



福島県郡山自然の家

利用ガイド

みどり



であい

感動



福島県郡山自然の家

〒963-0213 福島県郡山市逢瀬町多田野字中丸山 46
TEL 024-957-2111 FAX 024-957-2112

<https://koriyama-nc.fcs.ed.jp>

✉ koriyama-nc@fcs.ed.jp

目 次

- ① 郡山自然の家について p 1～5
 - 1 本所の特徴と教育理念
 - 2 利用できない日
 - 3 利用できる団体
 - 4 主な携行品
 - 5 利用当日までの流れ
 - 6 所バスについて
 - 7 お支払いについて
 - 8 入所・退所について
 - 9 利用予約申込書（記入例）

- ② 提出書類の記入の仕方（例） p 6～10
 - 自然の家使用許可申請書
 - 活動計画書
 - 食数・クラフト等注文書
 - 到着時の人数確認書（日帰り・宿泊用）
 - 研修参加者名簿（宿泊団体のみ）

- ③ 本館利用の仕方 p 11～12
 - 1 本館利用の方へ
 - 2 標準生活時間表
 - 3 その他

- ④ 食堂・ベッドメイキング p 13
 - 1 食事について
 - 2 ベッドメイキングについて

- ⑤ 災害時における避難誘導の仕方 p 14
 - 1 入所時の確認
 - 2 警備員の指示・通報
 - 3 避難方法
 - 4 避難確認

- ⑥ 野営場利用の仕方 p 15～17
 - 1 野外活動センターについて
 - 2 野外炊飯について
 - 3 ベッドメイキングと片付けについて
 - 4 清掃について
 - 5 所員との打合せについて
 - 6 その他
 - 7 野営場施設案内図

- ⑦ 自然の家周辺医療機関案内及び交通案内・連絡先 p 18～19

- ⑧ 活動プログラム一覧 p 20～25
 - 活動に際して
 - めいっばいの自然を楽しもう

- ⑨ 守っていただきたいこと p 26
- ◆ その他 p 27～30
 - よくある問い合わせQ&A
 - バスの乗車・待機について

1

郡山自然の家について



すばらしい自然の中で

多くの人や物との出会いを通して

「心の動き」を感じてみませんか

1 本所の特徴と教育理念

恵まれた自然環境の中での様々な体験を通して、青少年の心身の健全な育成及び生涯学習社会を豊かに生きる人々を育てるための「都市近郊型施設」であり、幼児から高齢者まで利用できます。

(1) 集団宿泊活動を通して

他の人への思いやりや励まし、友情に満ちた和やかな雰囲気の中で、指導者や仲間と共に遊び、食べ、入浴し、眠ることは、学校や家庭では体験できない深い人間理解の場となります。また、寝食を共にする集団生活を通して、自制心、忍耐力、規律を守る心を育て、その根本にある「他人への思いやり」を育みます。

(2) 自然に親しむ活動を通して

自然の豊かさに触れ、どんな困難な場面に遭遇しても、仲間と協力して切り抜けていくことによって、子どもたちの成長が期待できます。

- 体験活動を通して、創造性や積極性を育みます。
- 挑戦と感動の積み重ねは、自信と自主性を育みます。
- 多様な活動は、飽くなき冒険心と探求心、そして夢を育ててくれます。

2 利用できない日

- (1) 月曜日
- (2) 国民の祝日に関する法律に規定する休日
(その日が月曜日に当たるときは、その日以降でその日に最も近い休日でない日)
- (3) 12月28日から1月4日までの年末年始
- (4) その他、自然の家の所長が定める日

3 利用できる団体

(1) 学校団体

- 保育所（園）、認定こども園、幼稚園、小学校、中学校、義務教育学校、中等教育学校、高等学校、特別支援学校、専門学校、大学など

(2) 社会教育団体

- 中学校・高等学校の部活動、公民館、地域子どもクラブ、スポーツ少年団、家庭教育学級、PTA、ボーイ・ガールスカウトなど

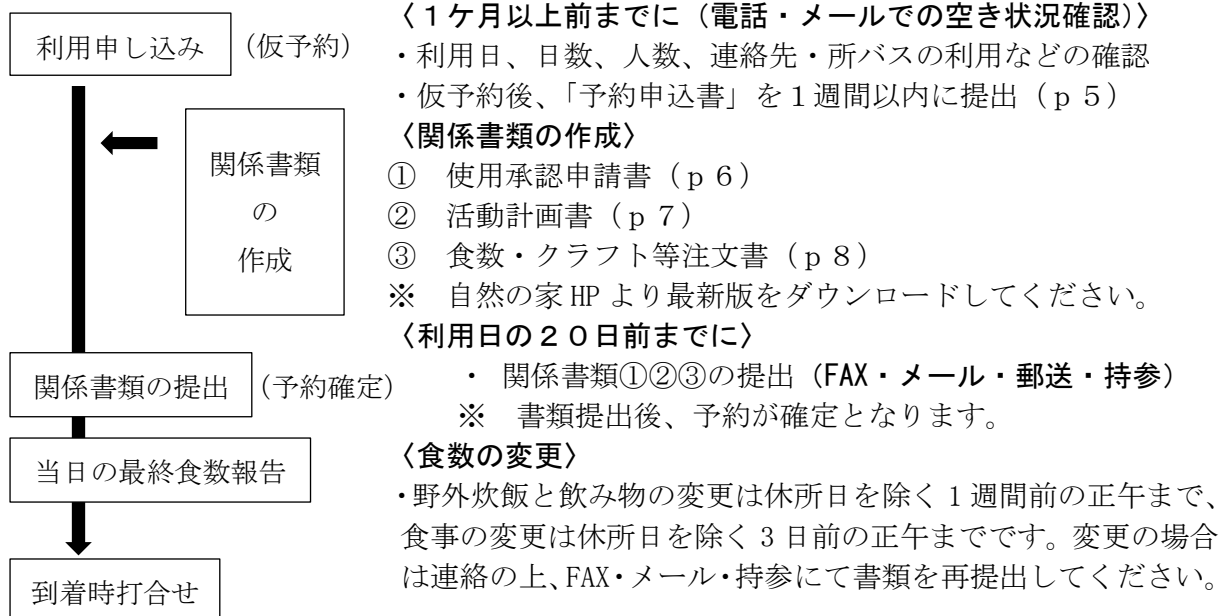
(3) その他の団体

- ファミリー、育児サークル、保育所、NPO法人、一般から高齢者までの団体等
- ※ 2～4名での利用は、申込み時点で利用日に他団体の利用がある場合のみに限ります。
- ※ 1名での利用はできません。

4 主な携行品

- うわばき、洗面用具一式、着替え、パジャマ等
- 活動によっては、水筒、長袖長ズボン、帽子、軍手、長靴、雨具等
- ※ 忘れ物については、3ヶ月間保管しておきますが、それ以後は処分させていただきます。なお、靴下・下着類は、適宜処分させていただきます。

5 利用当日までの流れ



〈到着時利用団体代表者との打合せ〉

- ① 到着時の人数確認書 (p 6)
 - ② 研修参加者名簿 (宿泊団体のみ提出) (p 7)
- ※キャンセルや利用人数などの変更が出た場合は、速やかに自然の家に連絡の上、変更部分の書類を再送下さい。
- ※食数の変更については野外炊飯・飲み物は休所日を除く1週間前の正午まで、食事は休所日を除く3日前の正午までにお願いします。以降のキャンセルは、料金が発生します。

6 所バスについて

- ① 入・退所時の送迎、活動の移動時に利用できます。
- ② 乗車定員は45名(補助席を含む)。荷物置きはございませんのでご注意ください。
- ③ 運行条件として、乗車人員数が10名以上、運行範囲は概ね片道50kmとします。
- ④ 各団体の出発点から郡山自然の家の2点間のみ運行とします。
- ⑤ 所バスを利用時は、必ず緊急車両をご準備ください。(ケガ・病気時の搬送のため)

7 お支払いについて

- (1) 経費のお支払いは、原則ご利用後から1週間以内にお振込みください。振込手数料は利用者様負担となります。現金でのお支払いや使用承認申請書に明記した団体名以外での請求書・領収証の発行を希望される場合は、必ず事前にお知らせください。
- (2) 使用料について、下記に該当する場合は、使用料が免除となります。
(食事代、リネン代、クラフト代等の実費分は免除の対象とはなりません。)

 - ① 学校教育法第1条に規定する学校(大学等を除く)の教育に基づく活動としての利用。
 - ② 児童福祉法第7条に規定する保育所等の保育に基づく活動としての利用。
 - ③ 就学前の子どもに関する教育、保育等の総合的な提供の推進に関する法律第7条第1項に規定する認定子ども園の教育及び保育に基づく活動としての利用。
 - ④ 手帳をお持ちの障がい者本人と介護者1名、または一定要件を満たす団体の利用。

8 入所・退所について

宿 泊 利 用

入 所	
郡山自然の家 到着	○バスは、車止めまで進入可能です。降車後は、車庫前の指定された路上または第一駐車場に駐車して下さい。 ○緊急車両等乗用車は、第一駐車場に駐車して下さい。
自然の家へ入所 出合いの集い会場へ移動	○本館玄関や体育館前等、指定の下駄箱に下足を入れ、上履きへ履き替えます。 ○指定された出合いの集い会場へ移動して下さい。
所員との打合せ	○団体代表の方は、事務室にて人数、実施プログラム、スケジュール、部屋割り、注意事項等、活動内容全般について所員と打合せ確認を行います。
出合いの集い	○団体主体で実施して下さい。 ○本所の方針や利用上の注意を伝えるため所長や所員の挨拶時間を設定下さい。
荷物の移動	○プログラム活動の前に、荷物を指定の場所に移動して下さい。
ベッドメイキング説明	○活動計画の中に必ず時間を設定し、所員の説明を受けて下さい。
宿泊室に移動し宿泊準備	○リネン室（シーツおきば）から1名につきシーツ2枚と枕カバー1枚を宿泊室へ運び、ベッドメイキングを行って下さい。

退 所	
シーツ・枕カバー返却	○使用したシーツ、枕カバーは、部屋毎に1枚のシーツを風呂敷代わりにまとめて、リネン室（シーツおきば）の回収ワゴンに入れて下さい。 ○鼻血、嘔吐等、シーツ、枕カバー、毛布、敷布団等の汚れを確認して下さい。
宿泊室の整理整頓・清掃	○寝具は、部屋に掲示された写真の通りに整頓して下さい。 ○備え付けのほうきで清掃し、エアコンの電源を切り消灯して下さい。
荷物の移動	○朝8：40までに本館中央ホール等、指定の場所に荷物を移動して下さい。
宿泊室の確認	○朝8：40に、所員が宿泊室の整頓状況を確認をします。 ○部屋長等、各部屋1名以上の立ち合いをお願いします。 ○鼻血、嘔吐等による寝具の汚れは、必ず報告下さい。
請求書の受け取り 現金支払い	○振込の場合は、事務室窓口にて請求書をお渡しします。 ○現金支払いの場合は、事務室窓口でお支払い後に領収証をお渡しします。
アンケートの提出	○入所時にお渡ししたアンケート（山びこ）を事務室窓口へご提出下さい。 ○当日の提出が難しい場合は、FAX、メール、WEBフォームでも回答可能です。
別れの集い	○団体主体で実施して下さい。 ○本所利用の感想等を伝えるため所長や所員の挨拶時間を設定下さい。

日 帰 利 用

入 所	
郡山自然の家 到着	<ul style="list-style-type: none"> ○バスは、車止めまで進入可能です。降車後は、車庫前の指定された路上または第一駐車場に駐車して下さい。 ○緊急車両等乗用車は、第一駐車場に駐車して下さい。
自然の家へ入所 出会いの集い会場へ移動	<ul style="list-style-type: none"> ○本館玄関や体育館前等、指定の下駄箱に下足を入れ、上履きへ履き替えます。 ○指定された出会いの集い会場へ移動して下さい。
所員との打合せ	<ul style="list-style-type: none"> ○団体代表の方は、事務室にて人数、実施プログラム、スケジュール、注意事項等、活動内容全般について、自然の家所員と打合せ確認を行います。
出会いの集い	<ul style="list-style-type: none"> ○団体主体で実施して下さい。 ○本所の方針や利用上の注意を伝えるため所長や所員の挨拶時間を設定下さい。
荷物の移動	<ul style="list-style-type: none"> ○プログラム活動の前に、荷物を指定の場所に移動します。

退 所	
請求書の受け取り 現金支払い	<ul style="list-style-type: none"> ○振込の場合は、事務室窓口にて請求書をお渡しします。 ○現金支払いの場合は、事務室窓口でお支払い後に領収証をお渡しします。
アンケートの提出	<ul style="list-style-type: none"> ○入所時にお渡ししたアンケート（山びこ）を事務室窓口へご提出下さい。 ○当日の提出が難しい場合は、FAX、メール、WEBフォームでも回答可能です。
別れの集い	<ul style="list-style-type: none"> ○団体主体で実施して下さい。 ○本所利用の感想等を伝えるため所長や所員の挨拶時間を設定下さい。

令和6年度 福島県自然の家 社会教育団体 利用予約申込書

必要事項を記入し、**原本を手元に控えたうえ**ご提出ください。

書類は学校教育団体
用・社会教育団体用そ
れぞれご用意していま

団体の名称	こまくさ子ども会		
団体の所在地	〒963-1234 郡山市中丸町1-15		
代表者職氏名	会長 郡山 太郎		
担当者職氏名	夕日 花子	電話番号	012 - 345 - 9876
Eメールアドレス	komakusa@nsg.gr.jp	FAX番号	012 - 345 - 9875

1. 利用日数 日帰利用の場合は○で囲む	1 泊 2 日 ・ 日帰利用										
2. 利用日 ※1	9 月 6 日 ~ 9 月 7 日										
3. 利用目的 ※2	利用目的	自然の中で宿泊を通して協力することの大切さを知る									
	希望する	野外炊飯・フィールドワーク赤・焼き板・キャンプファイヤー									
	活動プログラム	マウンテンバイク・インラインスケート・アーチェリー									
4. 利用人数 (予定)		幼児	小学生	中学生	高校生	大学生	一般	指導者	その他	合計	うち障がい者 免除対象の方
	男		18	1				3		22	
	女		14	2				2		18	
	計	0	32	3	0	0	0	5	0	40	
5. 宿泊希望施設 ※3		1泊目		2泊目		3泊目		4泊目		5泊目~	
	本館泊	○									
	ロッジ泊										
	テント泊										
6. 食堂利用 (該当欄に○か「野外炊飯」と記入)		日帰り	1泊目	2泊目	3泊目	4泊目	5泊目	利用しない			
	朝食			○							
	昼食		野外炊飯	○							
	夕食		○								
7. 交通手段 (該当欄に○を記入)	利用団体所有の乗物 (貸切バス等を含む)										
	○	自然の家所有のバス※4 (右の欄にも○を記入)				○	入退所時の送迎 活動のための移動				
	その他の交通手段 ()										
8. 郡山自然の家の 過年度利用調べ	新規 ・ R5年度 9 月 ・ R4年度 月 ・ R3年度 月 ・ R2年度 月 ※わかる範囲で利用月まで記入願います										
9. 備考 (隣接施設等と合同・連合で 行う場合はその施設名等を記											

- ※1 利用日：本所へ電話またはメールにて空き状況を確認し利用日を確定させたうえ、ご提出ください。
- ※2 利用目的：利用目的及び希望する自然の家のプログラム活動を記入してください。
- ※3 宿泊希望施設：希望する宿泊施設の欄に○を入れてください。
(本館のみ・ロッジのみ・本館及びロッジそれぞれ1泊ずつなどの利用も可能です。)
- ※4 自然の家のバスによる送迎条件 10名以上~補助席含み45名以内、片道50km以内の団体。
※お荷物は座席または座席上部になります。荷物を配慮した上で乗車人数をお決めください。
- ※5 利用を取りやめる場合は、下記の太枠内必要項目を記入のうえ、郡山自然の家へご提出ください。

利用を取りやめる場合 ※5	
利用日	
取りやめ理由	
担当者自署	

郡山自然の家使用欄				
予約受付				
所長	次長	局長	主任	受理日
				/
利用取りやめ				
所長	次長	局長	主任	受理日
				/

2 提出書類の記入の仕方（例）

様式第1号(第3条関係)

自然の家使用承認申請書

令和〇年〇月〇日

福島県郡山自然の家所長 様

住所又は所在地 郡山市逢瀬町45-2
 申請者 団 体 名 こまくさ子ども会
 代表者職及び氏名 会長 郡山太郎

次のとおり福島県 郡 山 自然の家を使用したいので申請します。

連絡先	郵便番号	〒 963 - 1234				利用の打合せを担当する方の連絡先				
	住所	郡山市中丸町1-15								
	担当者氏名	夕日花子								
	(自宅・携帯)電話番号	012-345-6789		ファクシミリ番号	012-345-6790					
	(勤務先等)電話番号	012-345-9876		ファクシミリ番号	012-345-9875					
使用目的	自然の中での宿泊を通して協力することの大切さを知る。									
使用期間	(入所)令和〇年9月6日(水) 10時00分 (退所)令和〇年9月7日(木) 13時30分 日 帰 り ・ 宿 泊 (1 泊 2 日)									
使用人数	区分	幼児	小学生	中学生	高校生	大学生	一般	指導者	その他	計
	男性		18	1				3		22
	女性		14	2				2		18
	計		32	3				5		40
宿泊予定 (1)泊 (2)日	区分	1泊目		2泊目		3泊目		4泊目		5泊目
	本館泊	男性(22) 女性(18) 計(40)		男性() 女性() 計()		男性() 女性() 計()		男性() 女性() 計()		男性() 女性() 計()
	ロッジ泊	男性() 女性() 計()		男性() 女性() 計()		男性() 女性() 計()		男性() 女性() 計()		男性() 女性() 計()
	テント泊	男性() 女性() 計()		男性() 女性() 計()		男性() 女性() 計()		男性() 女性() 計()		男性() 女性() 計()
備 考	・「活動計画書」を必ず添付してください。 ・食事やクラフト等の注文がある方は「食数クラフト注文表」を提出してください。 ・連絡先は、代表者と限らず、終日連絡可能なところを記入してください。 ・体育館での活動の際、音響設備を使用します。									
	貸出物品や要望を記入してください									

活動計画書

申請時提出

団体名		こまくさ子ども会		連絡者名		夕食		活動内容		備考	
交通手段		往路	復路	自然の家バス(所バス)・その他()		自然の家バスの送迎時間		9時30分(こまくさ)発(自然の家)へ 13時30分(自然の家)発(こまくさ)へ			
宿泊数	月	日	団体名・学年	7:30	8:30	12:00	13:00	17:20	18:30	21:00	
第1日目	9月6日(水)	晴天	団体名:こまくさ子ども会 学年 3~6学年 利用人数:(40人) 男(22)女(18) 部屋:本館・ロッジ()	朝食 食堂	10:00 到着 10:20 出合いのつどい 10:30 野外炊飯 ()班編成	昼食 食堂 持参弁当	13:00 ファイルドワーク ()班編成 15:30 焼き板	夕食 食堂	19:00 キャンプファイヤー (第4营火場) 19:00 キャントルファイヤー (体育館)		ファイヤー衣装一式借用
第2日目	9月7日(木)	晴天	団体名:こまくさ子ども会 学年 3~6学年 利用人数:(40人) 男(22)女(18) 部屋:本館・ロッジ()	朝食 食堂	9:00 マウンテンバイク インラインスケート アーチェリー ()分間のローテーション 9:00 車細工	昼食 食堂	13:00 別れのつどい 13:30 退所				
第3日目	月 日 ()	晴天	団体名: 学年 利用人数:()人 男()女() 部屋:本館・ロッジ()	朝食 食堂		昼食 食堂		食堂			
第4日目	月 日 ()	雨天	団体名: 学年 利用人数:()人 男()女() 部屋:本館・ロッジ()	朝食 炊飯		昼食 炊飯		炊飯			

※それぞれの活動の班数を記入してください。
※キャンプファイヤー・キャンドルファイヤーを行う場所を記入してください。

令和6年度 食数・クラフト等注文書

団体名 **こまくさ子ども会** 担当者名 **夕日花子** TEL **012-345-9876**

利用期日/ **9月 6日(水)~ 9月 7日(木)** **宿泊・**日帰り

支払方法/ **振込**・現金 請求書・領収証宛名/**団体名の通り**・別途指示あり

		6日(水)		7日(木)		日()	備考
朝食	小学生未満		人		人	人	
	小学生		人	36	人	人	
	中学生以上		人	3	人	人	
	合計		人	39	人	人	
昼食	小学生未満		人		人		大豆アレルギーが1名いる場合の持参弁当対応事例。 ※持参弁当により注文数は39名分となっています。 ※持参弁当を冷蔵庫での保管し、食べる際の温め対応は可能です。
	小学生		人	36	人		
	中学生以上		人	3	人		
	カレーセット(小学生未満)		人		人		
	カレーセット(小学生以上)		人		人		
	合計		人	39	人	人	
夕食	小学生未満		人		人		大豆 1名→持参弁当
	小学生		36	人	人		
	中学生以上		3	人	人		
	カレーセット(小学生未満)		人		人		
	カレーセット(小学生以上)		人		人		
	合計		39	人	人	人	
野外炊飯	開始日時	6日(水) 10:30		6日(木) 10:30		日()	
	記号・メニュー	B ・ 焼肉		C ・ 焼きそば			
	セット数	7 セット(40 人分)		3 セット(18 人分)		セット()	1セット6名分です。 ※雨天時も実施していただきます。
炊②	受取日時	日() :		日() :		日() :	
	セット数	セット() 人分)		セット() 人分)		セット() 人分)	
飲み物	受取日時	6日(水) 13:00		7日(木) 9:00		日()	受け取り時間になりましたら、食堂内の冷蔵庫から団体名の書かれた飲み物を忘れずに受け取ってください。
	緑茶(500ml)		本		本		
	スポーツ飲料(500ml)		40	本		本	
	麦茶(500ml)			40	本		

食数変更の締切は、食堂利用は休所日を除く3日前正午、野外炊飯・飲み物は休所日を除く1週間前正午までになっております。

※食数変更の締切日が休所日にあたる場合は、その直前の開所日までにご連絡ください。※締切後はキャンセル料がかかります。

※ カレーセット 小学生未満「カレー+サラダ+デザート+飲み物」、小学生以上「カレー+サラダ+おかず+デザート+飲み物」

晴天時にキャンプファイヤー、雨天時はキャンドルファイヤーを実施する場合は両方にご記入ください。
※キャンプファイヤーのみを計画していて、実施できなかった場合の代金はいただきません。

この場合、雨天時にのみ実施します。
※実施しなかった場合の代金はいただきません。
※個数の変更は当日でも可能です。活動によっては、欠席の方の分の材料を持ち帰ることもできます。

シート	宿泊場所	本館	ロッジ	人数	人数	人数
		40 人分	人分			
キャンプファイヤー		1 セット	9 月 6 日使用			
キャンドルファイヤー		1 セット	9 月 6 日使用			
第一研修室 / 中央ホール / 体育館 / 総合活動館						
震災を学ぶ体験活動プログラム(炊き出し体験①) / 薪のみ						
セット	月	日使用	※白米1合、レトルトカレーは各自持参			

クラフト	缶バッジ	人数	月	日使用
	森の標本箱	必・ 40 人分	9 月	6 日使用
	プラ板キーホルダー	必・雨	月	日使用
	革細工	必・ 雨	月	日使用
	焼き板	必 雨	月	日使用
	万年カレンダー	必・雨	月	日使用
	草木染め	必・雨	月	日使用

令和6年度 到着時の人数確認書(日帰り・宿泊用)

団体名: **こまくさ子ども会** 代表者 (**夕日花子**)

1. 日帰り利用

利用期間		小学生	3 人	大学生	人
9 月 6 日～ 9 月 7 日	小学生未満	中学生	1 人	成人	2 人
		高校生	人	65歳以上	人
障がい者手帳等保有者	人		人		人
9 月 6 日	人		4 人		1
9 月 7 日	人		3 人		2 人
月 日	人		人		人
月 日	人		人		人
延べ利用人数	人		7 人		3 人
使用料金	無 料	学校利用免除		学校利用免除	
		障がい者免除		障がい者免除	
		100円 × 人	円	× 人	円
					円

宿泊せずに日帰りで参加される方がいる場合は、日付ごとに内訳をご記入ください。

2. 宿泊利用

利用期間		小学生	29 人	大学生	人
9 月 6 日～ 9 月 7 日	未就学児童 (小学生未満)	中学生	2 人	成人	3 人
		高校生	人	65歳以上	人
障がい者手帳等保有者	人		人		人
1泊目	人		31 人		3
2泊目	人		人		人
3泊目	人		人		人
延べ利用人数	人		31 人		3 人
使用料金	無 料	学校利用免除		学校利用免除	
		障がい者免除		障がい者免除	
		520円 × 人	円	1040円 × 人	円

宿泊料金 円

※事務処理チェック欄

金額確認	使用料	クラフト代	支払確認
印	食事代	リネン代	印

: 現金

: 振込

使用料金合計 円

※ 太枠内をご記入のうえ、到着時に担当職員へお渡しください。

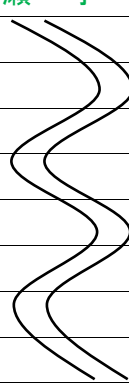
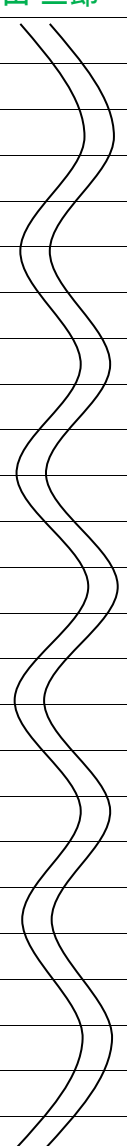
※ 学校などが教育に基づく活動として利用する場合は、使用料は無料です。

※ ご不明な点がございましたら、お問い合わせください。

(裏面白紙)

研修参加者名簿(宿泊団体のみ)

(入所時提出)

団体名	こまくさ子ども会				代表者名又は引率責任者	郡山太郎				
研修期間	9月 6日 ~		9月 7日 まで							
番号	氏名	性別		備考	番号	氏名	性別		備考	
		男	女				男	女		
1	多田野 孝一	○			31	岩瀬 一子		○	9/7のみ参加	
2	逢瀬 健太郎	○			32					
3	逢瀬 花子		○		33					
4	郡山 三郎	○		9/6のみ参加	34					
5					35					
6					36					
7					37					
8					38					
9					39					
10					40		石川 健太	○		右足首骨折
11					41					
12					42					
13					43					
14					44					
15				45						
16				46						
17				47						
18				48						
19				49						
20				50						
21				51						
22				52						
23				53						
24				54						
25				55						
26				56						
27				57						
28				58						
29				59						
30	田村 五郎	○			60					

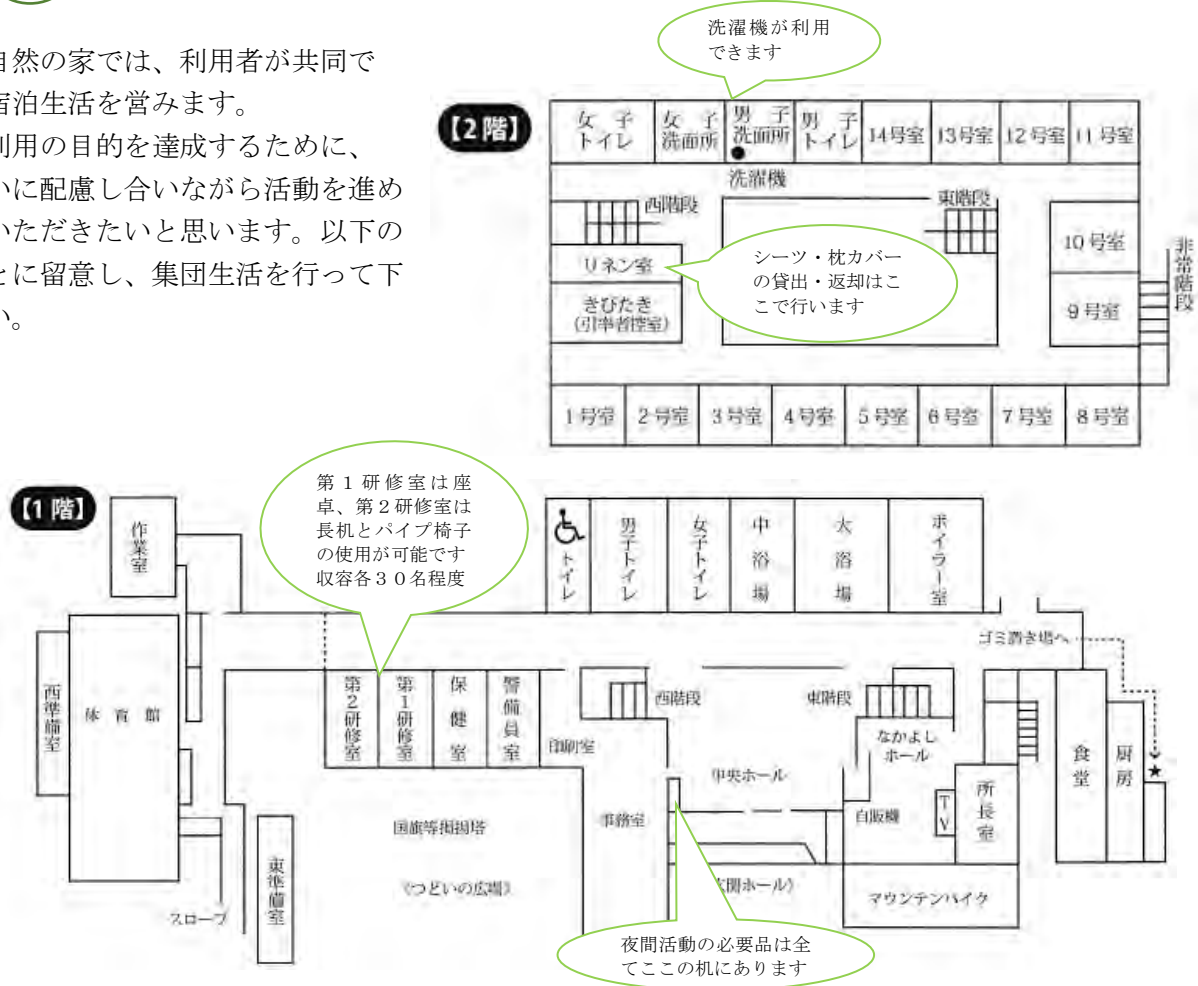
※各団体でしおり等につけた参加者の名簿があれば、それに替えても結構です。
 ※備考欄には、健康状態等、特に留意しなければならないことについてご記入ください。また、途中で移動がある参加者についてもご記入ください(例:○○日午後から参加・帰宅等)。
 ※外国籍の方は備考欄に国籍及び旅券番号(日本に住所を有する方は住所)をご記入ください。

3

本館利用の仕方

自然の家では、利用者が共同での宿泊生活を営みます。

利用の目的を達成するために、互いに配慮し合いながら活動を進めていただきたいと思います。以下のことに留意し、集団生活を行って下さい。



1 本館利用の方へ

- (1) 本館宿泊室14室（2段ベッド）、引率者用和室1室 172名収容
 （9・10号室はフローリング、13号室のみ10人、その他12人。なお、9・10号室は最大24人一部屋としての利用も可能です。きびたきは和室で、6人まで利用可能です。）
- (2) 次の場合は、至急事務室へおしらせください。
 - けが、病人が出たとき。（特に首から上部のけがについては、至急ご連絡ください。引率者と協議の上、救急車を要請いたします。）
 - 途中の入退所、見学者があるとき。（カメラマン、外部講師、保護者送迎等）
 - 自由時間などに体育館や活動館、遊具等を使用するとき。
 - 施設や用具の破損などがあつたとき。
 - 不審物や不審者を見かけたとき。
- (3) 夜間（午後5時以降）の急病・けがの場合
 - 当日の警備員に連絡するとともに、各自で適切な処置を行ってください。
- (4) お風呂には全身用シャンプーがあります。
- (5) キャンプファイヤー・キャンドルファイヤーの衣装や夜間活動に必要な物品は、事前に本所にご連絡ください。必要物品は、中央ホール事務室側の机に準備いたします。（トーチ棒は団体でご用意ください。なお、灯油は本所で準備いたします。）
- (6) 諸経費の会計、用具の貸出・返却など不明な点がありましたら事務室までご連絡ください。

2 標準生活時間表

標準生活時間	活 動 内 容	活 動 の し か た
6:30～	起床・荷物の整理 清掃・シーツ返却	・起床・洗面、部屋の整理、荷物の整理 ・シーツ使用後は、部屋毎に1枚のシーツを風呂敷代わりにしてまとめ、シーツおきばワゴンの中へ
7:30～ 8:30	朝 食	・セルフサービス形式
8:40	部屋の点検	・部屋の整理・消灯確認、ふとんのたたみ方など
9:00～12:00	午前の活動	・団体の計画に基づいた活動
12:00～13:00	昼 食	・セルフサービス形式
13:00～16:00	午後の活動	・団体の計画に基づいた活動
16:00～17:20	自由交歓 シーツ類の貸し出し	・ベッドメイキング
17:20～18:30	夕 食	・セルフサービス形式
19:00～20:30	夜の活動	・団体の計画に基づいた活動(宿泊室は消灯する) (※同時利用団体と時間調整をしての活動)
～21:30	入 浴 〈最終入浴時刻です〉	(大浴室20名、中浴室15名が一度に入れる目安)
22:00～	消灯・就寝	

3 その他

- (1) 清掃は、はき掃除が主になります。各団体が相談をして分担を決めて実施してください。
- (2) 活動は各団体の計画に基づいて実施していただきます。また、必要な用具の貸し出しについては、各団体の名前を表示して下記の場所に準備いたします。
○ 夜間活動に関するもの・・・中央ホール事務室側机または引率者へ直接貸し出し
- (3) 浴室の洗い桶や腰かけ、シャワーなどの整頓をお願いします。また、最後に利用された方は、必ず電気を消してください。
- (4) 就寝・消灯・中央玄関入口施錠は、午後10時です。
- (5) 起床は、午前6時30分です。
- (6) シーツ類はリネン室（シーツおきば）に用意してあります。団体名の表示札の場所から数を確認してお持ちください。使用後は、部屋ごとに1枚のシーツを風呂敷代わりにしてまとめ、リネン室のワゴンに入れてください。
- (7) 入所・退所の『つどい』については、団体の計画で実施してください。
- (8) 食堂では許可された方以外の持ち込みによる飲食はできません。
- (9) 宿泊室内では水分補給を除く飲食はできませんので、なかよしホールをご利用ください。
- (10) 本所ではアルコール類の持ち込みや飲酒は固くお断りいたします。
- (11) 子どもたちの活動に配慮し、喫煙所以外（※別途案内）での喫煙はできません。また、夜間施錠中（午後10時～午前6時30分）も喫煙できません。
- (12) レジャー施設とは異なります。決まりやルールを守れない場合や、他の団体に迷惑をかけた場合は、退所していただくことがあります。また、次回以降の利用はお断りさせていただきます。
- (13) Wi-Fi 設備は研修で必要な場合のみ利用が可能です。一般開放はしておりません。
- (14) 環境教育のため、節約・節電・節水にご協力ください。

4

食堂・ベッドメイキング

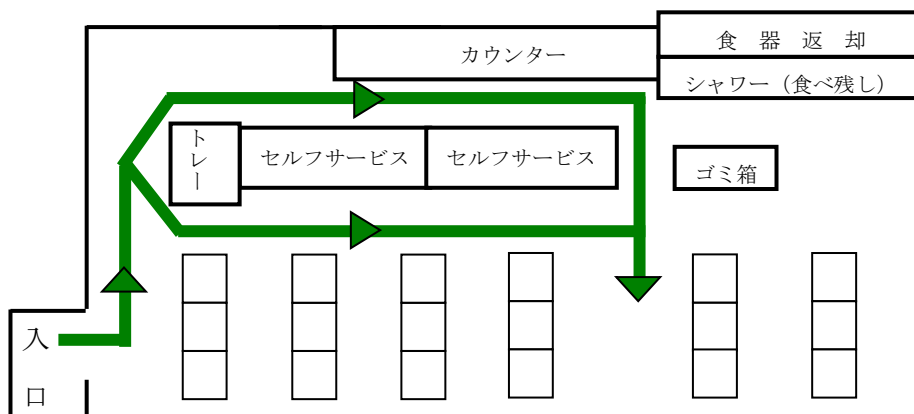
1 食事について

児童・生徒は慣れない宿泊生活、集団生活により、体調不良や食欲不振・過食など普段と様子が異なる場合があります。引率者は児童・生徒が楽しく食事がとれるよう健康状態に配慮した対応をお願いします。

<食堂利用について>

- ※ 当所の食事は、3食とも『セルフサービス形式』になっています。
- ※ 食堂の定員は、最大で112名です。多くの人数で食事できるよう、席を詰め、グループごとに、配膳を終えたところから食事をしていただくようご協力をお願いします。

- 朝食 7:30～8:30 *決められた分だけ取ってください。
- 昼食 12:00～13:00 *食器はシャワーで流してください。
- 夕食 17:20～18:30 *ご用の際は食堂職員にお声掛けください。



2 ベッドメイキングについて

(1) 本館利用

- ① 本館2階のリネン室(シーツおきば)から各団体ごとに一人シーツ2枚・枕カバー1枚をお持ちください。
- ② ベッドメイキングは、下から「敷布団」「汗取りパッド」「シーツ①」「シーツ②」「掛け布団青」「掛け布団ピンク」の順になります(各宿泊室に、写真による解説を掲示しています)。
- ③ シーツ等の返却は、リネン室のワゴンに、1枚のシーツを風呂敷代わりにして部屋ごとにまとめて返却してください。



<本館の場合>

(2) ロッジ利用

- ① 野外活動センターから各団体ごとに一人シーツ2枚・枕カバー1枚をお持ちください。
- ② ベッドメイキングは、下から「銀マット」「汗取りマット」「シーツ①」「シーツ②」「掛け布団」の順になります。
- ③ シーツ等の返却は、野外活動センターの青いワゴンに、1枚のシーツを風呂敷代わりにして部屋ごとにまとめて返却してください。

- ※ 所員がベッドメイキングの説明を行いますので、説明時間を10分程度確保してください。
- ※ 退所日には午前8時40分までに部屋の整理を済ませてください。その後、所員が部屋点検を行います。引率者または各部屋長の立会いをお願いします。

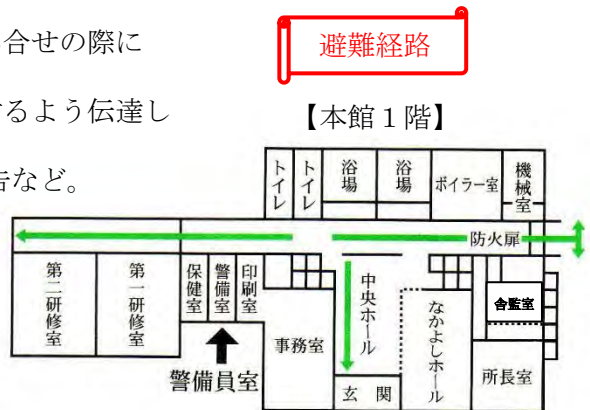
5 災害時における避難誘導の仕方

1 入所時の確認

- (1) 引率者は、利用する宿泊室、ロッジの番号を打ち合せの際に担当所員と確認してください。
- (2) 引率者は、利用者全員に避難の方法を必ず確認するよう伝達してください。
※避難場所、避難経路、避難方法、避難状況報告など。
- (3) 引率者は、全員に誘導する方法について周知してください。

2 警備員の指示・通報

- (1) 火災受信機のベルが作動したら、当所職員または警備員（以下「職員等」という。）が状況を確認し、指示・通報を行いますので、冷静な対応をしてください。
- (2) ロッジ利用者へは本館事務室より職員等が指示・通報を行います。



3 避難方法

(1) 本館

- ① 火災発生の場所が西側の場合（事務室、警備員室など）は、8号室脇の避難階段より避難する。
引率者は、*①～*③に立ち、誘導する。《図1》
- ② 火災発生の場所が東側（食堂など）の場合は、西階段より避難する。引率者は、*①～*③に立ち、誘導する。《図2》
- ③ 火災発生の場所が北側（ボイラー室など）の場合は、1号室～4号室及び「きびたき」は西階段より避難し、5号室～14号室までは、8号室脇の避難階段より避難する（防火扉が閉まっていない場合は、西階段から避難する。・・・②と同じ）。
引率者は、*①～*③に立ち、誘導する。《図3》

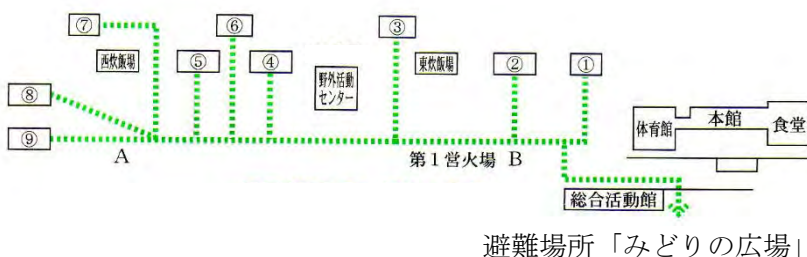
(2) ロッジ

- ① 避難の指示
ロッジ利用者の避難が必要となった場合、本館事務室から緊急放送を行う。
* 職員等及び引率者が手分けして各ロッジにも個別に指示する。
- ② 避難及び避難経路
引率者は、A、B地点に立って、誘導する。
避難場所・・・本館南側の「みどりの広場」《図4》
避難経路・・・野営場→総合活動館北側→みどりの広場

4 避難確認

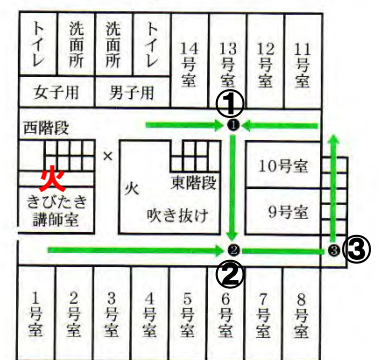
各団体の引率者は、けが人等の有無を確認し、けが人がいる場合は、職員等の指示により、必要な措置を行う。

《図4 ロッジからの避難経路》

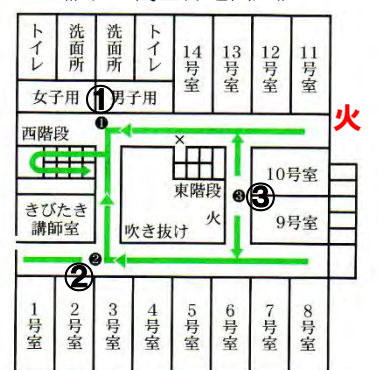


【本館2階】

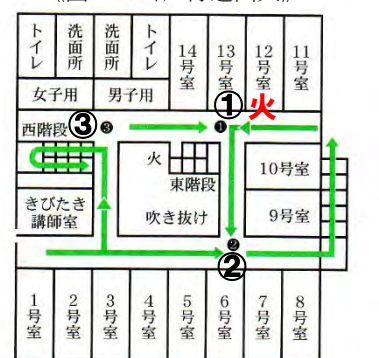
《図1 事務室付近出火》



《図2 食堂付近出火》



《図3 ボイラー付近出火》



6

野営場利用の仕方

1 野外活動センターについて

- 本館事務室への連絡には携帯無線機をご利用ください。
- 野外炊飯用具一式、野外炊飯用食材、野営場内放送設備、ロッジ及びテント用のリネンがあります。

2 野外炊飯について

- 食材の確認及び薪の分配は、所員が行います。
- 食器及び炊飯用具を使用した後は、下記のように洗い、所員の指示を受けてください。
 - ① 食器 → 食器用スポンジと食器用洗剤を使って洗った後、食器カゴに入れて活動センター内のテーブルの上に返却して下さい。
 - ② 調理器具：ナベ・コッヘル・鉄板 → スチールたわし・亀の子たわしを使い、ナベ・コッヘル用洗剤で洗った後、元の場所に返却して下さい。
※ 食器用スポンジは使用しないで下さい。
 - ③ 調理器具：ボウル・ザル・まな板 → 食器用スポンジと食器用洗剤を使って洗った後、元の場所に返却して下さい。
- 残菜は食材が入っていたレジ袋を使用し、中身がこぼれないように口を結び、活動センター前に用意したポリバケツに入れて下さい。
- 残灰はそのまま一斗缶に取り、観察池脇の水道で消火してから残灰ドラム缶に入れて下さい。
- 雨天等のためにロッジで食事をした場合は、内部の清掃をして下さい。

3 ベッドメイキングと片付けについて

- 寝具の敷き方や順序や整理の仕方は、ロッジ内にある表示をご覧ください。
- p13の「2 ベッドメイキングについて」を参考にして下さい。

4 清掃について

- ロッジ、炊飯場、トイレ、説明テント、テーブルとベンチ及びその周辺の清掃・整頓をお願いします。
- ロッジの床は、備え付けのホウキで掃き掃除をし、ゴミ箱のゴミは野外活動センター内のゴミ箱に捨てて下さい。
- テーブルが汚れたときは、野外活動センター内の雑巾で拭いて下さい。

5 所員との打合せについて

- 入所時に本館事務室で行います（健康状態、活動予定の確認、緊急時の対応等）。
- 活動等について不明な点があればいつでもお問い合わせ下さい。

6 その他

- 活動で野営場を離れる場合・就寝時は、野外活動センターの戸を閉め、消灯をお願いします。また、ロッジは必ず施錠して下さい。
- 食材の持込、冷蔵庫・冷凍庫の使用はできません。
 - ※ 食材等の持込を所員が確認した場合は、そのまま持ち帰っていただくか退所していただくことがあります。
- キャンプファイヤーを実施した団体は、午後8時30分までに完全に消火し、片付けは翌朝行って下さい。
- 利用団体代表者にロッジ・キーをお渡しします。返却は退所日の午前8時40分に実施する部屋点検の際、返却して下さい。
 - ※ 貴重品は常に身につけていただくか、本館のコインロッカーをご利用下さい。

◎ 退所及び活動に入る前にもう一度ご確認ください。

火気

照明

ゴミの処理

戸締まり

整理整頓（布団・室内全体）

忘れもの

ロッジ・キーの返却

野営場施設案内図

各物品は団体名ごとに指示されたものをご使用ください。

ロッジ(全9棟)

1棟に14人宿泊可能(4月中旬～10月末)。その他、雨天時の野外炊飯の食事場所、テント泊者の緊急避難所として使用します。

野外炊飯

まき置き場から団体ごとに薪を持って行き、使用するかまどの数分、均等に付けてください。

キャンプファイヤー

まき置き場から団体ごとにリヤカーを持って行ってください。薪、バケツ、スコップなど一式載せてあります。



可燃物、不燃物
食べ残し、野菜くず



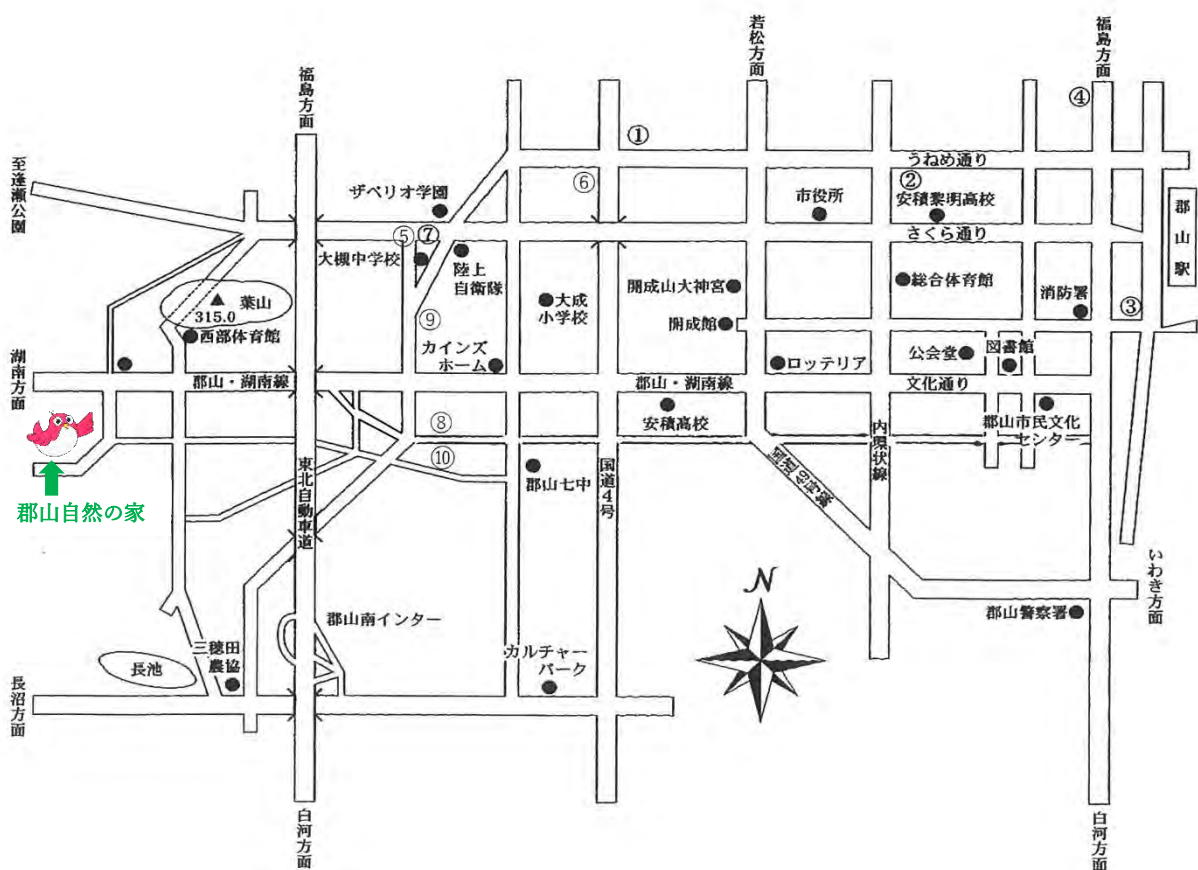
緊急車両

活動者の安全確保のため緊急車両の乗り入れは、本館南側の市道からアーチアリーナ場ネット裏の通路を経由し、東トイレまでとなります。

7 自然の家周辺医療機関案内及び交通案内

- ① 郡山市休日・夜間急病センター
郡山市上亀田
Tel 024-934-5656
- ② 太田西ノ内病院 郡山市西ノ内
Tel 024-925-1188
- ③ 寿泉堂総合病院 郡山市駅前
Tel 024-932-6363
- ④ 総合南東北病院 郡山市八山田
Tel 024-934-5322
- ⑤ おおつきまちクリニック
郡山市大槻町
Tel 024-961-5467

- ⑥ 武田整形外科クリニック
郡山市大槻町
Tel 024-961-0818
- ⑦ 相楽眼科 郡山市大槻町
Tel 024-961-5115
- ⑧ おざわ整形外科クリニック
郡山市大槻町
Tel 024-966-2811
- ⑨ オーツキ歯科医院 郡山市大槻町
Tel 024-952-3580
- ⑩ コスモス皮膚科・内科クリニック
郡山市大槻町
Tel 024-962-0201



福島県郡山自然の家周辺医療機関連絡先

福島県郡山自然の家

地図		病院名	住所	備考
		緊急医療情報案内サービス	郡山市地方消防本部 ☎ 933-2400	
		日曜休日夜間救急案内		
1	小児科 歯科	休日・夜間急病センター (郡山医療介護病院内)	上亀田1-1 ☎ 934-5656	○毎夜間 19:00~22:00 ※歯科を除く ○日・祝 9:00~17:00
2	総合病院	太田西ノ内病院	西ノ内2-5-20 ☎ 925-1188	○診療科によって診療日・時間が異なる
3		寿泉堂総合病院	駅前1-1-17 ☎ 932-6363	
4		総合南東北病院	八山田7-115 ☎ 934-5322	
5		星総合病院	向河原町159-1 ☎ 983-5511	
6		今泉西病院	朝日2-18-8 ☎ 934-1515	
7	内科・小児科・小児外科	増戸医院 (内科・呼吸器科)	逢瀬町多田野久保田10-1 ☎ 957-3308	○午前 9:00~12:00 午後 13:30~17:30 ○休診 土曜午後、日曜、祝日
8		おおがクリニック (内科・小児科・アレルギー科)	片平町出磐東5-5 ☎ 962-0600	○平日 午前 8:45~12:00 午後 内科…13:30~15:00 小児科…14:00~18:30 ※小児科 14:00~15:00は予防接種・健診のみ ○土曜 8:45~14:00 ※内科は再診のみ ○休診 木曜午後、日曜、祝日
9		おおつきまちクリニック (内科・小児科・消化器科)	大槻町蝦夷垣69-1 ☎ 961-5467	○午前 9:00~12:00 午後 14:00~17:30 ○夜間 月・火・水・土・祝 19:00~21:30 ○休診 土曜午後、祝日
10		チルドレンクリニック (小児科・アレルギー科)	大槻町二本木12-1 ☎ 952-3721	○午前 9:00~12:00 午後 平日 13:30~16:45 17:30~20:00 土曜 13:30~18:00 ○休診 木曜午後、日曜、祝日
11		わんぱくさいとうこども医院 (内科・小児科・アレルギー科)	御前南6-122 ☎ 983-0189	○平日 午前 8:30~12:00 午後 13:30~19:30 ※13:30~15:00は予防接種・健診のみ ○土曜 8:30~13:00 ○休診 水曜午後、日曜、祝日
12	眼科	相楽眼科	大槻町西ノ宮西81-2 ☎ 961-5115	○平日 午前 9:00~12:00 午後 14:00~18:00 ○土曜 9:00~12:30 ○休診 木曜午後、日曜、祝日
13	整形外科	郡山整形外科 (内科・整形外科)	鳴神3-110 ☎ 961-3338	○午前 8:30~12:00 午後 14:00~18:00 内科 月・木 14:00~18:00 ○休診 土曜午後、日曜、祝日
14		おざわ整形外科クリニック	大槻町御前南6-141 ☎ 966-2811	○午前 8:30~12:30 午後 14:30~18:00 ○休診 水曜・土曜午後、日曜、祝日
15		武田整形外科クリニック	大槻町広町26-1 ☎ 961-0818	○午前 8:30~12:00 午後 14:30~18:30 ○休診 水曜・土曜午後、日曜、祝日
16	皮膚科	コスモス皮膚科・内科クリニック	御前南5-150 ☎ 962-0201	○午前 9:00~12:30 午後 14:00~18:00 ○休診 木曜・土曜午後、日曜、祝日
17		よつば皮フ科クリニック (皮膚科・アレルギー科)	富田町鍛冶田10-1 ☎ 973-8601	○午前 9:00~12:30 午後 14:30~18:30 ○休診 水曜・土曜午後、日曜、祝日
18	歯科	オーツキ歯科	大槻町原ノ町38-5 ☎ 952-3580	○午前 9:00~12:00 午後 平日 12:00~19:00 土曜 12:00~15:30 ○休診 日曜、祝日
19		むなかた歯科クリニック	逢瀬町多田野久保田95 ☎ 957-3320	○平日 午前 9:00~12:30 午後 14:00~18:30 ○土曜 午前 9:00~12:00 午後 13:00~15:00 ○休診 水曜午後、日曜、祝日
20	外口科 科腔	奥羽大学歯学部付属病院	富田町三角堂31-1 ☎ 932-9274	○平日 9:00~17:00 土曜 9:00~12:00 ○休診 日曜、祝日

1 プログラムの編成にあたって

- (1) 自然と親しむ体験を通して、感動する心や自然を慈しむ心を育む。
 (2) 人や自然との交流をとおして、豊かな人間性を育む。
 (3) 豊かな体験活動をとおして、自主性や創造性を育む。

2 所員のサポートについては、子どもたちと引率者の主体的な関わりをとおして、互いの信頼関係を築くため間接的に行うものです。主体はあくまで、利用団体となります。

直接指導：主に職員が中心となって実施します。

事前指導：所員による事前指導後に、主に団体引率者が中心となって実施します。

項目	No	活動名	活動内容	所要時間	対象	所員サポート
野 カ ン プ 活 動 A	1	野外炊飯	・ 炊飯場で野外炊飯を行い、不便な生活の中で工夫し協力し合って食事を作っていき楽しさを体験する活動 (4月中旬～11月中旬)	調理・片付け 3.0	小4以上	事前指導
	2	キャンプファイヤー 第1(70人程度) 第2(100人程度) 第4(50人程度)	・ 大自然に囲まれた厳粛な雰囲気の中で、聖なる火を迎え燃え上がる火のもとに、ゲームやスタンプなどで友達同士協力し合い、友情を育む活動 (4月中旬～10月末)	1.5	幼児以上	なし
	3	キャンドルファイヤー 体育館(80人程度) 総合活動館(70人程度) 中央ホール(30人程度) 第1研修室(20人程度)	・ ろうそくの炎を見つめながら歌やゲーム、スタンプ等を通して、友情・親睦を深める活動 (ろうそく等の準備は必要ありません)	1.2	幼児以上	なし
	4	キャンピング (テント設営・撤収)	・ みどりの中で自分たちの泊まるテントを張り、自然の変化に適応した生活ができる技術や能力を養い、友情や協力の大切さを体得する活動。また、キャンプの原点である「来たときと同じ自然の姿に戻して立ち去る」ことを通して、撤収作業を分担し協力し合い、友情を育む活動	1.0 ～ 2.0	小4以上	事前指導
外 活 動 自然 ふ れ あ い 活 動 B	1	自然散策	・ エリア内を自由に歩き、森林浴をし、体全体で自然を感じる活動	1.0	幼児以上	なし
	2	フィールドビンゴゲーム	・ ビンゴゲームの自然版。楽しい雰囲気です感を働かせて自然界からの発見や感動を得る活動	1.0 ～ 1.5	幼児以上	事前指導
	3	フィールドワーク * 赤コース * 青コース(ショート・ロング)	・ 木の枝などに取り付けられた案内表示を頼りに、定められたコースを班で協力し合って木に取り付けられたカードを探しながら、周りの自然に親しむ活動	1.5 ～ 2.0	小4以上	事前指導
	4	フィールドアドベンチャー	・ エリア内に設置された様々なアスレチックに挑戦し、体を動かすことの楽しさや充実感を味わう活動	1.0	小3以上	事前指導
	5	スコアオリエンテーリング	・ 絵地図を頼りに、山中に設けられた20個のポストを制限時間内に数多くチェックしてくる活動	1.5 ～ 2.0	小4以上	事前指導
	6	スタンプラリー	・ エリア内にある名所を、地図を頼りに探し、制限時間までにそれぞれの場所でスタンプを押して戻ってくる活動	1.5 ～ 2.0	小3以上	事前指導
	7	ウォークラリー A 名勝コース 4km B 田園コース 4km	・ グループで、見知らぬ土地へ向かってスタートし、進行方向を示すコマ地図を頼りに進み、途中でいろいろな課題を解決しながら、広大な自然の中のコースを一周する活動	2.0 ～ 2.5	小4以上	事前指導
	8	ナイトハイキング C 尾根めぐり D 馬の鞍 E 本館裏コース	・ 暗くなった山道を小さな明かりを持って歩き、きらめく星、静まりかえった自然をながめ、夜の間の体験をすることができる活動	0.5 ～ 1.2	小3以上	なし
	9	雪遊び・そりすべり (雪・松葉)	・ 自然に親しみながら遊び、体力づくりをする活動	1.0 ～ 1.5	幼児以上	なし
	10	星空ウォッチング	・ 四季の代表的な星座や明るい星や月を、肉眼や双眼鏡で観察し、天体への関心を高める活動	1.0	小4以上	なし

項目	No	活動名	活動内容	所要時間	対象	所員サポート
スポーツ・レクリエーション活動	1	伝承遊び (室内ゲーム)	・ こま回し、けん玉、だるま落としなどの伝承遊びやトランプ・オセロ・輪投げなどの室内ゲームを楽しく遊ぶ活動	1.0 ～ 2.0	幼児 以上	なし
	2	旗取りゲーム	・ 広い山野を舞台に、互いの陣地の旗をとり合う楽しさを味わう活動	1.0 ～ 1.5	小4 以上	事前 指導
	3	室内スポーツ	・ 各種の屋内スポーツ（ミニバスケットボール・バレーボール・パドミントン・卓球・剣道・Tボール・Xロップ・ボーリングなど）を体育館で行う活動	自由 (21:30まで)	幼児 以上	なし
	4	室内サーキット	・ 子どもの興味・関心や運動機能を考えたトランポリン、ロープコースター、マルチトレーナー等18種類のアスレチックで汗を流す活動	自由 (21:30まで)	幼児 以上	事前 指導
	5	アーチェリー	・ 18メートル離れた標的を射抜き、得点を競う楽しさを味わうとともに精神の集中を養う活動 (4月～11月)	1.0 ～ 1.5	小3 以上	直接 指導
	6	マウンテンバイク	・ マウンテンバイクで田んぼ道やきのこ岩といった自然あふれるコースを駆け巡る活動	0.5 ～ 1.0	小3 以上	直接 指導
	7	インラインスケート	・ インラインスケートシューズを履いて、加速感やスピード感を味わうとともに、バランス感覚を養う活動	1.5 ～ 2.0	小3 以上	直接 指導
	8	フリスビーゴルフ	・ フリスビーを使って、ディスクキャッチャーに少ない回数で入れることを楽しみながら、集中力を高めていく活動	1.0	幼児 以上	事前 指導
	9	グランドゴルフ	・ ゴルフをアレンジしたもので、人数制限や時間制限がなく、だれでも気軽に楽しめる活動	1.0	小4 以上	事前 指導
	10	フロッカー (室内カーリング)	・ 室内で行うカーリング。目標のストーンをグループで協力しながら、自分たちのストーンを目標に限りなく近づけて勝敗を決める活動	1.0 ～ 2.0	小3 以上	事前 指導
	11	室内アーチェリー	・ 吸盤が取り付けられた矢を使って壁に取り付けられた的をねらう活動	1.0	小3 以上	直接 指導
	12	サザッピー チャレンジランキング	・ 班で協力し合って、10種類の簡単なゲームを行う活動 (全種目をやらずにいくつかのゲームを選択することも可能)	1.0	幼児 以上	事前 指導
	13	室内ペタンク	・ 標的のボールにむかって、2チームでボールを投げ、どちらがより標的に近づけるかを競う活動 (本所にあるのは1セットのみです)	1.0	小3 以上	事前 指導
	14	ビンゴボードゲーム	・ 木のクラブを使って、ボードをねらってボールを打ち得点を競う活動	1.0	小3 以上	事前 指導
	15	キンボールスポーツ	・ 直径1メートルのボールを落とさないようにチームで協力し合っている活動(ボールを使っての玉ころがしなどのレクリエーションを行うことも可能)	2.0	小3 以上	事前 指導
	16	スナッグゴルフ	・ スナッグゴルフ専用のボールをクラブで打って、ホールに入れるまでの打数を競い合う活動	1.0 ～ 1.5	小5 以上	事前 指導
	17	ポッチャ	・ ジャックボールに向かって、2チームがボールを投げ、どちらが標的に近づけるかを競う活動	1.0	小3 以上	事前 指導
	18	モルック	・ 木片を投げて的を倒し、目標とする点数にどれだけ早く近づけるかを競う競技です。	1.0	小3 以上	事前 指導

項目	No	活動名	活動内容	所要時間	対象	所員サポート	
文化・創造活動	文化・奉仕活動D	1	施設を訪ねて 〈各種コース〉	・ 明治以来、百年余の歩みの中で文化財として残されている安積開拓の歴史を尋ねたり、堀口浄水場、河内ごみ焼却場などの社会科見学と自然観察活動等と組合せたりすることも可能 ※(必)自然の家出発～自然の家到着	団体計画	小3以上	なし
		2	室内研修	・ 研修室などを利用して自然の風を感じながら、自己研修・小会議をする活動(研修室2部屋・30～40名程度)	団体計画	どなたでも	
		3	環境整備ボランティア	・ 本館周辺やエリア内などの樹木の手入れや枯れ草の処理、ゴミ拾いなど安全・環境美化をする活動(短時間でも実施可能)	団体計画	どなたでも	事前指導
	クラフト活動E	1	森の標本箱	・ いろいろな形の自然物(木片パーツやどんぐり、まつぼっくりなど)を加工し、自分だけのマスコットを作るクラフト活動	1.0	幼児以上	直接指導
		2	焼き板	・ 杉板を焼き、特殊ペイントでオリジナルのデザインをし、案内板、表札等をつくるクラフト活動(絵の具が乾くまでに時間がかかります)	1.0 ～ 2.0	小4以上	
		3	革細工	・ 革をいろいろな形にし、刻印をたたいて自分の好きな模様をつけキーホルダーを作るクラフト活動	1.0 ～ 1.5	小3以上	
		4	プラ板キーホルダー	・ プラスチック板に自由に絵を描き、トースターを使って加工し、オリジナルのキーホルダーを作るクラフト活動	1.0	どなたでも	
		5	缶バッジ	・ 写真や自分で描いた絵を缶バッジに仕上げるクラフト活動	0.5 ～ 1.0	どなたでも	
		6	万年カレンダー	・ 木材のパーツを組み合わせたリデザインを考えたりしながら制作するクラフト活動	1.0	小4以上	
		7	お花染め	・ マリーゴールドの汁でハンカチや布等を染め、色の変化や模様を楽しむクラフト活動	1.5 ～ 2.0	幼児以上	

活動に際して

1 プログラム編成にあたって

(1) 活動をとおして何を学ばせたいのか、目的を明確にする。

- 自然の中で自分と外界との関係性の見直し
- 多様性の理解と個と集団の関係性の確認
- 基本的な生活習慣の確認と育成

(2) 豊かな自然体験，集団活動体験，地域の歴史・文化体験。

目的達成のため活動プログラムの概要を把握し，教育資源を有効に活用する。

(3) 役割分担を明確にする。

担当者任せにせず、引率者全員の共通理解のもと活動を計画・展開する。

(4) ゆとりある計画の実行。

到着・出発時間など活動全体において、内容を盛り込みすぎずにゆとりを持った活動を計画する。

(5) 必ず荒天時の活動も立案しておく。(活動プログラムを参照)

(6) 出来れば事前見学、実地踏査を行い、活動場所等の確認を行う。

2 活動上の留意点

(1) 利用者の一人ひとりの主体性、自主性が求められる。所員は活動のサポートや支援という形での対応となるため、子どもたちと引率者（先生方）が主体的に活動することが重要です。

(2) 動植物の採取や標識へのいたずらは、時として安全な活動を妨げる要因となるので注意する。

(3) 安全安心を第一に活動する。決して無理することのないよう利用者一人ひとりの状況について留意する。

3 活動時の用具について

(1) 活動に必要な用具類は、所に準備してあるので、必要に応じて担当所員と相談する。

(2) 活動終了後には必ず用具の不具合等がないかを確認した後に返却する。特にテント等キャンプ用品、野外炊飯用の食器類については、しっかりと確認する。




午後に野外炊飯を実施する場合は、**16:30**までに完全に後片づけを終えられるよう計画してください。

※ 10月中旬以降の野外炊飯は、日が沈むのが早くなるため、暗い中での片付けとならないようご注意ください。

 **めいっぱいの自然を楽しもう** 

2泊3日：夏バージョン
(活動例 I)




体験テーマ：新緑の季節、どっぷりと自然に受け込み、自然体験を中心に！

時刻	場の設定		第1日目	第2日目	第3日目
				活動の期待感をこわさず、また緊張感をほぐすための仲間作りに役立つ活動と、仲間同士の協力場面の設定	1日目に芽生えた「新しい仲間」という意識から、「チームワークを目指した仲間」に高まる活動の設定
6				起床・洗顔・荷物等の整理	起床・洗顔・荷物等の整理
7				○朝食（野外炊飯）	○朝の散歩・朝食（食堂）
8					○荷物の整理・移動 ※室内清掃
9				◎クラフト活動 森の標本箱	◎フィールド アドベンチャー
10		○入所のつどい (利用者の計画にて)		◎野外炊飯	
11	◎自然散策			自由交歓	
12	○昼食（持参弁当） ※きのこ岩を見学し、広場にて食事			○昼食（食堂）	
13	荷物の整理			◎アーチェリー	○別れのつどい (利用者の計画にて)
14	◎フィールドワーク (青コースロング)				【気軽にできるスポーツ】 〔屋外〕 ・アーチェリー ・インラインスケート ・マウンテンバイク ・フリスビーゴルフ ・グランドゴルフ 〔屋内〕 ・フロッカー ・室内サーキット ・室内アーチェリー ・ビンゴボードゲーム ・室内ペタンク ・キンボールスポーツ
15			◎室内サーキット (活動館)		
16	自由交歓		自由交歓		
17	○夕食（食堂）			○夕食（食堂）	
18	○ベッドメイキング			○自由交歓	
19	◎キャンプファイヤー			◎ナイトハイク	
20	○入浴 ○活動のふりかえり			○入浴 ○活動のふりかえり	
21	自由交歓			自由交歓	
22	○消灯・就寝 (本館 or ロッジ)			○消灯・就寝 (本館 or ロッジ)	



2泊3日：冬バージョン
(活動例 II)

体験テーマ：白銀の季節、寒さに負けずめいっばいの自然体験、クラフト活動を中心に！

時刻	場の設定		
	第1日目	第2日目	第3日目
	活動の期待感をこわさず、また緊張感をほぐすための仲間作りに役立つ活動と、仲間同士の協力場面の設定	1日目に芽生えた新しい仲間とともに、困難を克服し、喜びを分かち合うなど、互いを高め合う場の設定	2日目の体験を生かし、助け合い、協力しながら友と語り、思い出を形に残す活動の設定
6		起床・洗顔・荷物等の整理	起床・洗顔・荷物等の整理
7		○朝食（野外炊飯）	○朝の散歩・朝食（食堂）
8		身支度	○荷物の整理・移動 ※室内清掃・部屋点検
9	○入所のつどい (利用者の計画にて)	◎スキー（バスによる送迎） ◎スケート（バスによる送迎）	◎クラフト活動
10	◎サザッピーチャレンジ ランキング	※レンタル品、リフト券、 昼食については団体で対応する。	・万年カレンダー ・革細工 
11	◎室内アーチェリー	○昼食 (スキー場、スケート場)	自由交歓
12	○昼食（食堂）		○昼食（食堂）
13	◎そり遊び・雪遊び ※アーチェリー場斜面		○別れのつどい (利用者の計画にて)
14	※みどりの広場 (降雪の場合)		【気軽にできるクラフト】
15		○自然の家到着 ※入浴要相談 ※活動は団体様主導で行っていただきますので、下見を実施してください。	・缶バッジ ・プラ板キーホルダー ・森の標本箱 ・お花染め ・革細工 ・万年カレンダー
16	自由交歓	自由交歓	※クラフト活動は職員が指導いたします。
17	○夕食（食堂）	○夕食（食堂）	
18	○ベッドメイキング	自由交歓	
19	◎キャンドルファイヤー	◎室内サーキット	
20	○入浴 ○活動のふりかえり	○入浴 ○活動のふりかえり	
21	自由交歓	自由交歓	
22	○消灯・就寝 (本館泊)	○消灯・就寝 (本館泊)	

生活時間

- 食事（食堂利用の際は時間を守って行動して下さい）
 - お風呂（決められた時間内に入浴を済ませて下さい）
 - 消灯・就寝（他団体の迷惑にならないようにして下さい）
 - 起床・整頓（部屋確認までに、荷物・寝具の整頓、清掃を行って下さい）
- ※お互いに、快適に過ごせるように配慮しましょう！

温かい食事を提供させていただきたいと考えております。

宿泊部屋で食べものを食べない

- 宿泊部屋での飲食はできません。
（中央ホールやなかよしホールをお使いください。）

22:00 就寝。
玄関を施錠します。
緊急の場合を除き、本館への
出入りはできません。

敷地内・館内禁煙・飲酒厳禁

- 子どもの利用が中心の教育施設であり、敷地内・館内は全て禁煙です。
- 喫煙したい場合は指定された場所をお願いします。
- 利用中の飲酒は厳禁です。判明次第、退所していただきます。

緊急の場合を除き、車の乗り入れはできません

- 車は第1・第2駐車場へ駐車して下さい。
- 送り迎えの乗り降りは、第1・第2駐車場をお願いします。
- 荷物の積み下ろしを希望される場合は必ず事務室へ声を掛けて下さい。
終わり次第速やかに駐車場へ移動願います。大型車両の乗入れはできません。

省エネ対策をしています

- 利用しない箇所の電気・エアコンは必ず消して下さい。
- ホールなどの照明の使用は必要最小限とし、日中や利用者がいない時はスイッチを切して下さい。
- 利用団体の責任者の方は使用した部屋の確認をお願いします。

その他

- 本所では飲酒についてはお断りしております。（大人のみでの利用でも同様です）
- 調理器具、調理を伴う食材の持ち込みはできません。
- 山火事などの危険性があるため、花火は禁止です。
- 嘔吐物、鼻血等の処理については、感染症防止の観点から利用者側で対応下さい。
- 「来たときよりも美しく」、施設内の清掃美化にご協力をお願いします。
- 忘れ物がないかの確認をお願いします。

よくある問い合わせ Q&A

プログラムについて

Q 自然の家のプログラムで一番人気のプログラムはなんですか？

A フィールドワークとアーチェリーが人気のプログラムとなっています。

フィールドワークは、赤コース・青コースショート・ロングの3つのコースがあり、敷地内のコースの目印を頼りに約2時間かけて歩くこととなります。チームワークづくりに最適です。小学3年生以上が適しています。

Q フィールドワークを計画しましたが、指導者は何をすればいいですか？

A 指導者をコース途中の分岐点に1人、きのこ岩に1人、八畳座敷に1人、本部に1人、巡回1人、人数に余裕があるときは只白神社のあたりに1人配置し、貸与する無線で連絡を取り合いながら安全な児童の活動に対応下さい。

Q マウンテンバイクを体験するときはどこに行けばいいですか？

A 本所では、きのこ岩や浄土松公園までのコースなどをお勧めしています。ご要望があれば所員が引率いたします。コースなどを団体様ごとに決めていただいてもかまいません。ヘルメットを必ず着用下さい。

Q たくさんプログラム(インラインスケート・アーチェリーなど)を体験させたいのですが、何種類までできますか？

A 半日で最大2種類までをお勧めしています。たくさんプログラムを体験してもらえるのはとても嬉しく思いますが、プログラムの中には準備・片付けにたいへん時間がかかるものもあります。人数の多い団体様は、複数のグループに分かれてローテーションするか、選択制にしてみてもいかがでしょうか。すべてを体験させるのもよいと思いますが、私たちは1つ1つのプログラムの楽しさを十分に味わっていただくことも重要と考えており、その支援にも力を入れております。

Q 雨でもできる外の活動はありますか？

A 雨具を着用しての散策やウォークラリーなどをお勧めしています。基本的に雨でも活動プログラムは行えますが、特に山の中は足場がとても悪くなるのでご注意ください。外でのアーチェリーはできませんが、室内アーチェリーはできます。なお、雷が発生している(見込まれる)場合は、屋外での活動はできません。

Q 幼児・園児でも活動できるプログラムはありますか？

A きのこ岩までのハイキングをされる団体が多いです。そのほかにフィールドビンゴ・体育館・活動館、みどりの広場のアスレチックが人気です。

Q 幼児・園児でもクラフト活動はできますか？

A プラ板・森の標本箱・缶バッジなどがお勧めです。クラフト活動には必ず所員がつきますので、小さいお子様でも安心して活動ができます(対象要確認)。

Q キャンプファイヤー・キャンドルファイヤーの準備は何を持っていけばいいですか？

A トーチ棒は各団体様でお持ちください。衣装・薪・灯油は本所で用意します。
キャンドルファイヤーでの衣装・キャンドル・燭台は本所で用意します。

Q CDプレイヤーなどはありますか？

A アンブ、ワイヤレスアンブ(CD、カセット、マイク2本付)があります。使用したい場合は所員へ事前にお申し出ください。

Q 星空ウォッチングではなにか貸してもらえますか？

A 双眼鏡はお貸しできます。夜間プログラムには所員はつきませんので、各団体様での活動でお願いします。

Q 日帰り利用は、何時まで活動できますか？

A 午前9時から午後4時まで活動できます。午後4時には施設を退所できる計画でお願いします。時々、夜間の体育館利用の問い合わせがありますが、夜間のみ施設の開放はしておりません。

Q 宿泊利用で、夜は何時まで活動できますか？

A 午後10時消灯・就寝に備えて、夜は遅くても午後9時までには活動を終わってください。

食事について

Q 食物アレルギーのある子どもがいます。食事はどうすればいいですか？

A 本所ホームページにアレルギー物質一覧を掲載しています。該当する場合は、お弁当の持参をお願いいたします。持参したお弁当は、食堂の冷蔵庫での保管、温めは可能です。なお、詳細につきましては、本所までお問い合わせください。

Q 食事以外の飲食はどこでできますか？

A 飲食は、食堂と宿泊室以外、主に中央ホールでお願いします。

Q 野外炊飯で準備しなくてはならないものはありますか？

A 各団体ごとに食器用ふきん、台ふきん、軍手（滑り止めなし）をご用意ください。

Q バーベキューしながら飲酒はできますか？

A 飲酒は敷地内全面禁止です。本所は教育施設ですのでご理解とご協力をお願いいたします。また、食中毒予防の関係上、食材の持ち込みはできません。十分に満足していただける野外炊飯メニューをご用意していますので、そちらをご利用ください。

所バス利用について

Q 自然の家の所バスを利用して、送迎してもらえますか？

A 無料で所バス送迎を行っておりますが、次のような制約があります。

☆所バスの運行範囲は、概ね片道50kmとしています。

☆乗車人数が10名以上、45名までの場合に、ご利用可能です。

☆利用予約の際にバス利用希望とお伝えください（他団体の利用によっては利用できないこともあります）。

各団体の出発地点から郡山自然の家の2点間のみの運行とさせていただきます。よって途中の施設見学やスポーツ実習等はできません。

※所バスにはチャイルドシートやジュニアシートは装着していませんので予めご承知おきください。ご利用の際には、2点式シートベルトを必ず装着ください。

※網棚や荷物置きはございません。乗車定員と荷物の量を考慮してください。

Q 本所の活動プログラム「施設を訪ねる」のみでの所バス利用はできますか？

A 必ず本所を出発・到着することが前提であればご利用できます。食堂や活動館のみの利用でも結構です。ただしA地点（学校・保育所等）からB施設への見学後、自然の家に到着といった2点通過のバス利用はできませんのでご注意ください（詳しくは本所までご連絡ください）。

お風呂について

Q お風呂の時間は変更できますか？

A 調整会（※1）において同日利用団体同士で話し合いをし、お風呂の時間などを決めていただきます。その際決定した時間を原則変えることはできません。なお、急な変更が出てしまった場合は、利用当日に各団体の代表の方に事務室に集まっていただき、調整をしていただくようになります。

Q お風呂は何人入れますか？ シャンプーはありますか？

A お風呂は、大浴場は20名程度、中浴場は15名程度ご利用できます。原則として、入所団体の男女比の多い方に大浴場を割り当てています。また、全身シャンプーを準備しています。入所団体が多い場合は、入浴時間が限られている場合があります（最大午後9時30分まで）。

Q ドライヤーはありますか？

A 事務室にて2台貸し出しできます。必要な場合は入所時にお問い合わせください。その他洗面用具やバスタオル、宿泊に必要と思われるものは記名し、ご持参ください。

その他

Q 誰でも利用できますか？

A 5名様以上の団体様でしたらどなたでもご利用できます（ご家族やお友達でも可能です）。ご利用される場合は前もってお電話で空き状況を確認していただき、仮予約後1週間以内に利用予約申込書を、20日前までに「使用承認申請書・活動計画書・食数クラフト注文書」の3点を、FAX・メール・郵送・持参、いずれかの方法でお送りください。

※必要書類は本所ホームページにありますのでダウンロードしてお使いください。なお、ご不明な点がありましたらお気軽にお電話ください。

Q 高齢者でも利用できますか？

A 高齢者の方も多く来所されています。自然の家で1日ゆっくりと過ごしていただけます。囲碁、将棋、伝承遊びなどもご用意しています。また、大人気のフロッカー（※2）をはじめ、様々なニュースポーツもご用意しています。

Q 翌年度の利用を検討しています。いつから申し込みますか？

A 学校利用団体は10月1日より11月30日までの期間中に翌年度の利用申し込みを行っております。本所ホームページに掲載される申込書の提出をお願いします。期間外は先着順となりますのでご希望に添えない場合がございます。

社会教育団体の翌年度の利用申し込みは12月1日より先着順でお受けいたしますが、小学校夏休み開始直後の2週間は例年、すぐに空きが無くなりますのでご注意ください。

Q どの時期が空いていますか？

A 12月から3月までは比較的空いており、お電話ですぐに利用申し込みができる場合があります。お問い合わせください。

Q 体育館に暖房はありますか？

A 冬期間の利用については本館居室など必要な場所には暖房を設置していますが、運動スペースには暖房を施していません。当所は恵まれた自然環境のなか、様々な体験を通して青少年の心身の健全な育成を目的とする施設です。暖かい服装を用意する等、利用者側で調整をお願いします。

※1 調整会とは…

学校利用団体に限り年2回（4月・7月）開催する「学校利用指導者研修会」で行います。利用日前に同日利用団体に集まっていただき、活動場所や生活時間などを話し合い調整します。

※2 フロッカーとは…屋内でできるカーリングのようなものです。2チーム対抗で活動してもらいます。

野外活動ガイドマップ



こもりやま自然の家
郡山自然の家
鳥瞰図