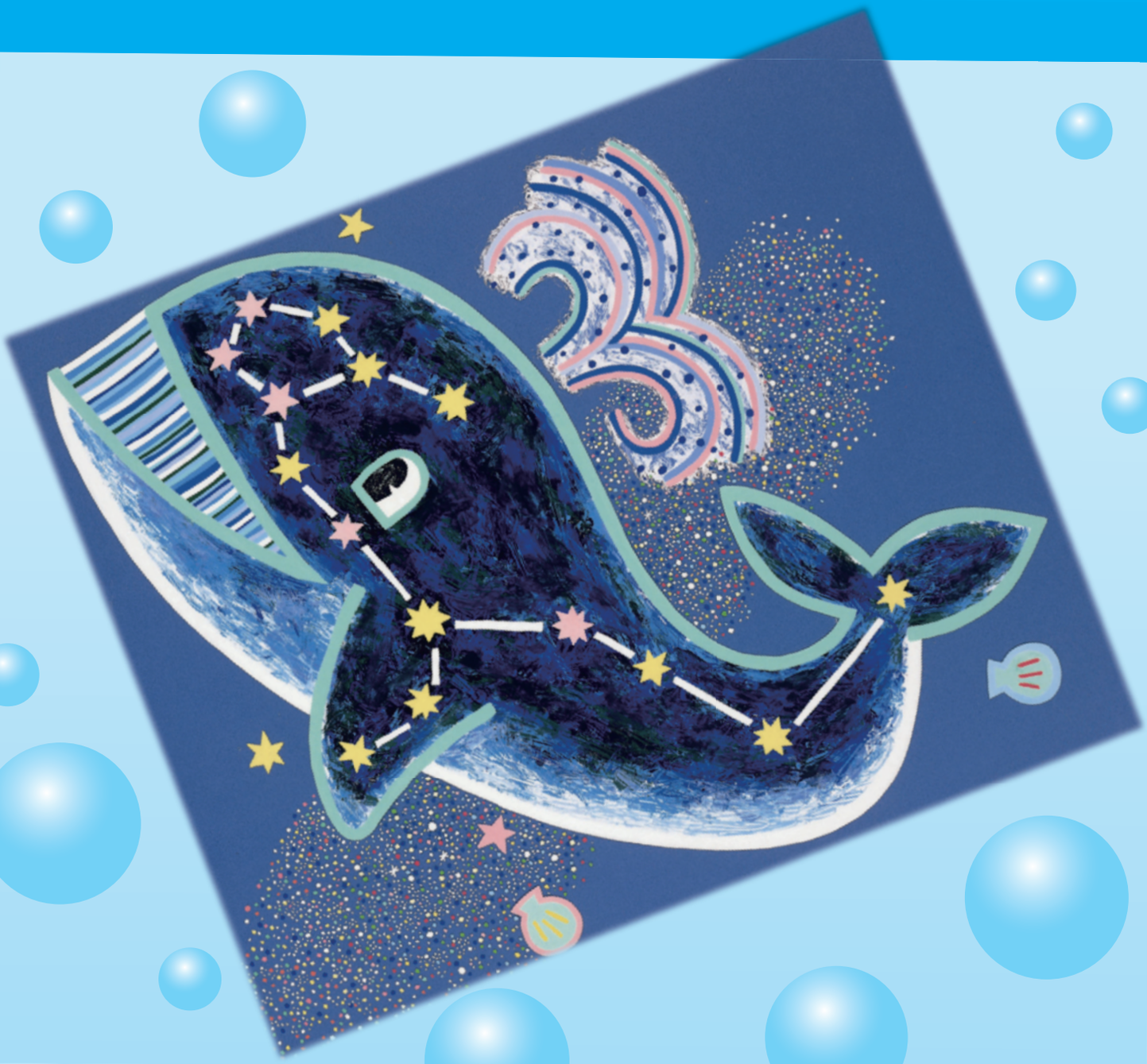
国立室戸青少年自然の家
利用のてびき



平成31年度版

2019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 活動プログラム一覧…… 13
② 海活動…… 15

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（無料送迎） 24

参考資料

資料 1　施設配置図 …… 25
資料 2　本館周辺図 …… 26
資料 3-1　宿泊棟とロッジ …… 27
資料 3-2　宿泊棟見取り図 …… 28
資料 3-3　宿泊棟部屋割り …… 29
資料 3-4　ロッジ見取り図 …… 30
資料 4　活動計画書 …… 31
資料 5　添乗員やバス運転手の利用について 32
資料 6　海浜活動センター案内図 …… 33

1 お申込みの前に

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っております。

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）
◆施設・設備の整備日: 年間で 24日程度
◆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

主な変更点

◆平成31年度より、電話での受け付けは行いません。空室情報を確認した後、ホームページの【利用申込】よりお申し込みください。

◆利用申し込みの受け付けは、施設利用の制限を承諾していただけるのであれば、利用日の 3日前までとなります。

◆平成 30 年 10月1日の宿泊から、シーツ代が一組 300 円になりました。

◆施設の宿泊定員が 300 名になりました。

◆宿泊団体は、ミニクルージング、創作活動が無料となります。

◆スタンドアップパドルボード（以下 SUP という）、イルカの観察、備長炭箸置き作りの活動が新たに活動プログラムに加わります。

◆宿泊室や研修室の呼び方を変更します。（P25、26 参照）

＜例＞

旧：宿泊棟くろしお１－１たんぽぽ	→ 新：宿泊棟Ａ棟１号室
旧：第１ロッジいしづち棟つばき	→ 新：ロッジＥ棟１号室
旧：第１集会室	→ 新：研修室１
旧：オリエンテーション室	→ 新：プレイルーム
旧：なかよし広間	→ 新：多目的ホール
旧：つどいの広間	→ 新：体育館

2 利用の申し込み

1 申し込み期間

利用人数・利用形態	形態受付開始時期	申込み期限
学校団体 （大学・専門学校・幼稚園等を含む）	１年前の１日午前 10 時より	原則 利用日の２ヵ月前 ※ただし、施設利用の制限を承諾していただけるのであれば、利用日の3日前まで受付けます。
１０名以上の青少年団体	半年前の１日午前 10 時より	
一般団体、ファミリー団体 及び９名以下の青少年団体	３か月前の１日午前 10 時より	
日帰り利用の団体	１ヵ月前の午前 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てから、ホームページか電話にて空室情報を確認してください。

◆空室が確認できたら、ホームページの【利用申込】よりお申し込みください。

◆申込内容が受け入れ可能か確認し、担当者から連絡します。

◆利用承諾書を電子メールにて送付します。

書類の提出

◆活動計画書を記入して、利用日の２か月前までに電子メールにて提出してください。

◆食物アレルギー対応連絡票は、該当者がいる場合のみ、１か月前まで電子メールにて食堂へ提出してください。

◆利用者名簿は、参加者確定後もしくは入所当日までに提出してください。

◆提出書類はすべてホームページからダウンロードできます。トップページから「初めてご利用の方」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

◆利用人数の変更は、電子メールにて連絡してください。

◆活動プログラム等の変更は、電子メールにて連絡してください。
なお、活動場所や指導者等の状況により、変更希望に沿えない場合があります。

◆食事数の変更は、食堂に「食事数変更用紙」を電子メールにて提出してください。

3 入所から退所まで

1 入所

到着・受付

◆9：00～17：00 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：食数の最終確定数を記入する用紙です。

◆鍵のある部屋をご利用の場合は、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。

清算

◆団体の代表者または担当者は、食堂営業時間内に請求書を持って、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～９月）

06：30	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（10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

設備や貸出物品について

◆インターネット環境
研修棟周辺に限り無料で Wi-Fi が利用できます。
なお、貸出用のパソコン、プリンターはありません。

◆印刷・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。

◆貸出物品について
主な貸出物品をご確認ください。（Ｐ１１参照）

3 宿泊

夕べのつどい

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～9月）　17：30 から開始します。
　冬時間（10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。
◆各団体の皆様に下記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。

■食堂の営業時間

夏時間（4月～9月）		
	入室時間	退室時間
朝食	7：30	8：45
昼食	12：00	13：30
夕食	17：45	19：00

冬時間（10月～3月）		
	入室時間	退室時間
朝食	7：45	9：00
昼食	12：00	13：30
夕食	17：15	18：30

入浴・消灯・起床

◆入浴時間を事前に調整する場合があります。
◆消灯時間の 22:00 以降は宿泊室で静かにお過ごしください。
◆安全のため、夜間（22:00～6:00）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	18：00～22：30（退室） 22：00～22：30 指導者の入浴時間です。
	冬時間	冬時間入浴時間は調整します。

	時刻
就寝	22：00
起床	6：30

◆緊急の場合は下記へご連絡ください。

事務室・宿直室＜内線30＞ 夜間緊急番号… ＜0887－23－0205＞

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～9月）7：15 から開始します。
　冬時間（10月～3月）7：30 から開始します。
◆各団体の皆様に下記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
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→（Ｐ９ 参照）
ゴミの処理→（Ｐ９ 参照）

◆荷物は指定された荷物置き場の部屋に移動してください。

シーツ返却

◆使用したシーツはシーツ置き場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。

点検するところ
宿泊棟、ロッジ、キャンプ場の清掃がされているか 寝具は適切に片づけられているか 忘れ物はないか

退所手続き

◆退所するまでに以下の手続きを済ませてください。

- 書類ファイルの返却
（アンケート、食数確定票、チェックポイントは記入して提出してください。）
- 貸出物品の返却
- クラフト等の精算

◆鍵のある部屋をご利用の場合は、鍵を事務室に返却してください。

4 自然の家での生活について

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でお願いします。

◆館内は全面禁煙です。喫煙される場合は、必ず指定の喫煙場所でお願いします。

◆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。

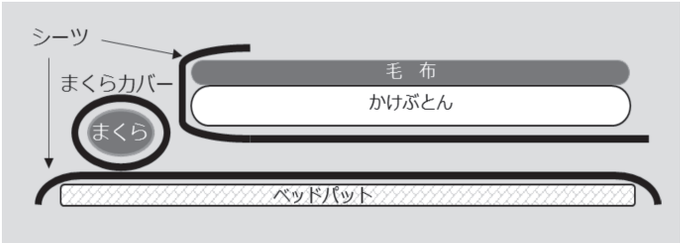
◆洗濯は、宿泊棟またはロッジにある洗濯機と乾燥機をご利用ください。
洗剤はご持参ください。食堂売店で販売もしています。

2 ベッドメイキング

1 ベッドメイキング

◆シーツ 2 枚、まくらカバー 1 枚を
右図のようにセットしてください。

◆シーツとシーツの間に入って寝ます。

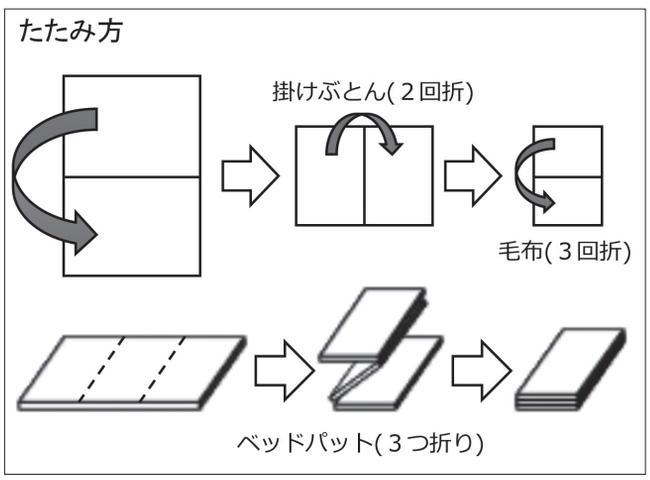


2 寝具の整理整頓

◆たたみ方: 掛けぶとん (2 回折)、毛布 (3 回折)、ベッドパット (3 つ折り)〔左下図〕

◆重ね方: 下から①ベッドパット②掛けぶとん③毛布④まくらの順で重ねる。〔右下図〕

◆置き方:毛布と掛けぶとんの角を揃え、折り目を通路側、入口側に向ける。〔右下図〕
ふとんは、入口扉から遠い側の端に置く。



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～9月）18：00～22：30
22：00～22：30 は指導者の入浴時間です。
冬時間（10月～3月）入浴時間は調整します。
◆本館宿泊の方が優先でご利用になれます。
◆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：17：00～22：00
◆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 宿泊棟

◆宿泊室の床、ベッドの下、畳の共用スペースの床、廊下、階段に掃除機をかける。
◆ベッドの手すり、棚をぞうきんで拭く。
◆トイレは備え付けの道具で便器を磨き、洗面所は鏡や洗面台をぞうきんで拭く。

2 ロッジ

◆宿泊室の床、ベッドの下、共用スペースの床に掃除機をかける。
◆ベッドの手すり、棚をぞうきんで拭く。
◆浴室は浴槽、洗い場、壁を清掃し、脱衣かご、洗面器、いす等の整頓を行う。
◆トイレは備え付けの道具で便器を磨き、洗面所は鏡や洗面台をぞうきんで拭く。
◆カーテンを開けて、まとめる。

5 ゴミの処理

◆ゴミ袋は必ず室戸市指定のゴミ袋を使ってください。食堂で販売しています。
◆ゴミは食堂下駐車場のゴミ捨場（P26 参照）の銀色のかんぬきのかかった扉の中に捨ててください。

持込んだものやそれから出たゴミ	掃除をして出た燃えるゴミ	売店で買った物やそれから出たゴミ	注文した弁当の空き箱
↓	↓	↓	↓
必ず持ち帰ってください	トイレのゴミ箱に捨ててください	ゴミ捨場へ ※野外炊事の際は、ゴミ袋が渡されます	一緒に渡したゴミ袋に入れてゴミ捨場へ

6 健康と安全

1 事前準備と利用中の保健指導

◆医薬品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、食堂へ直接ご相談をお願いします。
◆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。

3 医療機関を受診する場合

◆受診に必要な準備（保険証・受診料・付添い・移送準備等）をしてください。
◆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（海の活動中は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	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

■野外炊事

品　　名	数　量
調理器具セット（８人用）	24 組
鉄板	20 枚
ダッチオーブン	5 台

■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
たき火台	10 個

■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	10 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	6 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	5 個
フットサル用ゴール	2 対
サッカーボール	4 個
ストラックアウトボード・ボール	2 組
ドッジボール	5 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
綱引き用大縄	1 本
長縄（６m）	5 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 （ゴールポスト５・ディスク１２）	1 式
グランドゴルフ用具 （マット１・スティック３・ゴール１・ボール３）	9 組
ターゲットバードゴルフ （マット１・クラブ３・ゴール１・ボール３）	9 組

■自転車

品　　名	数　量
おもしろ自転車（8 種類程度あり）	15 台
一輪車	5 台
おもしろ自転車用ヘルメット	20 個
マウンテンバイク	25 台
マウンテンバイク用ヘルメット	25 個

■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
かるた	2 組
すごろく	3 セット

■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
ＣＤプレイヤー	1 台
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

■その他

品　　名	数　量
ホワイトボード（脚付き）	3 台
キャンドルファイア用燭台	3 台
星座板	20 枚
天体望遠鏡	5 台
双眼鏡	20 台
コンパス	50 個
ストップウォッチ	10 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	9 個
クーラーボックス	10 個
台車	2 台
巻き尺（100m）	1 本

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おりません。

3 郵便物や荷物の事前送付

◆利用団体宛郵便物は受け取っておりません。
◆当所宛に荷物を送付する際は、必ず事前に電話連絡をしてください。
荷物の宛名には「国立室戸青少年自然の家・利用団体名・団体代表者名・利用日」を明記してください。

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。
◆迷惑となる行為がみられた場合、その場で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。

5 活動プログラム

1 活動プログラム一覧

	No.	活動名	活動内容	所要時間（目安）	活動人数	備考
海活動	1	シーカヤック	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	小学５年生以上 10名以上の宿泊団体は無料 それ以外の団体は有料 5月～10月
	2	スノーケリング	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	小学５年生以上 5月～10月
	3	スタンドアップパドルボード（ＳＵＰ）	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	小学５年生以上 5月～10月
	4	磯観察・磯遊び	熱帯魚や貝などの生き物観察を行う活動。	3時間	10～50人	5月～10月
	5	ミニクルージング	自然の家のクルーザーに乗船し、室戸岬周辺を自然観察行う活動。	1時間	20～40人／回	宿泊団体は無料 日帰り団体は有料
	6	イルカの観察	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	宿泊団体は無料 日帰り団体は有料
野外活動	7	野外炊事	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
	8	キャンプファイア	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	～200人	薪、トーチは有料 灯油は無料で準備します。
	9	スコアオリエンテーリング	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
	10	フィールドフォトビンゴ	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。	2～3時間	～300人	小学５年生以上
	11	ナイトハイク	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。	30～1時間30分	～120人	４歳以上（４歳から小学２年生までは保護者同伴） 懐中電灯は利用者が持参
	12	基地づくり遊び	ロープとのこぎりを使って、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	
	13	冒険の森遊び	立木にロープをかけた遊具で自由に遊ぶ。	1時間	～40人	４歳以上
	14	おもしろ自転車	様々な変形自転車に乗って遊ぶ活動。	1時間	～40人	４歳～小学２年生
	15	マウンテンバイク	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

	No.	活動名	活動内容	所要時間（目安）	活動人数	備考
野外活動	16	室戸岬探勝	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。	2 時間	概ね 60人	雨天時は雨具が必要
	17	茶摘み	茶摘みから手もみ製茶までの工程が体験できる活動。	2～ 3 時間	～40人	4月～5月頃 4 歳以上（4 歳から小学2 年生までは保護者同伴）
	18	星空観察	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	300人	天体望遠鏡は 5 台使用可
ゲーム・レクリエーション活動	19	キャンドルファイア	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	300人	ローソクは有料
	20	ロープワーク	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	～40人	小学 3 年生以上
	21	コミュニケーションゲーム	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	～200人	
	22	室内フォトビンゴ	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
	23	ペタンク	2チームでビュット (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
創作活動	24	流木クラフト	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	～40人×2	4 歳以上（4 歳から小学2 年生までは保護者同伴）
	25	焼き板工作	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	～40人	4 歳以上（4 歳から小学2 年生までは保護者同伴）
	26	小枝工作	大小様々な木の枝をグルーガンで組み合わせ、自分だけの作品を作る活動。	1 時間	～40人×2	4 歳以上（4 歳から小学2 年生までは保護者同伴）
	27	竹細工	小刀を使って竹を削り、笛や箸などを作る活動。	1 時間	～40人	小学 3 年生以上
	28	七宝焼き	ブローチやキーホルダーに様々な色を付けて焼き上げ、自分だけの作品を作る活動。	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） 宿泊団体は無料 日帰り団体は有料
	29	備長炭箸置き作り	備長炭を紙やすりで磨き、箸置きなどを作る活動。	1 時間	～40人×2	4 歳以上（4 歳から小学2 年生までは保護者同伴）

※網掛けしている活動は雨天時可能です。

2 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」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 ～４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、海上監視者にはなれません。

・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。

シーカヤック	小学生　３人組 中学生以上　２人組
スノーケリング	２人組
ＳＵＰ	２人組
磯観察	２～４人組

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。
活動場所に到着	午前の活動は、原則、自然の家に宿泊した団体だけが実施することができます。 8：30 を目途に自然の家から活動場所に出発し、9：00 までに活動場所に到着してください。	13：00 までに活動場所に到着してください。
活動開始時間	9：30	13：30
	原則、水着でサンダル着用で集合してください。水筒を持参してください。	
活動終了時間	12：30	16：30
	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。
サンダル	◎	◎	◎	◎	
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。
マリンブーツ	●	●	●	●	16 ㎝から 28 ㎝までの 1 ㎝きざみです。
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。

平成 29 年度より、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・生徒と一緒にバ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。Ｑ５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きてもいいですか？【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。

5 海活動の参加者名簿

海活動の参加者名簿

平成　　年　　月　　日

国立室戸青少年自然の家所長　殿

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	平成　　年　　月　　日（　）

	参加者	海上監視者	陸上監視者 見学者	小計
男性				
女性				
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	
	通番	配慮事項、特記事項

(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、監視者にはなれません。参加者欄に記入してください。

6 利用に必要な経費

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 800 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

◆本館　　300 円　　平成 30 年 10 月より改訂

◆キャンプ場　　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代がかかります。

3 講師室使用料

◆１泊につき 800 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	440 円	580 円	680 円	1,700 円
小学生	430 円	570 円	660 円	1,660 円
未就学児（３歳以上）	350 円	490 円	560 円	1,400 円

◆水筒へお茶の補充を希望される場合は、事前に予約が必要となります。
◆朝食時以外に、水筒へお茶の補充を希望される場合は、有料となります。
（約 40 ℓ につき 500 円）

2 弁当

種類	税込単価
幕の内弁当	570 円
俵ごはん弁当	
ミニおにぎり弁当	430 円

◆紙パックのお茶（200ml）のお茶が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） 受渡し時間	備考
カレーセット	[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	560 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	1.000 円 9:00~	割り箸付き 食中毒防止のため鉄板調理
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、ピザ用ソース 50g [スープ] 玉ねぎ 20g、ベーコン 10g、キャベツ 10g	塩 コンソメ ピザ用ソース キャノリーブオイル	600 円 9:00~	ラップ・アルミホイルは団体で準備
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	300 円 6:30~	牛乳パック・アルミホイル・新聞紙は団体で準備
バウムクーヘン	[バウムクーヘン] ホットケーキミックス、卵、ジャム [飲み物] パック牛乳		300 円 9:00~	
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	

カツオのタタキ	[カツオのタタキ] カツオ（１節）、薬味（ネギ、玉ねぎ、にんにく）	ポン酢	1500 円 9:00~	カツオ１節は 2～3人前程度 追加でごはんと味噌汁を１人前 300 円で注文いただけます。

◆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。
◆ラップやアルミホイルは食堂売店でも販売しています。
◆かまどをご利用の場合は、薪代として１班につき 620 円かかります。
◆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。

4 食堂売店で購入できる物品

雑貨品	価格	飲料品・菓子パン	価格
フェイスタオル（１枚）	155 円	アクエリアス 500 ml	160 円
ハブラシセット	100 円	Qoo オレンジ 470ml	160 円
生理用品（１枚）	30 円	爽健美茶５００ｍｌ	160 円
室戸市指定ゴミ袋（１枚）	40 円	パックジュース 200ml（アップル）	100 円
粉末洗剤（１回分）	50 円	パックジュース 200ml（オレンジ）	100 円
アルミホイル（１個）	150 円	メロンパン	120 円
食品包装用ラップフィルム（１個）	150 円	クリームパン	120 円
ろうそく	(小)10 円 / 本 (大)80 円 / 本	ジャムパン	120 円
氷	200 円 /2 kg	あんぱん	120 円

◆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

宿泊団体及び日帰り団体	◆野外炊事	薪代 ……620 円／班
	◆キャンプファイア	薪代 ……4,000 円 トーチ ……100 円／本
	◆9 名以下の宿泊団体が行うシーカヤック	小学生……1,000 円／人 中学生……1,500 円／人 高校生以上 ……2,000 円／人
日帰り団体	◆シーカヤック	小学生……1,000 円／人 中学生……1,500 円／人 高校生以上 ……2,000 円／人
	◆ミニクルージング	…… 150 円／人
	◆七宝焼き	…… 500 円／人
	◆イルカの観察	4 歳～小学生 ……200 円／人 中学生・高校生 ……300 円／人 大学生以上 ……350 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 ミニクルージング代	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、食堂売店でお支い）	なし
		コンビニ支払い	発行から１ヶ月以内	100 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 野外炊事薪代	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
七宝焼き材料費 キャンプファイア用の薪代 トーチ代	自然の家事務室	現金支払い	利用期間中 （自然の家事務室でお支払い）	なし
		銀行振込	発行から１週間以内 振込先 :(一財) 室戸青少年育成会 四国銀行室戸支店 普通 0035939	請求書１枚ごとに振込手数料がかかります
シーカヤック代	奈半利町海浜センター	現金支払い	利用期間中 （奈半利町海浜センターでお支払い）	なし
イルカの観察代	室戸ドルフィンセンター	現金支払い	利用期間中 （室戸ドルフィンセンターでお支払い）	なし

◆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。

7 服装と持ち物

■ 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
□	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）	□	台ふき・食器ふき
□	軍手	□	帽子
□	懐中電灯	□	虫よけ・虫刺され薬

8 所バス（無料送迎）

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 運行範囲

◆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・退所後の室戸市奈半利町以外の施設見学・海水浴等の活動での利用はできません。

運行時間

宿泊利用を伴う団体の送迎に係る運行時間は，原則以下のとおりです。

	地 域	種別	出 発 地	時　刻
宿泊	高知市内	迎え	高知市内	9：30 ～ 15：00
		送り	自然の家	～ 13 ：30 まで
	安芸市～東洋町	迎え	安芸市・東洋町内	9：00 ～ 16：00
		送り	自然の家	～ 14 ：30
	高知市以西※ 1	迎え	いの町・土佐市・須崎市・大豊町	9：00 ～ 14：30
		送り	自然の家	～ 13 ：00
	徳島県 牟岐・海陽町	迎え	牟岐・海陽町内	9：00 ～ 16：00
		送り	自然の家	～ 14 ：30
	徳島県 美波町	迎え	美波町内	10：00 ～ 15：00
		送り	自然の家	～ 13 ：30
	徳島県 阿南市	迎え	阿南市内	10：30 ～ 14：30
		送り	自然の家	～ 13 ：00
日帰り	室戸市 安芸市・安芸郡 東洋町・海陽町	迎え	室戸市	8：30 ～
		迎え	安芸市・安芸郡・東洋町・海陽町	9：00 ～
		送り	自然の家	～ 14 ：00

※須崎市の場合は、須崎駅または道の駅「かわうその里」までの送迎

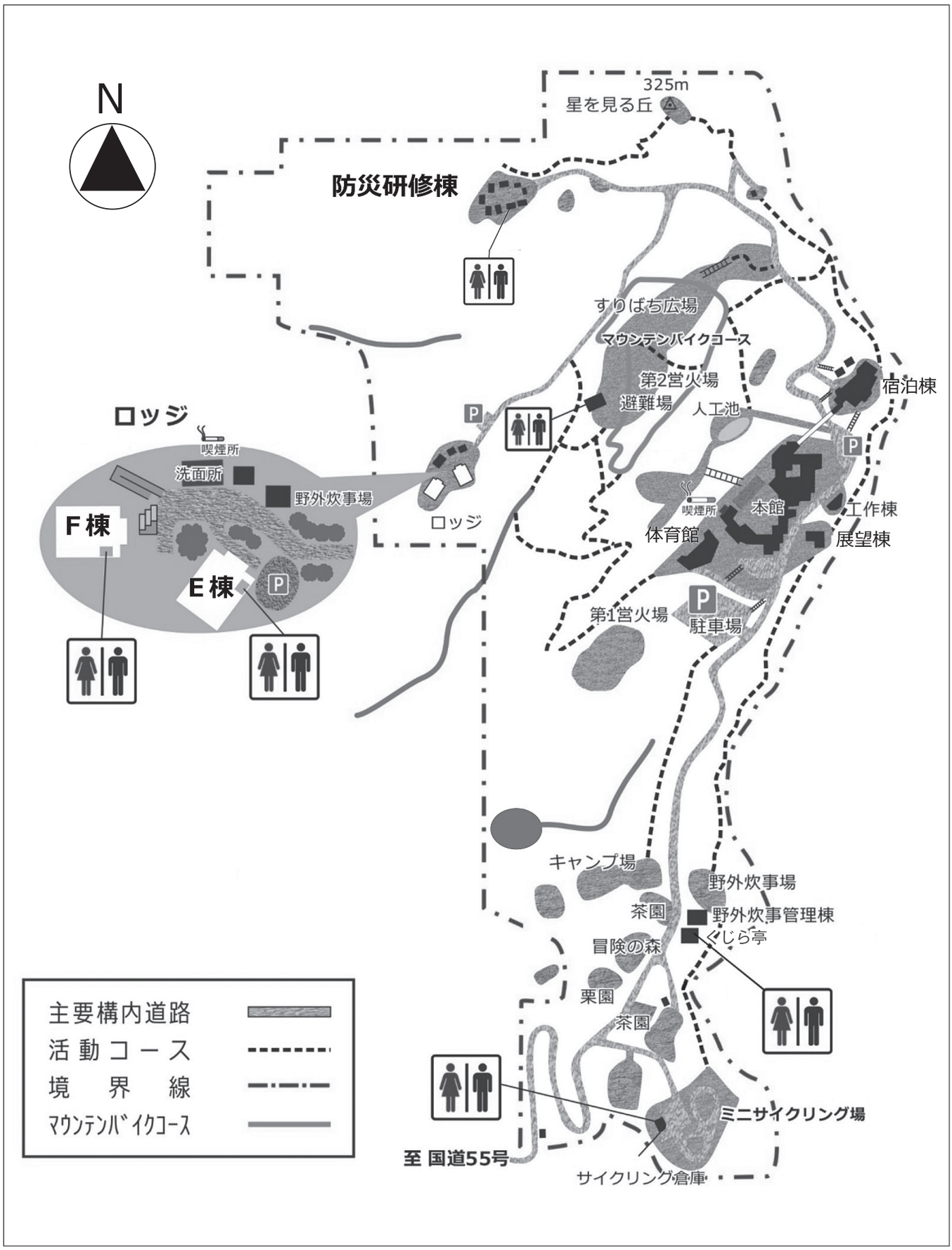
3 留意事項

◆高知市以西（いの町・土佐市・須崎市・大豊町に限る）については，高速道路を利用するものとし，高速代金（2 往復分）をいただきます。
◆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，団体引率者でお願いいたします。
◆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。
◆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。
◆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，早急に御相談ください。

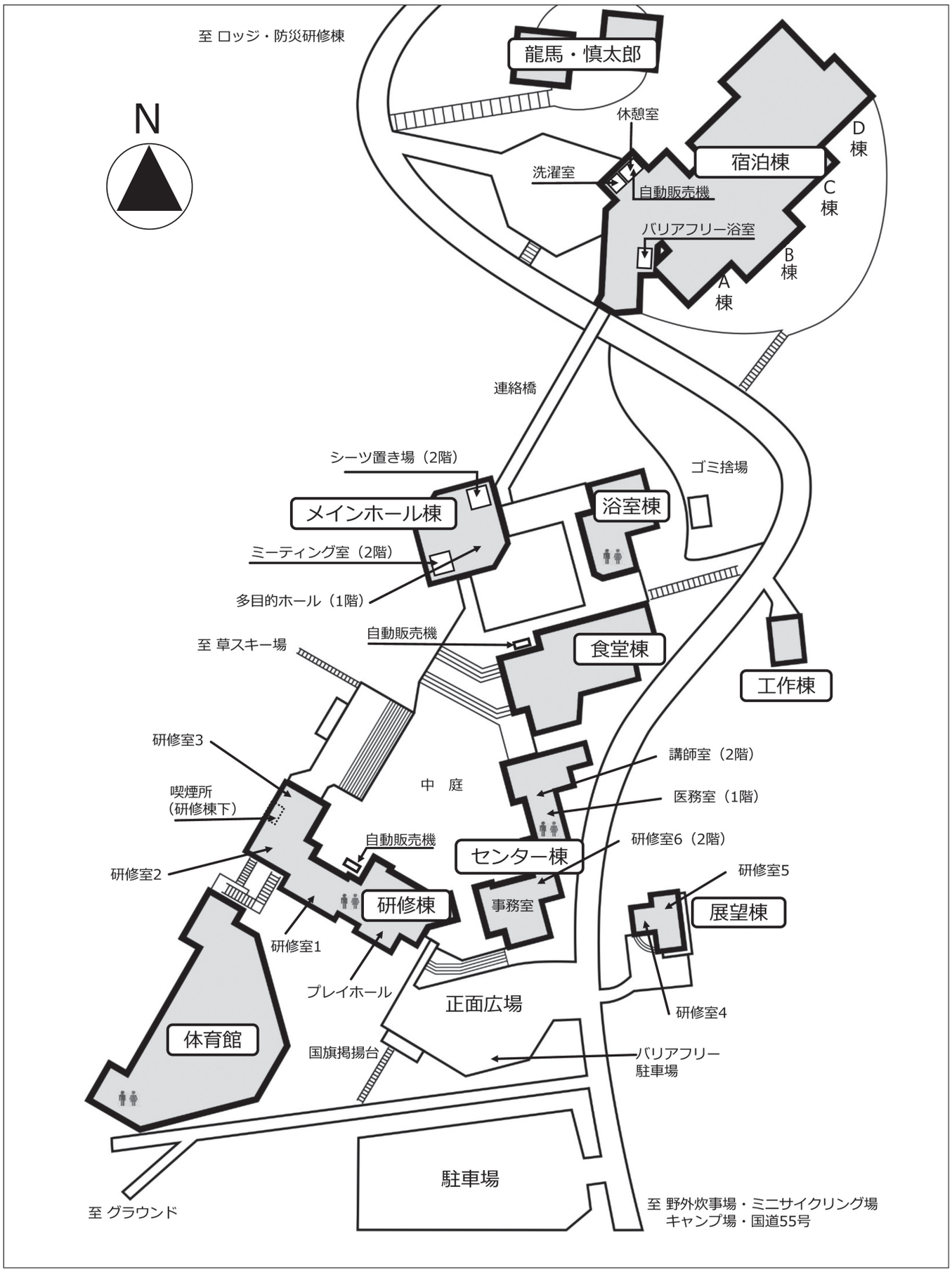
4 免責事項・損害賠償等

◆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，その損害を賠償しなければなりません。

資料 1　施設配置図


N
325m
星を見る丘
防災研修棟
すりばち広場
マウンテンバイクコース
第2営火場
避難場
人工池
宿泊棟
ロッジ
喫煙所
洗面所
野外炊事場
F棟
E棟
ロッジ
喫煙所
本館
工作棟
体育館
展望棟
第1営火場
駐車場
キャンプ場
野外炊事場
茶園
野外炊事管理棟
くじら亭
冒険の森
栗園
茶園
ミニサイクリング場
至 国道55号
サイクリング倉庫
主要構内道路
活動コース
境界線
マウンテンバイクコース

資料 2　本館周辺図


至 ロッジ・防災研修棟
N
龍馬・慎太郎
休憩室
宿泊棟
D棟
洗濯室
自動販売機
C棟
バリアフリー浴室
B棟
A棟
連絡橋
シーツ置き場（2階）
ゴミ捨場
メインホール棟
浴室棟
ミーティング室（2階）
多目的ホール（1階）
自動販売機
至 草スキー場
食堂棟
工作棟
研修室3
講師室（2階）
喫煙所
（研修棟下）
中　庭
医務室（1階）
自動販売機
研修室6（2階）
センター棟
研修室2
研修室5
研修棟
事務室
展望棟
研修室1
プレイホール
正面広場
研修室4
体育館
国旗掲揚台
バリアフリー
駐車場
駐車場
至 グラウンド
至 野外炊事場・ミニサイクリング場
キャンプ場・国道55号

資料 3-1　宿泊棟とロッジ

■宿泊棟

宿泊室

共用スペース

■ロッジ

宿泊室

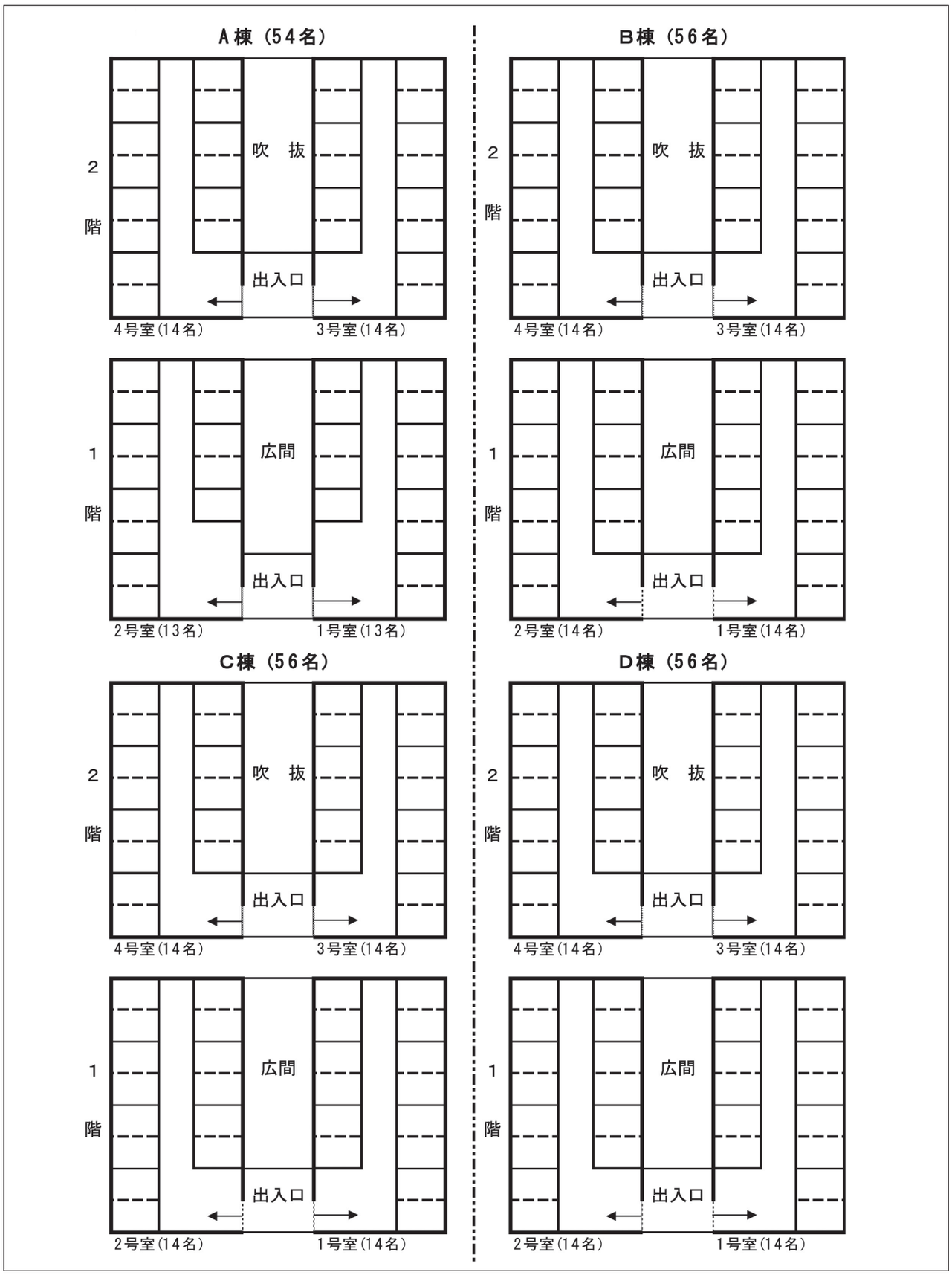
共用スペース

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

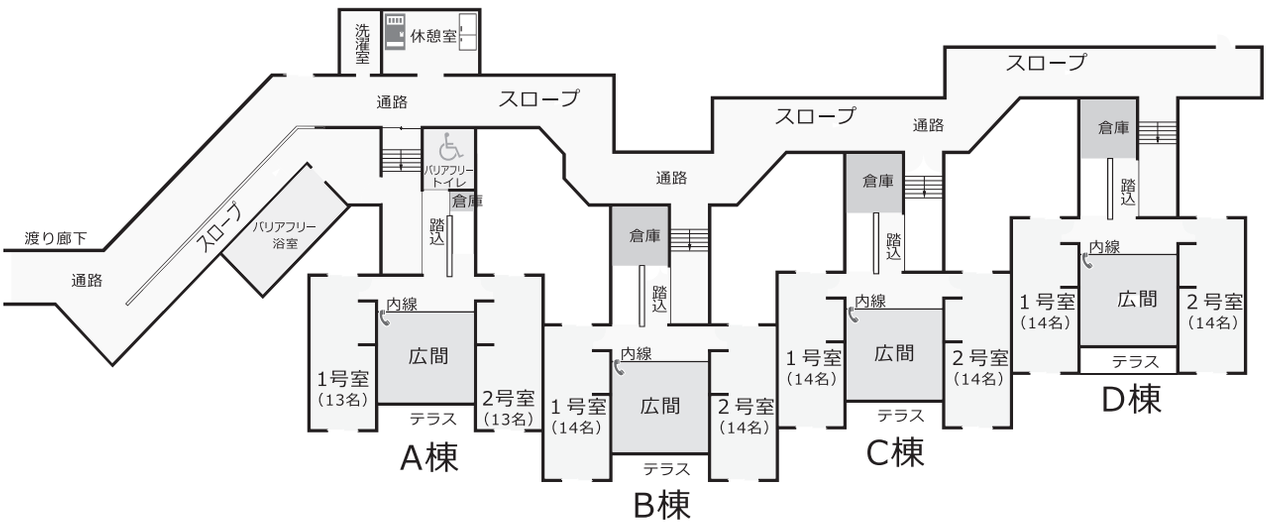
資料 3-2　宿泊棟部屋割り



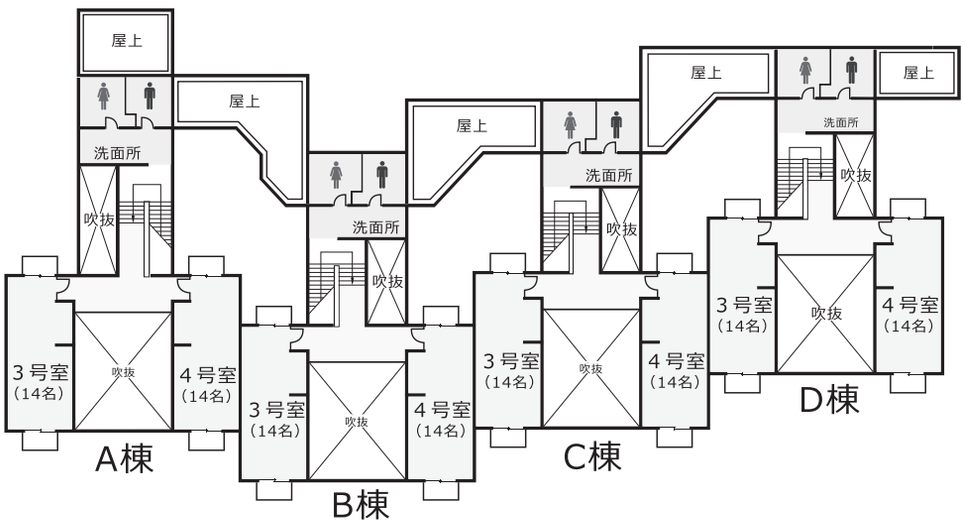
◆各部屋は２段ベッドになっています。
（Ａ棟１号室、２号室は１段ベッドがあります。）
◆洗面所、トイレは２階にあります。

資料 3-3　宿泊棟見取り図

1 階

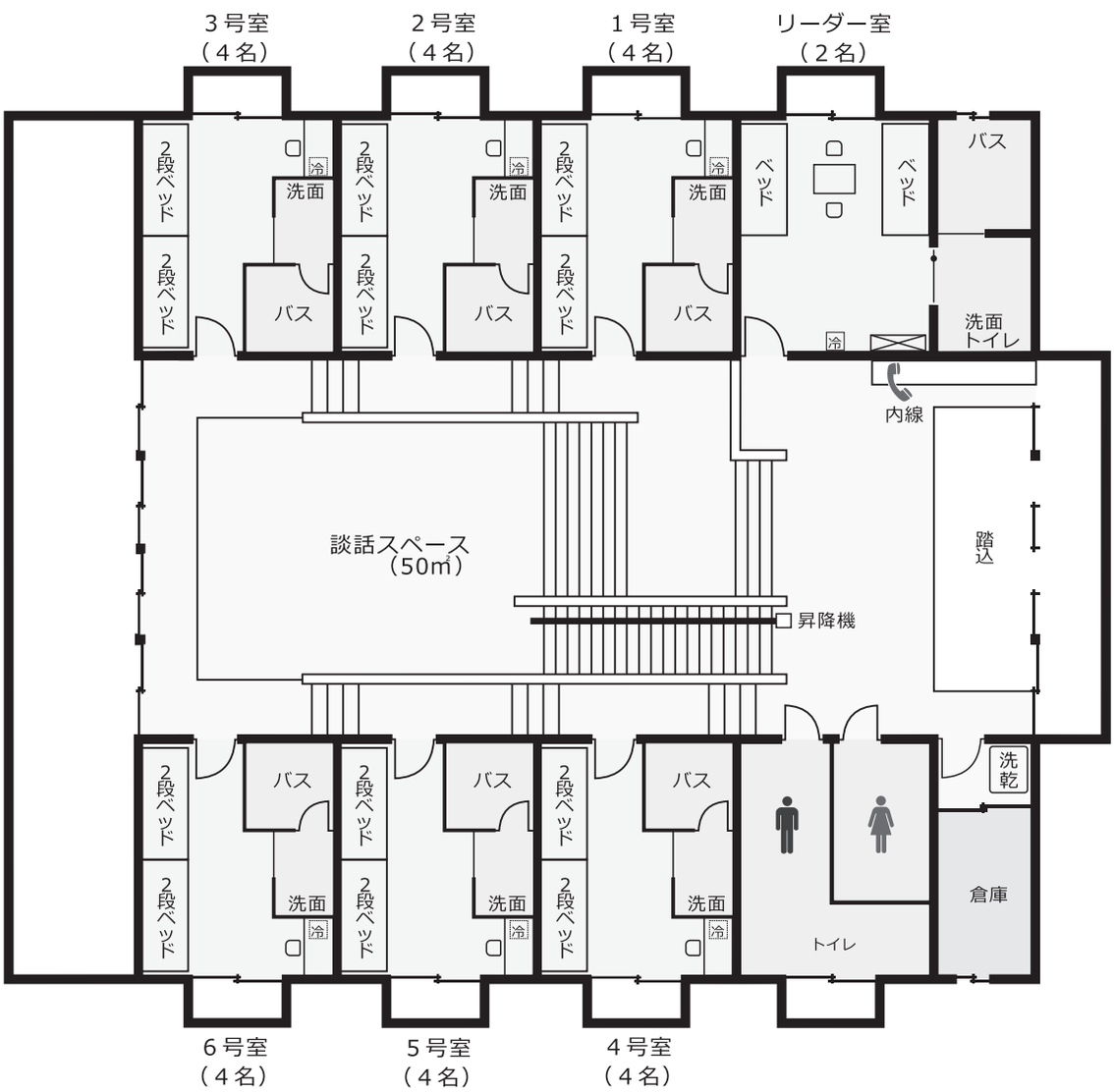


2 階



資料 3-4　ロッジ見取り図

E 棟・F 棟



資料 4　活動計画書

国立室戸青少年自然の家　活動計画書

		記入日	西暦　年　月　日
フリガナ 団体名	利用期間	入所	西暦　年　月　日（　）
		退所	西暦　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
	30歳以上			
	中学生～29歳			
	小学生			
	3～6歳			
	2歳以下			
	合 計			

所バス行程 ※利用の団体のみ記入			
迎え	日時	月　日（　）：　発	
	乗車場所		
送り	日時	月　日（　）：　所発	
	降車場所		
活動送迎	日時	月　日（　）※記入方法は裏面参考	
	行程		

食物アレルギーの有無	有 ・ 無	講師室の利用希望の有無	有 ・ 無

活 動 内 容　※入退所は9時～17時まで

月 日（ ）	朝のつどい	朝 食	午前			昼食	午後			夕べのつどい	夕食	夜間		
		食 数	時間	活動名	場所	食 数	時間	活動名	場所		食 数	時間	活動名	場所
		中学生以上 人				中学生以上 人					中学生以上 人			
		小学校 人				小学校 人					小学校 人			
		3～6歳 人				3～6歳 人					3～6歳 人	入浴	～	
		2歳以下 人	荒天時			2歳以下 人	荒天時				2歳以下 人	荒天時		
		弁当・野炊				弁当・野炊					弁当・野炊			
		給茶 無料）				給茶 有料）					給茶 有料）			

月 日（ ）	朝のつどい	朝 食	午前			昼食	午後			夕べのつどい	夕食	夜間		
		食 数	時間	活動名	場所	食 数	時間	活動名	場所		食 数	時間	活動名	場所
		中学生以上 人				中学生以上 人					中学生以上 人			
		小学校 人				小学校 人					小学校 人			
		3～6歳 人				3～6歳 人					3～6歳 人	入浴	～	
		2歳以下 人	荒天時			2歳以下 人	荒天時				2歳以下 人	荒天時		
		弁当・野炊				弁当・野炊					弁当・野炊			
		給茶 無料）				給茶 有料）					給茶 有料）			

月 日（ ）	朝のつどい	朝 食	午前			昼食	午後			夕べのつどい	夕食	夜間		
		食 数	時間	活動名	場所	食 数	時間	活動名	場所		食 数	時間	活動名	場所
		中学生以上 人				中学生以上 人					中学生以上 人			
		小学校 人				小学校 人					小学校 人			
		3～6歳 人				3～6歳 人					3～6歳 人	入浴	～	
		2歳以下 人	荒天時			2歳以下 人	荒天時				2歳以下 人	荒天時		
		弁当・野炊				弁当・野炊					弁当・野炊			
		給茶 無料）				給茶 有料）					給茶 有料）			

備考

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	班分け	
										人前 × 班分	人前 × 班分
										人前 × 班分	人前 × 班分
										人前 × 班分	人前 × 班分
										人前 × 班分	人前 × 班分

資料 5　添乗員やバス運転手の利用について

添乗員やバス運転手の方に、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へご返却ください。

◆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でお願いします。

◆食事や入浴は、利用団体と同じ時間でお願いします。

◆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。

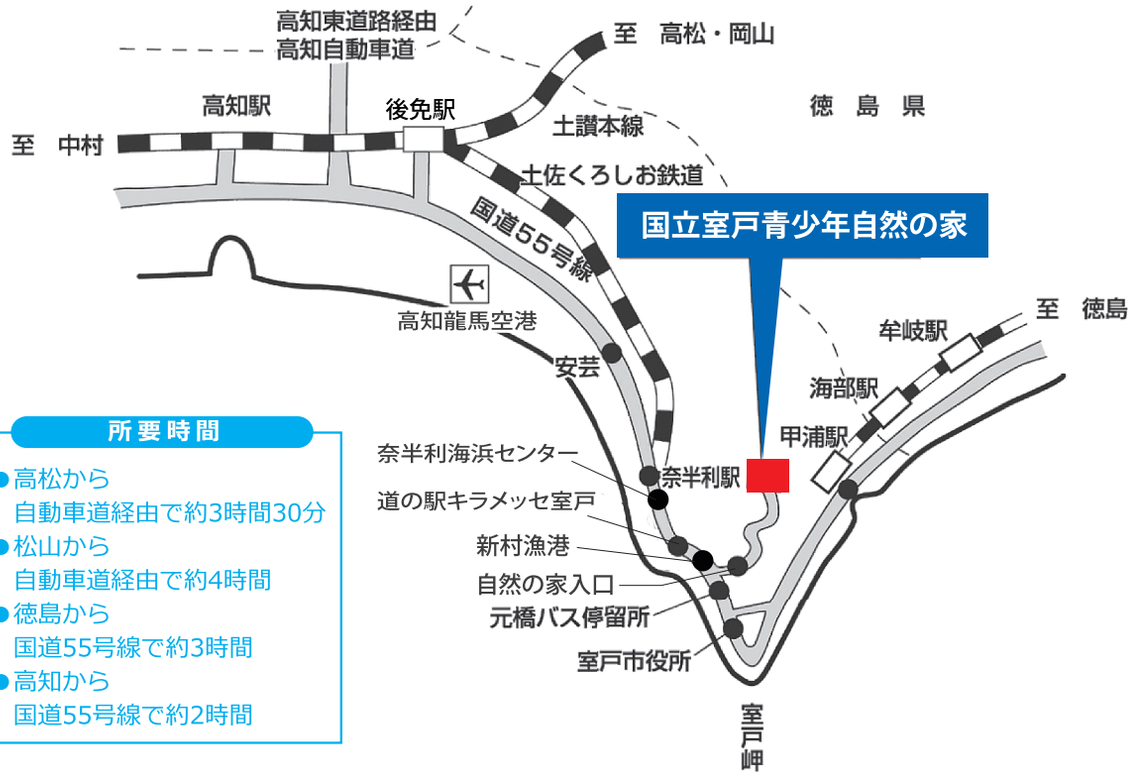
◆宿泊室の鍵は、最終日の９：00 までに事務室に返してください。

資料 6　海浜活動センター案内図

国道 55 号線を、室戸岬に向かってください。海の駅「とろむ」をこえ、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 500～600m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。

交通案内

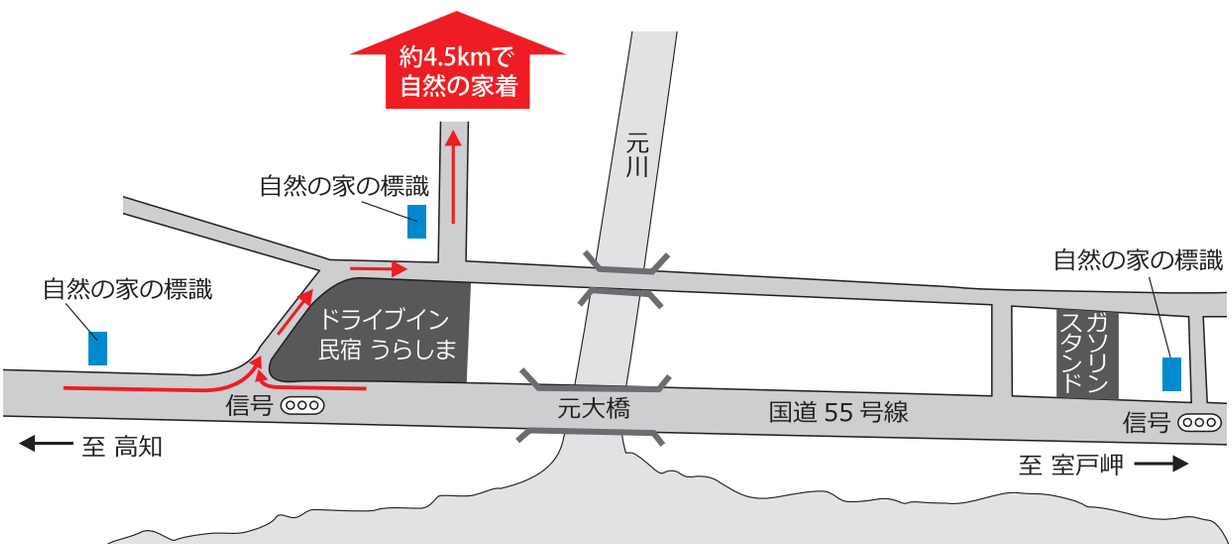


所要時間

- 高松から
  自動車道経由で約3時間30分
- 松山から
  自動車道経由で約4時間
- 徳島から
  国道55号線で約3時間
- 高知から
  国道55号線で約2時間

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

TEL 0887-23-2313　FAX 0887-23-2484

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