

# 令和6年度 利用ガイドブック

## 目次

- 利用申込から利用までの手続き . . . . . 1
- 活動プログラムの紹介 . . . . . 2～3
- 設備・備品について . . . . . 4～5
- 自然の家での生活について . . . . . 6～8
- 入所から退所までの流れ . . . . . 9
- 利用前の準備・団体での持ち物 . . . . . 10
- 諸経費一覧表 . . . . . 11
- 野外炊飯・弁当メニュー . . . . . 12
- 施設案内 . . . . . 13～14



朝日少年自然の家  
オリジナルキャラクター  
プラたん



# 利用申し込みから利用までの手続き

## <前年度に申し込む場合>

早期利用申し込み受付  
12月1日～3月上旬  
→学校関係、公民館、PTA 行事、子ども会等  
利用許可申請書を自然の家へ提出  
【提出方法】  
・直接窓口への提出 ・FAX ・郵送  
・メールフォーム ・申込フォーム  
(※下線部は HP からご利用いただけます)

## <当年度に申し込む場合>

原則として利用日の1カ月前まで  
電話等で連絡して利用日を決め、  
利用許可申請書を自然の家へ提出  
【提出方法】  
・直接窓口への提出 ・FAX ・郵送  
・メールフォーム ・申込フォーム  
(※下線部 HP からご利用いただけます)

利用希望が多数の場合  
第1～第3希望の中で調整  
(調整が難しい場合は、ご相談させていただきます)

利用決定 利用許可書を利用団体へ自然の家より送付

### ○利用団体指導者セミナー

- ・第1回 4月23日(火) 対象：6月21日まで利用の団体  
幼稚園・保育園・学校関係
- ・第2回 4月25日(木) 対象：6月25日～9月末日まで利用の団体  
幼稚園・保育園・学校関係
- ・第3回 5月25日(土) 対象：9月末日まで利用の団体  
PTA・スポ少・公民館関係・社会教育団体 等
- ・第4回 9月11日(水) 対象：10月以降の利用の団体  
幼稚園・保育園・学校関係
- ・第5回 9月14日(土) 対象：10月以降の利用の団体  
PTA・スポ少・公民館関係・社会教育団体 等

※ 利用団体指導者セミナーに不参加の団体代表者は、利用日まで下見・事前打ち合わせに来ていただきます(要電話予約)

※ 利用に必要な提出書類をダウンロード

必要書類の提出(利用日の2週間前まで)

- ・活動プログラム ・物品準備依頼票
- ・給食申込書 ・健康調査連絡票
- ・アレルギー確認票・所バス申込書

※ メールフォームでの提出もできます。



給食数の変更(休所日を除く4日前まで可能。)

利用

## 活動プログラムの紹介

朝日少年自然の家では、こんなことができます。各団体のねらいや実態に合わせて、いろいろ組み合わせが選べます。

### 1 自然の家までの活動（交通手段）

活動プログラム	活動内容	所要時間
1 JR利用・左沢駅から徒歩 近道くねくねコース	ゆっくりアスファルトの道を歩きます。	30分
2 JR利用左沢駅（寒河江駅） 駅から所バス	すばやく自然の家へ到着します。 (学社連携プログラムや広域活動で他団体が所 バスを利用していない時に限る)	5分 (20分)
3 貸切バス、自家用車等	駐車場もあります。	
4 団体集合場所から徒歩	体力に合わせてチャレンジしてみてください。	

※施設ご利用・宿泊の際は、緊急時に備えて各団体で自家用車をご用意ください。

### 2 住に関する活動 ※制限がある場合は、半数程度の人数となります。

宿泊場所等	内容
1 館内泊 定員200名	2Fと3Fとも和室1[16名] ベットの部屋7[12名]
2 テント泊（テント設営）	大朝日、小朝日各200名程度宿泊可能。
3 ビバーク泊（屋外・館内）	テントを使わず自由に寝ることができます。
4 自作テント泊	ブルーシートでオリジナルテントが作れます。
5 ドラム缶風呂	青空のもとで入るお風呂の気分は最高！！
6 館内入浴	館内泊の団体は入浴可能。一回の入浴は16名まで。

### 3 食に関する活動

活動プログラム	活動内容	所要時間
1 野外炊飯	メニューもいろいろ。お好きなメニューを選んでください。	約3時間
2 手作りこんにやく作り	こんにやく粉からいろいろな形のこんにやくを作ります。	約3時間
3 ベっこうあめ作り	砂糖だけで、おやつを自作できます。	約1時間
4 魚つかまえ・魚焼き	ニジマスをつかまえて、さばいて焼いて食べます。 ※要魚代別途注文	3～4時間
5 アイスクリーム作り	冬季限定、まろやかな味わいのアイスができます。	約2時間
6 手打ちうどん	粉からうどん作りをします。天ぷらもついています。	約3時間
7 かまど焼きピザ	粉からピザを作ります。トッピングも楽しめます。	約3時間

### 4 野外での活動 ※ホームページ「体験活動資料① 野外活動 編」に詳しい内容があります。

活動プログラム	活動内容	所要時間
1 自然の冒険 ※5月中旬～10月中旬	がけ下りなどの超難関冒険コース。(主に小学校高学年以上向け)	約2時間+待ち時間
2 ウォークラリー	コマ図を頼りに、左沢の町探検。 みんなで相談しながら仲間との絆を深めます。全5コース。	90分 ～5時間
3 もりのなかまコース	いろいろなアスレチックに挑戦！ (主に幼・保～小学校 低・中学年向け)	90分
4 樹木の道	自然の木々にふれ、それぞれの木の特徴を学べます。	90分
5 ネイチャーゲーム	五感を働かせて自然を体感できるゲームです。 ※要講師依頼	1時間～
6 仲間作りゲーム	コミュニケーション力アップに最適な活動です。	1時間～
7 ネイチャー・トライアル	3つのローエレメントを活用した「グループによる仲間づくり」です。	2時間程度
8 ナイトハイキング	夜の森に出かけ、昼間には気づけなかったことを感じる ことができます。	1時間～
9 キャンプファイヤー	大小2ヶ所のファイヤー場を利用します。	1時間～
10 ボンファイヤー	小さなたき火を囲んで、静かに語りましょう。	1時間～
11 天体観測	野外や屋上での星空観察。 ※要講師依頼	30分程度
12 野鳥観察	双眼鏡やカメラで野鳥をさがしてみます。(鳴き声にも注目)	利用団体で設定
13 季節あそび	春夏秋冬それぞれにあったあそびを楽しもう。	利用団体で設定

14	スノーチューブすべり	直線、ジャンプ、くねくねの各コースがあります。	利用団体で設定
15	アニマルトラッキング (1回につき20名程度)	スノーシューをはいて、動物の足跡をさがしに行きます。	1時間程度
16	雪どうろう(雪像)づくり	雪どうろうや雪像を作ります。夜には火をともしましょう。(美しさ感激)	利用団体で設定
17	フライングディスクゴルフ	円盤のディスクを投げ、ゴルフのようにゴールまでの打数を競う競技です。	利用団体で設定
18	グラウンドゴルフ	ゴルフと似た打数の少なさを競うスポーツです。	利用団体で設定
19	モルック	フィンランド発祥の木を使った、気軽にできるスポーツです。	利用団体で設定

## 5 屋内での活動 ※ホームページ「体験活動資料② 屋内活動 編」に詳しい内容があります。

活動プログラム	活動内容	活動時間
1 プラネタリウム	季節の星座やギリシャ神話、太陽や月の動きなどの話を交えながら上映します。	30分～1時間
2 レクリエーション	体育館や集会室を使って、楽しい時間を過ごします。	利用団体で設定
3 各種スポーツ	ミニバスケ、バドミントン、卓球などのスポーツが可能です。	利用団体で設定
4 各種集会活動	団体で、思い思いの活動をします。	利用団体で設定

## 6 クラフト(制作)に関する活動

※ホームページ「体験活動資料② クラフト 編」に詳しい内容があります。

活動プログラム	活動内容	所要時間
1 木のペンダント	輪切りの木に絵を書いて素敵な飾りが出来上がります。	1時間程度
2 蜜ろうそく(ねん土式)	好きな形のろうそくを作ります。	1時間程度
3 風鈴の絵付け	素焼きの風鈴に絵付けをします。優しい音がします。	1時間程度
4 葉っぱのしおりづくり	若葉や紅葉をラミネートして、思い出の作品を作ります。	1時間程度
5 手回しコマの絵付け	自分で好きなように模様をつけます。昔遊びを楽しもう。	1時間程度
6 ヨーヨーの絵付け	自分で好きなように模様をつけます。昔遊びを楽しもう。	1時間程度
7 ネイチャーTシャツ・ハンカチ トートバッグ作り	葉っぱの模様でオリジナルTシャツ、ハンカチ、トートバッグを作ります。	90分～2時間
8 麻ひもコースター	カラー麻ひもを編み、オリジナルコースターを作ろう。	1時間程度
9 キューブカレンダー	自然物で作るカレンダー。毎日楽しく迎えよう。	2時間程度
10 Myスプーン(Myフォーク)づくり	世界で1本だけのスプーン又はフォークを作ります。	1時間程度
11 古代人の火おこし	自分達の手で火をおこします。(ひもぎり式)	2～3時間
12 焼き板工作	杉の木目が素敵な模様をつくります。(壁掛けなどにどうぞ)	2時間程度
13 勾玉づくり	石を削ってきれいなネックレスを作ります。	2時間程度

※クラフト活動による出前講座も実施しております。

## 7 広域活動

活動プログラム	活動内容	所要時間
1 地層学習	地層や岩石の観察学習です。(所員による解説有り)	約1時間
2 月山ブナの森探検	山形県立自然博物館ネイチャーセンターでの学習です。(ガイド有り・要予約)	約半日
3 カヌー体験	グリバー寒河江でカヌーに乗ります。(要予約)	利用団体で設定

## 8 学社連携プログラム(幼稚園、保育園、学校が対象になります)

活動プログラム	活動内容	所要時間
1 焼きいも	自作の収穫物を味わえます。サツマイモの注文も可能です。	約2時間
2 プラネタリウム	教科書の内容に合わせた投影も可能です。(導入やまとめの学習に)	30分～1時間
3 チューブすべり	100mほどのコースを豪快にすべり下ります。	利用団体で設定
4 季節遊び	四季に応じた植物を使って自然遊びをします。	利用団体で設定

※上記、学社連携プログラムに限り、所バスで送迎することも可能です。

## 設備・備品について

### 1 館内について

- 《体育館》ミニバスケットボール、バレーボールコート1面の広さ
- 《集会室》100名程度の集会可能
- 《食堂》144名まで収容可能
- 《宿泊室》1部屋12名 2階に7室、3階に7室（計168名）
- 《和室》1部屋16名 ※アコーディオンカーテンでの仕切りあり  
2階・3階に各1部屋（計32名）
- 《浴室》16名程度で入浴できる広さ、2階が男子風呂、3階が女子風呂
- 《プラネタリウム室》80名

### 2 野外活動地について

- 《キャンプ場》定員：小朝日100名程度、大朝日100名程度  
小朝日キャンプ場：常設テント2張、テントサイト16  
大朝日キャンプ場：常設テント2張、テントサイト20
- 《キャンプファイヤー場》  
小朝日キャンプファイヤー（営火）場：収容50～60名収容、丸太椅子あり  
大朝日キャンプファイヤー（営火）場：収容100～120名収容、丸太椅子あり
- 《野外炊飯棟》  
小朝日炊飯棟：かまど16、蛇口11、調理台6、食卓10、電気  
大朝日炊飯棟：かまど16、蛇口12、調理台6、食卓12、電気
- 《野外トイレ》小朝日と大朝日の間に位置する  
男子：小便所4、大便所2 女子：大便所4 電気あり  
※ 小朝日キャンプ場利用の団体が掃除を担当します。

### 3 館内活動用具

備品・用具名	個数	場所	備考
バドミントンネット・支柱	2	体育館用具室	
輪投げセット	10	体育館用具室	
卓球台	2	体育館用具室	
バスケットボール	8	体育館用具室	
サッカーボール	2	体育館用具室	
フラフープ	10	体育館用具室	
和太鼓	4	体育館用具室	大1 小3
パイプいす	215	体育館用具室・集会室	体育館120・集会室95
長机	45	体育館・集会室	体育館20・集会室25
座卓（長机）	20	各階和室	2階和室10・3階和室10
プロジェクター	2	事務室・プラネタ室	
手打ちうどんセット	20	乾燥室	軽量カップ、菜箸、金属ボウル、ざる、包丁、まな板 伸ばし棒、伸ばし用板 等
大型鍋（約40cm）	29	乾燥室	大19 小10
業務用ガスコンロ（五徳）	20	乾燥室	
べっこうあめ用片手鍋	23	乾燥室	
金属ボウル	107	乾燥室	大47 中27 小33
ドッチビー	4	体育館用具室	
ドッジボール	5	体育館用具室	

#### 4 野外活動用具

備品・用具名	個 数	場 所	備 考
A型（家型）テント（5～6人）	25	北側倉庫	基本的なテントです
新A型（家型）テント（5～6人）	17	北側倉庫	H16～
5人用ドームテント	34	北側倉庫	ﾀｲﾌﾟ 1…20 ﾀｲﾌﾟ 2…8 ﾀｲﾌﾟ 3…6
6人用ドームテント	5	北側倉庫	ﾀｲﾌﾟ 4
3～4人用ドームテント	8	北側倉庫	R3～ ﾀｲﾌﾟ 5
ワンタッチタープ	9	西側倉庫	
シュラフ（春～秋）	192	北側倉庫	
小型リヤカー	8	北側倉庫前	
野外炊飯コンテナ（5人1セット）	60	北側倉庫	
かまど焼きピザセット	20	乾 燥 室	軽量カップ、金属ボウル、 クッキングシート、アルミホ イル、まな板、包丁、箸、ス プーン、ピザカッター 等
鉄板（大13・小21）	34	北側倉庫	
網			
バーベキューコンロ	29	北側倉庫	炭専用のものです
鉄フライパン	40	北側倉庫	
ピーラー	18	乾 燥 室	
竹串	100 以上	北側倉庫	魚焼き体験で使います
ドラム缶風呂セット（ドラム缶・五徳等）	12	大朝日炊飯棟近く	
キャンプファイヤー用衣装セット	6	ボ ラ 室	火の神2 火の巫女4
LED ランタン	23	乾 燥 室	単一乾電池3本必要
トランシーバー（小電力）	10	事 務 室	単3乾電池3本必要
卓上コンロ（カセットコンロ）	40	乾 燥 室	クラフトなどでも使用
なた（大人用）	8	北側倉庫	
スコップ	35	西側倉庫	
スノーシュー	54	西側倉庫	S10・M17・L27
双眼鏡	14	1階ホール	バードウォッチング用
ライフジャケット	87	西側倉庫	小46 大41
ヘルメット	79	西側倉庫	S41 ML38
グランドゴルフ	8セット	西側倉庫	1セット5人分入り
スラックライン	1	ホﾞランティア室	
モルック	2	西側倉庫	
フリスビー	50	ホﾞランティア室	
フライングディスクゴルフボール	6	西側倉庫	

# 自然の家での生活について

## 1 全体に関わること

### ◆健康管理について

- ①具合の悪い方が出た場合は、すぐに研修係か事務室にご連絡ください。
- ②具合の悪い方には医務室をお貸しします。場合によっては、病院への連絡をしてください。
- ③万が一に備えて、緊急車両をご準備ください。病院へは団体の方で搬送していただきます。
- ④念のため、救急箱等を団体でご準備ください。

#### 《近隣の医療機関》

	☎	車で
白田医院	0237-62-3155	3分
寒河江市立病院	0237-86-2101	20分
山形県立河北病院	0237-73-3131	30分

### ◆自然の家周辺の生き物

※詳しくはリスクマネジメント資料をご覧ください。

- ①スズメバチがいます。黒っぽい服や帽子はご遠慮ください。
- ②ヘビもいます。みつけた場合は、決して手出しをしないでください。
- ③ウルシがあります。かぶれやすい人は長袖の着用をお願いします。触らないでください。
- ④動物だけでなく植物も生きています。大切に作る気持ちを子ども達にも指導してください。

### ◆ゴミの分別について

- ①各団体で持ち込んだ物のゴミは、各団体で持ち帰る等、対応をお願いします。
- ②館内1階の階段わきにあるゴミ置場で、次の4種類に分別してください。

○燃やせるゴミ（紙くず、木、竹、プラスチックやビニール）⇒もやせるごみ袋

○ペットボトル本体 ⇒資源ごみ袋

○びん

○かん

○アルミホイル

} ⇒もやせないごみ袋

- ③野外炊飯のゴミについて

○夜間は、各炊飯棟備え付けの水色のふた付きバケツに保管してください。

外に放置しておく、カラスや小動物に荒らされる場合があります。

○活動終了後、炊飯棟の水色のふた付きバケツに入れたままにせず、食材提供場所付近の青いバケツの中に、袋の口を縛った状態で入れてください。

## 2 各活動について

### ◆食事について

- ①館内食の時間は、次の通りです。

通常時 朝食7:30～ 昼食12:00～ 夕食17:30～

※食堂での食事人数が144名を超えた場合、1回目定刻より30分早く提供します。

2回目 // 遅い提供になります。

- ②食事のお知らせを館内放送しますので、時間まで食堂前に集合してください。厨房の職員が食堂の使い方を説明します。
- ③食堂への食べ物の持ち込み、食堂からの食べ物の持ち出しはできません。
- ④弁当の提供は、9:00以降になります。
- ⑤持参弁当の持ち込みは可能ですが、外部への弁当発注はご遠慮ください。

#### ◆野外炊飯について（野外泊の団体が自ら行います。）

①食材の提供時刻は次の通りです。

朝食⇒6：30～ 昼食⇒10：30～ 夕食⇒15：00～

※前の活動時間が延びて提供予定時刻に間に合わない場合は早めに研修係まで連絡してください。

- ②食器コンテナを担当職員が貸し出します。体育館裏（北側）の倉庫前に集合してください。
- ③炊飯で薪を使う場合にも、担当職員がお渡しします。体育館裏（北側）の倉庫前に集合してください。
- ④食器コンテナは5人用です。6人の班には予備の食器等をお貸しいたします。7人以上はコンテナを2つご使用ください。
- ⑤食材の受け渡しは、厨房裏口になります。必ず、厨房の職員に声をかけてください。
- ⑥食器点検は職員が行います。最終野外炊飯後必ず受けてください。

#### ◆キャンプファイヤーについて

- ①営火用薪、灯油は体育館裏からお持ちください。（学校名を記載しております。）
- ②営火用丸太は大朝日キャンプファイヤー場にあります。注文した本数をお持ちください。（学校名を記載しております。）
- ③燃え切らなかった物は、完全に消火したのを確認してから、各炊飯棟の燃えさし捨て場に捨ててください。
- ④営火用薪、並びに営火用丸太の使用本数に変更がある場合は、必ず職員に声をかけてください。

#### ◆入浴について

- ①入浴時間は19：30～21：30（引率者も含む・時間厳守）をお願いします。
- ②合計宿泊人数が40名以下の場合は、2階のみの利用となります。
- ③基本的には2階が男性用、3階が女性用です。（一緒になる団体と職員とでの話し合い、又は17：00の宿泊団体打ち合わせで確認し合い、団体で使う風呂を階ごとに分けても構いません）
- ④ボディーソープ等は、各団体、個人でご持参ください。
- ⑤洗面器や浴室用イス等は、元の位置に戻し使う前と同じ状態にしてください。
- ⑥ドライヤーは洗面所で使用してください。使えるのは同時に2台までです。  
⇒それ以外の使用の仕方をすると、ブレーカーが落ちます。
- ⑦野外泊の場合、館内での入浴はできません。ドラム缶風呂をお勧めします。
- ⑧入浴終了後事務室に声をかけてください。職員が最終巡回を行います。

#### ◆起床、就寝について（館内泊の場合）

- ①起床時刻は各団体にお任せします。⇒館内泊2団体以上の場合は17：00の宿泊団体打ち合わせで確認し合い、互いに迷惑をかけないようにお願いします。  
就寝時刻は遅くとも22：00⇒館内泊2団体以上の場合は相談の上、決定します。
- ②ベッドメイキングは、職員による説明ののち各団体をお願いします。  
シーツは1人につき2枚、枕カバーは1枚です⇒2階廊下のテーブルの上からお持ちください。
- ③使ったシーツや枕カバーは、3階廊下の返却ボックスにそれぞれ分けて入れてください。
- ④布団や毛布等は、元の位置に、使う前と同じ状態にしてください。翌朝、職員による部屋点検がありきちんと整頓されていない場合は、やり直しになる場合があります。

#### ◆テント等の貸し出し

- ①テントの貸し出しは担当職員が行います。体育館裏（北側）の倉庫前に集合してください。
- ②壊れているテントやペグ等があった場合は予備の物と交換しますので、職員に伝えてください。
- ③シュラフ（寝袋）は、倉庫の各棚に、種類ごと分けています。元の位置に戻してください。
- ④使用済の野外シーツは、翌日に体育館渡り廊下の所にある返却ボックスへ入れてください。



## ◆その他

- ①炊飯棟やキャンプサイト等を使用した団体は、ゴミ拾いをお願いします。
- ②小朝日エリアを使用した団体は、野外トイレの清掃をお願いします。

## 3 その他

- ①宿泊室・和室での、飲食はご遠慮ください。
- ②館内利用時は内履きを持参してください。(大人用スリッパもありますが、数に限りがあります。)
- ③本館の門限は22:00厳守です。
- ④「宿泊者名簿」「利用団体指導者名簿」を事前にご準備ください。(朝少HPよりダウンロードできます。)
- ⑤館内泊の場合は「宿泊者部屋割表」の提出をお願いいたします。(朝少HPよりダウンロードできます。)
- ⑥団体代表者との打ち合わせについて
  - ・到着30分前に自然の家との打ち合わせの場をもちます。無理な場合は到着後すぐに行います。
  - ・宿泊団体は、17:00に「宿泊団体打ち合わせ会」をもちます。(17:00以降の活動等の確認)

# 入所から退所までの流れ

## 【団体の指導者にいただきたいこと】

### 1. 団体の入所前

- 団体の代表の方は、団体の到着30分前に来所して、活動の最終打合せをお願いします。無理な場合は到着後すぐに行います。
- 出会いの集いの実施は、団体に一任します。所長挨拶が必要な場合は活動プログラムに記載して下さい。
- 利用団体カードなどの書類は、担当者の方にお渡ししますので、退所時または後日FAXで提出して下さい。

### 2. 入所してから

- 各活動は、団体の指導者が中心になって行っていただきます。事前の説明や指導が必要な場合は、自然の家の研修係に活動前に申し出てください。また、中には自然の家の職員が、直接対応する活動があります。（以下のとおりです。）
  - ◇テント貸し出し ◇野外炊飯食器貸し出し ◇プラネタリウム ◇館内オリエンテーション
  - ◇食堂オリエンテーション ◇食器点検 ◇部屋点検
- ウォークラリーや自然の冒険のマニュアル等は各団体で必要数をご用意ください。
- 活動で使った場所や物は元通りにもどしてください。
- 館内食（1回目の利用時）をとる前は、食堂オリエンテーションがあります。（厨房の職員の説明）
- 館内宿泊室は、使用最終日の朝、部屋の掃除とゴミ捨て（1階のゴミ箱へ）をお願いします。
- 館内宿泊室の使用最終日には、9：00までには、部屋から荷物を出してください。（9：00以降になる場合は、事前に職員にご相談ください。）
- ※貴重品を入れる貸しロッカーもございます。
- 部屋の整頓に不備がある場合はやり直しをお願いします。
- 野外炊飯を行った団体で、食器等の汚れがひどい場合は洗い直しをお願いします。

### 3. 団体の退所前

- 別れの集いで、所長挨拶が必要な場合は申し出てください。
- 諸経費は、以下の支払い方法があります。
- 《支払方法》①当日の現金払い ⇒ 領収書を発行いたします。
- ②後日の現金払い ③指定管理者の口座へ振り込み（手数料は団体様でのご負担となります。）  
⇒ 退所時に請求書をお渡しし、2週間以内にお支払いをお願いいたします。
- 忘れ物の確認をお願いします。

## 利用前の準備と団体の持ち物

※詳しくは体験活動資料①～④をご確認ください。

### ◆各団体共通の持ち物

- ・洗面用具 ・着替え ・タオル ・救急薬品（所では原則的に薬品は出せません。）
- ・内履き（館内を使用する団体） ・雨具・長靴・軍手（野外での活動をする団体）
- ・その他団体で必要と思われるもの
- ・あれば便利なもの⇒ビニール袋、ティッシュペーパー

### ◆野外炊飯をする団体

#### 【持ち物】

#### 団 体

- ・マッチかライター ・たわし（なべ洗い用）⇒**金たわしは、使用できません。**
- ・クレンザー⇒炊飯用鍋の中を洗うときには使わないでください。テフロンがはげてしまいます。  
※食器等を洗う洗剤は自然の家で用意します。
- ・ふきん ・スポンジ

#### 各 自

- ・新聞紙 ・軍手⇒いぼなどのついていないもの（1人1組）※熱で溶け、やけどの原因になります。
- 事前に**1班5人程度**（多くても6人）のグループ編成をお願いします  
⇒なぜなら貸し出しの食器コンテナが5人だからです。7人以上はコンテナを2つご使用ください。
- あれば便利なもの⇒ピーラー（数に限りがあるが、貸出可）、メラミンスポンジ（鍋の外側用）  
キッチンペーパー（ふきんの予備として）

### ◆野外泊をする団体

#### 【持ち物】

#### 団 体

- ・ぞうきん（グループの数以上）⇒フライシートやテント等の汚れをふくためです。
- ・懐中電灯 ・蚊取りせんこう ・虫よけスプレー
- ・LED ランタンを借用する場合⇒1つにつき、単一乾電池3本使います。（最大23個まで貸し出し可能）  
※LED ランタンの借用については、物品準備依頼票で事前に申し込んでください。

### ◆自然の冒険、もりのなかまコース

#### 【持ち物】

#### 各 自

- ・軍手（1人1組） ・帽子、長そで、長ズボン、長ぐつ（自然の冒険のみ）⇒ケガ防止のためです。
- トランシーバーを借用する場合⇒1つにつき、単三乾電池3本必要  
※物品準備依頼票で事前に申し込んでください。
- ※水筒・リュックなどは持たずに実施することをおすすめします。水分補給については、ひょうたん沼の前、または小朝日炊飯棟等をご検討ください。

### ◆ウォークラリー

- 水筒を持たせて、探検の際水分補給をしてください。
- 天候によって、雨具の着用または持参をお願いします。
- 道に迷ったら、近くの民家の方に聞いたり、電話を借りて自然の家（0237-62-4125）か指導者携帯への連絡をとるように指導下さい。
- ※どのウォークラリーコースを行うのか、事前にお知らせください。

### ◆絵を描くクラフト（こま、ヨーヨー、風鈴、木のペンダント等）

- どんな絵を描くか事前に考えておくと、活動がスムーズです。

☆野外活動時は、ケガや虫さされ防止のため、天候に関わらず長そで・長ズボン・帽子の着用をおすすめします。

### 令和6年度 諸経費一覧表

区分	項目		金額(税込)	備考		
寝食関係経費	食事・食材	朝食	一般食	490	朝7時30分から	
			幼児・低学年食 ※1	420		
		館内食	昼食	一般食	590	昼12時から
				幼児・低学年食 ※1	520	
		夕食	一般食	690	夕17時30分から	
			幼児・低学年食 ※1	570		
		ハンバーグ弁当		610	子どもから大人まで美味しく食べれます。飲み物付き。	
		から揚げ弁当		610	子どもから大人まで大好きなから揚げです。飲み物付き。	
		幼児・低学年向け弁当		550	子どもが大好きオムライスとハンバーグです。飲み物付き。	
		おにぎり弁当 ※2		550	おにぎり2個とおかず、飲み物付き。 ※2より2種類お選びください。	
	野外食・アイス		210~620	詳しくは野外炊飯メニューをご覧ください。		
	寝具	館内シーツ	530	シーツ2枚とまくらカバー1枚の使用代。		
		野外シーツ	430	寝袋用シーツの使用代。		
	燃料関係経費	炊飯関係	炊飯用薪(1束)	340	5人の班で1回の炊飯につき、1束が目安です。	
			卓上コンロ(1台)	200	野外炊飯での朝食作りなどに便利です。(ガス代込)	
業務用ガスコンロ(1基)			600	外での大鍋、屋内でのうどん作りなどで使用できます。(目安1基5・6人)		
営火用		丸太薪(1本)	520	キャンプファイヤー用。8段16本組が安定します。		
		ファイヤー薪(1束)	340	井桁の中に入れる薪。3~6束ぐらいが目安です。		
ファイヤー灯油(1L)	160	井桁に少々とトーチの布に浸します。				
クラブ・活動費関係	食の活動	手作りこんにやく	430	5・6人分の手作りこんにやくができます。別にガスコンロ代が必要。		
		べっこうあめ	180	5・6人分の手作りべっこうあめができます。		
	クラブ活動 ※3	木のペンダント	130	オリジナルのイラストで手軽に記念品を作ろう。		
		蜜ろうそく(粘土式)	470	粘土と同じ感覚で、形を変えてろうそくを作ろう。		
		風鈴の絵付け	520	素焼き風鈴に自分らしく絵付けをしよう。別に絵の具等必要。		
		葉っぱのしおり	110	葉っぱをラミネートしてオリジナルのしおりを作ろう。		
		手回しコマの絵付け NEW!!	300	自分で好きなように模様をつけます。昔遊びを楽しもう。		
		ヨーヨーの絵付け NEW!!	250	自分で好きなように模様をつけます。昔遊びを楽しもう。		
		麻ひもコースター NEW!!	130	カラー麻ひもを編み、オリジナルのコースターを作ろう。		
		キューブカレンダー NEW!!	200	自然物で作るカレンダー。毎日を楽しく迎えよう。		
		マイスプーンまたはマイフォークつくり	200	オリジナルのスプーン又はフォークを作ります。		
		古代人の火おこし	380	古代人の気分で火おこしに挑戦しよう。		
		焼き板工作	310	焼き色を付けたスギの木目の美しさは感動です。		
		勾玉作り	310	滑石を削って、ネックレスを作ろう。滑石、ヤスリ、紐がセット。		
		ネイチャーTシャツ作り 子供サイズ(100~160)	670	自然にある植物などを使って絵の具でスタンプし、オリジナルなTシャツ、ハンカチ トートバッグを作ろう。別にアクリル絵の具が必要。		
		ネイチャーTシャツ作り 大人サイズ(S~XL)	720			
		ネイチャーハンカチ作り	210			
		ネイチャートートバッグ作り NEW!!	330			
関係資材	アクリル絵の具(1色)	210	赤・青・緑・黄・茶・白・黒(各40ml入り)			

※1 幼児・低学年食は量が少なめのメニューです。

※2 おにぎりは、梅・さけ・昆布・ツナマヨ・たらこ・おかか・高菜より選択できます。ただし、団体で同一種類の注文となります。

※3 クラブに関わる機材や消耗品については準備してあります。

また、雨天時用のプログラムとして準備はいたしますが、使用しない場合、料金はいただきません。

使用料	日帰り	大学生以上~一般	部屋毎徴収	高校生までの方を引率される場合は無料
	宿泊(一泊)	①中学生以下		無料
②高校生			390	
③大学生・専門学校生			630	高校・大学の引率者・指導者も含まれます。
④社会教育団体関係者			390	子ども会・PTA・学年行事等の指導者以外の役員
⑤一般			1,120	バス運転手・企業・成人団体
⑥同伴者			630	幼・少・中・高校生・大学生の同伴者

#### 部屋別料金表

部屋名	利用料
和室2階(てん)、和室3階(うお)	各 200円
集会室	640円
食堂	640円
体育館	2,570円

# 野外炊飯・弁当メニュー

令和6年度 山形県朝日少年自然の家

注) ○食材の提供時間は、朝6:30～、昼10:30～、夕15:00～  
○炊飯薪の提供の他に、卓上コンロもお貸しできます。

	メニュー	金額	主な食材	備考
1	森の朝ごはん	420円	米、卵、ベーコン、ウインナー、生野菜、わかめ、みそ、牛乳、マヨネーズ	フライパン、おわん、菜ばし、フライ返しの商品依頼が必要
2	おいしくサンド	490円	食パン、ツナ缶、コーン缶、トマト、マヨネーズ、きゅうり、スライスチーズ、果物、牛乳	
3	朝からバーガー	510円	丸パン、ハンバーグ、スライスチーズ、生野菜、果物、牛乳、マヨネーズ	お湯をわかせばOK
4	ホットドック	470円	コッペパン、ウインナー、キャベツ、ケチャップ、マヨネーズ、スティックチーズ、牛乳、ハナナ	1000mlの紙パックが必要 <b>団体で準備してください</b>
5	みんなでカレー	530円	米、豚肉、野菜、ルー、福神漬、果物、牛乳、マヨネーズ	
6	トン×2豚汁	490円	米、豚肉、野菜、板こんに、豆腐、果物、牛乳、ふりかけ	
7	森もり焼きそば	510円	中華めん、豚肉、野菜、果物、緑茶	鉄板、フライ返し、さいばしの商品依頼が必要
8	山形名物いも煮汁	620円	玉うどん、牛肉、野菜、板こんに、豆腐、果物、緑茶	昼食提供もOK
9	水車冷や麦	360円	乾麺、ねぎ、めんつゆ、ツナ缶、りんごジュース	さいばしの商品依頼が必要
10	手打ちうどん	420円	小麦粉、食塩、片栗粉、めんつゆ、ねぎ、かき揚げ、とり天、りんごジュース	粉からうどん作り <b>館内限定(道具は20セット)</b>
11	かまど焼きピザ	450円	小麦粉、玉ねぎ、ベーコン、コーン、チーズ、ツナ缶、ピザソース、果物、りんごジュース	粉からピザ作り 1回50人程度
12	アイスクリーム	210円	牛乳、生クリーム、砂糖	冬季間限定(積雪時)
13	ハンバーグ弁当	610円	ご飯、ハンバーグ等、緑茶	AM9:00以降の提供
14	から揚げ弁当	610円	ご飯、から揚げ等、緑茶	AM9:00以降の提供
15	幼児・低学年弁当	550円	オムライス、ハンバーグ等、緑茶	AM9:00以降の提供
16	おにぎり弁当 (おにぎり2個、おかず入)	550円	おにぎり2個、少量のおかず、緑茶	AM9:00以降の提供

○ 野外炊飯用に貸出するコンテナには、鍋1、炊飯鍋1、お玉1、包丁2、まな板1、ザル1、ボウル1、皿5、お椀5、はし入れ1(へら1、はし5、スプーン5)が入っております。食器コンテナは5人分になります。

他に使用する物品につきましては、物品準備依頼票への記載が必要となります。

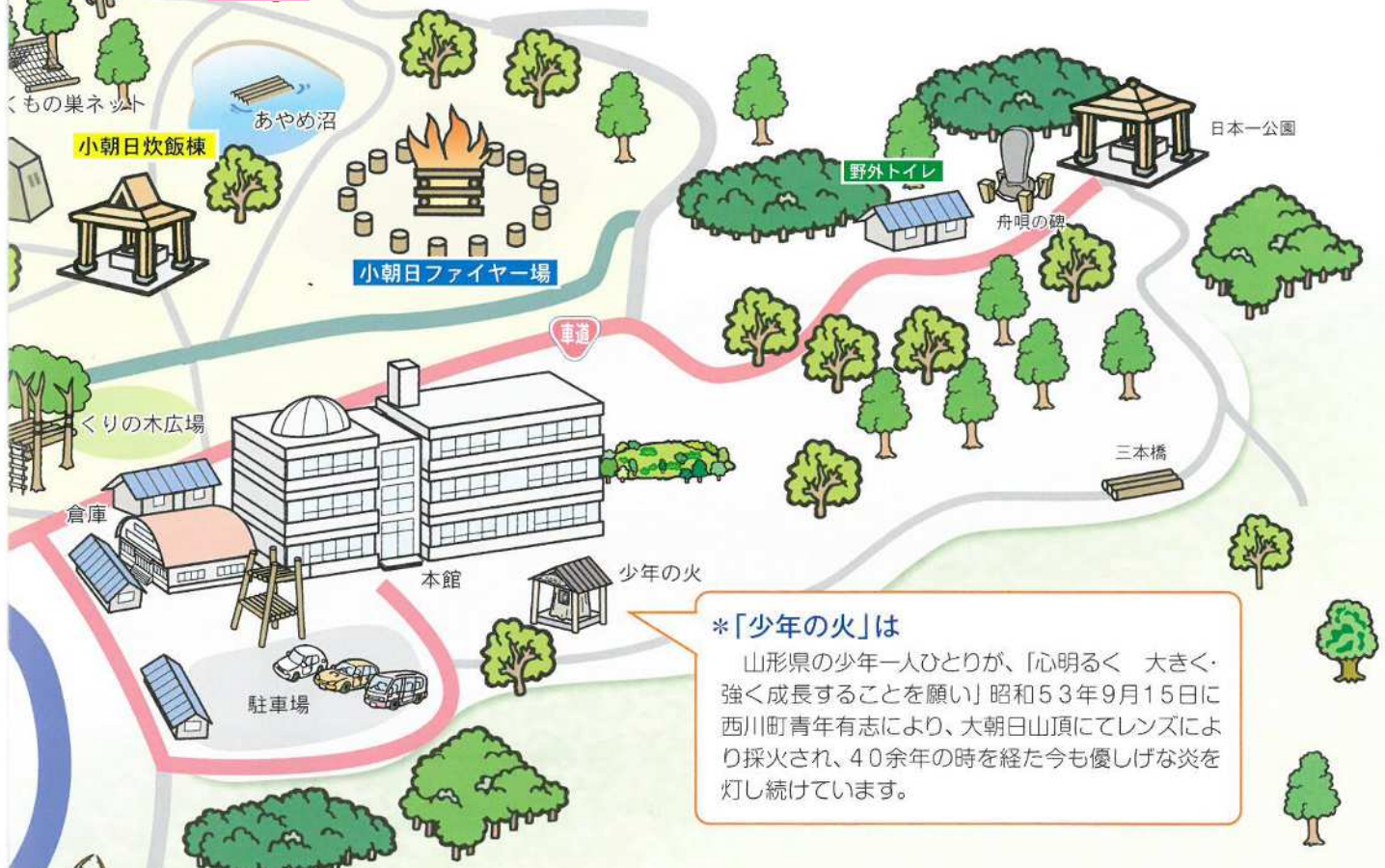
○ 複数メニューの選択も可能ですが、1つのメニューにつき2班(10人程度)以上の注文をお願いします。

○ おにぎり弁当は、梅・さけ・昆布・ツナマヨ・たらこ・おかか・高菜より選択できます。ただし、団体で同一種類の注文となります。

○ 詳しくはホームページ「食事メニュー表」に記載しております。

**※詳しくは、お問い合わせ下さい。**





**\*「少年の火」は**  
 山形県の少年一人ひとりが、「心明るく 大きく・強く成長することを願い」昭和53年9月15日に西川町青年有志により、大朝日山頂にてレンズにより採火され、40余年の時を経た今も優しげな炎を灯し続けています。

- キャンプ場** 定員：小朝日100名程度、大朝日100名程度  
 小朝日キャンプ場：テントサイト16 常設テント  
 大朝日キャンプ場：テントサイト20 常設テント
- キャンプファイヤー場** 小朝日キャンプファイヤー場：収容50～60名 丸太椅子あり  
 大朝日キャンプファイヤー場：収容100～120名 丸太椅子あり
- 野外炊飯棟** 小朝日炊飯棟：かまど16 蛇口11 調理台6 食卓10  
 大朝日炊飯棟：かまど16 蛇口12 調理台6 食卓12
- 野外トイレ** 小朝日と大朝日の間に位置する  
 男子：小便所 大便所 女子：大便所

- 体育館** ミニバスケットボール バレーボールコート1面の広さ
- 集会室** 100名程度の集会や活動が可能
- 食堂** 144名まで収容可能 多い人数の場合は時間差で
- 宿泊室** 2・3階に7室 2段ベッド(各部屋 定員12名)168名収容可能
- 和室** 2・3階に各1室 アコーディオンカーテンで分割可(定員16名)32名収容可能
- 浴室** 16名程度入浴できる広さ 2階が男子風呂 3階が女子風呂
- プラネトリウム** 80席

総定員  
200名