

令和2年度版

# 利用の手引き

～自然はともだち～



## 広島市三滝少年自然の家 広島市グリーンスポーツセンター

〒733-0802 広島市西区三滝本町一丁目73番地の20

電話 (082) 238-6301

FAX (082) 238-6302

E-mail mitaki-c@cf.city.hiroshima.jp

ホームページ <http://www.cf.city.hiroshima.jp/mitaki-c/>

令和2年4月発行

# 目 次

1	教育目標	1
2	利用について	1
3	利用の手順	2
4	経費	3
	(1) 宿泊費	
	(2) 食費	
	(3) 雑費	
	(4) 減免要項	
5	施設利用について	5
	(1) 提出書類	
	(2) 利用にあたって	
6	施設利用の注意事項	6
	(1) 全体	(7) 保健室
	(2) 研修場所	(8) キャンプファイア場(友愛広場)
	(3) 浴室	(9) テント
	(4) 宿泊室	(10) 炊飯場
	(5) ロビー	(11) 自然環境について
	(6) 食堂	(12) 物品・教材等の貸し出しについて
7	提出書類・記入例	12
	(1) 活動計画表	
	(2) 使用許可申請書	
	(3) 宿泊者名簿	
	(4) 食事等申込書	
	(5) 弁当・パン・ジュース見本	
	(6) 炊飯器具借用書	
	(7) 当日持参書類	
8	参考資料	20
	(1) 活動内容の企画・立案に際して	
	(2) 団体の組織	
	(3) 生活の基準(1泊2日の流れ)	
	(4) 携行品	
9	活動プログラム内容	23
10	施設概要	27
11	施設案内図	29
	(1) 館内	
	(2) グリーンスポーツセンター	
	(3) アスレチック広場	
	(4) 炊飯場・テント	
	(5) 宗箇山登山案内図	
12	教材備品	33

# 1 教育目標

当施設は、自然の中での集団宿泊生活を通じて、健全な少年の育成を図る教育施設で、その教育目標は、次のとおりです。

## 教育目標

- ◇ 自然の恩恵にふれ、自然に親しむ心や敬けんの念を育てること
- ◇ 集団生活を通じて、規律・協同・友愛・奉仕の精神を養うこと
- ◇ 野外活動を通じて、心身を鍛錬すること

# 2 利用について

## 利用できる人・団体

- (1) 小・中学校等の児童・生徒と引率者
- (2) 少年団体の団員と引率者
- (3) 少年教育・PTAの指導者
- (4) その他
  - ア 高等学校等の生徒と引率者
  - イ 専門学校・大学等の学生
  - ウ 青年団体等の社会教育関係団体
  - エ 企業、グループ等の研修
  - オ その他適当と認めた者

※ 少年団体とは、小・中学生を主体にした団体をいいます。  
その他の団体は一般団体とします。

## 利用できない日(休所日)

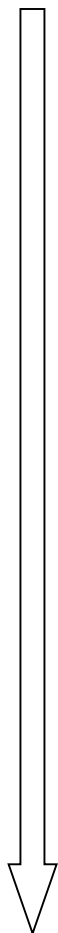
- (1) 毎週月曜日
- (2) 祝日の翌日
- (3) 8月6日
- (4) 12月29日～翌年1月3日

※ 1～3については臨時で開所する場合があります。  
テントは11月1日～4月30日までは利用できません。

### 3 利用の手順

#### (1) 宿泊利用

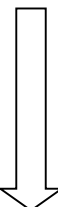
申込み



打合せ



書類提出



入所日



退所日

- 電話または御来所ください。受付時間は9：00～17：00です。団体名、利用目的、希望日時・活動内容、利用人数、連絡者の名前・住所・電話番号を確認させていただきます。
- 申込期間について

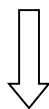
	団体区分	申込期間
宿泊棟	少年団体	9ヶ月前から2週間前まで
	一般団体	6ヶ月前から2週間前まで
	テント	9ヶ月前から2週間前まで

- ※11月から3月までは、少年団体の優先がありません。  
(団体区分にかかわらず9ヶ月前からの受付)
- ※利用団体・目的によっては早期に申し込みが可能な場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。  
(例)
  - 広島市立以外の小・中学校等の野外活動・宿泊訓練等（学校行事に限る）は、前年度の6月1日から申し込みが可能
  - 社会教育団体が主催する研修会、大会、行事等で市内全域以上の規模に及び且つ青少年の健全育成を目的とする事業（ただし、広島市の子ども会の主催する事業は、学区以上の規模）は、前年度の5月15日から申し込みが可能
- ※1ヶ月前から2週間前までにお申し込みいただいた団体につきましては、活動に制限がかかる場合があります。
- 御利用日の1ヶ月前までに、引率責任者と当所の担当職員で行います。  
※打ち合わせの日時は、担当職員と連絡相談のうえ、決定いたします。
- 郵送か来所、またはFAX・Eメールで提出してください。  
※使用許可申請書以外は、ホームページから様式をダウンロードできます。
- 御利用日の1ヶ月前までに提出してください。（期限厳守）
- 食事の申し込みは原則として8人以上から注文となります。  
食事・パン・ジュース類等の数の変更やご飯・おかずの増量を希望される場合は、東洋観光（株）グルメサービスまで  
TEL（082）234-3456
- 会計担当者は、16：30までに事務室へ宿泊費、食堂へ食費をお支払いください。 ※料金計算書①②
- 会計担当者は、退所時に事務室へ、雑費（まき代、クラフト代など）をお支払いください。 ※料金計算書③

## (2) 日帰り利用

(宿泊団体の活動に支障があると当施設が判断した場合は、利用をお断りする場合があります。)

申込み



- 電話または御来所ください。受付時間は9:00～17:00です。
- 野外炊飯・団体でのアスレチック・食堂の申込みは、少年団体・一般団体ともに、1ヵ月前からになります。
- 研修室・体育館の申し込みは、少年団体・一般団体ともに、2週間前からになります。ただし、小学校の夏休み期間を除く平日のみ利用可能です。前日までに御提出ください。  
(使用許可申請書・炊飯器具借用書)

書類提出

## (3) 夏休み期間中の利用〈翌年度の夏休み期間中〉

夏利用団体としての申込みもできます。詳しくはお問い合わせください。

募集



締め切り



抽選

- 「市民と市政」に利用案内掲載 9月15日号
- 募集条件** 小・中学生の団体・少年指導者のグループ
- 応募方法** 往復はがきでお申し込みください。

- 9月下旬  
第一希望～第二希望までお書きください。

- 10月上旬  
※ 希望が重なった場合は、抽選し、結果を通知します。

## 4 経 費 (令和元年10月1日改定)

### (1) 宿泊費 [1泊]

区 分	宿 泊 棟		テ ン ト
	少年団体	一般団体	
子ども	410円	650円	220円
おとな	850円	1,330円	470円

※子どもは、小学生から高校生相当年齢の人をいいます。  
※小学生未満は無料です。

### (2) 食 費

朝 食	340円
昼 食	520円
夕 食	620円

※子どもも大人も同一料金になります。  
※ごはん・おかずの増量もあります。  
(料金増)  
※野外炊飯の食材の金額については、  
26ページを御覧ください。

### (3) 雑 費

まき (束)		360円	
灯油	教材用(1ℓ)	時価	
	ストーブ1台用(1時間:3リットル分)	時価	
キャンドル ファイア	ロ ー ソ ク	小 [長さ 約 9cm] (本)	10円
		中 [長さ 約 16cm] (本)	50円
		大 [長さ 約 24cm] (本)	350円
ク ラ フ ト	焼き杉板(枚)		130円
	ウッドペンダント・ウッドキーホルダー(枚)		30円
	竹とんぼ、竹はし、竹のキーホルダー(個)		要相談
	星座クラフト用コルク(50個入)		50円
印刷機	原稿 [製版] (回)		30円
	上質紙(枚)	B4まで/A3	2円/4円
	色上質紙(枚)	B4まで/A3	3円/6円
	用紙持込・両面裏(枚)		0.5円
コピー(枚)		15円	

### (4) 減免要項

次の条件を満たす方については、宿泊費が減免になります。宿泊当日、使用料減免申請書に御記入のうえ、手帳・公的証明書類等を御提示ください。

- ① 原爆障害者章の交付を受けている
- ② 身体障害者手帳・療育手帳の交付を受けている
- ③ 戦傷病者手帳の交付を受けている
- ④ 精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている
- ⑤ 社会福祉施設入所者が引率されて使用する
- ⑥ 65歳以上である
- ⑦ ①～⑤に掲げる方の介添者
- ⑧ ⑥項に掲げる方の介添者
- ⑨ 出入国管理及び難民認定法に規定する留学及び就学の在留資格を有する
- ⑩ 本財団が主催する研修会に参加する

## 5 施設利用について

### (1) 提出書類

ア 1ヶ月前までに提出していただく書類

- ①使用許可申請書（3枚つづり複写式—当日記入も可）
- ②活動計画表
- ③宿泊者名簿（年齢または学年記入）
- ④食事等申込書（注文がある場合）

注1）食堂での食事は、原則として8人以上から提供可能です。利用開始日の1ヶ月前までに、食事等申込書を当施設に提出してください。

注2）テント利用時には、原則として炊飯場での炊飯もしくはお弁当等により食事をおとりください。食堂の利用をされる場合には事前に御相談ください。

⑤炊飯器具借用書（野外炊飯希望がある場合）

※ ②～⑤の書類についてはFAX、Eメール、郵送等での提出も可能です。

※ 宿泊人数については当日まで変更可能です。また、食事および弁当、パン、ジュースの申込数は、三滝少年自然の家へ提出していただき、その後の食事数の変更やアレルギー対応等については東洋観光グルメサービスと調整を行ってください。

イ 当日持参していただく書類

- ①料金計算書 No. 1（入所後すぐに事務室にて宿泊費精算の際に提出）
- ②食事料金支払い計算書（入所後食堂事務室にて食費精算の際に提出）
- ③料金計算書 No. 2（退所前、事務室にて雑費精算の際に提出）

### (2) 利用にあたって

ア 当日は16時30分までに事務室で受付をしていただき、宿泊費および食費の御精算をお願いします。

イ 館内は屋内ばき（シューズまたはスリッパ）が必要です。

ウ 浴場は大浴場（20人）と小浴場（15人）があります。石けん、シャンプーなどは持参してください。利用時間は21時30分までです。ただし、指導者に限り23時まで利用可能ですが、ボイラーは22時で運転を休止します。

エ 入所時刻は15時から、退所時刻は14時までです。

オ 食堂での食事開始時刻は、朝食が7時・7時30分、昼食が11時30分・12時、夕食が17時・17時30分・18時となっています。定められた時間以外の御利用はできませんので御注意ください。

カ 施設での活動時間は、6時30分～21時30分までです。特に22時から翌朝6時までは入りロゲートを施錠するため出入りができませんので御注意ください。

キ 大型バス（全長9メートル以上）及び低床バスは施設内に乗り入れることはできません。大型バスで来所される場合は、事前に御相談ください。

ク 印刷機、コピー機の利用は料金が必要です。事務室にお問い合わせください。FAX、パソコンの貸し出しは行っておりません。

ケ 団体用の冷蔵庫が各階にあります。団体名を明記のうえ自由に使用してください。

コ お茶、ジュース等の自動販売機は、1階と2階に1台ずつあります。たばこや酒類の販売はありません。

サ 当施設は少年の宿泊研修施設であることからアルコール類の持ち込みや飲酒は一切できません。喫煙は1階の自動販売機の横の扉を出たところに喫煙コーナーがありますので、そちらを御利用ください。

シ 電話やFAXの取り次ぎは行っていません。

- ス 身障者・療育手帳等の手帳をお持ちの方や65歳以上の方は、宿泊料金が減免されます。申請を希望される方は事前に相談してください。
- セ 施設利用にあたっての御案内（オリエンテーション）を、入所時に担当職員が行います。所要時間は約15分です。
- ソ トイレはトイレ用スリッパに履き替えて御利用ください。
- タ 職員（宿直者）と団体代表者との打合せを利用当日に、時間調整の上、必ず行いますので御協力をお願いいたします。

## 6 施設利用の注意事項

### (1) 全体

ア 緊急の場合を除き、次のことは**できません**ので、御協力をお願いいたします。

- (ア) 22:00～6:30の当施設への出入り
- (イ) 電話のとりつき、呼び出し
- (ウ) FAXの送受信
- (エ) パソコンの貸し出し、パソコンからのプリントアウト

イ 次のことは**禁止**となっております。

- (ア) 飲酒および酒類の持ち込み
- (イ) 打ち上げ花火の持ち込み
- (ウ) 宿泊室・テント内での飲食（ただし水分補給は除く）

ウ 自家用車の駐車については、1団体あたり5台まで可能です。マイクロバスは、全長9mまでは駐車可能です。

また、駐車場に限りがありますので、相乗りまたは公共交通機関を御利用ください。駐車される場合は駐車許可証を渡しますので入所の際に手続きをお願いいたします。  
※施設内への大型バス（全長9m以上）及び低床のバスの乗り入れ及び駐車はできません。

※アスレチック駐車場は、18時から翌朝6時まで閉鎖しますので御注意ください。

エ 送迎時の車輛は、利用団体の活動の妨げや危険な場合がありますので、十分御注意ください。送迎車が多くなる場合は、団体で車の誘導をお願いします。

オ 冷蔵庫の使用については、担当職員に御連絡ください。

また、冷蔵庫に入れるものには必ず(団体名等の)記名をお願いします。

カ 御利用の際に出たごみは、お持ち帰りください。ごみ箱はありません。

ただし、野外炊飯で出た可燃ごみについては、広島市事業ごみ指定袋を御持参いただいた場合のみ処分できますので、事務所まで連絡してください。

キ 暑い日には熱射病や熱中症の予防のためにも水分補給は必要ですので、水筒と飲み物を準備してください。

ク 「来た時よりも美しく」を心がけて利用してください。

### (2) 研修場所

#### ア 体育館（3階）

- (ア) トランポリンを利用される場合は、事前に活動プログラムの貸し出し物品等の希望の欄に記入しておいてください。また、設営、片付け、補助のため3名程度確保してください。
- (イ) 屋内トリムを利用される場合は、事前に担当職員まで申し出ていただき、必ず指導者付き添いの元で行ってください。
- (ウ) ワイヤレスマイク、バレーボールのハンドル、ピアノの鍵は、事務室にあります。



(エ) 夏季は、扇風機2台、冬季は、ストーブ2台を利用できます。

※ストーブは、別途灯油代が必要です。

#### イ 第一研修室（1階）

(ア) 約100名で利用できます。

(イ) 長机、イスを利用した場合は、もとの場所へ片づけてください。

(ウ) スクリーンは常設してあります。プロジェクターやDVDプレーヤーの貸し出しもできます。

(エ) 黒板（固定）、ホワイトボード（移動式）が利用できます。

（チョーク、マーカー、マグネットは、事務室にあります。）

#### ウ 第二研修室（2階）

(ア) 約60名で利用できます。

(イ) (ウ) (エ) の項目につきましては、第一研修室と同様です。

#### エ 図書コーナー（2階）

(ア) 約20名で利用できます。

(イ) 長机、イスを移動したときは、もとの位置へ戻してください。

(ウ) ホワイトボードが利用できます。

#### オ 創作テラス（2階）

(ア) 20名から30名の炊飯及び創作活動ができます。

(イ) 建物内から出入りすることはできません。

(ウ) 火の取り扱いは、決められた場所のみで行ってください。

### (3) 浴室（1階）

ア 大浴場は、20名から30名で利用できます。

小浴場は、15名から20名で利用できます。

イ 入浴時間は、21時30分までとなります。

指導者の方は、22時～23時（※時間厳守）まで入浴可能です。ただし、足し湯はできません。

ウ 団体利用が終わりましたら、おけ、イス、シャワーをもどしてください。

エ 浴室内でよく体をふき、脱衣所へ出てください。脱衣所の床がぬれた場合は、きれいに拭いてください。

オ 宿泊団体や人数が少ない場合など、宿泊状況により小浴場もしくは大浴場のみの利用になる場合もございますので御了承ください。

### (4) 宿泊室（3階）

ア 入室時刻は15：00以降、退室時刻は14：00まで（原則） になります。

イ 事前に非常口、避難経路の確認をしてください。

ウ ドライヤーは、各洗面所で使用してください。宿泊室での使用はできません。電気容量に限りがありますので、使用台数は2台までにしてください。

エ 宿泊室では飲食をしないでください（水分補給を除く）。

オ ベランダには非常時以外には出ないようにしてください。

カ ベッドの上では飛ばないようにしてください。

キ 消灯時間（22：00）以降は静かに過ごしてください。

ク 部屋から出る時は、電気・エアコンを消すなど節電にご協力ください。

ケ 布団のたたみ方、置き方、シーツの使い方は次項以降を御参照ください。

## 〈布団のたたみ方、おき方〉

ア 敷き布団を三つ折りにし、  
部屋の奥側(窓際)に置きます。



イ 掛け布団は柄を内側にしてたたみ、掛け  
布団と毛布を下の写真のように置いてく  
ださい。

(2つの折り目がきれいに見えるように)  
置きます。)



※季節によっては、毛布・掛け布団  
のみの時期もあります。

ウ 最後に枕を置けば、出来上がり。  
部屋に入って左側



部屋に入って右側



**お願い**

来たときよりも美しく!!  
ベッドのマットレスの上の  
ゴミも拾ってね!

## 〈参考〉 悪い例

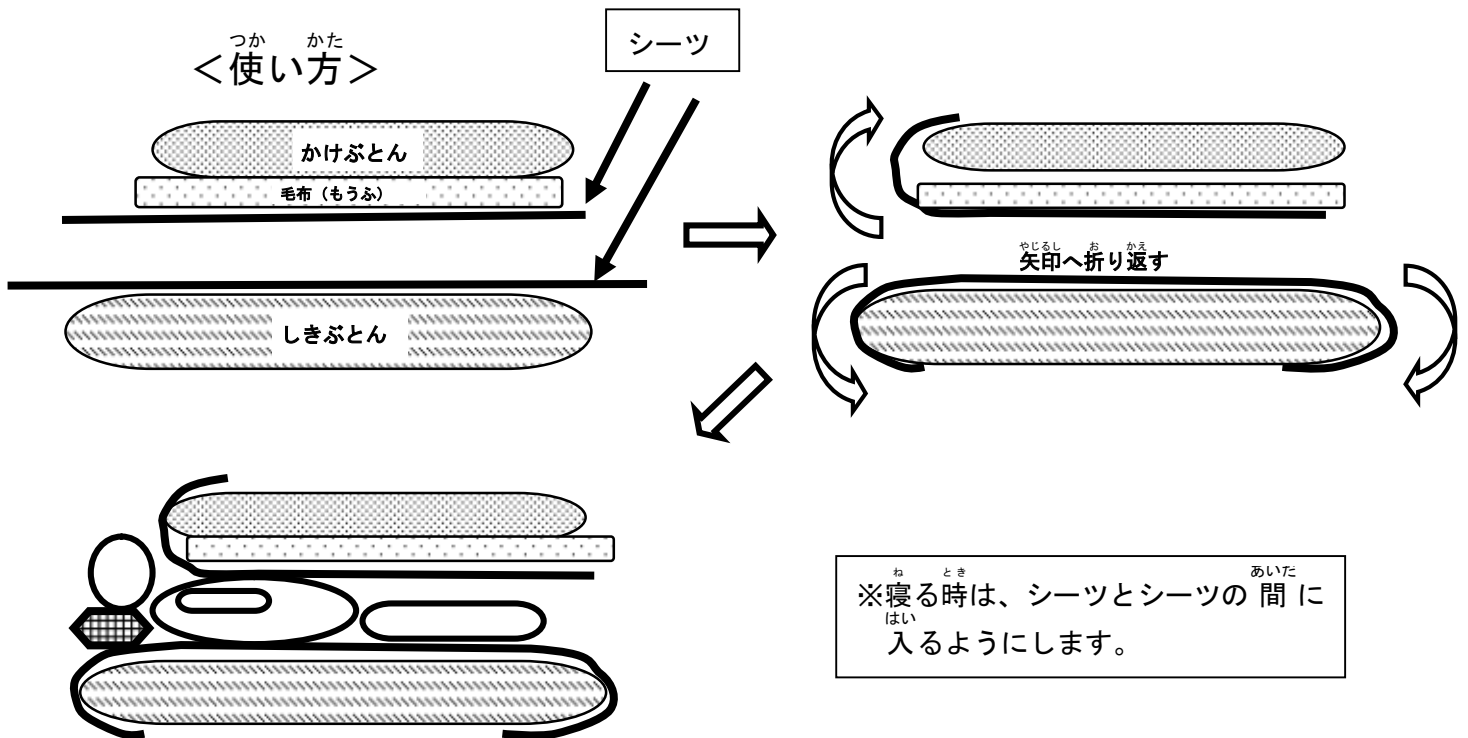


※わかりやすいように  
ベッドから出しています。

## 間違っているところ

- まくら：斜めに置いてある。
- 毛布：端が見えるように置いている。
- 掛け布団：柄が見えるようにたたんでいる。
- 敷き布団：中へ折り込むようにたたんでいる。

## 〈シーツの使い方〉



### (5) ロビー (2階)

- ア コインロッカー(コインバック式)があります。
- イ 公衆電話は、事務室前にあります。
- ウ 給湯器を利用できます。お茶の葉は団体に準備してください。  
利用時間は6:30~21:30です。  
※お茶を冷蔵庫で冷やす場合は、必ず冷ましてから冷蔵庫で冷やしてください。  
熱いうちに入れると冷蔵庫の故障の原因となります。

### (6) 食堂 (1階)

- ア 団体ごとに、決められた席で食事をするようにしてください。
- イ 団体に配膳係を決め、事前に配膳をしたうえで食堂に入室してください。配膳~食後の片付けの手順については、以下のとおりです。
  1. 配膳係(人数は必要に応じて)を決め、おかずトレイ→ご飯・お茶の順に配膳する。
  2. 配膳完了後、他の方が着席する。
  3. 食事後、所定の場所(食堂前方にあるバケツなど)に食器などを返却する。
- ウ 食器はきれいに重ねてお片付けください。

### (7) 保健室 (2階)

- ア けがや、体調不良で利用される際は、事務室に御連絡いただき、保健室内にある「保健室利用記録簿」に利用内容を記入してください。
- イ ベッド2つ、応急処置用の道具があります。
- ウ 授乳やおむつ替えでも利用できます。

## (8) キャンプファイア場 (友愛広場)

ア ファイアサークルには、絶対に水をかけないでください。

イ 使用後は後片付、掃除をし、燃え残りがないようにしてください。

ウ キャンプファイア等で使用した針金などのごみはお持ち帰りください。

## (9) テント (利用期間は5月～10月)

ア 使用前に、虫などが毛布・テントの中に入っていないか、よく確かめてください。特にムカデなどが毛布の中に入り込んでいる場合がありますので、よく確認してから使用してください。

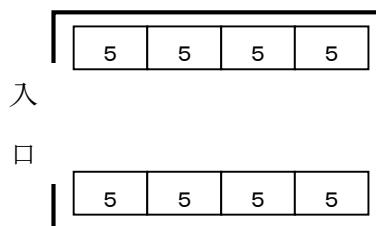
イ テント内は土足厳禁です。ローソク、たばこ、蚊取り線香などの火気も厳禁です。

ウ 日中晴天のときは入口を開き、テント内を乾燥させてください。

エ テント内の照明は、懐中電灯などを使用してください。貸し出し用のランタンはありますが、乾電池は持参してください。(ランタン1個につき単一乾電池3個)

オ ヨガマットは、風通しの良い所で干し、元の袋に収めて事務室に返却してください。

カ 使用後の毛布の置き方は、下図のようにしてください。



\*毛布は1枚ずつ8折りに畳んで、テント左右の棚に5枚ずつ重ねて置いてください。

### <使用方法>



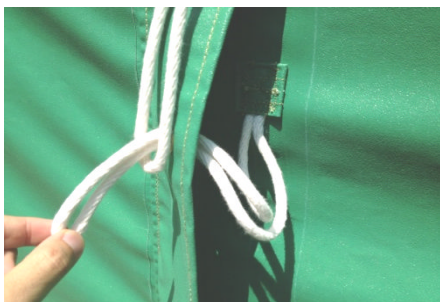
① 倉庫にあるヨガマットを受取る



② その他必要物品 (ランタン、イノシシよけ鈴) を受取る



③ テントサイト



④ ロープを丁寧にほどく



⑤ 風通しをよくする



⑥ ござを全面に敷きヨガマットを敷いて寝る

## (10) 炊飯場

- ア 器具、刃物の取り扱いは事前指導をお願いします。
- イ 燃え残りのまきは、できるだけ燃やして灰にしてください。  
灰は、小さいスコップ（十能）を使って丸い缶に入れ、火がついていても水はかけずに灰置場に入れてください。
- ウ レンガが割れるので、かまどには、絶対に水をかけないでください。
- エ 炊飯の際に出たゴミは持ち帰りが原則です。広島市事業ごみ指定袋を使用された場合は、当施設での処分が可能です。  
ただしペットボトル、空き缶・段ボール等の資源ごみ、不燃ごみは不可。
- オ かまど、流し、机の上を清掃し、使った椅子は元の場所に戻してください。
- カ 車の乗り入れは原則できません。（荷物の搬入などは事前に御相談ください。）

## (11) 自然環境について

- ア 施設内には、四季さまざまな姿を見せてくれる動物や植物が多数あり、来所者の心を和ませてくれます。花や木などは採取せず大切にしましょう。
- イ 水質汚濁、河川環境保護や森林資源の保護のために、野外炊飯やキャンプファイアなどでの、洗剤やまきの使い過ぎに気をつけましょう。
- ウ 資源を大切にし、ゴミの分別に努めるとともに、ゴミを出さないように工夫をしましょう。
- エ 施設内には、危険な動物（マムシやスズメバチなど）や植物（ヤマハゼ等かぶれやすい木など）がありますので十分注意してください。

## (12) 物品、教材等の貸し出しについて

当施設では、活動に必要な物品・教材等の貸し出しを行っております。以下の点に御注意のうえ活動に役立ててください。

- ア 活動計画表に「貸し出し物品等希望」欄がありますので、物品、教材名、必要数等を記入し事前に申し込みください。
- イ 宿泊室の施錠は通常行っておりませんが、希望があれば鍵を貸し出しますので事務室まで連絡してください。
- ウ 物品、教材等は団体代表者の責任で、貸し出し、返却を行ってください。破損、紛失等が発生した場合は、原状復帰、弁償などをしていただくことがあります。
- エ トランシーバー、ランタン等の貸し出し物品には電池が入っていませんので持参してください。

# 7 提出書類・記入例

※使用許可申請書以外はホームページから様式をダウンロードできます。

## (1) 活動計画表

提出書類①

## 活動計画表

三滝少年自然の家・グリーンスポーツセンター

担当職員[ ]

団体名	めじろ会							利用期間	令和00年 4月11日(土)～ 4月12日(日)まで			1泊 2日
利用目的	野外活動のため							連絡者	三滝 花子			
人数	小学生	中学生	高校生	大学生	大人	幼児	合計	6 班	屋間の連絡先	Tel 082-238-6301		
	男子	12	2			4	18		携帯電話	Tel - -		
	女子	13	3			6	22		F A X	Fax 082-238-6302		

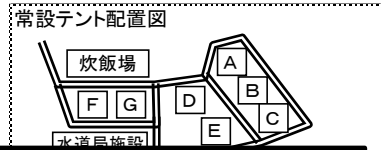
時刻	4月11日(土)		月 日 ( )		4月12日(日)	
	活動内容	場所	活動内容	場所	活動内容	場所
6:00	※駐車台数[ 4 ]					
7:00	起床		起床		朝のつどい	体育館
8:00	朝食				朝食	食堂
9:00	身辺整理				身辺整理	宿泊室
	部屋点検				部屋点検	
10:00	野外炊飯				野外炊飯	炊飯場
11:00						
12:00						
13:00						
14:00					食器点検	炊飯場
15:00	入所・オリエンテーション				退 所	
16:00	荷物整理	宿泊室				
	クラフト	第2研修室				
17:00						
18:00	夕食	食堂				
19:00	キャンプファイア (キャンドルファイア)	友愛広場 (体育館)				
20:00	入浴					
21:00	就寝準備	各部屋				
22:00	消 灯					

貸し出し物品等希望	貸し出し物品等希望
小刀 50本 なた 女神の衣装 まき・灯油	貸出物品の希望を記入してください。

貸し出し物品等希望
炊飯用具 アンフ・マイク

～記入上の留意点～

- ★雨天時★  
( )書きで記入してください。
- ★入・退所時刻★  
入所:午後3(15)時  
退所:午後2(14)時
- ★入浴時間★  
希望時間をご記入ください。  
(引率者の時間も含む)

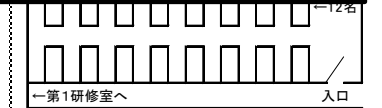


### 宿泊室の配置とベッド数・定員

19⑩ テネブ 倉庫	洗面所 (女)	身障者用 (男)	12 ベガ ⑧	11 シリウス ⑧	10 カストル ⑧	スA (4)	3 めじろ ⑧	2 こげら ⑧	洗面所 (男)	洗面所 (女)	1 ひげり ⑧	和室
← 体育館	倉庫	18 アタレス ⑧	17 スピカ ⑧	16 アルタイル ⑧	15 フロキオン ⑧	14 リゲル ⑧	13 カペラ ⑧	スB (4)	9 やまがら ⑧	8 うくいす ⑧	7 ひよどり ⑧	6 かけす ⑧

※他団体の活動内容次第では、ご希望通りにならないこともあります。

※ 上段の数字は部屋番号。スA・スBは、スタッフA・B。  
 ※ 下段 ○内の数字はベッド数。( )内の数字は定員を示します。  
 ※ 3泊以上の宿泊は、2枚に分けてご記入ください。



(2) 使用許可申請書(3枚複写)

※こちらは、事前に下見・打ち合わせの際か当日記入してください。

(2) 使用許可申請書

- 広島市三滝少年自然の家  
 広島市グリーンスポーツセンター 使用許可申請書  
 広島市似島臨海少年自然の家

(申請先)

公益財団法人広島市文化財団理事長

次のとおり申請します。使用の際は、広島市少年自然の家条例、同条例施行規則(広島市グリーンスポーツセンター条例、同条例施行規則)を守り、これらに基づく職員の指示に従います。

※申請者は、太枠の中を記入してください。		申請年月日 令和 2年 4月 1日	
申請学校・団体名 <b>めじろ会</b>		申請学校・団体の所在地 <b>西区三滝本町一丁目68-6 TEL 238-6302</b>	
ふりがな 申請者名 <b>みたき たろう 三滝 太郎</b>		ふりがな 連絡者名 <b>みたき はなこ 三滝 花子</b> TEL 238-6302	
使用期間	令和 2年 4月 11日 15時から令和 2年 4月 12日 14時まで		1泊2日 日帰り
使用者内訳	小学生	中学生	高校生 大人 幼児 計
宿泊室 (1泊)	25	5	10 40
キャンプ施設 (泊)			
日帰り			
使用目的	<input checked="" type="checkbox"/> 1 野外活動      3 レクリエーション      5 指導者養成 <input type="checkbox"/> 2 研修会・講習会      4 クラブ活動      6 その他( )		

◎ 以下の欄には記入しないでください。

使用者内訳	小学生	中学生	高校生	
宿泊室 (泊)	泊	1日目 2日目 3日目	1日目 2日目 3日目	1日目 2日目 3日目
	人数			
	計			
宿泊室使用料				① 円
キャンプ施設 (泊)	泊	1日目 2日目 3日目	1日目 2日目 3日目	1日目 2日目 3日目
	人数			
	計			
キャンプ施設使用料				② 円
日帰り				

太枠内は、もれなく記入してください。下段は、記入しないでください。人数は、書類提出時点での予定数を記入してください。

施設使用料 合計	①+②	円
----------	-----	---

許可区分	<input type="checkbox"/> 少年等が使用する場合(目的内利用)	係	主任	所長	減免承認番号	許可番号
	<input type="checkbox"/> 少年等以外が使用する場合(目的外利用)				許可年月日	
					令和 年 月 日	日

### (3) 宿泊者名簿

提出書類③

広島市三滝少年自然の家・広島市グリーンスポーツセンター

宿泊者名簿

No.1

団体名				利用日			
めじろ会				4月11日 ~ 4月12日			
番号	名 前	性別	年齢(学年)	番号	名 前	性別	年齢(学年)
01	三滝 太郎	男	42	26			
02	三滝 花子	女	38	27			
03	三滝 次郎	男	小5	28			
04	.			29			
05	.						
06	.						
07	.						
08	.						
09				33			
10				34			
11				35			
12				36			
13				37			
14				38			
15				39			
16				40			
17				41			
18				42			
19				43			
20				44			
21				45			
22				46			
23				47			
24				48			
25				49			
				50			

書類提出時点での、宿泊予定者全員の  
名前・性別・年齢(小学生から高校生は、学  
年)を記入してください。

※ 年齢または学年を必ずご記入ください。

	小学生	中学生	高校生	大学生	大人	幼児	計
男性	12	2			4		18
女性	13	3			6		22



・食事の申し込みは原則として8人以上からです。

(4) 食事等申込書

提出書類④

申込日：令和〇〇年 9月1日



■提出先  
 広島市三滝少年自然の家 TEL (082) 238-6301 FAX (082) 238-6302  
 ■食事サービス/問合せ(アレルギー等)/お支払  
 東洋観光㈱グルメサービス (食堂業者) TEL (082) 234-3456 FAX (082) 292-0010  
 [電話受付]月～金 9:00-17:00、土 9:00-14:00

1. 申込……利用日の1か月前までに、**自然の家へ**
2. 変更……ご利用日の**3日前、AM11:00**までに**東洋観光㈱グルメサービス**へ連絡(日・祝日含めず)

申込者	団体名	めじろ会 (ふりがな) 担当者名	み た き は な こ 三 滝 花 子
	連絡先	〒733-0802 広島市西区三滝本町一丁目68-6	
TEL:		082-238-6301	FAX: 082-238-6302 携帯番号:

利用期間	令和〇〇年 10月1日(火) から 10月2日(水) [1泊2日]								
利用者内訳	小学生	中学生	高校生	大人	幼児	計	幼児メニューの希望	アレルギー対応食の希望	ごはん・おかず増量の希望
	25	5		10		40	(無)・有	無・(有)	(無)・有(別料金)

※ 「幼児メニュー」、「アレルギー対応食」、「ごはん・おかず増量」で「有」に○をされた場合は、グルメサービスへ連絡してください。

●食堂での食事や弁当を注文される場合に記入してください。

食事日程	10月1日		10月2日		月 日		月 日			
	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼	夕	朝	昼
区分 ※1	食・弁・炊	(食)・弁・炊	(食)・弁・炊	食・弁・炊	(食)・弁・炊	食・弁・炊	食・弁・炊	食・弁・炊	食・弁・炊	食・弁・炊
食事開始時刻 ※2	A・B	A(B)・C	(A)・B	A・B	A・B・C	A・B	A・B	A・B・C	A・B	A・B
食数		40	40							
弁当注 文 ※3	受取時刻	:	:	:	:	:	:	:	:	:
	メニュー記号									

※記入、食事が不要な場合を

区分、食事開始時刻を○で囲ってください。

- ※1 「食」: 食堂、「弁」: 弁当 「炊」: 炊飯として該当するものに○で囲ってください。  
 ※2 【朝食】A: 7:00 B: 7:30 【昼食】A: 11:30 B: 12:00 【夕食】A: 17:00 B: 17:30  
 ※3 別紙を参考にA、B(和)、C(洋)の記号で記入してください。  
 ※4 食堂利用時間外でも特別メニューによる懇親会をすることができます。(要相談)

●野外炊飯の食材を食堂に注文される場合に記入してください。(メニューは別紙参照)

日程	月 日 (朝・昼・夕)	10月2日 (朝・(昼)・夕)	月 日 (朝・昼・夕)
食材受取時刻	:	9:30	:
メニュー		ビーフ野菜カレー	
人数		40人	
班数	人×	8人×	5班
	人×	人×	班
	人×	人×	班

※炊飯器具や薪が必要な場合は、「炊飯器具借用書」を提出してください。

●パン・ジュースを注文の場合、記入してください。

パン	受取日時	/	/
	品名	:	:
数量			
ジュース	受取日時	10/1	/
	品名	17:30	:
	数量	100%オレンジ	
		40	

※別紙メニュー参照。

受付確認		
自然の家	グルメサービス	厨房
/	/	/
担当		

(5) 弁当・パン・ジュース見本 (令和元年10月1日改定)

## お弁当見本

A 弁当

340円



B1 弁当 (和風)

520円



C 弁当 (和風)

620円



B2 弁当 (洋風)

520円



## パン見本

全て 120円



## ジュース見本

全て 110円



- ※ 食事等申込書にてお申し込みください。
- ※ お弁当の注文は8個からとなります。
- ※ アレルギー対応はできません。
- ※ パックのお茶も注文できます。

(6)炊飯器具借用書

令和元年10月1日より料金変更

提出書類⑤

令和 年 月 日

広島市グリーンスポーツセンター炊飯器具借用書

使用場所	創作・ <b>炊飯場</b>
担当職員	

団体名	<b>めじろ会</b>		
代表者名	<b>三滝 太郎</b>	利用人数	<b>40</b> 人
利用日	令和 <b>00</b> 年 <b>10</b> 月 <b>2</b> 日 <b>水</b> 曜日 ( 朝食 <b>昼食</b> 夕食 )		
	令和 年 月 日 曜日 ( 朝食 昼食 夕食 )		

炊飯器具セット(8人分) ⑳ *1		うどん器具セット(8人分) ⑥ *1 *炊飯器具セットに下記の物が加わります		その他の器具	
借用数	セット	借用数	セット	器具名	数量
				・ 焼き肉用網 ④	
・ 食器(3種類)	各10	・ めん棒	2	・ 焼き肉用かまど ④ (88cm×58cm)	
・ 中なべ(直径24cm)	1	・ ざる	1	・ ホイールコンロ ④ (直径41cm)	
・ 小なべ(直径21cm)	1	・ ポウル	1	・ 鉄板(44cm×44cm) ④	
・ まな板	2	・ バケツ	1	・ 鉄板(44cm×58cm) ⑧	
・ 包丁	2	・ 計量カップ	1	・ 大なべ(直径33cm) ⑳	
・ バット	2	・ こま板	1		
・ 玉じゃくし	2	・ どんぶり	8		
・ しゃもじ	2	・ ビニールシート	1		
・ 長ばし	1	・ 網じゃくし	1		
・ やかん	1	・ ひしゃく	1		
		・ 大がま(直径1m)		かまど使用数	<b>6</b> 基
炊飯器具、かまど、まきの使用予定数、 野外炊飯のメニューを記入してください。				まき使用予定数 *2	<b>10</b> 束

\*1 ○内の数字は、貸出可能最大数となります。他団体のご使用がある等、お貸し出来ない場合があります。ご了承いただきますよう、よろしくお願いいたします。

\*2 まきは1束につき360円かかります。

まきの使用目安は、1回の炊飯(かまど)1つにつき1.5束~2束になります。

\*3 箸、スプーン等はありませんので、団体でご準備ください。

	朝食	昼食	夕食
メニュー		<b>カレーライス</b>	

(7) 当日持参書類 (令和元年 10 月 1 日改定)

当日持参書類①

料金計算書 No.1

広島市三滝少年自然の家・広島市グリーンスポーツセンター

団体名 <b>めじろ会</b>						会計責任者 <b>三滝 花子</b>				
利用期間 令和元年10月1日 ~ 10月2日 ( 1 泊 2 日)						担当職員				
宿 泊 棟	少年 団体	小人 (小学生~高校生)	1日目 <b>30</b> 人	2日目 人	3日目 人	4日目 人	延べ人数 <b>30</b> 人	単価(円) 410	金額(円) <b>12,300</b>	
		大人	<b>10</b>				<b>10</b>	850	<b>8,500</b>	
		減免申請 (6・8該当者)							410	
	その他	小人 (小学生~高校生)							650	
		大人							1,330	
		減免申請 (6・8該当者)							650	
小計 (I)								<b>20,800</b>		
テ ン ト	小人 (小学生~高校生)							220		
	大人							470		
	減免申請 (6・8該当者)							220		
小計 (II)										
合計金額 小計 (I) + 小計 (II)								<b>20,800</b>		

当日宿泊される人数を記入し、事務室へお支払いください。

当日持参書類②

食事料金支払い計算書

団体名 <b>めじろ会</b>						会計責任者 <b>三滝 花子</b>	
利用期間 令和元年10月1日 ~ 10月2日 ( 1 泊 2 日)							
		1日目	2日目	3日目	延べ人数	単価(円)	金額(円)
朝 食			<b>40</b>		<b>40</b>	340	<b>13,600</b>
昼 食			<b>40</b>		<b>40</b>	520	<b>20,800</b>
夕 食		<b>40</b>			<b>40</b>	620	<b>24,800</b>
弁 当 パ ン							
ジュース		<b>40</b>			<b>40</b>	110	<b>4,400</b>
↑ 人数をご記入ください。 ↑						合 計	<b>63,600</b>

食事される人数及び金額を記入し、食堂の事務室へお支払いください。

※ 会計責任者の方は、入所日のできるだけ早い時間に、この計算書を持って 食堂(厨房事務所)でお支払いください。

※ できるだけ おつりのいらないようにご用意ください。

当日持参書類③

## 料金計算書 No.2

広島市三滝少年自然の家  
グリーンスポーツセンター

団体名						会計責任者						
<b>めじろ会</b>												
利用期間						担当職員						
令和元年10月1日 ~ 10月2日												
						単価(円)	金額(円)					
						1日目	2日目	3日目	4日目	延べ数		
まき(束)						10	8			18	360	<b>6,480</b>
灯油	教材用(1冊)										時価	
	ストーブ1台用(1時間)										時価	
ローソク代	大(本)										350	
	中(本)										50	
	小(本)										10	
杉板(枚)											130	
印刷機	原稿[製版](回)										30	
	上質紙 B4まで(枚)										2	
	上質紙 A3(枚)										4	
	色上質紙 B4まで(枚)										3	
	色上質紙 A3(枚)										6	
	持込[両面裏](枚)										0.5	
コピー	上質紙 B4まで(枚)										15	
	上質紙 A3(枚)										15	
ウッドペンダント(枚)											30	
合計												<b>6,480</b>

\* 雨天等により、活動の変更がありますので、退所日に精算してください。

## 8 参考資料

### (1) 活動内容の企画・立案に際して

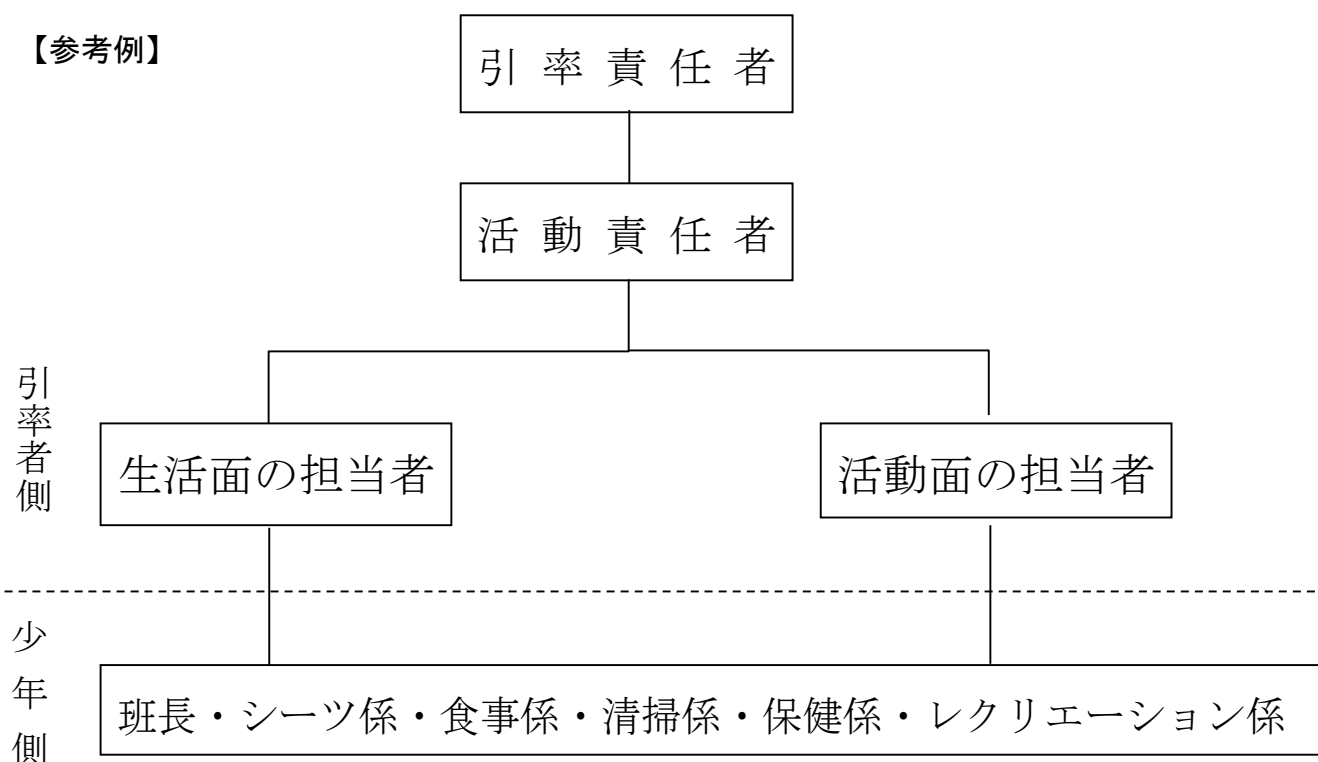
集団宿泊生活の企画・立案に際しましては、少年たちが生き生きと活動し、豊かな感動が体験できるように配慮してください。

#### 指導の留意点

- ア 具体的な目標やねらいをもった活動にしましょう。
- イ 計画にゆとりを持ち、活動に変化をもたせましょう。
- ウ 細部にわたる計画を立て、雨天時の活動などの状況に合わせ変更可能な手だてを考  
えておきましょう。
- エ 集団活動の中にも、個人が意欲を持てる活動にしましょう。
- オ 施設・設備や自然環境の特色を活かした活動にしましょう。
- カ 十分な下見と事前研修および担当職員との打ち合わせをしましょう。
- キ 集団を組織化し、決定・指示・伝達がスムーズに行えるようにしましょう。
- ク 参加者の健康面、体力面の実態を把握しましょう。
- ケ 緊急時の連絡網や避難体制を作成しましょう。
- コ 安全面に配慮した活動計画を立てましょう。

### (2) 団体の組織

【参考例】



### (3) 生活の基準(1泊2日の流れ)

#### ア 宿泊棟での生活

##### 【参考例】

入所日		退所日	
時刻	生活の流れ	時刻	生活の流れ
15:00	入所式 オリエンテーション	6:30	起床
15:30	活動プログラム1 (例) オリエンテーリング	7:00	朝のつどい
17:30	夕食	7:30	朝食
18:30	入浴	9:00	身辺整理・清掃
19:30	活動プログラム2 (例) キャンプファイア ポストオリエンテーリング	12:00	昼食
21:30	就寝準備	13:00	退所式・退所
22:00	消灯・就寝	14:00	

#### イ テントでの生活

##### 【参考例】

入所日		退所日	
時刻	生活の流れ	時刻	生活の流れ
15:00	入所 オリエンテーション テントへ移動	6:30	起床
16:00	(炊飯器具の受取り) 野外炊飯	7:00	朝のつどい
17:30	夕食・片付け 活動プログラム1 (例) 天体観測 ポストオリエンテーリング キャンプファイア	7:30	朝食
21:30	就寝準備	9:00	活動プログラム2 (例) アスレチック
22:00	就寝	10:00	炊飯 昼食・片付け
		13:00	炊飯器具点検・返却 身辺整理
		14:00	退所

- 入所式・退所式等の司会は、各団体で行ってください。
- オリエンテーション(施設の使用方法等の説明)は担当職員が行います。
- テント泊で、入浴・食堂利用を希望される場合は事前に御相談ください。
- 朝のつどいなどをされる場合は、各団体で計画・実施してください。
- 退所前に、引率責任者が部屋の点検を行い、担当職員にお知らせください。

#### (4) 携行品【参考例】

	宿 泊 棟	テ ン ト
個 人	洗面用具、健康保険証(写) 着替え、ねまき類、 上履き(シューズ)、石けん、 シャンプー、常備薬 など	軍手、洗面用具、着替え 健康保険証(写)、雨具 スプーン、箸、懐中電灯 コップ、石けん、ねまき類 など
団 体	ゴミ袋(ゴミはお持ち帰りください) ぞうきん、室員名簿 救急薬品 など	ふきん、マケン・食器用洗剤 マッチ、金だわし、スポンジ 新聞紙、虫よけスプレー ゴミ袋(ゴミはお持ち帰りください)

※ 携行品には必ず名前を記入してください。

※ 石けん、シャンプーは当施設にはありませんので、各自で御用意ください。

※ キャンプファイアでトーチを使用する場合は団体で御用意ください。

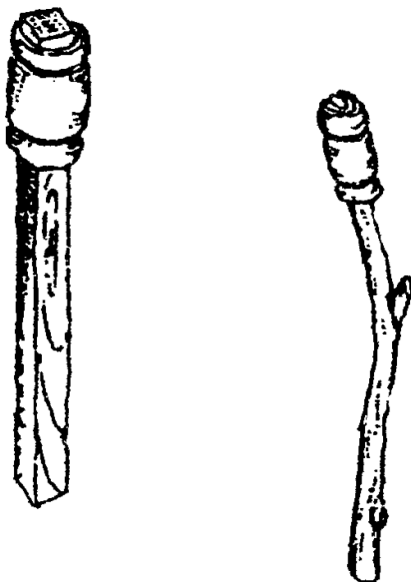
※ 忘れ物は1週間以内に警察署に届け出ますので御了承ください。

#### トーチ

長さ1メートル程度の棒に(竹は不可)布を巻き、火をつけるようにしたものです。

布は火をつけて燃やすので、長時間燃やしても落ちないように、針金で2ヶ所以上しっかりと留めてください。

※トーチに使用した針金等の金属類はお持ちかえりいただき、処分してください。





## 9 活動プログラム内容

### (1) 登山・ハイキング

活動名	所要時間	活動の概要	用意可能物品	団体準備物
そうこやま 宗箇山（三滝山）登山	3時間 (往復)	山頂(356 ㍎)には、昔、浅野藩の家老「上田宗箇」という人が植えた松の四代目があります。山頂には少し広いところがあり、街並みや海を見ながら弁当を食べると爽快です。また、早朝登山としても活用できます。	トランシーバー	単三乾電池 (1台につき3個)
たかとうげやま 高峠山登山	1時間 (往復)	だれでも気軽に楽しめる散策コースです。植物に囲まれた登山道を30分ほど歩くと、高峠山の山頂(237 ㍎)に着きます。山頂近くの岩場からの見晴らしはよく、広島市内や瀬戸内海が一望できます。また、平地からの風もとてもさわやかで、登山コースと呼ぶには、短く傾斜も楽で、朝の散歩などにもってこいのコースです。	トランシーバー	単三乾電池 (1台につき3個)
おおちやうすやま 大茶臼山登山	5時間 (往復)	標高413 ㍎です。森の中を通ったり、急な石段を登ったりするので、コースとしては少しハードですが、達成感があります。途中、車道を通るので、車に注意しましょう。	トランシーバー	単三乾電池 (1台につき3個)
みたきでら 三瀧寺めぐり	1時間30分	宗箇山（三滝山）の谷間に位置し、三滝観音として親しまれています。深山幽谷の趣が強く、信仰・憩いの地となっています。3つの滝と広島県の重要文化財は必見です。通年見学ができます。団体で見学される際は事前に連絡してください。連絡先 Tℓ082-237-0811		

### (2) 自然観察

活動名	所要時間	活動の概要	用意可能物品	団体準備物
グリーン アドベンチャー (4月～10月)	2時間	植物観察に適したプログラムで専門的な知識がなくてもできます。まず、学習コースで樹木の見方(葉のつき方・葉脈・きょ歯・毛等)を学習し、特徴を用紙に記入して自分だけの図鑑を作ります。それをもとに、コースをまわり各ポイントの樹木名をあてます。	ゼッケン バインダー 資料、解答用紙の原本	筆記用具 解答用紙
バード ウォッチング	2時間	観察広場を中心に、早朝観察すれば、10種類以上の野鳥に出会えます。三滝観音にもたくさんの野鳥がやってきます。図鑑と双眼鏡を持って出かけてみましょう。	図鑑、地図、解答用紙の原本 双眼鏡	解答用紙
天体観測	屋上で行う場合 ○設置:30分 ○観測:1時間	天体望遠鏡、双眼鏡の操作ができ、土星・木星・月などを観察することができます。40人以内の利用が適切です。	天体望遠鏡 双眼鏡 星座早見盤	

### (3) レクリエーション

活動名	所要時間	活動の概要	用意可能物品	団体準備物
キャンプ ファイア	2時間	火を囲み、歌を歌ったり、ゲームやスタンプをしたりして、参加者全員が心を通わせ、連帯感や友情を深めます。	まき(360円/束)、灯油(時価/ℓ)、衣装	トーチ、針金
キャンドル ファイア	2時間	ろうそくの火を囲み、親睦を深めます。3部形式にとらわれず、事業のねらいにそったプログラムにするのもよいでしょう。	ろうそく(小1号:10円 中7.5号50円 大50号350円)・ろうそく受け、燭台	アルミホイル
なぞとき オリエン テーリング	2時間30分	三滝墓園を中心としたなだらかなコースです。ポイントの記号と問題を解く内容で、楽しみながら活動できます。途中4ヶ所、引率者に立ってもらいポイントがあり、そこで問題を出してもらいます。グループ全員の知恵を出し合って、協力することが大切です。	ゼッケン、地図、解答用紙の原本、ポイント問題、バインダー	筆記用具 解答用紙
ポスト オリエン テーリング	2時間	地図上にあるポストを見つけ、記号を記入し、設問に答える競技です。当施設の地図を見ながら敷地内を歩きます。自然の中での活動を通して、グループで協力し合い、励まし合う態度を養います。	ゼッケン、地図、解答用紙の原本 バインダー	筆記用具、解答用紙、懐中電灯(単一乾電池1台につき2個)
グリーン オリエン テーリング	2時間 (4月～10月)	グループごとに地図を見ながらポイントを探します。ポイントには樹木の名前が記入してあるので、それを解答用紙に写し、その植物に関する問題を解いていきます。	ゼッケン、地図 解答用紙の原本 バインダー	筆記用具 解答用紙

自然たんけん ビンゴ	1時間30分	ビンゴカードにある自然の宝物をさがしながら、三滝の山をたんけんします。今日の宝物を決め、それを山から持ち帰ります。小学校低学年から楽しめます。	バインダー ビンゴカード マップ	筆記用具 解答用紙、ポリ 袋、時計
宝探しビンゴ	1時間30分	雨天時、館内で行うオリエンテーリングです。館内で宝探しをしながら、三滝少年自然の家や自然についての知識が深まる内容になっています。	ゼッケン、地図 解答用紙の原本 バインダー	筆記用具 解答用紙
ウォーク ラリー	2時間	各ポイントに示したウォークラリーの地図をたよりに自分達の進む道を選択し、途中のチェックポイントで問題を解いてゴールへたどり着く競技です。	ゼッケン、地図 解答用紙の原本 バインダー	筆記用具 解答用紙
アスレチック	1時間30分	各種の遊具があるアスレチック広場を工夫して使います。安全に配慮し、体力にあった種目に挑戦することが大切です。		
屋内トリム	1時間30分	体育館に常設してある各種の運動器具を使って身体運動を行います。競技ではなく、自分の体力を調べるのが大切です。トランポリンもあります。	記録用紙の原本	記録用紙
長縄とび	1時間	長縄とびの跳び方や縄の回し方を体得させ、リーダーを中心にして行動できるチームワークづくりに適切です。体育館や友愛の広場で活動できます。	長縄	
球技 (スポーツ)	2時間	バレーボール、ソフトバレーボール、バスケットボール、フットベースボール、バドミントン、卓球、ドッジボール、ペタンクができます。	ボール、ネット など	
ドミノゲーム	1時間30分	創意工夫しながら、長方形の板をいろいろな図形や模様 に並べ立てて、板が倒れる様子を楽しみます。	長方形の板 (約2,500枚)	
積み木体験	時間は自由	ワンサイズの板を積み重ねるだけで、建物や乗り物、動物まで作れる「魔法の板」と呼ばれる積み木です。高く積み上げたり、組み立てたり、遊び方は自由です。	・積み木(1000 ピース×10箱) ・資料(作品名)	

#### (4) 伝承活動

活動名	所要時間	活動の概要	用意可能物品	団体準備物
火おこし	30分～ 1時間	まいぎり式で火をおこします。その火を炊事やキャンプファイアに使うと、プログラム全体にテーマを持たせることができます。	火おこし器、 まき(360円) 杉板(有料)	軍手

#### (5) 創作活動

活動名	所要時間	活動の概要	用意可能物品	団体準備物
小枝を使った小物	1時間～ 2時間	少人数の団体の活動に適したプログラムです。自然木の形を生かし、創意工夫して、個性あふれた作品に仕上げます。	グルーガン	グルーガンの芯(7mm)、軍手、ゴミ袋
焼き杉板の壁飾り	2時間	焼き杉板の木目の美しさに気付き、形や絵図、彩色など創意工夫して作る楽しさを味わえます。高学年の活動に適したプログラムです。また、人数に左右されません。	杉板(130円/枚) まき(360円/束) 火ばさみ たわし	軍手、布、マーカーペンやアクリル絵の具、新聞紙
ウッドペンダント・キーホルダー作り	30分 1時間	低学年の活動に適したプログラムです。自然木の形を生かし、創意工夫して、個性あふれた作品に仕上げます。	輪切りにした木(30円/枚) きり、ペンチ	マーカーペンやアクリル絵の具、ひも、ヒートン、キーホルダー
小枝のえんぴつ・ボールペン	1時間	少人数の団体の活動に適したプログラムです。自然木の形を生かし、創意工夫して、個性あふれた作品に仕上げます。	のこぎり、小刀	マーカーペンやアクリル絵の具、ひも、木工用ボンド、鉛筆やボールペンの芯
小枝のキーホルダーストラップ	1時間程度	自分で拾ってきた小枝で作品を作ります。自分で選んだ小枝だけに愛着がわく作品になります。	のこぎり、小刀 きり、ペンチ	マーカーペンやアクリル絵の具、ヒートン、キーホルダー、ストラップ、紙やすり、ニス
小枝のふくろう	1時間程度	自分で小枝や枯れ葉や台座になる木を拾ってかわいい置物を作ります。	輪切りにした木(30円/枚) のこぎり、小刀	修正ペン 木工用ボンド サインペン
小枝を使った写真かけ	1時間	自分で小枝を拾ってきて、写真かけを作ります。	のこぎり、小刀、 きり、電動ドリル	木工用ボンド、 ひも、つまようじ クリップ、針金

星座クラフト	1 時間程度	暗闇で星座がうかびあがるクラフトで、簡単に作ることができます。天体への興味と関心を高めます。	コルク(50 円) 星座の下絵 カッターナイフ カッター板	木工用ボンド、蓄光シール、のり ダンボール、黒い紙、マーカーペン
ソフトだこ	30分～ 1 時間程度	身近な材料の中から、その特徴を生かして、手作りの凧を作る技術を身につけます。作った凧は体育館や竜王公園であげてみるのもいいでしょう。	はさみ、カッターナイフ、カッターマット、きり	ポリ袋、たこ糸、竹ひご、セロテープ、油性ペン、新聞紙
紙ひものコマ	30分～ 45分程度	伝承遊びの楽しさを味わうとともに、身近な材料で作れるおもちゃへの関心を高めることができます。	紙ひも(要相談)、小刀、パケツ	竹箸、クリップ、セロテープ、水性ペン、接着剤、輪ゴム
飾り炭	1 時間程度	いろいろな植物の実や花など蒸し焼きにして炭を作ります。	カセットコンロ、針金、ペンチ	炭材、綿、広口瓶 カセットボンベ 缶
竹とんぼ	2 時間程度	竹の特性を生かし、創意工夫し、遊びを通して作る楽しさと完成の喜びを味わいます。また用具の使い方を学習できます。	竹(有料)、小刀、のこぎり、きり、木づち、なた	紙やすり、接着剤 ものさし、筆記用具
竹のストラップ	1 時間程度	竹を小刀で削りストラップを作ります。	竹(有料) 小刀、ペンチ のこぎり、なた	ストラップ 油性ペン、ニス 紙やすり
竹笛	1 時間～ 1 時間 30 分	竹を使ったきれいな音の出る笛を作ります。笛に使う細い竹が所内にないので用意していただく必要があります。	小刀、のこぎり きり	細い竹、紙やすり 瞬間接着剤
竹はし	1 時間程度	竹を使ったクラフトで、実用性のあるものを作ります。細かい作業を要するので、小学校高学年以上の活動がふさわしいでしょう。作った作品を炊飯で利用すれば、より楽しいでしょう。	竹(有料) 小刀、のこぎり なた、木づち	紙やすり ものさし

※竹の材料については、活動ができない場合でも費用を支払っていただき、持ち帰っていただきます。

## (6) 研修活動

活動名	所要時間	活動の概要	用意可能物品	団体準備物
研修活動	随意	学校の生徒会研修、大学のサークル、クラブ、高校、大学のゼミ、企業の社員研修等の資質向上を図ることができます。 第1研修室 100 人 第2研修室 60 人 無料	アンプ、マイク、スクリーン、OHP、ビデオデッキ、DVDプレイヤー、他	教材、消耗品

## (7) 野外炊飯

活動名	所要時間	活動の概要	用意可能物品	団体準備物
なべ料理	3 時間	なべを使った料理としてカレーライス、すき焼きなどいろいろな料理が考えられます。なべを囲んで食べるのもグループ意識を高めるのにいいでしょう。	炊飯器具セット まき(360 円/束)	軍手、スポンジ、洗剤、金たわし、ふきん、はし
三滝うどん	3 時間	手作りの楽しさを知り、日頃の食生活を見直すことができます。苦勞して作ったうどんは、ひと味違います。	うどん器具セット まき(360 円/束)	新聞紙、マッチライター、雑巾、布巾石鹸、箸、スプーン、コップ、お茶の葉、タオル、広島市指定のごみ袋
鉄板料理	3 時間	お好み焼き、バーベキューなど鉄板を使い、作りながら食べることができます。	焼肉用かまど 鉄板、まき(360 円/束)	同上
アルミホイル料理	3 時間	野外で、簡単な材料と原始的な調理方法で、料理を工夫しグループで協力して食事を作り、食べる喜びを味わいます。	焼肉用かまど 網、まき(360 円/束)	アルミホイル

※その他、ピザ、竹筒ご飯もできます。

※メニューによっては、材料を食堂業者に注文することができます。詳しくは 26 ページをご覧ください。

# 広島市三滝少年自然の家 野外炊飯メニュー＆食材

ご注文、変更は食事の注文・変更と同様をお願い致します。／食材内容は季節等により変わることがあります。／ご注文は8人以上から承ります。料金は消費税込みです。野外炊飯材料及び、単品類につきましては、アレルギー対応を致しかねますのでご了承ください。

【お問い合わせ】 東洋観光(株)グルメサービス TEL(082)234-3456 FAX(082)292-0010

夕食

昼食

**ビーフ野菜カレーセット**  
〔甘口〕 サラダ・デザート付

《内容の目安》  
・米・カレールー ・サラダ油  
・じゃがいも ・ニンジン  
・タマネギ ・牛肉  
・レタスなどのサラダ野菜  
・ドレッシング ・ゼリー

**クリームシチューセット**  
サラダ・デザート付

《内容の目安》  
・米 ・シチュールー ・サラダ油  
・じゃがいも ・ニンジン  
・タマネギ ・とり肉  
・レタスなどのサラダ野菜  
・ドレッシング ・ゼリー

**ハッシュドビーフセット**  
サラダ・デザート付

《内容の目安》  
・米 ・ハヤシルー ・サラダ油  
・タマネギ  
・牛肉  
・レタスなどのサラダ野菜  
・ドレッシング ・ゼリー

**三滝うどん**

《内容の目安》  
・小麦粉(中力粉) ・卵 ・天ぷら  
・かまぼこ ・ねぎ ・味付けあげ  
・うどんだし ・塩 ・醤油 ・砂糖  
・フルーツ

**牛皿セット**  
サラダ・デザート付

《内容の目安》  
・米 ・牛肉 ・タレ  
・タマネギ ・糸こんにゃく  
・ねぎ ・えのき  
・レタスなどのサラダ野菜  
・ドレッシング ・ゼリー

**鶏肉の卵とじセット**  
サラダ・デザート付

《内容の目安》  
・米 ・鶏肉 ・生卵 ・タレ  
・タマネギ ・ねぎ ・しいたけ  
・レタスなどのサラダ野菜  
・ドレッシング ・ゼリー

**すき焼きセット**  
サラダ・デザート付

《内容の目安》  
・米 ・牛肉 ・すき焼きのタレ  
・白菜 ・ねぎ ・タマネギ  
・糸こんにゃく ・豆腐 ・えのき  
・うどん ・レタス等のサラダ野菜  
・ドレッシング ・ゼリー

**その他**

ご相談に応じて  
対応いたします。

料金各

570  
円/人

朝食

ホットドッグ

くだもの付 1本セット=230円  
2本セット=370円

《内容の目安》  
・パン ・ロングウインナー  
・キャベツ  
・ケチャップ  
・バナナ  
(ジュース等飲み物は、別途注文となります)

豚汁セット

ふりかけのり 420円/人

《内容の目安》  
・米 ・味噌 ・だしの素 ・豚肉 ・ニンジン  
・大根 ・こんにゃく ・ごぼう ・里芋 ・ねぎ  
・ふりかけ  
・味付けのり

みそ汁セット

ふりかけのり・  
くだもの付 370円/人

《内容の目安》  
・米 ・味噌 ・だしの素 ・豆腐  
・油揚げ ・ネギ ・わかめ ・玉ねぎ  
・ふりかけ  
・味付けのり  
・バナナ

弁当



料金は、A340円、B1(和)・B2(洋)各520円、C620円です。  
弁当注文は、「食事申込書」にて、お願い致します。  
ご予算、ご要望に応じて、各種弁当を、ご用意させていただきます。  
(写真は、B1(和)520円の盛付け例です。)  
※ 各弁当ともに、朝・昼・夕の対応が可能です。

単品

	品 目	単価
	菓子パン (アンパン、メロンパン、クリームパン、ジャムパン)	120円
バック ジュース	100%ジュース (オレンジ、りんご)	110円
	牛乳	110円
	コーヒー牛乳	110円
	お茶	110円
	ペットボトル飲料 (500ml)	160円
	お米 (1合/150g)	110円
その他、ご予算、ご要望に応じて用意させていただきます。		

バーベキューセット

ご予算、ご要望に応じて  
用意させていただきます。

- ・炊き立てご飯のみの注文については、ご相談ください。
- ・野外炊飯用具は、「野外炊飯用具借用書」にて、三滝少年自然の家(FAX:082-238-6302)へお申込みください。
- ・野外炊飯時のコップ・はし・スプーン・フォーク・お椀等は各団体でご準備ください。その他、必要物品については、自然の家(TEL: 082-238-6301)へお問い合わせください。

## 10 施設概要

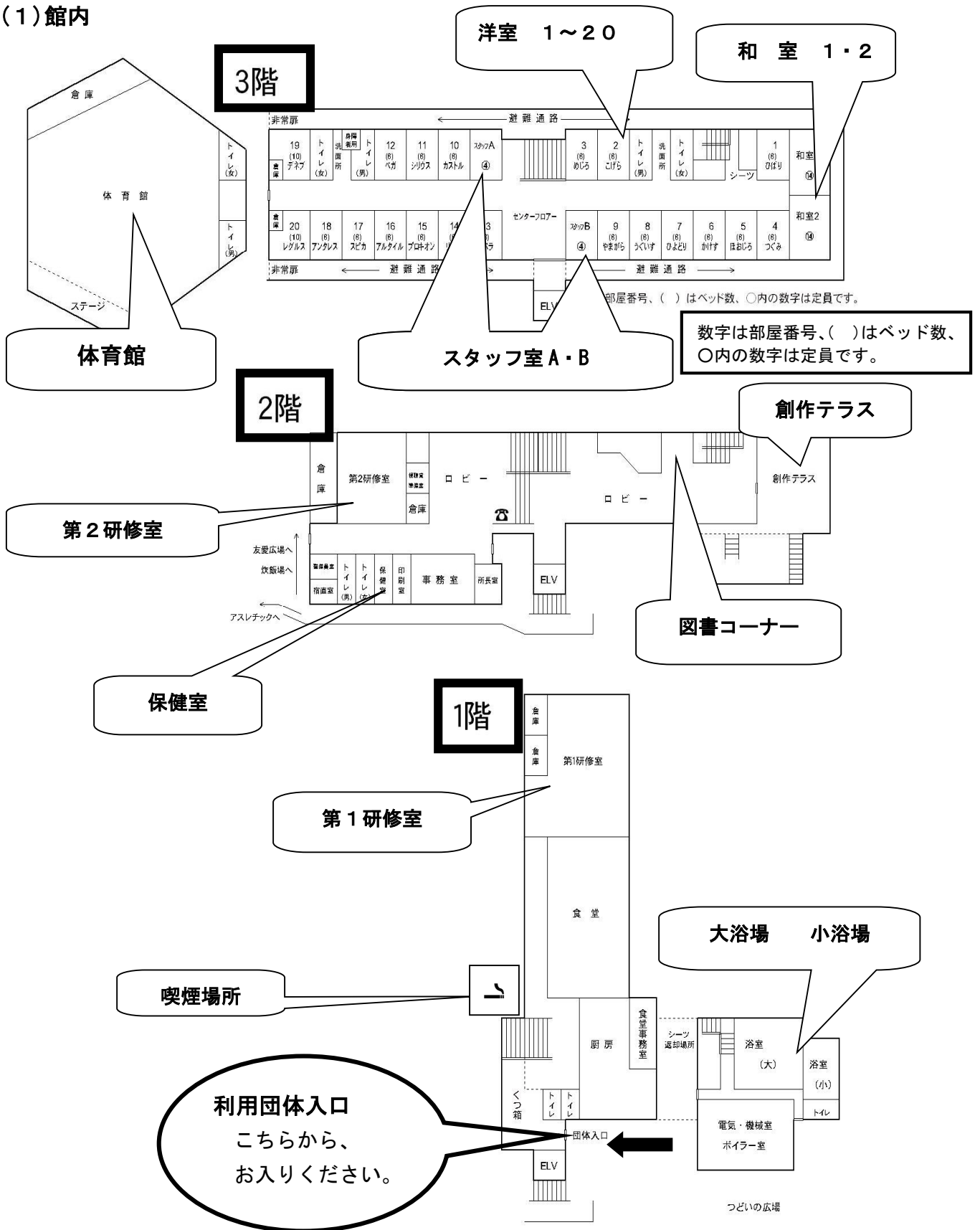
正式名称	公益財団法人 広島市文化財団 広島市三滝少年自然の家・広島市グリーンスポーツセンター	
所在地	〒733-0802 広島市西区三滝本町一丁目73-20	
TEL/FAX	TEL 082(238)6301 / FAX 082(238)6302	
Eメールアドレス	mitaki-c@cf.city.hiroshima.jp	
ホームページ	http://www.cf.city.hiroshima.jp/mitaki-c/	
最寄り駅	JR	JR西日本 可部線・三滝駅(タクシー常駐なし) 徒歩20分(約1,600m)
	バス	広島バス 22号(横川)線・誓願寺バス停 徒歩15分(約1,200m)
館内動線	1階玄関(団体入口)ー2階ロビーー3階宿泊室(1ー2ー3階へは階段移動)	
受付条件	少年団体(小・中学生中心の団体) 9ヶ月前 9:00~17:00 少年団体以外の団体 6ヶ月前 9:00~17:00 ※11月から3月までは、少年団体の優先がありません。 (団体区分にかかわらず9ヶ月前からの受付) ※テント利用については、団体区分にかかわらず9ヶ月前から受付	
総宿泊人数	三滝少年自然の家200人/グリーンスポーツセンター96人	
宿泊室詳細	三滝	総宿泊室数24室 ベッド(定員8人)18室 ベッド(定員10人)2室 スタッフ室(定員4人)2室 和室(定員14人)2室
	グリーン	総テント数 8基 バンガローテント(定員12人)
宿泊室内備品	部屋ごとに座卓2台、棚式ロッカー(タオル・歯ブラシ・ドライヤーなし)	
ルームキー	団体指導者を通じて貸出有り	
研修室	第1研修室 約100人、第2研修室 約60人、和室24畳 2室 約30人 図書コーナー 約20人	
体育館	バレーボールコート、バスケットボールコート、トランポリン、 屋内トリムなど	
食事 (1階 食堂利用)	朝食 同日利用者 同じ定食メニュー 1種類 340円 昼食 同日利用者 同じ定食メニュー 1種類 520円 夕食 同日利用者 同じ定食メニュー 1種類 620円 ※192人収容	
炊飯場	かまど20基・貸出用炊飯器具(8人用)20セット(無料) まき(360円/束) 蛇口数 20	
創作テラス	20~30人程度の炊飯や創作活動ができます。かまど4か所設置可能。 ピザがま3基・貸出用炊飯器具(8人用)3セット(無料)・まき(360円/束)	
入浴設備	1階大浴場(1回約30人可) 小浴場(1回約20人可)	
洗面場	3階	東西2カ所 蛇口数 東側15 西側11 コンセント有り
	1階	食堂隣り 蛇口数 10 コンセント無し 給湯設備なし
冷暖房設備	宿泊室 研修室 食堂 (体育館・ロビー等は除く)	
エレベーター	1基 定員11人 最大積載量750kg ※階段での昇降が困難な方は、事前に御相談ください。	
駐車場	乗用車15台	
バスの乗り入れ	中型バス(低床のバスは不可)までなら可。	
自動販売機	1階玄関1台、2階ロビー1台 ソフトドリンク(ペットボトル・缶)	

<b>公衆電話</b>	2階ロビー1台有り	
<b>所内テレビ</b>	2階ロビー1台有り ※宿泊室内テレビなし	
<b>所内電話</b> (外線は事務室からのみ)	事務室 研修室2 体育館 図書コーナー スタッフ室 和室 食堂 炊飯場	
<b>所内冷蔵庫</b>	1階 食堂入口手前 1台／2階ロビー1台／3階センターフロアー1台 宿泊室スタッフルーム・B 1台／炊飯場 1台	
<b>貴重品預かり</b>	各団体で保管してください。事務室でのお預かりはできません。 2階ロビーに貴重品ロッカー(コインバック式)もありますので、御利用ください。	
<b>宅配便</b>	事務室での受付はしていません。必要に応じて御紹介いたします。	
<b>お荷物預かり場所</b>	事前に御相談ください(貴重品は除く)。	
<b>ランドリー</b>	3階 洗面所2カ所 洗濯機各1台。 ※洗剤・物干しロープ等は御用意ください。	
<b>保健室</b>	2階 事務室隣り1室有り(ベッド2床) ※にこにこベビールーム(赤ちゃんのオムツ交換や授乳できる場所)としても、 お使いいただけます。	
<b>非常口</b>	1階 4カ所 / 2階 4カ所 / 3階 3カ所	
<b>避難場所</b>	友愛広場・つどいの広場 ※当施設は、広島市の生活避難場所に指定されています。	
<b>防災設備</b>	消防設備：消火栓 消火器 警報設備：非常放送設備 自動火災報知器設備 避難設備：誘導灯	
<b>その他</b>	<b>たばこ</b>	指定場所 ※その他の場所では、喫煙できません。
	<b>酒</b>	少年教育施設のため、酒類の持込および飲酒はできません。
	<b>活動時間</b>	6時30分～21時30分 厳守
<b>救急病院</b>	舟入病院(小児科の夜間外来)・・・所要時間 車で約20分 〒730-0844 広島市中区舟入幸町14-11 TEL(昼・夜)082-232-6195	
	広島市民病院(内科の夜間外来)・・・所要時間 車で約20分 〒730-8518 広島市中区基町7-33 TEL(昼・夜)082-221-2291	
	千田町夜間急病センター(内科、眼科 19:30～22:30)・所要時間 車で約30分 〒730-0052 広島市中区千田町3丁目8-6 TEL082-504-9990	
<b>管轄警察署</b>	広島県警察広島西警察署 〒733-0833 広島市西区商工センター4-1-3 TEL(代表)082-279-0110	
	横川交番 〒733-0013 広島市西区横川新町1-4 TEL082-231-1134	
<b>管轄消防署</b>	広島市西消防署 〒733-0023 広島市西区都町43-10 TEL082-232-0381	
	広島市西消防署三篠出張所 〒733-0003 広島市西区三篠町3-16-23 TEL082-238-5094	
<b>管轄保健所</b>	広島市保健部食品保健課 〒730-0043 広島市中区富士見町11-27 TEL082-241-7434	
	広島市保健所西区分室 〒733-0024 広島市西区福島町2-2-1 TEL082-532-1017	

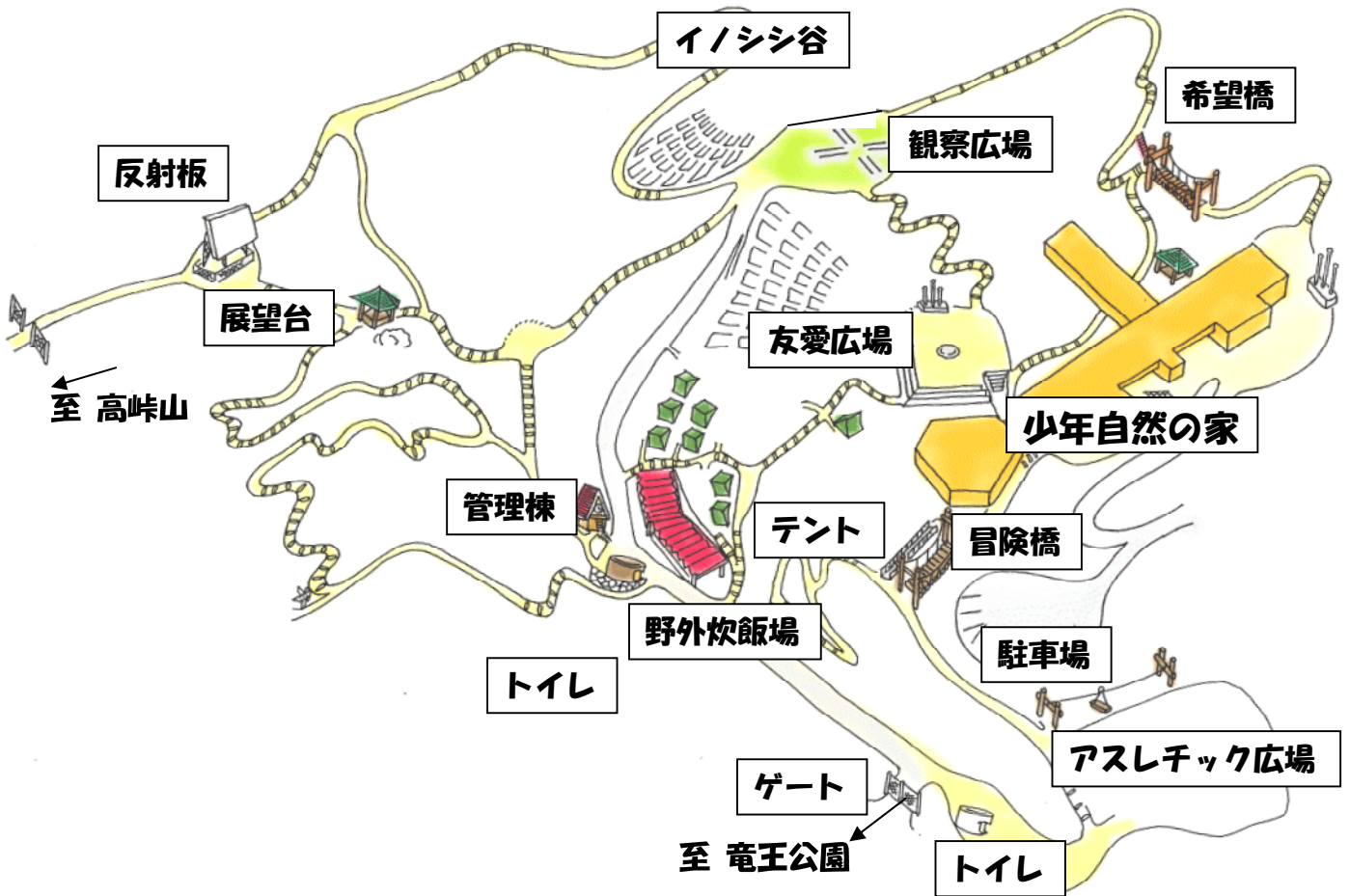
令和2年4月 現在

# 1 1 施設案内図

## (1) 館内

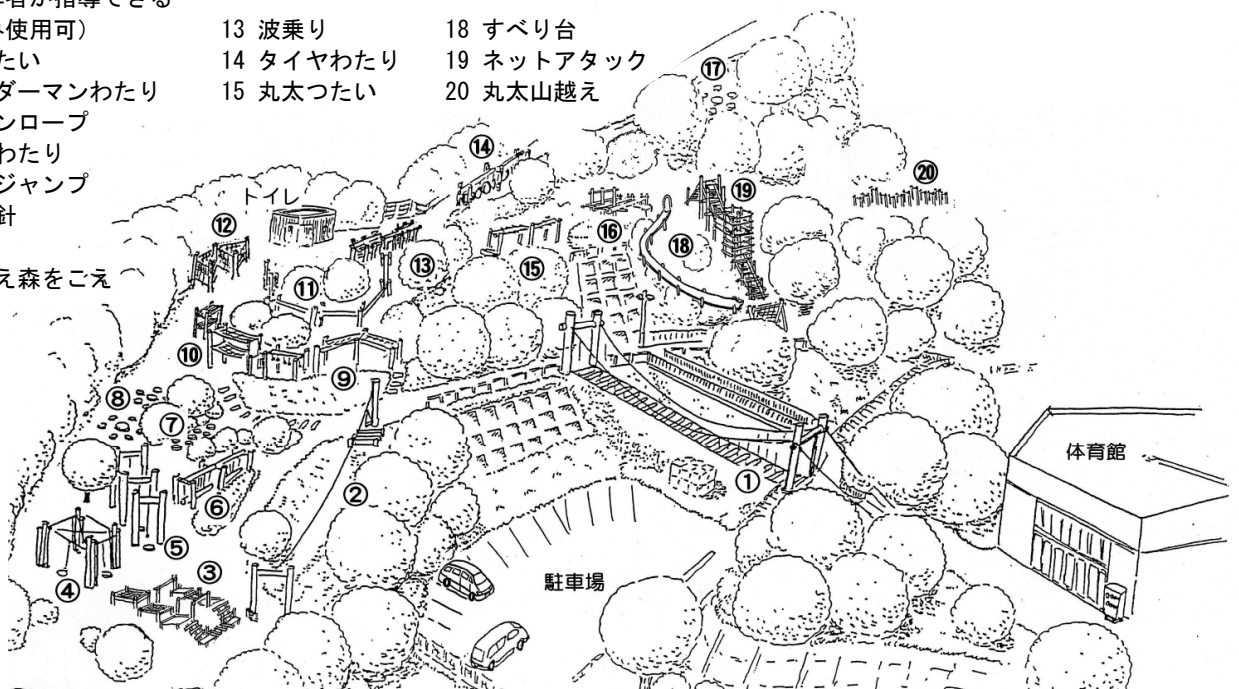


## (2) グリーンスポーツセンター



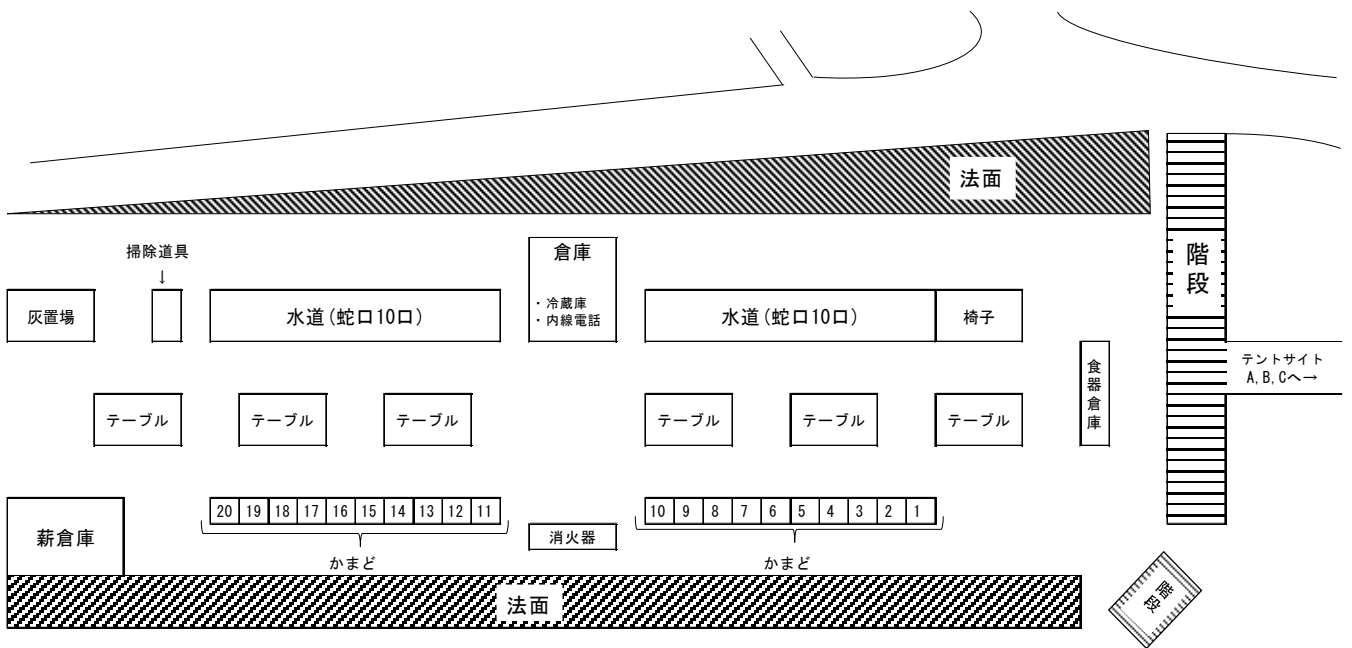
## (3) アスレチック広場

- |                          |           |            |
|--------------------------|-----------|------------|
| 1 冒険橋                    | 11 一本道わたり | 16 丸太上げ    |
| 2 リフト                    | 12 カニの横歩き | 17 時計まわり   |
| (団体引率者が指導できる<br>場合のみ使用可) |           |            |
| 3 丸太つたい                  | 13 波乗り    | 18 すべり台    |
| 4 スパイダーマンわたり             | 14 タイヤわたり | 19 ネットアタック |
| 5 ターザンロープ                | 15 丸太つたい  | 20 丸太山越え   |
| 6 ロープわたり                 |           |            |
| 7 ケンパジャンプ                |           |            |
| 8 時計の針                   |           |            |
| 9 ラダー                    |           |            |
| 10 丘をこえ森をこえ              |           |            |





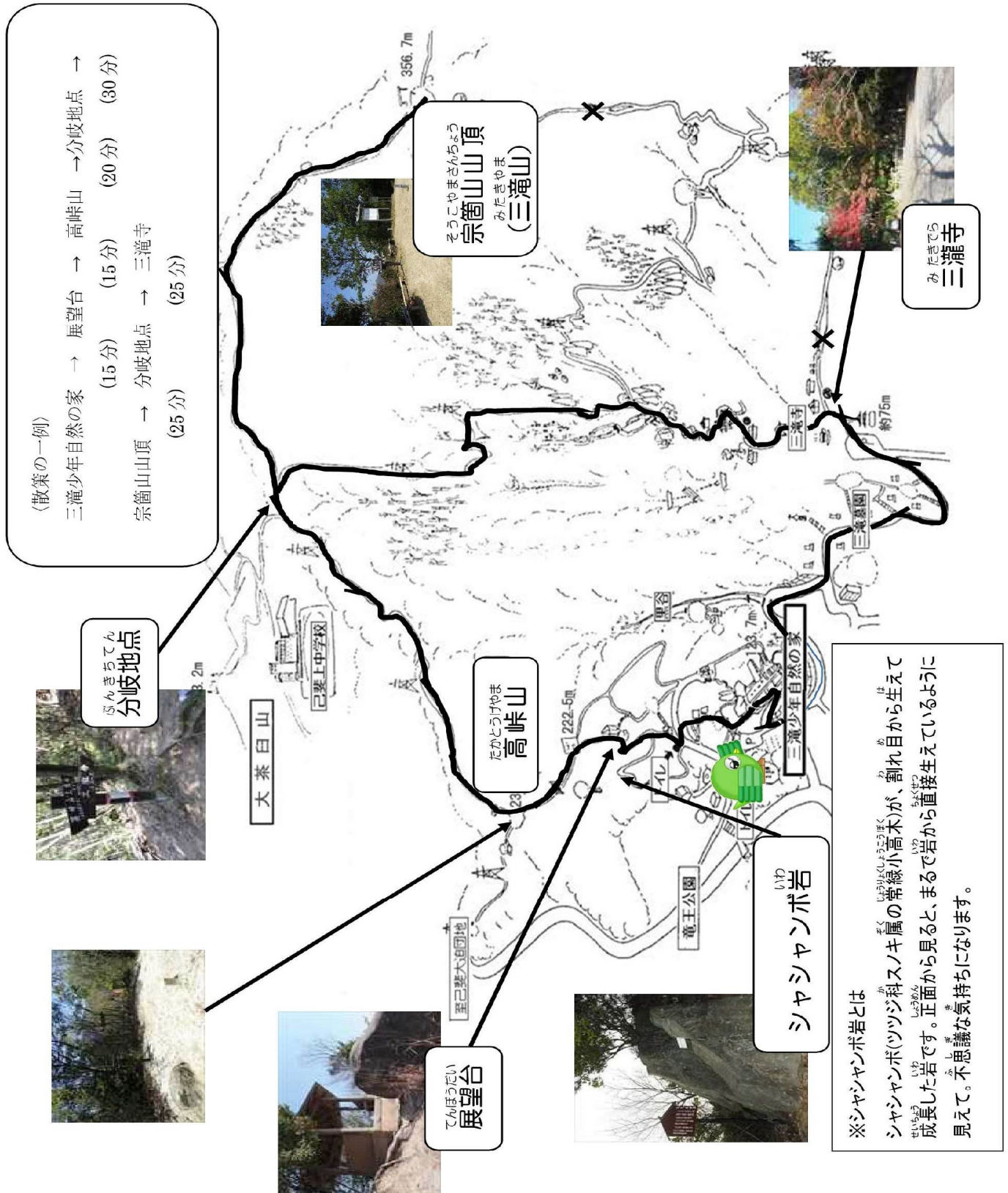
# (4)炊飯場・テント



- わくわくテント村**
- A テント…アリ
  - B テント…バツタ
  - C テント…チョウチョ
  - D テント…カタツムリ
  - E テント…カブトムシ
  - F テント…ホタル
  - G テント…クワガタ
  - I テント…トンボ

**テント収容人数  
定員12×8基  
合計96人**

# (5) 宗箇山登山案内図



## 12 教材備品

○活動に必要な用具をそろえておりますので、ご利用ください。(無料)

○貸出しを希望される場合は、打ち合わせのときに申し出るか、活動プログラム表にご記入ください。

○その他必要なものがございましたらご相談ください。

区分	品名		数量	区分	品名		数量	
スポーツ・レクリエーション	シルバコンパス(方位磁針)		40	視聴覚機器	CD・カセット付ワイヤレスアンプ(マイク1本付)		2	
	ナイトオリエンテーリング用具セット		30		CDラジカセ(CD, MD)		1	
	なぞときオリエンテーリング用具セット		20		CDラジカセ(CD, MD, カセット)		1	
	バードウォッチングOL用具セット		20		電気メガホン(1台につき単2電池6個必要)		5	
	グリーンオリエンテーリング用具セット		20		ハンズフリーメガホン(1台につき単3電池6個必要)		5	
	グリーンアドベンチャーセット		20		マイク(体育館備え付け ワイヤレス)		2	
	巻尺(50m)		2		スタンドスクリーン		1	
	バレーボール用具一式		1		スライド映写機		1	
	バドミントン用具一式(ラケット6)		1		ビデオデッキ(DVD付き)		1	
	バスケットボール用具一式		1		ビデオプロジェクター		3	
	ソフトバレーボール・ドッチビー ドッジボール・バスケットボール バレーボール・サッカーボール		各 数個		DVDプレーヤー		2	
	縄跳び用長縄		6		ブルーレイプレーヤー		1	
	卓球用具一式(ラケット両面12片面10)		3		テレビモニター		1	
	トランポリン		大		1	トランシーバー(1台につき単三電池3個必要)		7
			小	1	延長コード(10m巻)		2	
	キャンプ ファイア用		女神の衣装	2	創作活動用	切り出し小刀		右手用 70 左手用 20
	キャンドル ファイア用		ファイア台	2		のこぎり		竹びき用 25 木工用 25
			営火長用燭台	2		木づち		25
			手燭台	120		きり		25
	ペタンク			2		金づち		25
ドミノの駒(木製)			2500	竹わり用なた		25		
ピアノ(体育館)			1	工作用いす		25		
電子ピアノ(第1研修室)			1	ものさし		18		
フラフープ			18	ペンチ		10		
得点板			3	くぎぬき		15		
積み木(1000ピース)			10箱	くりこぎり		20		
カラーコーン			12	研修用		ホワイトボード セット		マーカー 2 白板消し
天体望遠鏡(75mm屈折)			8			黒板用セット		チョーク 2 黒板消し
			5			マグネット		6個セット 4
天体望遠鏡(80mm屈折)			1	照明 暖房	サーチライト(投光機)		1	
天体望遠鏡(115mm反射)			1		ランタン(1台につき単一電池3個使用)		12	
双眼鏡			20		ストーブ		2	
フィールドスコープ(三脚付)			5					
自然観察用	図鑑類(植物・野鳥等)		多数					

# 付 近 案 内 図



## <来所方法>

### 平和記念公園から

- 1 平和大通りをJR「西広島駅」方面へ
- 2 新己斐橋西詰め交差点を右折
- 3 竜王橋西交差点を左折

### 広島 IC から

- 1 国道54号線を「広島市内」方面へ
- 2 アストラムライン「白島駅北」の交差点を右折（目印：上野学園ホール）
- 3 三滝橋を渡った所を左折
- 4 竜王橋西交差点を右折

### 廿日市 IC から

- 1 国道2号線（西広島バイパス）を「広島市内」方面へ
  - 2 旭橋西詰め交差点を左折
  - 3 竜王橋西交差点を左折
- ※いずれの方法も竜王橋西交差点からは、竜王公園を目指してお越しく下さい。

## — 交 通 機 関 —

広島バス：県庁横川線 三滝観音行き 誓願寺下車 徒歩約15分

J R：可部線 三滝駅下車 徒歩約20分

タクシー：JR山陽本線・可部線 横川駅より 約10分

## — 広島市三滝少年自然の家・広島市グリーンスポーツセンター —

〒733-0802 広島市西区三滝本町一丁目73番地の20

電話 (082) 238-6301 FAX (082) 238-6302

E-mail mitaki-c@cf.city.hiroshima.jp

ホームページ <http://www.cf.city.hiroshima.jp/mitaki-c/>