

国立室戸青少年自然の家

利用のてびき

令和5年度版



目次

1 お申し込みの前に 1

- ① はじめにお読みください…………… 1
- ② 利用に関する変更点…………… 2

2 利用の申し込み 3

- ① 申し込み期間…………… 3
- ② 申し込み方法…………… 3

3 入所から退所まで 4

- ① 入所…………… 4
- ② 研修…………… 5
- ③ 宿泊…………… 6
- ④ 退所…………… 7

4 自然の家での生活について 8

- ① 宿泊棟やロッジでの宿泊…………… 8
- ② ベッドメイキング…………… 8
- ③ 浴室の利用…………… 9
- ④ 清掃…………… 9
- ⑤ ゴミの処理…………… 9
- ⑥ 健康と安全…………… 10
- ⑦ 主な貸出物品…………… 11
- ⑧ その他…………… 12

1 冷暖房

2 利用者への電話や FAX 等の取り次ぎ

3 郵便物や荷物の事前送付

4 飲食物の持ち込み

5 飲酒

6 花火

5 活動プログラム 13

- ① 当施設における活動…………… 13
- ② 所外活動…………… 15
- ③ 海活動…………… 16

6 利用に必要な経費 19

- ① 宿泊…………… 19
- ② 食事等…………… 19
- ③ 活動…………… 21
- ④ 料金の精算について…………… 22

7 服装と持ち物 23

8 所バス 24

参考資料

資料 1 施設配置図…………… 26

資料 2 本館周辺図…………… 27

資料 3-1 宿泊棟とロッジ…………… 28

資料 3-2 宿泊棟見取り図…………… 29

資料 3-3 宿泊棟部屋割り…………… 30

資料 3-4 ロッジ見取り図…………… 31

資料 4 活動計画書…………… 32

資料 5 海活動の参加者名簿…………… 33

資料 6 添乗員やバス運転手の施設利用について…………… 34

資料 7 所バス 座席配置図…………… 35

資料 8 海浜活動センター案内図…………… 36

資料 9 チェックポイント…………… 37

1 はじめにお読みください

特 徴

国立室戸青少年自然の家は、青少年を対象に体験活動を提供する青少年教育施設です。

利用者自身で身の回りのことをしていただくことになります。

利用できる
団体

以下の条件を満たす団体が施設を利用できます。

- ◆成人の引率者を含む、2人以上の団体(家族を含む)であること。
- ◆政治・宗教・営利活動を行わないこと。
- ◆利用期間中は、原則として朝・夕べのつどいに参加すること。
- ◆退所時は、原則として所定の時間内に退所点検を受けること。

利用可能
人数

- ◆1団体における最少利用人数：2名
- ◆最大宿泊定員
宿 泊 棟：300名
キャンプ場：約50名程度

休館日

- ◆年末・年始：12月28日～1月4日
(12月27日の宿泊、28日の日帰りの活動は可能)
- ◆天災・その他のやむを得ない事情があるとき

2 利用に関する変更点（2022 年度から変更した内容）

主な変更点

- ◆野外炊事の注文数変更およびキャンセル期限が変更となりました。
- ◆食堂での食堂食、弁当、販売物品の料金が一部変更となりました。
- ◆食堂での給茶対応（無料・有料含む）がなくなりました。
- ◆一般区分団体の宿泊に伴う施設使用料が変更となりました。
- ◆生活上必要な持ち物として腕時計（活動班に 1 つあると望ましい）を追加しました。
- ◆「活動計画書」の様式が一部変更となりました。

1 申し込み期間

利用人数・利用形態	受付開始時期	申込み期限
宿泊利用の団体	利用月 1 年前の 1 日 午前 10 時より	原則 利用日の 2 カ月前 ※ただし、施設利用の制限を承諾していただければ、利用日の 3 日前まで受け付けます。
日帰り利用の団体	利用日 1 カ月前の 午前 10 時より	利用日の 2 週間前

2 申し込み方法

申し込み

- ◆日時、利用人数、活動内容等の計画を立てる
- ◆ホームページか電話にて空室状況を確認
- ◆ホームページの【利用申込】より申込
- ◆申込内容が受け入れ可能か確認し、自然の家から連絡
- ◆自然の家から利用承諾書及び必要書類を電子メールにて送付

書類の提出

- ◆電子メールで提出
 - ・活動計画書（利用日 2 か月前まで）
 - ・食物アレルギー対応連絡票（1 か月前まで）
 - ・利用者名簿（1 週間前まで）
 - ・その他、活動に合わせた書類



【自然の家 HP】

※提出書類は、ホームページ「提出書類ダウンロード」からダウンロードできます。
トップページから「利用について 提出書類ダウンロード」へお進みください。

事前相談

- ◆より充実した活動にするために、活動プログラムの事前相談や施設見学をおすすめします。希望する団体は、電子メールまたは電話にて相談日時を予約してください。

変更について

- ◆電子メールで提出
- ◆利用人数の変更：「活動計画書」の利用人数の修正
- ◆食事数の変更：「食事数変更用紙」に変更後の食数を記入
- ◆食数の変更やキャンセル期限

食事数の変更・キャンセルについて

- ◆食堂利用（野外炊事・弁当含む）の変更・キャンセル期限

	変更期限	キャンセル期限	台風によるキャンセル期限
食堂利用	入所日の 2 日前の 17 時	入所日の 7 日前の 17 時	入所日の 3 日前の 17 時
野外炊事	入所日の 7 日前の 17 時		
弁当	入所日の 5 日前の 17 時		

【変更期限】食事数の変更(増減)する際の期限 ※日程変更はキャンセル期限内にお知らせください。
【キャンセル期限】食堂利用をキャンセルする際の期限

- ◆食堂利用（野外炊事・弁当含む）のキャンセル料金

連絡日時	入所日の 7 日前の 17 時以降	入所日の 5 日前の 17 時以降 ※台風によるキャンセルのみ 3 日前の 17 時以降
食堂利用	30%を徴収	全額を徴収
野外炊事		
弁当		

1 入所

到着・受付

◆9：00～16：00 の間に入所出来るようにしてください。
到着後、団体の代表者または担当者は、事務室にて受付をしてください。

◆宿泊人数、日程、活動場所、宿泊場所について確認をします。

◆料金のお支払い方法、手続きについて説明します。

◆書類ファイルに入れて4種類の書類をお渡しします。

- ・請求書：シーツ等洗濯料等の請求書です。
- ・アンケート：当施設利用についてのアンケートです。
- ・チェックポイント：清掃忘れや忘れ物が無いか確認するチェック表です。
- ・食数確定票（控）：食数の最終確定数を記入した用紙です。

◆宿泊棟又はロッジの鍵をお渡しします。

オリエンテーション
(施設の使い方の説明)

◆利用者（引率の先生や大人の方、バスの乗務員等を含めた宿泊するすべての人）は、原則として入所時に職員によるオリエンテーションを受けます。

シーツ受取・入室

◆シーツ置き場にてシーツとまくらカバーを取り、宿泊室に入室してください。シーツの受け取りには、職員は立ち合いません。団体の都合のよい時間に受け取りに来てください。

精算

◆団体の担当者は、食堂の営業時間内に請求書及び食数確定票（控）を持って、食堂売店に行き精算を済ませてください。

2 研修

標準生活時間

夏時間（4月～10月）

06 : 00	起床・寝具整理・洗面・清掃
07 : 15	朝のつどい
07 : 30～08 : 45	朝食 ※最終日8:45～退所点検
09 : 00～12 : 00	午前の研修時間
12 : 00～13 : 30	昼食
13 : 30～17 : 30	午後の研修時間
17 : 30	夕べのつどい
17 : 45～19 : 00	夕食
19 : 00～21 : 30	夜の研修時間
～22 : 00	片づけ・就寝

冬時間（11月～3月）

06 : 30	起床・寝具整理・洗面・清掃
07 : 30	朝のつどい
07 : 45～09 : 00	朝食 ※最終日8:45～退所点検
09 : 00～12 : 00	午前の研修時間
12 : 00～13 : 30	昼食
13 : 30～17 : 00	午後の研修時間
17 : 00	夕べのつどい
17 : 15～18 : 30	夕食
18 : 30～21 : 30	夜の研修時間
～22 : 00	片づけ・就寝

※浴室の利用時間は P.9 参照

設備について

◆インターネット環境

センター棟及び研修棟周辺では Wi-Fi を完備しています。（無料）
 なお、貸出用のパソコン、プリンターはありません。

◆コピーについて

コピーは、食堂営業時間中に有料で食堂売店にて承ります。

3 宿泊

タベのつどい

つどいの目的

規則正しい生活をおくる
団体間の交流
当所からの連絡
各団体健康チェック
1日の活動のふりかえり

- ◆正面広場で行います。なお、雨天時は中止します。
- ◆夏時間（4月～10月）17：30 から開始します。
冬時間（11月～3月）17：00 から開始します。
- ◆左記の目的で実施しています。研修の一環として全員で参加してください。
野外炊事等、研修の都合上どうしても参加できない場合は、事前にお申し出ください。
- ◆各団体の皆様に以下の役割をお願いしています。

国旗と所旗の降納	全宿泊団体の中から各2名
団体代表挨拶	各団体1名

食 事

セルフサービス

自分で食べるもの、飲むもの
を取って、机まで持ってきます。
使った食器は所定の場所に
返却してください。

- ◆食堂・売店の営業時間

夏時間（4月～10月）		冬時間（11月～3月）	
	営業時間		営業時間
朝食	7：30 ～ 8：45	朝食	7：45 ～ 9：00
昼食	12：00 ～ 13：30	昼食	12：00 ～ 13：30
夕食	17：45 ～ 19：00	夕食	17：15 ～ 18：30

- ◆食事時間は30分～1時間程度で人数に応じて自然の家が割り振ります。

入浴・消灯・起床

- ◆入浴時間と場所を人数に応じて自然の家が割り振ります。
- ◆消灯時間の22：00以降は宿泊室で静かに過ごしてください。
- ◆安全のため、夜間（22：00～6：30）は敷地外に出るための門扉を施錠します。

		大浴室と小浴室
入浴	夏時間	18：00～21：45（退室）
	冬時間	17：30～21：45（退室）

※指導者の入浴時間については別途ご相談ください。

	時刻
就寝	22：00
起床（夏時間）	6：00
起床（冬時間）	6：30

- ◆緊急の場合は下記へご連絡ください。

夜間緊急番号(17:15～翌7:00)… 0887-23-0205 又は、内線30

朝のつどい

- ◆正面広場で行います。なお、雨天時は中止します。
- ◆夏時間（4月～10月）7：15 から開始します。
冬時間（11月～3月）7：30 から開始します。
- ◆各団体の皆様に以下の役割をお願いしています。

国旗と所旗の掲揚	全宿泊団体の中から各2名
団体代表挨拶	各団体1名
ラジオ体操実演者	各団体数名

4 退 所

整理・整頓・清掃

- ◆寝具の整理整頓をお願いします。→(P8 参照)
- ◆宿泊室等を清掃し、ゴミを処理してください。
清 掃 方 法→(P.9 参照)
ゴミの処理→(P.9 参照)
- ◆荷物は指定された場所に移動してください。

シーツ返却

- ◆使用したシーツとまくらカバーはシーツ置き場の返却カートに別々に返却してください。
- ◆布団やシーツが汚れてしまった場合はお知らせください。

退所点検

- ◆退所日の8:45から職員が宿泊室に伺いますので、点検を受けてください。
- ◆1名以上の利用者の方の立会いをお願いします。
- ◆退所点検後は速やかに退室していただき、宿泊室の鍵を事務室に返却してください。

点検するところ

チェックポイント (P.37 参照)

退所手続き

- ◆書類ファイルの返却
(アンケート、チェックポイントは記入して提出してください)
- ◆研修室の鍵を返却
- ◆貸出物品の返却

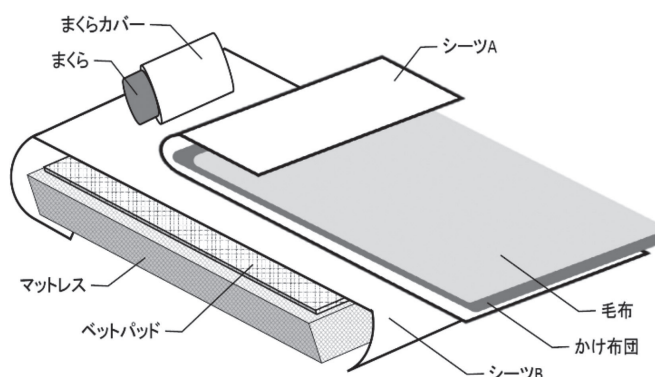
1 宿泊棟やロッジでの宿泊

- ◆宿泊室での飲食は禁止です。飲食は必ず指定の場所をお願いします。
- ◆喫煙する場合は、必ず指定の喫煙場所をお願いします。
- ◆ご利用の部屋以外への出入りはご遠慮ください。
- ◆靴は指定の場所へ置いてください。
- ◆団体担当者の方は貴重品の管理について徹底をお願いします。
コインロッカーは事務室横と休憩室にあります。
紛失や盗難等については、当所では責任を負いかねます。
- ◆洗濯は、宿泊棟またはロッジにある洗濯機と乾燥機をご利用ください。
洗剤はご持参ください。食堂売店で販売もしています。

2 ベッドメイキング

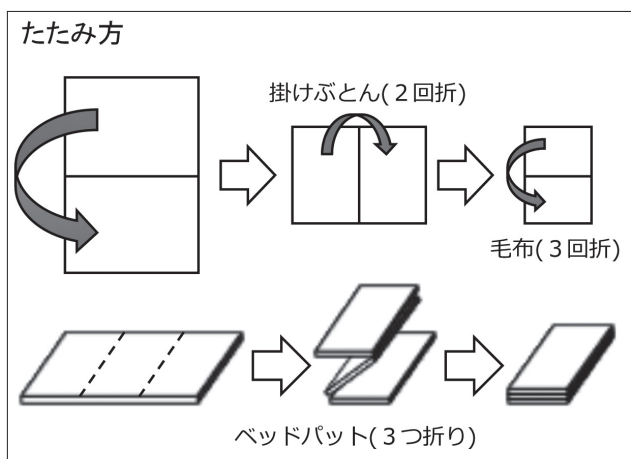
1 寝具の使い方

- ◆「シーツ2枚」と「まくらカバー1枚」をセットする
- ◆「シーツA」と「シーツB」の間に
入って寝る



2 寝具のたたみ方

- ◆毛布の長い辺を3回折る
- ◆かけ布団の長い辺を2回折る
- ◆ベッドパッドを3つ折りにする
- ◆シーツの長い辺を4回折る
- ◆まくらカバーを半分に折る



※「シーツ」と「まくらカバー」は、別々に
メインホール棟2階シーツ置き場の
「返却カゴ」にご返却ください。



3 浴室の利用

1 宿泊棟・キャンプ場で宿泊の場合

- ◆場 所：大浴室と小浴室
- ◆開場時間：夏時間（4月～10月）18：00～21：45
冬時間（11月～3月）17：30～21：45
- ◆入浴時間を事前に調整する場合があります。

2 ロッジで宿泊の場合

- ◆場 所：ロッジ各個室
- ◆利用時間：夏時間（4月～10月）18：00～21：45
冬時間（11月～3月）17：30～21：45
- ◆給湯ボタンを押してからご利用ください。使用後は消し忘れにご注意ください。

4 清掃

1 宿泊室

- ◆ベットのたなや手すりをふく
- ◆床をほうきではなく
- ◆ごみをちりとりでとってゴミ箱へ捨てる
- ◆窓のカギを閉めて、カーテンを束ねる

2 廊下・階段

- ◆床や手すりをふく
- ◆床をほうきではなく
- ◆ゴミをちりとりでとってゴミ箱へ捨てる

3 広間・談話スペース

- ◆床にそうじ機をかける
- ◆窓のカギを閉めて、カーテンを束ねる

4 洗面所・トイレ

- ◆床を専用のほうきではなく
- ◆ゴミをちりとりでとってゴミ箱へ捨てる
- ◆洗面台を専用のぞうきんでふく

※設置してあるゴミ箱は掃除で出たゴミ専用です

5 ゴミの処理

- ◆持ち込んだものから発生したゴミは持ち帰るか、以下のように処理をしてください。
- ◆自然の家でゴミを処分する場合は食堂売店で室戸市指定のゴミ袋を購入してゴミ捨て場に廃棄してください。
- ◆ゴミ捨て場（P27 参照）は食堂下の駐車場にあります。銀色のかんぬきのかかった扉の中に捨ててください。



6 健康と安全

1 事前準備と利用中の保健指導

- ◆医薬品（絆創膏等含む）の提供は行っておりません。団体や利用者自身で予めご準備ください。
- ◆食物アレルギーのある参加者がいる場合は、利用日の1カ月前までに所定の手続きをお願いします。
- ◆利用期間中は、参加者の健康調査や保健指導を行い、ケガや病気の有無を報告してください。

2 負傷事故や疾病が発生した場合の対処

- ◆応急処置を行うとともに事務室（0887-23-2313）に連絡してください。
- ◆引率者（研修担当・保健担当）が付添い、事務室まで来てください。
- ◆医務室で静養する場合、団体から1名が付き添うようにしてください。
- ◆希望に応じて、医療機関等の情報提供を行います。
- ◆傷病記録の用紙を事務室へご提出ください。

3 医療機関を受診する場合

- ◆医療機関を受診する際は、自然の家事務室にご連絡ください。
- ◆医療機関への移送は、団体の担当者が付添い、団体で用意した車で行ってください。
- ◆医療機関からの帰所後、受診結果を事務室へ報告してください。

4 保健設備等

事務室	AED 自動体外式除細動器 4 台（5～10 月中は 1 台）
医務室	ベッド 2 床・担架・松葉杖・体温計・氷のう・車椅子 2 台

5 近隣の医療機関

救急指定病院	田野病院 （車で約 40 分）	内科・外科・眼科・小児科 耳鼻咽喉科・小児神経科 皮膚科・脳神経外科 整形外科・循環器科など	住所：安芸郡田野町 1414-1 TEL：0887-38-7111
	高知県立あき総合病院 （車で約 60 分）	内科・外科・眼科・小児科 耳鼻咽喉科・皮膚科・ 循環器内科・消化器科 呼吸器内科・整形外科 泌尿器科・神経内科など	住所：安芸市宝永町 3-33 TEL：0888-34-3111
近隣の病院	室戸市立室戸診療所 （車で約 25 分）	内科・リハビリテーション科 整形外科・眼科	住所：室戸市領家 85 TEL：0887-22-6608
	むろとぴあ医院 （車で 30 分）	外科・内科・小児科 整形外科・消化器科	住所：室戸市浮津 60-1 TEL：0887-23-3993
	室戸中央病院 （車で 30 分）	内科	住所：室戸市室津 2273 TEL：0887-23-3311

7 主な貸出物品

■運動用具（体育館）

品 名	数 量
卓球台・ネット・支柱	15 組
卓球用ラケット・ボール	6 組
卓球フェンス	72 枚
バレーボール得点ボード	2 台
バレーボール用ネット・支柱・アンテナ	2 組
バレーボール	2 個
バドミントン用ネット・支柱	3 組
バドミントンラケット・シャトル	8 組
移動式バスケットボール用ゴール	1 対
バスケットボール	3 個
フットサル用ゴール	2 対
サッカーボール	3 個
ストラックアウトボード・ボール	2 組
ドッジボール	3 個
ソフトバレーボール	2 個
ラグビーボール	5 個
ドッチビー	5 枚
フラフープ	15 個
ミニカラーコーン	15 個
綱引き用大縄	1 本
長縄（6m/10m）	5 本/1 本
ペタンクセット（屋内）	4 組

■運動用具（屋外）

品 名	数 量
ペタンクセット（屋外）	16 組
ディスクゴルフセット （ディスク 60）	1 式

■キャンプ用具

品 名	数 量
寝袋	50 個
ランタン（電池は団体持参）	10 個

■視聴覚機器

品 名	数 量
ワイヤレスアンプ・マイク （アンプ 1・マイク 2）	2 組
液晶プロジェクター・スクリーン（移動式）	2 組
コードリール	5 台

■各種遊具

品 名	数 量
オセロ	1 個
チェス	1 個
X ロープバトル	5 セット
けん玉	25 個
お手玉	38 玉
羽子板（羽 3 個）	8 枚
トランプ	1 組
囲碁	2 組
かるた	2 組
将棋	1 組

■その他

品 名	数 量
ホワイトボード（脚付き）	3 台
ホワイトボードマーカーセット	4 セット
キャンドルファイア用燭台	3 台
星座版	20 枚
天体望遠鏡	5 台
双眼鏡	20 台
虫取りあみ	10 本
数取器	5 個
コンパス	50 個
ストップウォッチ	10 個
キッチンタイマー	1 個
トーンチャイムハンドベル	2 式
ギター	3 本
タンバリン	12 個
電子ピアノ	3 台
電気ポット	8 個
扇風機（業務用）	2 台
クーラーボックス	10 個
台車	2 台
巻き尺（30m/100m）	2 個/1 個

8 その他

1 冷暖房

冷暖房の温度設定については、次のとおりです。

【夏季】28℃

【冬季】20℃

2 利用者への電話やFAX等の取り次ぎ

◆緊急時以外の電話やFAX等の取り次ぎはしていません。

3 郵便物や荷物の事前送付

◆当初宛に荷物を送付する際は、必ず事前にご相談ください。

4 飲食物の持ち込み

◆食中毒防止のため、食材の持ち込みは原則として禁止です。

◆熱中症予防のための飲料持参は可能です。

5 飲酒

◆飲酒は可能ですが、飲酒できる時間と場所は限られています。

◆懇親会等で飲酒をご希望の場合は、必ず事前にご相談をお願いします。

◆迷惑となる行為が見られた場合は、その場で飲酒の中止または、退所していただく場合があります。

6 花火

手持ち花火に限り、決められた場所で実施することが可能です。

ご希望の場合は、事前にご相談をお願いします。

1 当施設における活動

	No.	活動名	指導	活動内容	所要時間 (目安)	活動 人数	備考	参考 ページ
海 活 動 (午前・午後)	1	シーカヤック	有	海でパドルを使いカヤックを操船する活動。	3 時間	10～40人 (別途監視者 2名以上必要)	小学 5 年生以上 5月～10月	16～18
	2	スノーケリング	有	スノーケルとマスクを身につけて、水面を遊泳する活動。	3 時間	10～40人 (別途監視者 2名以上必要)	小学 5 年生以上 5月～9月	16～18
	3	スタンドアップパドル ボード (SUP)	有	ボードの上に立ち、パドルを使って水面を進む活動。	3 時間	10～40人 (別途監視者 2名以上必要)	小学 5 年生以上 5月～10月	16～18
	4	磯観察	有	熱帯魚や貝などの生き物観察を行う活動。	3 時間	10～80人 (別途監視者 2名以上必要)	5月～10月	16～18
	ここまでの活動人数は参加者の人数を表しています。他に陸上監視と海上監視者が必要となります。詳しくはP15をご覧ください。							
	5	磯遊び	無	団体独自で磯の生き物観察を行う自主活動。	3 時間	10～70人	5月～10月 物品の貸出は 行いません。	
野 外 活 動 (午前・午後)	6	ミニクルージング 【有料：150 円】	有	自然の家のクルーザーに乗船し、室戸岬周辺の自然観察を行う活動。	1 時間 30 分	20～40 人/回	宿泊団体のみ 乗船時間約 40 分	21～22
	7	野外炊事	有	カレーなどを薪の火を使って調理する活動。	3～4 時間	5～200人	食材と薪代は有料 雨天時は雨具が必要	20～22
	8	スコアオリエンテーリング	導入 指導 のみ	地図を頼りに、定められた時間内にできるだけ多くのポストを探し、得点を集める活動。	3 時間	～300人	小学 5 年生以上	
	9	フィールドフォトビンゴ Long version	導入 指導 のみ	写真を頼りに、定められた時間内にできるだけ多くのポイントを探し、ビンゴを成立させる活動。	2 時間 30 分	～80人	小学 1 年生以上	
	10	フィールドフォトビンゴ Short version	導入 指導 のみ	写真を頼りに、定められた時間内にできるだけ多くのポイントを探し、ビンゴを成立させる活動。	1 時間 30 分	～80人	小学 1 年生以上	
	11	アートフォトビンゴ	導入 指導 のみ	施設内外に描かれているアート作品をできるだけ多く探し、ビンゴを成立させる活動。	1時間～ 1時間30分	～80人	小学 1 年生以上	
	12	基地づくり遊び	有	ロープとのござりを使って、森の中で自分たちだけの基地を仲間と協力して作る活動。	3 時間	10～40人	ご相談ください。	
	13	冒険の森遊び	無	立木にロープをかけた遊具で自由に遊ぶ活動。	1 時間	～40人	4 歳以上	
	14	おもしろ自転車	無	様々な変形自転車に乗って遊ぶ活動。	1 時間	～40人	小学生	

	No.	活動名	指導	活動内容	所要時間 (目安)	活動 人数	備考	参考 ページ
野外活動 (午前・午後)	15	マウンテンバイク	無	緑の草原や木々の間を自転車で走破する活動。	1～2 時間	10～25人	小学5学年以上 マウンテンバイク コース有	
	16	茶摘み	有	茶摘みから手もみ製茶までの工程を体験できる活動。	2～3 時間	5～40人	4歳以上（4歳から 小学2年生までは 保護者同伴） 4月～5月頃	
	17	草スキー	無	草で覆われた斜面を、段ボールなどを使って滑り降りる活動。	1～2 時間	～30人	9月～3月頃 ダンボールは持参	
野外活動 (夜)	18	キャンプファイア	希望 により有	営火場で火を囲み、仲間と歌やゲームで交流を深める活動。	1～2 時間	10～200人	薪、トーチは有料 灯油は無料で準備 します。	21～22
	19	ナイトハイク	希望 により有	夜間、懐中電灯1本程度の小さな灯りで設定されたコースを巡る活動。	30分～ 1時間30分	8～120人	4歳以上（4歳から 小学2年生までは 保護者同伴） 懐中電灯は持参	
	20	星空観察	希望 により有	星座早見を使って星座を観察したり、双眼鏡、天体望遠鏡で天体等を観察したりする活動。	1時間～ 1時間30分	8～300人	天体望遠鏡、双眼鏡、 星座早見盤は 貸出あり	
ゲーム・レクリエーション活動 (午前・午後) (夜)	21	室内フォトビンゴ	導入 指導 のみ	ヒントの写真を頼りに、定められた時間内にできるだけ多くのポイントを探し、ビンゴを成立させる活動。	1時間～ 1時間30分	～80人	小学1年生以上	
	22	ペタンク	希望 により有	2チームでピュット（目標玉）めがけてボール（鉄製またはプラスチック製）を寄せ合い、得点を競う活動。	2 時間	～60人	4歳以上（4歳から 小学2年生までは 保護者同伴） 屋外用、屋内用あり	
	23	ロープワーク	有	リーフノットやエイトノット、クラブヒッチ等、主に「防災」に役立つロープワークを学ぶ活動。	1～2 時間	10～40人	小学3年生以上	
	24	コミュニケーションゲーム	希望 により有	仲間づくりを目的として、様々なレクリエーションゲームを行う活動。	1～2 時間	10～200人		
	25	キャンドルファイア	希望 により有	ローソクの炎のもとで行う楽しいつどい。仲間と歌やゲームで交流を深める活動。	1～2 時間	10～300人	ローソクは持参食堂 で購入する場合は 1週間前までに事前 注文が必要	
創作活動 (午前・午後)	26	流木クラフト 【有料：50円】	有	流木を紙やすりで磨き、オリーブオイルでさらに磨き上げて、ストラップなど作る活動。	1 時間 30 分	5～150人	4歳以上（4歳から 小学2年生までは 保護者同伴）	
	27	焼き板工作 【有料：250円】	有	板を焼き、表面を磨き、絵付けを行うことにより、壁飾りなどを作る活動。	1時間～ 1時間30分	10～40人	4歳以上（4歳から 小学2年生までは 保護者同伴）	21～22
	28	小枝工作 【有料：50円】	有	小枝を組み合わせ、動物などの置物を作成する活動。	1時間～ 1時間30分	10～40人	4歳以上（4歳から 小学2年生までは 保護者同伴）	21～22

創作活動（午前・午後）	29	竹笛 【有料：50 円】	有	小刀を使って竹を削り、 笛を作る活動。	1時間～ 1時間30分	10～40人	小学 3 年生以上	21～22
	30	竹箸 【有料：50 円】	有	小刀を使って竹を削り、 箸を作る活動。	1時間～ 1時間30分	10～40人	小学 3 年生以上	21～22
	31	七宝焼き 【有料：500 円】	有	色々な色のゆう薬を使ってブローチ やキーホルダー等に模様をつけ、高 温で焼き上げる活動。	1時間30分 ～2時間	10～30人	4 歳以上（4 歳から 小学 2 年生までは 保護者同伴）	21～22

2 所外活動

所外活動の有料料金は、各施設へお支払いください。

	No.	活動名	料金	活動内容	所要時間 (目安)	活動 人数	備考	窓口
他 施 設 利 用 活 動	1	室戸岬探勝 【有料】	ガイド 有料	室戸岬周辺の遊歩道を散策し、地質 などを自然観察する活動。	1 時間	～60人	雨天時はジオパークセ ンターをガイド 室戸青少年自然の家を ととして申込 ※引率教員等は無料	自然の家
	2	室戸世界 ジオパーク センター見学	無料	室戸世界ジオパークセンターで、室戸 の変動する大地の成り立ち、自然環境、 文化や歴史・産業について学ぶ活動。	30 分～ 1 時間	—	室戸世界ジオパーク センター ☎ 0887-23-1610	
	3	室戸とクジラの 歴史学習（鯨館見学）	学校、 社会教 育団体 は無料	鯨館で、古式捕鯨絵図のデジタルアート シアターの見学や勢子船（江戸時代の捕 鯨船）のバーチャル体験を行う活動。	1 時間	10～50人	キラメッセ室戸鯨館 ☎0887-25-3377	各施設
	4	イルカの観察 【有料】	有料	室戸ドルフィンセンターで、自由に遊ぶ イルカを間近に観察する活動。イルカの 表情やしぐさを観察することができます。	1 時間	～50人	室戸ドルフィン センター ☎ 0887-22-1245	
	5	アクアファーム見学	無料	室戸海洋深層水アクアファームで、 海洋深層水の特徴や研究について学 ぶ活動。	1 時間	—	室戸海洋深層水 アクアファーム ☎ 0887-24-2822	
	6	むろと廃校水族館見学 【有料】	有料	廃校の機能を活用した水族館で、 室戸でとれた魚や亀などを観察す る活動。	1 時間	—	むろと廃校水族館 ☎ 0887-22-0815	

3 海活動

1 事前準備

- ◆シーカヤック、スノーケリング、SUP、磯観察を実施する場合は、「海活動の参加者名簿（P33）」を活動の1週間前までに電子メールで提出してください。
- ◆バディ（2人組）を決めておいてください。また、参加者にバディを告知しておいてください。
- ◆海上監視者・陸上監視者を、最低1名ずつ決めておいてください。
 - ・海上監視者・・・参加者とともに海に入り、海上から活動海域を監視し参加者の安全管理を行います。
児童生徒と一緒にバディを組む教員や引率者は、海上監視者にはなりません。
 - ・陸上監視者・・・雷、地震などが発生した際に海上の活動者に知らせる、陸上から活動海域を監視する、陸上見学者の安全管理等を行います。活動中は監視場所を離れないでください。

2 活動当日の流れ

	午前の活動	午後の活動
実施可否の確認	朝のつどいの際につどい担当の職員がお知らせします。	11：05以降に自然の家に電話で確認してください。
活動場所に集合	<u>原則、自然の家に宿泊した団体だけが実施</u>することができます。 9：00までに海浜活動センターに集合してください。 <u>所バス利用の場合は、8：30出発</u>となります。	13：00までに海浜活動センターに集合してください。
活動終了時間	12：00	16：00
	道具の後片付け、シャワーや更衣も含んだ時間です。	

3 準備物

■参加者が持ってくるもの

	シーカヤック	スノーケリング	磯観察	SUP	
水着	◎	◎	○	◎	ゆったりとした水着はウェットスーツが着づらいです。
シューズ等	◎	◎	◎	◎	マリンシューズ、かかとが固定できるスリッパ、運動ぐつ可。 ※海水に浸かってもよいもの
水筒・水分	◎	◎	◎	◎	
軍手			◎		活動時に着用します。
帽子	○		◎	○	熱中症予防のため着用してください。
濡れてもよいTシャツ やラッシュガード	○	○	○	○	長袖をお勧めします。体に密着するものが適しています。 下半身もあればさらに安心です。

◎：必ず必要なもの

○：あった方が望ましいもの

■自然の家が貸し出すもの

	シーカヤック	スノーケリング	磯観察	SUP	
ウェットスーツ	▲	●		▲	半袖半ズボンです。 ▲酷暑時は着用しないことがあります。
フローティングジャケット	●	●	※	●	※磯観察は参加者の状況に応じて着用します。
マリングローブ		●			
マスク		●			度入りが必要な方は事前にご相談ください。
スノーケル		●			
眼鏡バンド	●		●	●	必要な方は事前にご相談ください。
磯観察セット			●		バディごとに網、水槽、箱メガネなどを使います。

スノーケリングではフィンを使いません。

(自然災害発生等の緊急時、安全かつ迅速に避難するため)

4 よくある質問

Q1 長袖ラッシュガードは必要ですか？【シーカヤック】【スノーケリング】【SUP】

自然の家で貸出するウェットスーツは半袖半ズボンです。露出する部分のすり傷防止、日焼け防止のために、長袖ラッシュガードがあれば安心です。長袖Tシャツでもいいですが、綿素材のものは春秋期の退水後、風に吹かれたときに体温を奪われやすいです。下半身はスパッツ等があれば、なお安心です。

Q2 海上監視者は必要ですか？

必ず一人はフリーで動ける成人の方が海上監視者として必要です。児童・生徒と一緒にパディを組む方は海上監視者になることはできません（参加者として計上してください）。

Q3 眼鏡をかけて活動できますか？【シーカヤック】【スノーケリング】【SUP】

カヤックやSUPから落水した時に、眼鏡が外れ、海中に沈むことがあります。落ちないように眼鏡バンドなどがあると安心です。スノーケリングでは、眼鏡をかけてマスクを着けることはできません。Q4も参考にしてください。

Q4 コンタクトレンズをつけて活動できますか？【シーカヤック】【スノーケリング】【SUP】

カヤック、SUPについては問題ありません。

スノーケリングについては「流れてもよいコンタクト」でしたら、はめたままマスクをつけてください。（活動中、ごくまれにコンタクトが流れることがあります）水中の物体は陸上に比べて1.3倍大きく見えますので、視力の多少悪い方でしたら、裸眼で活動することが可能です。スノーケリングの度つきレンズについては事前にご相談ください。

Q5 シーカヤックに水筒は載せていきますか？【シーカヤック】【SUP】

水筒が海に沈むことがありますので、カヤックには載せず、陸上に置いておきます。退水後の水分補給に必要ですので、必ず活動場所まで持ってきてください。

Q6 シーカヤックはどれくらい濡れますか？【シーカヤック】

当施設のカヤックは「シットオントップ」タイプなので、お尻は100%濡れます。また、カヤックへの乗り降りの際に、ひざ下から腰下まで水につかることがあります。また、活動前に水慣れ運動を行った場合やカヤックから落水した場合には全身が濡れます。

Q7 シーカヤックやSUPで水中眼鏡やゴーグルは必要ですか？【シーカヤック】【SUP】

使いません。また、海に落とした時は沈んでしまうので、持ち込まないでください。

Q8 自分のマスク、スノーケルを持ってくるでもいいですか？【スノーケリング】

自己責任・自己管理の下でお使いください。ただし、活動に適さない器材の場合は、使用をお断りして当施設の器材をお使いいただきます。（ホームセンターなどで販売している廉価品などの場合）

Q9 水泳帽・スイミングキャップは必要ですか？【シーカヤック】【スノーケリング】【SUP】

参加者は使いません。スノーケリングの際、識別のために自然の家スタッフと海上監視者は着用します。（海上監視者の水泳帽は自然の家のものをお使いいただきます）

Q10 地震津波対策はどうなっていますか？

活動時に、現地にて参加者に緊急時避難場所をお示ししています。また、事前に詳細地図や安全管理マニュアルが必要な場合は自然の家職員に申し出てください。

1 宿 泊

1 施設使用料

- ◆青少年区分の団体 無料
- ◆一般区分の団体 1 人 1 泊につき 900 円

・研修室や体育館等活動場所の使用料は発生しません。

2 シーツ等洗濯料

- ◆シーツ・まくらカバー 1 人分 300 円
- ◆寝袋用シーツ 1 枚 50 円（貸出物品の寝袋を使用した場合）

※長期宿泊の場合、3 泊ごとにシーツを交換していただきます。
交換ごとにシーツ洗濯料がかかります。

3 講師室使用料

- ◆1 泊につき 810 円（シーツ等洗濯料別）

2 食事等

1 食堂

	朝食	昼食	夕食	合計
中学生以上	590 円	700 円	800 円	2,090 円
小学生	570 円	680 円	780 円	2,030 円
未就学児（3 歳以上）	360 円	500 円	570 円	1,430 円

- ◆活動中の水分は、食堂にてペットボトル（500ml）を購入することができます。
※要事前予約

2 弁当

種類	税込単価
洋風幕の内弁当	620 円
和風幕の内弁当	
ミニおにぎり弁当	500 円

- ◆紙パックのお茶（200ml）が 1 個付いています。
- ◆一度に複数の種類のお弁当は注文できません。
- ◆朝 9：30 以降に食堂で直接お受取もしくは、室戸岬までのエリア（室戸世界ジオパークセンターまで）に配達が可能です。

3 野外炊事 ※野外炊事は 5 名以上からの対応とさせていただきます。

メニュー	内容（1人前）	調味料	料金 （一人当たり）	備考
			受渡し時間	
カレーライス セット	[カレー] 米120g、豚肉50g、玉ねぎ 50g、 じゃがいも 80g、人参 30g [漬物] 福神漬け [デザート] プリン [飲み物] 紙パックお茶	カレールー甘口	600 円	
			9:00~	
シチューライス セット	[シチュー] 米 120g、豚肉 50g、玉ねぎ 50g、 じゃがいも 80g、人参 30g [デザート] プリン [飲み物] 紙パックお茶	シチュールー	600 円	
			9:00~	
焼肉セット	[ご飯] 米120g [焼肉] 牛肉120g、豚肉80g、ウインナー 2 本、ナス 30g キャベツ 50g、玉ねぎ 50g、ピーマン 1/2 個	焼肉のタレ	1,100 円	割り箸付き 食中毒防止のため 鉄板調理
			9:00~	
ピザセット	[ピザ] 強力粉 100g、ドライイースト 1g、トマト 1/2 個 玉ねぎ 20g、ピーマン 1/2 個、きのこ 20g ウインナー 18g	塩 ピザ用ソース キャノリーブオイル	650 円	ラップ・アルミホイルは 団地で準備
			9:00~	
カートンドッグ	[カートンドッグ] ホットドッグパン 1 本、ウインナー、 キャベツ [飲み物] オレンジジュース	ケチャップ	330 円	牛乳パック・アルミホイ ル・新聞紙は団地で準備
			6:30~	
炊きあげご飯	時間がない時など、各メニューのお米を炊き上げた状態でお渡しします。		50 円追加	1 人当たり
トッピング (追加メニュー)	[サラダ] キャベツ 15g、レタス 15g、カニカマ 1 本、マヨネーズ		100 円	
	[飲み物] パックジュース 200ml (アップル・オレンジ)		100 円	
	[ナン] ナン 70g		100 円	

※自主的なメニュー構成で野外炊事を行う場合の食材は、食堂までご相談ください。

- ◆上記の炊事に必要な炊事用具は、無料で貸し出しています。
- ◆薪代は 1 班につき 500 円です。
- ◆1 班の適正人数は、8 名程度です。

4 食堂売店で購入できる物品

● 営業時間：食堂営業時間と同様

雑貨品	価格	飲料品・菓子パン	価格
フェイスタオル（1枚）	160 円	アクエリアス 500 ml	180 円
ハブラシセット	100 円	お茶 500 ml	120 円
室戸市指定ゴミ袋（1枚）	50 円	パックジュース 200ml（オレンジ）	100 円
粉末洗剤（1回分）	50 円	パックジュース 200ml（アップル）	100 円
ろうそく	(小)10 円 / 本 (大)80 円 / 本	メロンパン	120 円
氷	200 円 / 2 kg	クリームパン	120 円
コピー 白黒	10 円 / 1 枚	ジャムパン	120 円
		あんぱん	120 円

◆ろうそく・飲料品・菓子パンは、1週間前までに注文が必要となります。

3 活 動

◆野外炊事 薪代 500 円／班

◆キャンプファイア 薪代 4,000 円
トーチ 100 円／本

◆ミニクルージング 150 円／人

◆創作活動 流木クラフト 50 円 / 人
竹笛 50 円 / 人
竹箸 50 円 / 人
小枝工作 50 円 / 人
焼き板工作 250 円／人
七宝焼き 500 円／人

4 料金の精算について

項目	請求書 受取場所	支払い方法	支払い期限	手数料
シーツ等洗濯料 施設使用料 講師室使用料 野外炊事薪代 キャンプファイア薪代 トーチ代 ミニクルーミング代 創作活動材料代	自然の家 事務室	現金支払い	利用期間中 (自然の家事務室で請求書 発行後、食堂売店でお支払い)	なし
		コンビニ支払い	発行から 1 ヶ月以内	140 円 / 1 枚
		銀行振込	発行から 1 ヶ月以内	請求書 1 枚ごとに振込 手数料がかかります
食事代 野外炊事材料費 お弁当代	食堂売店	現金支払い	利用期間中 (自然の家事務室で請求書 発行後、食堂売店でお支払い)	なし
		銀行振込	発行から 1 週間以内	請求書 1 枚ごとに振込 手数料がかかります

- ◆日帰りや少人数利用の場合は支払窓口が開いていないため、銀行振込又はコンビニ支払いでお願いする場合があります。
- ◆項目ごとに請求書を作成することができます。また、学校の先生と児童生徒の請求書を分割することもできます。
- ◆コンビニ払いや銀行振込については、各請求書に対して振込手数料が発生いたします。なお、振込手数料は利用団体が負担してください。
- ◆銀行振込をする場合は、振込先と口座番号を確認してください。口座番号は毎回変更となります。

■ 生活上必要な持ち物

☐	洗面用具
☐	入浴用具、バスタオル等（浴室にはリンスインシャンプーとボディソープがあります。）
☐	パジャマ、着替用衣類
☐	ハンカチ、タオル
☐	水筒
☐	腕時計（活動班で1つあると望ましい。）
☐	常備薬
☐	活動用バック（宿泊荷物とは別に、活動に必要な道具を持ち運ぶため）
☐	体育館を利用する場合は、上履きを持参してください

■ 野外活動時の服装と持ち物

☐	長そで、長ズボン（ケガ、虫刺され等防止のため）	☐	虫よけ、虫刺され薬
☐	雨具	☐	帽子
☐	水筒	☐	防寒着
☐	懐中電灯	☐	軍手

■ 野外炊事時の服装と持ち物

☐	長そで・長ズボン（やけど防止のため）	☐	虫よけ・虫刺され薬
☐	軍手（ゴムで加工していないもの）	☐	懐中電灯
☐	台ふき（1班につき1枚）	☐	食器ふき（1人1枚）
☐	新聞紙	☐	マッチ・ライターなど

1 利用できる団体

- ◆青少年教育活動団体・小学校・中学校・高等学校・大学・部活動・サークル・グループ等の団体が利用できます。
ただし、学校関係団体及び宿泊利用の団体を優先して配車します。
- ◆最低乗車人数は、繁忙期（4月～8月）は15名以上、閑散期（9月～3月）は10名以上です。

2 運行時間・範囲

- ◆宿泊利用を伴う団体の送迎に係る運行時間・範囲は、原則として以下のとおりです。

自然の家 からの 距離	自然の家からの 所要時間 (目安)	バス（迎え） 乗車場所からの 出発時間	バス（送り） 自然の家からの 出発時間	所在する市町村 (高知市方面)	所在する市町村 (徳島方面)
～10 km	45 分	8:15 ～ 15:15	9:00 ～ 17:00	～室戸市内 (海の駅とろむ、吉良川町)	
～20 km	1 時間	8:00 ～ 15:00	9:00 ～ 16:30	～室戸市内 (羽根町)	～室戸市内 (佐喜浜町)
～30 km	1 時間 15 分	8:15 ～ 14:45	9:00 ～ 16:00	～安田町、北川村	
～40 km	1 時間 30 分	8:30 ～ 14:30	9:00 ～ 15:30	～安芸市東部	～東洋町
～50 km	1 時間 45 分	8:45 ～ 14:15	9:00 ～ 15:00	～安芸市西部・芸西村	
～60 km	2 時間	9:00 ～ 14:00	9:00 ～ 14:30	～香南市東部	～海陽町
～70 km	2 時間 15 分	9:15 ～ 13:45	9:00 ～ 14:00	～香南市西部・ 南国市東部	～牟岐町
～80 km	2 時間 30 分	9:30 ～ 13:30	9:00 ～ 13:30	～南国市西部・ 高知市東部	～美波町
～90 km	2 時間 45 分	9:45 ～ 13:15	9:00 ～ 13:00	～高知市西部	
～100 km	3 時間	10:00 ～ 13:00	9:00 ～ 12:30		～阿南市

※こちらの表は、迎えの際は当施設から7:00以降に出発し、当施設に9:00～16:00までに到着することを、
また送りの際は下車後、当施設に18:30までに到着することを想定しております。
上記の時間及び範囲外でバスの利用を希望される場合は、ご相談ください。

- ◆所バスが利用可能となるのは、当施設より片道100km圏内にある団体に限ります。
ただし、片道100km圏外の団体につきましては、高速道路を使用した際に自然の家からの所要時間が
片道3時間以内となる場合に限り利用が可能となります。
その際、高速料金（2往復分）をいただきますので、ご了承ください。

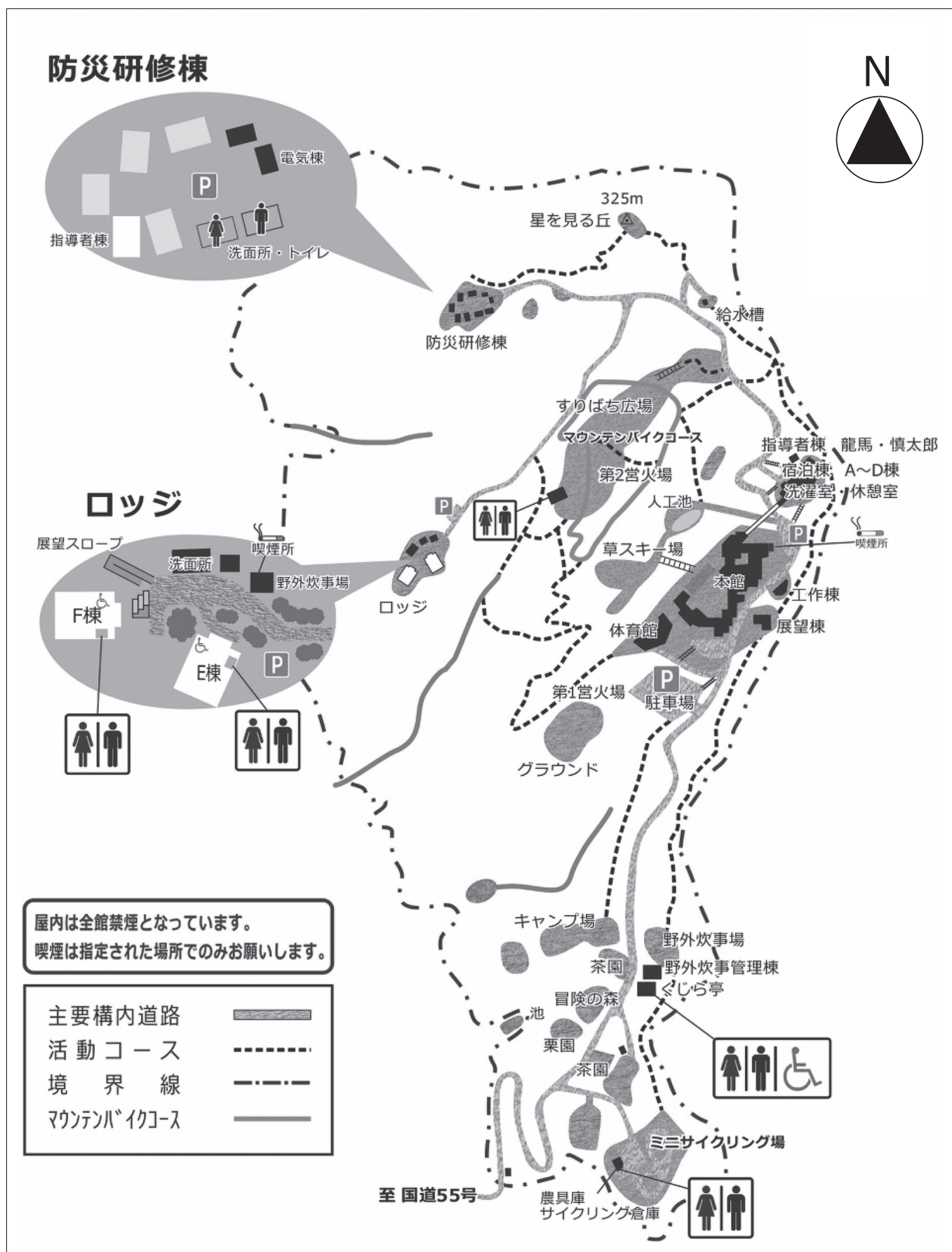
- ◆入所中の活動における運行範囲は、原則として室戸市・東洋町・奈半利町内とします。
入所前・退所後の室戸市以外の施設見学・海水浴等の活動での利用はできません。
また、当施設に入所した後、同じ日に活動のための送迎等で再び所バスを使用することは原則としてできません。

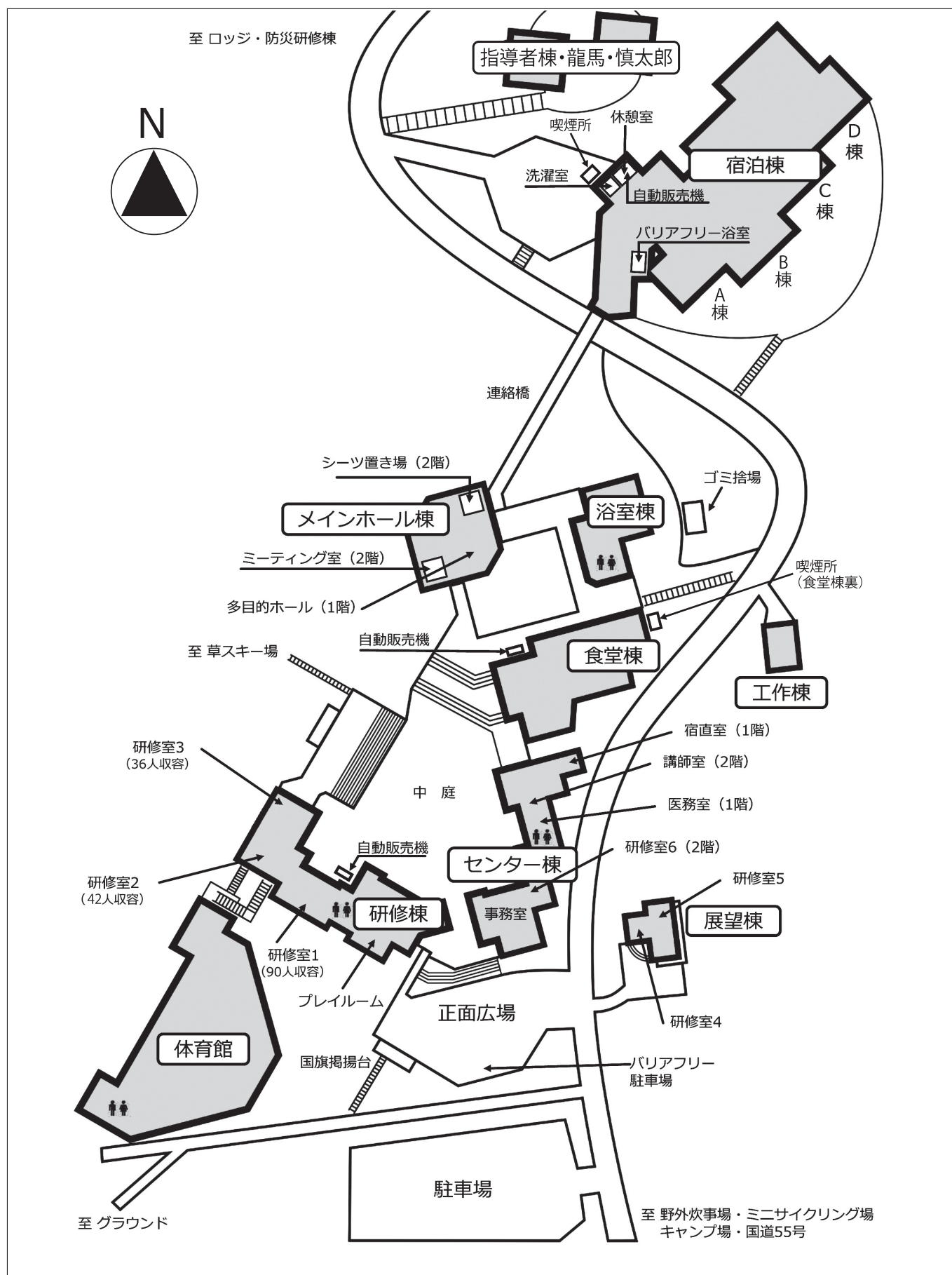
3 留意事項

- ◆所バスの利用は原則、1 団体 1 台となります。
- ◆活動計画書に記載した乗車・降車時間を変更する場合、対応できない場合もあるため、早急にご相談ください。
- ◆所バスの出発時間は厳守してください。事前の申し出なく時間が変更された場合はキャンセルと見なします。
- ◆乗車・降車の際の人数確認は、団体引率者をお願いいたします。
- ◆乗車・降車の場所は、1 地点のみとなります。途中乗車及び下車は原則として認めません。
また、場合によっては乗車・降車の場所を指定させていただく可能性がございます。ご了承ください。
- ◆乗車マナー（騒がない、むやみに席を立たない、手を出さない等）は、団体引率者が指導してください。
- ◆車内は飲食禁止です。
- ◆運行に当たっては、2 時間に 1 回程度の休憩を挟みます。ご了承ください。
- ◆バスの定員内であれば、複数団体を同乗させる場合もあります。
- ◆所バスに荷物入れ（トランク）はありません。
- ◆所バス（2 号車、3 号車、マイクロバス）は、乗車人数に合わせて自然の家にて決定いたします。

4 免責事項・損害賠償等

- ◆入所日 1 週間前までに修理や故障により当施設所有バスの運行ができなくなった場合は、
当施設のバス貸与に関する責務は免責されるものとします。また、道路事情による遅れや運行の中止、
その他運行許可後に当施設所有バスの利用が適当でない団体であると判断した場合も、同様の扱いとします。
- ◆故意又は重大な過失により、バスの設備及び備品等を滅失、破損又は汚損した場合は、
その損害を賠償していただくこととなります。
- ◆当施設所有バスでの送迎は、道路運送法上の規制の対象外となっておりますが、自主的に輸送の安全及び
利用者の保護のための措置を行っております。
万が一、事故等が生じた場合は、当機構が加入している事業用総合自動車保険（人身傷害保険）が適用となり、
1 名につき、最大 5,000 万円のうち当機構の過失割合分を補償いたします。





■ 宿泊棟



宿泊室



共用スペース

■ ロッジ



宿泊室



共用スペース



浴室

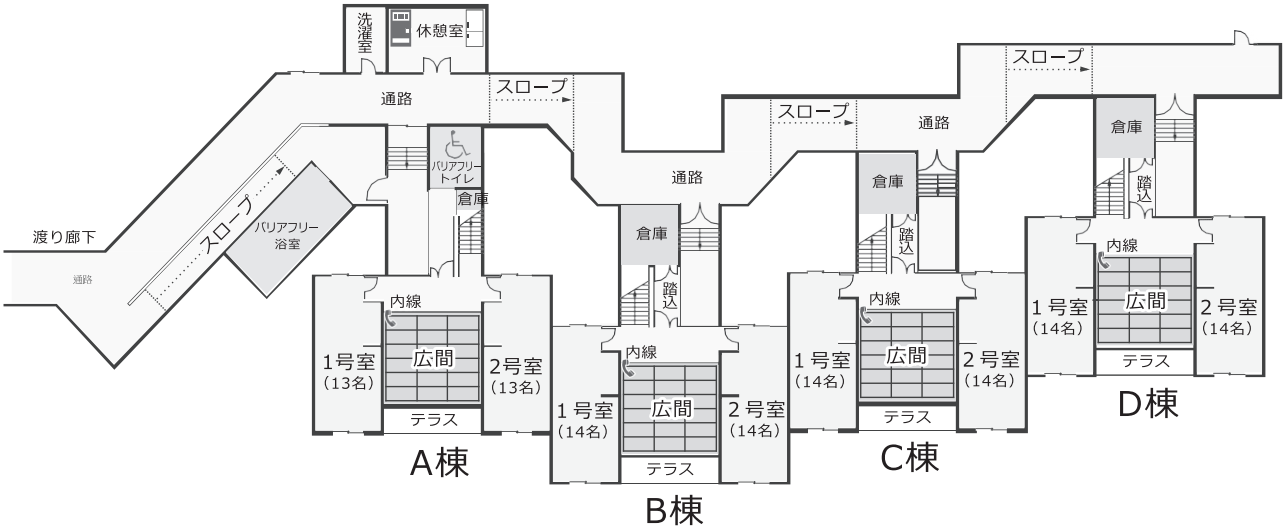
■ 宿泊棟とロッジの定員

宿泊部屋		1 棟の標準宿泊者数	定員
宿泊棟	A 棟 B 棟 C 棟 D 棟	14 人部屋（2 段ベッド × 7 台） × 4 室 （A 棟のみ 1 階の 2 室が 13 人部屋） 追加布団 × 8 組	256 名
ロッジ	E 棟 F 棟	4 人部屋（2 段ベッド × 2 台） × 4 室 2 人部屋（1 段ベッド × 2 台） × 1 室 補助ベッド × 6 台	44 名

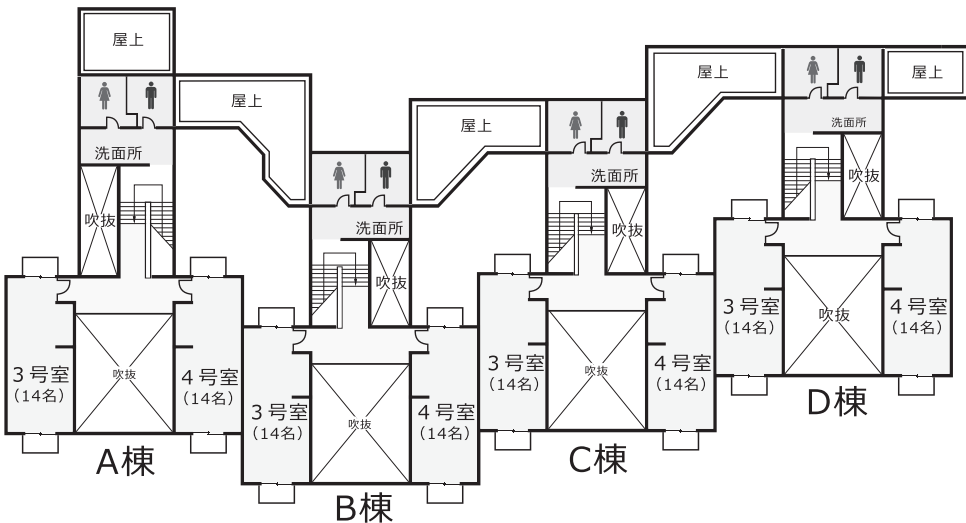
資料 3-2

宿泊棟見取り図

1 階

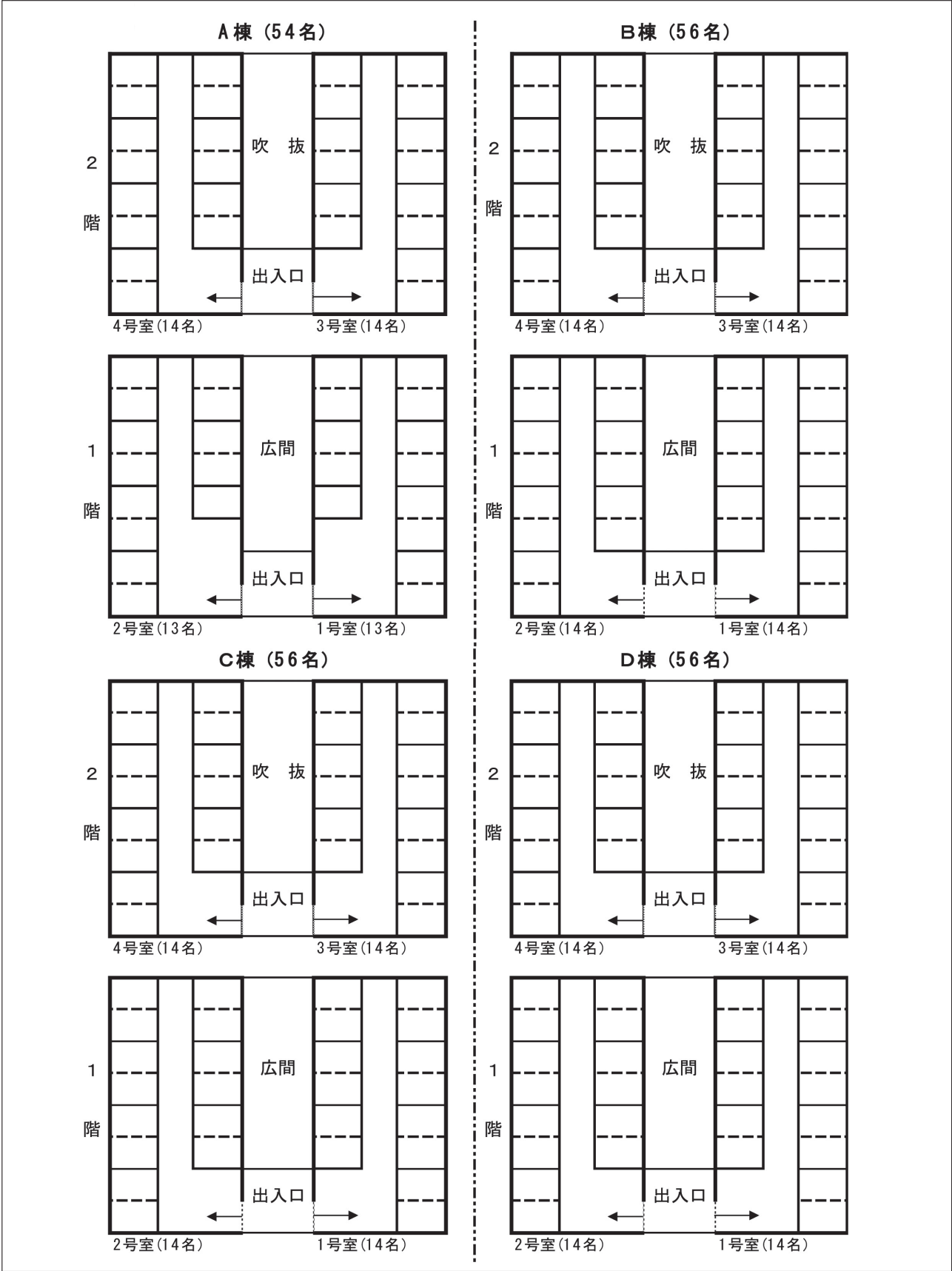


2 階



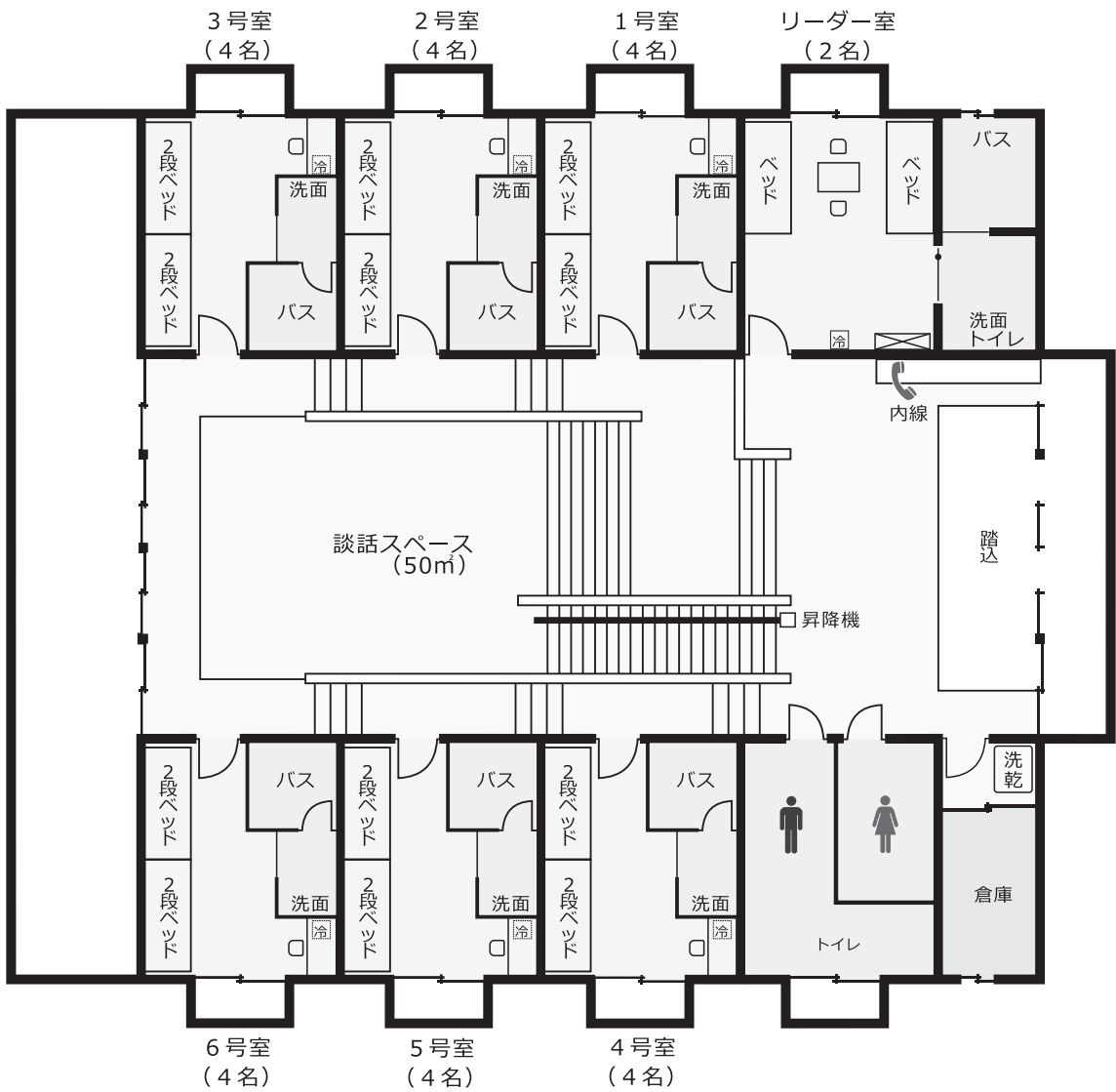
資料 3-3

宿泊棟部屋割り



- ◆各部屋は2段ベッドになっています。
(A棟1号室、2号室は1段ベッドが2台あります。)
- ◆洗面所、トイレは2階にあります。

E棟・F棟



国立室戸青少年自然の家 活動計画書

記入日

令和

年

月

日

フリガナ 団体名					利用 期間	入所	令和	年	月	日 ()						
						退所	令和	年	月	日 ()						
フリガナ 責任者					フリガナ 担当者											
連絡先 (担当者)	〒 (住所)															
	電話番号				FAX											
	携帯電話				E-mail											
利用 人数	区分	男性	女 性	合 計	所 バ ス 行 程	往 路	日時	月	日	:	発	乗車数				
	未就学児					乗車場所						人				
	小学生					復 路	日時	月	日	:	発	乗車数				
	中学生					乗車場所						人				
	高等学校生					活動 送迎	日時	月	日 ()							
	大学生等					行程										
	指導員・関係者															
合 計																
食物アレルギー 該当者	選択	指導者様 (無料)	選択	講師室 (有料)	選択											
活 動 内 容 ※入退所は9時～16時																
活動 内容	月 日	食堂 (朝食)	午前			食堂 (昼食)	午後			食堂 (夕食)	夜間					
		時間	活動名	場所	時間	活動名	場所	時間	活動名	場所						
		中学生以上			中学生以上			中学生以上								
		人			人			人								
		小学生			小学生			小学生								
		人			人			人								
		3～6歳			3～6歳			3～6歳								
		人			人			人	入浴	～						
	2歳以下	荒天時		2歳以下	荒天時		2歳以下	荒天時								
	人			人			人									
	合 計			合 計			合 計									
	人			人			人									
	月 日	食堂 (朝食)	午前			食堂 (昼食)	午後			食堂 (夕食)	夜間					
		時間	活動名	場所	時間	活動名	場所	時間	活動名	場所						
		中学生以上			中学生以上			中学生以上								
		人			人			人								
		小学生			小学生			小学生								
		人			人			人								
		3～6歳			3～6歳			3～6歳								
		人			人			人	入浴	～						
	2歳以下	荒天時		2歳以下	荒天時		2歳以下	荒天時								
	人			人			人									
	合 計			合 計			合 計									
	人			人			人									
月 日	食堂 (朝食)	午前			食堂 (昼食)	午後			食堂 (夕食)	夜間						
	時間	活動名	場所	時間	活動名	場所	時間	活動名	場所							
	中学生以上			中学生以上			中学生以上									
	人			人			人									
	小学生			小学生			小学生									
	人			人			人									
	3～6歳			3～6歳			3～6歳									
	人			人			人	入浴	～							
2歳以下	荒天時		2歳以下	荒天時		2歳以下	荒天時									
人			人			人										
合 計			合 計			合 計										
人			人			人										
備 考						売 店 注 文	日付	受取時刻	品名	数量(個)	受取場所					
										個	食堂					
										個						
										個						
弁 当	日付	受取時刻	品目	数量	受取場所	野 外 炊 事	日付	受取時刻	品目	人前	×	班分	人前	×	班分	総数
												×			×	
												×			×	
												×			×	

32

資料 5

海活動の参加者名簿

海活動の参加者名簿

国立室戸青少年自然の家所長 殿記入日西暦

活動名		利用団体名	
		代表者職・氏名	

下記の要領により、海活動を行いますので届けます。また、活動においては自然の家職員等の指導に従います。

活動期間	西暦	年	月	日 ()
------	----	---	---	-------

	参加者	海上監視者	陸上監視者 見学者	小計	配 慮 を 要 す る 参 加 者	いない	いる	…下欄に具体的に記入
男性						通番	配慮事項、特記事項	
女性								
小計								

(1) 参加者名簿

通番	氏名	性別	学年等	通番	氏名	性別	学年等
1				26			
2				27			
3				28			
4				29			
5				30			
6				31			
7				32			
8				33			
9				34			
10				35			
11				36			
12				37			
13				38			
14				39			
15				40			
16				41			
17				42			
18				43			
19				44			
20				45			
21				46			
22				47			
23				48			
24				49			
25				50			

(2) 監視者・見学者名簿

海上監視者		性別	職名等	陸上監視者・見学者		性別	職名等
海 1				陸 1			
海 2				陸 2			
海 3				陸 3			
海 4				陸 4			
海 5				陸 5			
海 6				陸 6			

※参加者と一緒に(バディで)活動する引率者は、監視者にはなりません。参加者欄に記入してください

添乗員やバス運転手の方が施設をご利用の際には、必ずこのページの内容をお知らせください。

利用団体代表の方へ

- ◆添乗員やバス運転手の人数を加え、利用団体の宿泊人数や食事数の申し込みをお願いします。
- ◆アレルギーの有無の確認、利用団体が野外炊事を行う時の添乗員やバス運転手の食事を確認してください。
- ◆請求書は分割し、宛名を変えることができます。
- ◆添乗員やバス運転手の宿泊室も退所点検を行います。本人または利用団体の代表者が立ち会ってください。
- ◆緊急避難時は、添乗員やバス運転手も一緒に行動し、避難場所で利用者名簿により点呼を受けてください。

添乗員や運転手の方へ

国立室戸青少年自然の家は、青少年を主対象とした研修施設です。食事の配膳や寝具の準備・片づけ、清掃等も自らで行う、生活体験もプログラムとして考えている「青少年教育施設」であることをご理解ください。

- ◆請求書及び領収書は、利用団体とは別に分割する事が可能です。利用団体の代表者または担当者へ相談してください。
- ◆食事や宿泊については、利用団体からの申し込みになります。
- ◆施設で必要となる持ち物・・・タオル、洗面用具
- ◆利用団体の代表者または担当者から、当日の案内と宿泊室の鍵をお受け取りください。
- ◆シーツは、シーツ置き場に置かれている利用団体名のところから「1人につきシーツ2枚と枕カバー1枚」をお持ちください。返却の際は、シーツ置き場の返却カートに別々にご返却ください。
- ◆宿泊棟や研修棟などの屋内は禁煙です。喫煙は指定された場所をお願いします。
- ◆食事や入浴は、利用団体と同じ時間をお願いします。
- ◆宿泊室内では飲食できません。
- ◆退所日の朝8:45から宿泊室の点検があります。時間までに清掃をお願いします。点検は宿泊者本人、利用団体の代表者または担当者が必ず立ち会ってください。
- ◆宿泊棟の鍵は、退所日の9:00までに事務室に返してください。

【2号車バス】

	入 口		運転席	
1		補助席①		
2		補助席②		
3		補助席③		
4		補助席④		
5		補助席⑤		
6		補助席⑥		
7		補助席⑦		
8		補助席⑧		
9		補助席⑨		
10		補助席⑩		
11				

45席＋補助10席＝55人定員

【3号車バス】

	入 口		運転席	
1		補助席①		
2		補助席②		
3		補助席③		
4		補助席④		
5		補助席⑤		
6		補助席⑥		
7		補助席⑦		
8		補助席⑧		
9				

37席＋補助8席＝45人定員

【マイクロバス】

1		補助席①	運転席	
2	入 口	補助席②		
3		補助席③		
4		補助席④		
5		補助席⑤		
6		補助席⑥		
7				

19席＋補助6席＝25人定員



- ◆所バスに荷物入れ（トランク）はありません。
- ◆所バス（2号車、3号車、マイクロバス）は、乗車人数に合わせて自然の家にて決定いたします。

国道 55 号線を、室戸岬に向かってください。海の駅「とろむ」を越え、1 つ目の信号を左折してください。すぐに右折し旧道に入り、岬に向かって 500m ほど進んだところに海浜活動センターがあります。

入り口近くに小さな駐車場があり、100mほど南に行ったところに大きな駐車場（バス駐車可）があります。



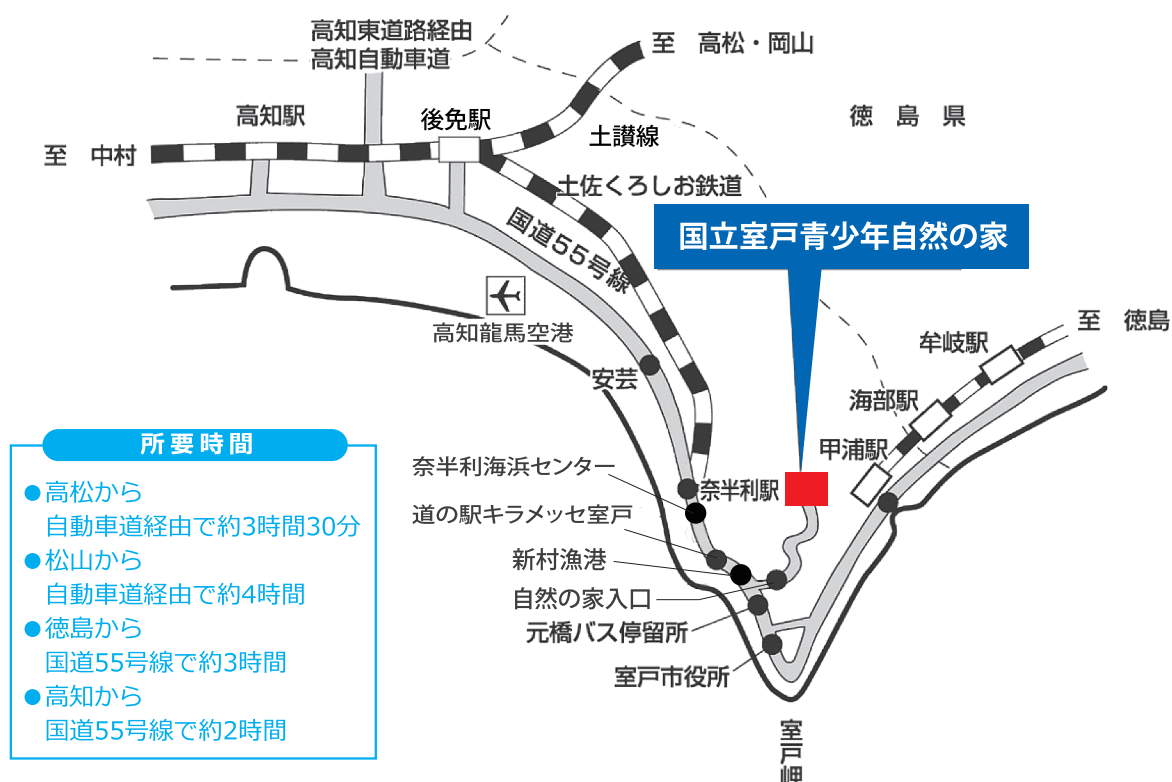
次に入所する団体の皆さんが気持ち良く生活するために・・・

団体名				チェック欄
利用期間			部屋名	
寝具	ベッドパット、布団、毛布は正しくたためていますか？			
	ベッドパット、布団、毛布、枕の向きをそろえて元の位置に戻してありますか？			
宿泊場所	宿泊室内の掃除はできていますか？ また、ベッドの下にほこりは残っていませんか？			
	ベッドの棚や柵などに、ほこりが残っていませんか？			
	カーテンを束ねてありますか？ また、窓を閉め、鍵をかけてありますか？			
	畳のスペースや階段など、共有スペースの掃除はできていますか？			
	照明・エアコンのスイッチは切りましたか？			
	トイレの掃除はできていますか？			
	洗面台をふきましたか？ また、トイレのスリッパは整えていますか？			
退所日に	シーツ、枕カバーを「シーツ返却カゴ」、「枕カバー返却カゴ」にたたんで返却してありますか？			
	食堂にて、食事代、シーツ等洗濯料等のお支払いはお済みですか？			
	部屋の鍵やその他借りたもので、返却していないものはございませんか？			
	忘れ物はございませんか？			

*宿泊棟および活動場所の用具・備品等壊れているもの、不足しているもの、その他要望がありましたら記入をしてください。

*各項目のチェック欄にレ印で記入し、アンケートと一緒に事務室へ提出して下さい。

交通案内



自然の家への入り口付近詳細図

- 自然の家入口から当所まで約4.5km、約15分
- 途中に26番札所金剛頂寺あり



独立行政法人国立青少年教育振興機構

国立室戸青少年自然の家

〒781-7108 高知県室戸市元乙1721



自然の家 HP

TEL 0887-23-2313 FAX 0887-23-2484

E-mail. muroto@niye.go.jp ホームページ. <https://muroto.niye.go.jp/>