○			○		③	1.5～2
	梵珠ディスクゴルフ	フライングディスクを使ったゴルフのようなゲーム	○			○		全	1～2
	虫取り遊び	「虫取りあみ」と「虫取りかご」を使って虫取り遊びをする活動		○			○	全	1～2
	ザリガニ釣り	梅枝とたこ糸を使って釣り竿を作り、その後エサをつけてザリガニ釣りをする活動		○			○	全	1～1.5
	わんぱく原っぱ運動会(改訂)	キャンプ場の草原で各種目を楽しみながら勝敗を競う活動	○			○		①	1～1.5
	もりのぼうけんあそび	森の中に設置したスラックラインなどのいろいろなあそびを体験する活動		○	○		○	①	1～1.5
	ぐるぐる火起こし🔥★	原始的な火起こしの方法である「舞ざり」で火を起こす活動		○	○			③	1～1.5
	キャンプファイヤー🔥	自然の中で火を囲み、儀式、歌、踊り等で仲間との協力や親睦を深めたりする活動	○	○				③	1.5
	梵ファイヤー🔥	自分たちで薪を組み火を起こして、たき火を行う活動	○	○				③	1.5
	暗闇ビンゴ(改訂)	クイズとビンゴを楽しみながら、ふだん経験することの少ない夜の自然を感じる活動	○	○				③	1.5
	テント泊	テント設営とテント生活について、実技をとおして学ぶ活動	○		○	○		③	プログラムによる
	カレー、豚汁🔥★	焚火でご飯をたいたり、カレーや豚汁を作る活動	○		○			③	2～3
	ホットサンド🔥★	ホットサンドメーカーでホットサンドを焼き、味を楽しむ活動	○		○			②③	1.5
	ピザ🔥★	粉をこねて発酵させた生地を作り、ピザ専用オーブンで焼く活動	○		○			②③	2～3
	流しそうめん🔥★	ガスコンロでそうめんをゆで、雨樋に流して流しそうめんを楽しむ活動	○		○			全	2
	棒パンづくり🔥(新規)	自分たちで作った生地を竹の棒に巻き付け、炭火で焼いたパンを味わう活動	○		○			全	1.5～2
野外活動 (冬季)	スノーシューハイキング	スノーシューをはいて雪上を歩き、動物の足跡や冬芽の観察をする活動	○	○				②③	1～1.5
	チューブそり遊び	雪の上をチューブそりで滑り、雪に親しむ活動	○		○			②③	1～1.5
	スノーランド遊び	冬の自然の中で様々な活動をする楽しさを味わい、自然に親しむ心を育む活動		○		○	○	①②	1～2
	雪上運動会	雪上の運動会として得点を競いながら、冬の自然を楽しむ活動	○	○		○		全	1～1.5

プログラムの概要 ～実施にあたっては、自然の家職員による説明を受けることができます～ ※(新規)は新規、(改訂)は改訂、★は料金を改定したプログラムです。 火を使うプログラムには☑を付しています。 ※火を使う活動では化学繊維やナイロン製の服に、火の粉で穴が開く可能性 がありますのでご注意ください。			期待できる力					対 象	所 要 時 間
			協 調 性	自 然 愛 護	自 主 自 立	集 団 規 律	創 意 士 夫		
野 外 活 動 (冬 季)	雪灯籠づくり	リンゴ箱に雪を詰め込んで作ったブロックを積み上げてけずり、雪灯籠を作る活動	○				○	③	1.5~2
	雪のようせいづくり	バケツやボウル等を使い、自然物を組み合わせて自由な発想で雪像(雪のようせい)を作る活動		○	○		○	①②	1~1.5
	ぶんぶんアイス	雪を利用して手作りアイスを作る活動	○				○	②③	1
屋 内 活 動	梵珠チャレンジ・ゲーム	グループで交流しながら記録に挑戦し、気軽に身体を動かす楽しさを味わう活動	○				○	③	2
	室内イニシアティブゲーム	館内に設置した様々な課題を、グループで協力して解決する活動	○		○		○	③	1.5
	ほんじゅ室内パタンク	目標球にボールを投げ合って、相手よりボールを近づけることで得点を競う活動	○			○		③	1~2
	ほんチャレンジピック(改訂)	手軽に各種目を楽しみながら高得点を競う活動	○		○		○	全	2~3
	キャンドルサービス☑	ろうそくの火を囲み、儀式、歌、踊り等で仲間との協力や親睦を深めたりする活動	○	○				②③	1~1.5
創 作 活 動	焼板工作☑★	杉板を焚き火で焼き上げ、たわしで磨いて絵付けし素朴な木工品を作る活動			○		○	③	2~3
	森からのプレゼント(改訂)★	木の板に小枝や松ぼっくりなどの自然物を飾り付け、壁かけを作る活動		○			○	②③	2~3
	動物マグネット★	自然の木の実や小枝等を使い、動物のマグネットを作る活動		○			○	②③	1~1.5
	森のストラップ	枝や木の輪切り、松ぼっくり等を使って独自のストラップを作る活動		○			○	③	1~1.5
	えんぴつストラップ	梅の枝を使って、3色の色鉛筆風ストラップを作る活動		○			○	③	1
	金山焼★	地域の陶芸「津軽金山焼」の製作を当施設で体験する活動		○			○	②③	2~3
	ほんじゅ竹灯籠(改訂)★	真竹に穴をあけて灯籠を作る活動		○			○	③	2
	ブラバンストラップ	プラスチックの板に絵や文字を描き、トースターで焼いて、キーホルダーを作る活動			○		○	全	1.5
	梵珠チャカボコけん玉★	真竹を加工して、昔から伝わるけん玉を作る活動		○			○	③	2
	ほんじゅひらひら凧★	ビニール袋と竹ひごを使ってオリジナルの凧を作る活動		○			○	①②	1~1.5
	ブンブンごま	昔から伝わる素朴な遊び道具のブンブンごまを作る活動		○			○	③	1
	梵珠ブーメラン	発泡塩ビ板で、投げると手もとにもどってくるブーメランを作る活動			○		○	③	2
	竹のしおり	竹材を薄く加工し、表面に言葉や絵を添えてオリジナルのしおりを作る活動		○			○	③	1~1.5
	ほんじゅ独楽	木材や自然物を素材としてこまを作る活動		○			○	③	1~1.5
まつぼっくりけんだま★	カップと松ぼっくりでオリジナルけん玉を作る活動		○			○	①	0.5~1	
バードコール	杉材を使い、鳥の鳴き声に似た音が出る鳥をよせる道具を作る活動		○			○	全	1	

### (3) 利用できる用具一覧

梵珠少年自然の家では、以下の物品が無料で利用できます。

館内活動					
プロジェクター	1	マイクスタンド	1	女神・付き人用衣装	青1赤1
ポータブルアンプ	2	ピンマイク	2	(青赤ワンピース 小)	1
DVD・VHSデッキ	1	コードリール (ドラムコード)	2	女神・付き人用衣装	4
液晶テレビ	2	女神・付き人用衣装	6	(ポンチョ 小)	
電子オルガン (キーボード)	1	(ワンピース)		女神・付き人用冠	3
チューナー・アンプ	1	女神・付き人用衣装	3	ろうそくホルダー 小	129
CDデッキ	2	(セパレート)		ろうそくホルダー 大	1
ワイヤレスマイク	3	女神・付き人用衣装	青1	燭台 (大 160人用)	1
		(青赤ワンピース 大)	赤1	燭台 (小 30人用)	1

野外活動・自然観察					
無線機	8	スノーソー	36	懐中電灯	20
赤ゼッケン (ビブス)	30	スノースコップ	12	虫めがね	61
青ゼッケン (ビブス)	30	雪ベラ	22	カップルーペ	26
黄ゼッケン (ビブス)	30	移植ベラ	14	ポケットルーペ	32
スノーシュー (大)	15	チューブそり (大・小)	10	タブレット端末	17
スノーシュー (小)	30	プラスチックそり	12	ミニ天体望遠鏡	5
りんごコンテナ	31	天体望遠鏡	1		

スポーツ・レクリエーション					
空気入れ	6	ユニホックパック	4	キャッチング・ザ・リング	1
ドッジボール	13	ユニホックゴール	1	ロープ・ジャンプ用縄 (短)	6
バレーボール用ボール、ネット	1	卓球ラケット	20	ロープ・ジャンプ用縄 (長)	12
バスケットボール	4	卓球台、ネット	4	ヒューマンロコモーション	1
バスケットボール用ゴール	2	フライングディスク	70	フラフープ	16
バドミントン用ボール、ネット	2	ディスクゴルフゴール	3	ペタンク (屋内用)	5
インディアカ	10	サークル・ジャンプ	6	得点板	2
ユニホックスティック	32	バンブー・ダンス (セット)	2	巻き尺	1
ユニホックボール	10	キャッチング・ザ・スティック (セット)	8	モルック	10

キャンピング					
6人用ドームテント	25	春秋用シュラフ	59	夏用シュラフ	68
ロールマット	84	冬用シュラフ	48		
LEDランタン	24	ヘッドライト	20		

創 作 活 動					
ラジオペンチ	57	カッターマット	50	小刀（左手用含む）	68
カッターナイフ（大）	36	のこぎり（大）	49	グルーガン	60
はさみ	34	のこぎり（小）	48	剪定ばさみ	60
穴開けパンチ	28	かなづち（大）	25	キリ	67
ピンセット	82	かなづち（中）	70	オープントースター	3
ステープラー（ホチキス）	15	かなづち（小）	32	卓上ボール盤	2

※接着剤・画材等の消耗品は上記に含まれていません。

そ の 他					
長机（体育館）	66	指揮台	1	電気ポット	2
パイプイス（体育館）	168	スクリーン（体育館固定）	1	冷蔵庫（和室）	2
長机（研修室1）	20	スクリーン（研修室1固定）	1	冷蔵庫（キャンプセンター）	2
パイプイス（研修室1）	60	移動式スクリーン（研修室1）	1	冷凍庫（リネン室）	1
長机（研修室2：白+茶）	15	移動黒板（体育館）	2		
パイプイス（研修室2）	28	移動ホワイトボード（体育館）	2		
演台（体育館）	1	流し台（水道付・体育館横）	4		

野 外 炊 事 道 具					
ずんどう鍋（直径27cm）	27	カレー皿	128	フライパン	7
ずんどう鍋（直径33cm）	2	ご飯茶碗	170	やかん（大）	2
ずんどう鍋（直径39cm）	3	どんぶり	112	やかん（小）	10
まな板	24	中皿	78	BBQコンロ	17
まな板（薄・小）	16	湯のみ茶碗	253	カセットコンロ	22
ライスクッカー	23	はし（組）	129	コッヘルセット	9
ボール（大）	39	スプーン（大）	176	ピザオープン	12
金ざる	10	スプーン（小）	82	ピザ用木板	13
プラスチックざる	17	かまど	24	ピザカッター	14
包丁	29	かまど用鉄格子網	24	ホットサンドメーカー	27
ピーラー（皮むき器）	18	流しそうめん用雨樋	6	ダッチオープン	24
たま杓子	51	はけ（クレンザー塗り用）	13	スキレット	20
飯へら	22	計量カップ	15	土鍋	20
トンブ（中・小）	22	計量スプーン	13	マグカップ	65
さいばし（組）	43	フライ返し	27	めん棒	36

○施設外に貸し出しできる物品もあります。その際はご相談ください。

（『出前講座』の『間接指導』扱いとなります。）

○利用希望が重複したときは、前泊の団体が優先となります。

#### (4) アクセスマップ



**《主な交通機関》**  
 自動車……国道7号線大釈迦西交差点から約15分  
 ……津軽自動車道五所川原東ICから約10分  
 …… 〃 五所川原ICから約10分  
 タクシー……JR五能線五所川原駅から約20分

#### 周辺の施設

施設名	施設の概要
① 県立自然ふれあいセンター 青森市浪岡大釈迦字 沢内沢 1-1 TEL:0172-62-4527	<ul style="list-style-type: none"> <li>・展示ホール</li> <li>・レクチャールーム (120名)</li> <li>・キャンプ場 (100名)</li> </ul> ※梵珠山登山を体験できます。
② 津軽金山焼 五所川原市大字金山 字千代鶴 5-79 <a href="tel:0173-29-3350">TEL:0173-29-3350</a>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ギャラリー和土 (わんど)</li> <li>・研修センター ・工房</li> <li>・各種焼窯</li> </ul> ※金山焼の体験ができます。
③ 立佞武多の館 五所川原市大町 506-10 TEL:0173-38-3232	<ul style="list-style-type: none"> <li>・美術展示ギャラリー</li> <li>・立佞武多制作所</li> <li>・制作体験</li> </ul> ※立佞武多の見学ができます。

