

# 利用の手引き



〒311-4161

- 住所：水戸市全隈町 80-1
- TEL：029-254-2200
- FAX：029-254-2201
- Email：young.nature@city.mito.lg.jp

## 【目 次】

### 1 利用案内

- (1) 少年自然の家とは・・・ P 1
  - ①目的
  - ②方針
  - ③施設の概要
- (2) 利用にあたって・・・ P 2
  - ①利用できる団体
  - ②休所日
  - ③経費
- (3) 申込みから利用前日までの流れ・・・ P 3
- (4) 入所前の諸準備について・・・ P 4
  - ①研修の計画
  - ②現地下見
  - ③持ち物

### 2 自然の家での生活について

- (1) 生活の流れ・・・ P 5

①生活時間	④朝・夕のつどい
②基本的な生活の流れ	⑤奉仕活動
③入所式・退所式	

- (2) 生活上の留意点・・・ P 7

①自然環境の保護	⑥寝具類
②宿泊室	⑦健康管理と衛生管理
③食 事	⑧就寝・消灯
④入 浴	⑨起 床
⑤トイレ	

### 3 研修計画・活動プログラムについて

- (1) 研修計画を作成するにあたって・・・ P 9
- (2) 飯ごう炊さんについて(配置図)・・・ P 10
- (3) 利用できる用具一覧・・・ P 12

### 4 館内施設・設備

- (1) 施設平面図・避難経路・宿泊定員・・・ P 13

### 5 緊急時に備えて

- (1) 避難経路の確認とAED設置場所・・・ P 14

### 6 退所について

- (1) 退所時における確認事項・・・ P 14

### 7 参考資料

- (1) 水戸市内のスポーツ施設・・・ P 15
- (2) 医療機関・相談窓口・・・ P 15

# 1 利用案内

## (1) 少年自然の家とは

少年自然の家は、水戸市の北西部に位置し、山林と水田に囲まれた自然豊かな環境の中にあります。近隣には、森林公園やふるさと農場、楮川ダム、果樹園があり、野外活動や農業体験などのさまざまな体験活動に最適な環境にあります。さらに、周囲は、野鳥・昆虫・山野草の動植物などの生態観察もすることができる豊かな自然に恵まれているために、自然と一体感を感じることができる自然体験学習も行うことができる施設です。

自然環境の中での集団宿泊生活や野外活動を通して、健全な青少年の育成を図る社会教育施設です。

### ①目的

- ◇ 自然の美しさや恩恵にふれ、自然に親しむ心や豊かな情操を育みます。
- ◇ 集団宿泊生活を通して規律・協同・友愛・及び奉仕の精神を養います。
- ◇ 野外活動を通して心身を鍛えます。

### ②方針

- ◇ 利用団体に、活動する場を提供するのみでなく、ゆとりのある多面的な活動ができるよう必要に応じて助言・指導を行います。
- ◇ 恵まれた自然環境の中で、なかよく・楽しく・元気よく、そして、のびのびとした集団生活から、規律の必要性や協力の大切さ、奉仕の尊さ、友情の温かさなどを学び、社会生活を営むために必要な基盤を養う事ができるような体験をさせます。
- ◇ 創作活動や自然とのふれあいから、集団活動での友達の良さを発見するとともに、新しい自分自身の発見を促します。

### ③施設の概要

- ◇ 名称及び所在地 水戸市少年自然の家（水戸市全隈町 80-1）
- ◇ 施設
  - 和室・・・全 16 室（定員 111 人）  
（内訳）3 人部屋…7 室，6 人部屋…7 室，24 人大部屋…2 室
  - 洋室・・・全 15 室（定員 112 人） ※2 室バリアフリー対応ルーム  
（内訳）8 人部屋…13 室，バリアフリー対応ルーム（4 人部屋）…2 室
  - 宿泊可能人数（利用者数についてはご相談ください）・・・定員 223 人
  - 食堂・・・250 席
  - 研修室・・・大研修室…120 人程度，小研修室…30 人程度
  - 多目的ホール（体育館）・・・プレイホール，会議室，集会室，室内営火場
  - 浴室・・・男 1 室，女 1 室（定員各 40 人程度）
  - 創作のやかた（いろり式ガスコンロ 33 基）・・・定員 180 人
  - キャンプ場（テントサイト）・・・18 張
  - 飯ごう炊さん場（常設かまど，座席数）・・・常設 36 基（内…ピザ釜 3 基），180 席

## (2) 利用にあたって

### ①利用できる団体

※水戸市少年自然の家は、以下の団体又は以下の者で構成される団体（成人を含む10人以上）が利用できます。

- ◇ 幼稚園，保育園，学童等の園児，未就学児及びその指導者
- ◇ 小学校，中学校，高等学校の児童生徒及びその指導者
- ◇ 短大，大学，専門学校等の学生及びその指導者
- ◇ 青少年関係団体等（青少年育成会，PTA活動，子ども会，スポーツ少年団，ボーイ・ガールスカウト等）
- ◇ その他教育委員会が適当と認めた方（30歳未満の者に対する企業の研修等）

### ②休所日

- ◇ 毎週月曜日（5月3日～5月5日のいずれかが月曜日の場合は5月6日）
- ◇ 国民の祝日（5月3日～5月5日を除く）
- ◇ 年末年始（12月29日～1月3日）

### ③経費

#### ○ 施設使用料

区 分	宿 泊（1人1泊）			日帰り（1人1日）		
	市内居住者	市 外 居 住 者		市内居住者	市 外 居 住 者	
		圏 内	圏 外		圏 内	圏 外
幼 児	150円	150円	370円	70円	70円	220円
小・中学生	300円	300円	750円	150円	150円	450円
上記指導者						
一般（大人）	750円	750円	1,500円	450円	450円	1,200円

※ 圏内の市町村（笠間市，ひたちなか市，茨城町，城里町，大洗町，東海村，那珂市，小美玉市）

#### ○ 食事代（1人1食）

朝 食	昼 食	夕 食	おにぎり弁当
420円 ～520円程度	520円 ～630円程度	620円 ～870円程度	480円

◇ 上記の料金は，食堂メニューの料金であり，食育の活動（調理活動・野外炊さん活動）は別料金となります。

※別冊「水戸市少年自然の家食堂利用のご案内」を参照ください。

#### ○ その他

◇ クリーニング代（シーツ2枚・枕カバー1枚） 1人…200円（消費税込み）

※2泊までは同じシーツをご利用ください。

◇ 活動プログラム代（キャンプファイヤー薪代含む）

◇ 飯ごう場薪代 1班…600円（消費税込み）

### (3) 申込みから利用前日までの流れ

#### 利用申込み【利用日の1か月前まで】

希望する施設利用日の可否について、あらかじめ電話または来所により確認後、**利用日の1か月前**までに申し込んでください。

※利用団体責任者打合せ会議が利用日の約1か月～約1か月半前に行われますので、それを踏まえて早めの御予約をおすすめします。

#### 利用団体責任者打合せ会議【およそ利用日の約1か月～約40日前】

利用団体責任者向けに**責任者打合せ会議を実施**します。**利用日に応じた期日を指定**します。指導者の方は**研修計画表(案)を持参**の上、必ず御出席ください。

以下の内容について研修、打合わせを行います。

- ◇施設・設備の案内
- ◇自然の家での生活に関すること（入退所時間・食事・持ち物・部屋割り・その他）
- ◇同日利用団体との研修内容、入浴時間、使用施設の調整

※打合せ会議に欠席されますと、同日利用の団体との施設の調整が行えず、当日に急遽予定を変更していただく場合もありますので御注意ください。

#### 打合せ会議時に提出していただく書類

- ◇使用許可申請書 1部 書類は会議時にお渡しします。
- ◇研修計画表 1部 //
- ◇交通手段報告書 1部 //

#### 書類の提出【利用日の3週間前】必着

- ◇食事数申込書 1部 FAX可

**※食事数の変更は利用日の1週間前まで可**

- ◇消防関係届出書 2部(原本) FAX不可 ※屋外でのキャンプファイヤー実施予定のみ提出

#### 書類の提出【利用日の2週間前】必着

- ◇食物アレルギー調査票 1部 FAX可

**※該当者がいる場合のみ**

#### 『食事数と調理活動の班編成』最終報告【利用日の1週間前】

食事数と班編成の最終報告については、**入所日の1週間前**に電話またはFAXでお知らせください。この日以降の食事数の変更はできません。

#### 入所・当日の打合わせ

到着次第、責任者の方と**研修の最終確認**を行います。

『活動のしおりや実施要項等』・『入所者名簿(氏名・学年・利用日を記載)』の提出をお願いします。

また、『**入所団体報告書**』の記入をしていただきますので、**当日利用される人数の内訳**を当日打合せまでに御確認ください。

## 使用料の納入

原則、退所時に『施設使用料』、『シーツクリーニング代』、『活動プログラム代』等の精算をお願いしておりますが、お振り込み（振込手数料は各団体様負担）での支払いも選択できます。詳しくは、別紙「少年自然の家施設使用料等の支払い方法について」をご覧ください。また、『食事代』については、後日食堂委託業者から請求書が送付されますので、指定の口座にお振込み（振込手数料は食堂委託業者負担）をお願いします。

なお、事情により食事代を当日納付を希望される場合は、利用当日の夕食後（19時まで）に直接食堂へお支払いください（事前の連絡をお願いします）。

## （４）入所前の諸準備について

### ① 研修の計画

- ◇ 少年自然の家の目的・生活時間・施設の使い方などについて、事前に団体のみなさんに指導をお願いします。
- ◇ 少年自然の家の生活時間に沿って研修計画を作成してください。  
（起床・消灯時間、食事や入浴の時間が決められています）。
- ◇ 御利用当日の職員との打合せ（20分程度）は、必ず設定してください。
- ◇ 入所式・退所式・つどいなどは、実施しなければならないものではありません。自然の家職員のあいさつを必要とする場合は事前に御連絡ください。
- ◇ 雨天時のプログラム等も考慮し、計画を立てておいてください。
- ◇ 用具は、自然の家で借りる物と団体で用意する物をよく調べてください。
- ◇ 利用日当日までに部屋割りや班の係などを決めてください。  
（※各団体の部屋の割り振りについては、事前打合せ会議で決定します。）

### ② 現地下見

- ◇ 引率者は現地の下見をし、周辺の環境調査・施設の内容・野外活動場所等の確認をしてください。
- ◇ ウォークラリーやナイトハイク等のコースについては、季節によって環境が変化します。安全の確保や研修効果を高めるために、責任者や引率される方には事前に歩くことをお勧めします。
- ◇ 駐車場スペースが限られていますので、駐車方法についてもあらかじめ職員に確認してください。

### ③ 持ち物

<input type="checkbox"/> 室内シューズ（室内用運動ぐつ等）	<input type="checkbox"/> 着替え
<input type="checkbox"/> 入浴用品 （シャンプー・石けん・タオル等）	<input type="checkbox"/> 洗面用具
<input type="checkbox"/> 筆記用具	<input type="checkbox"/> 雨具・帽子（野外活動時使用）
<input type="checkbox"/> スポンジ・たわし・布巾・台所用洗剤・軍手（調理活動時に使用）	
<input type="checkbox"/> エプロン	<input type="checkbox"/> 三角巾
<input type="checkbox"/> 水筒（水分補給ができるもの）	<input type="checkbox"/> 救急セット
<input type="checkbox"/> その他	

※上記の持ち物は一例ですので、各団体の研修内容に応じて御用意ください。

## 2 自然の家での生活について

### (1) 生活の流れ

#### ①生活時間

夏時間（4月～10月）		冬時間（11月～3月）
午前 6：00	起 床 ・ 洗 面	午前 6：30
6：30	朝 の つ ど い	7：00
7：00	奉 仕 活 動	7：30
7：30	朝 食	8：00
9：00	午 前 の 活 動	9：00
12：00	昼 食	12：00
午後 1：00	午 後 の 活 動	午後 1：00
4：30	夕 べ の つ ど い	4：30
5:00-6:00	夕 食	5:00-6:00
(6：30)	入 浴 (午後6：00～午後9：30)	(6：30)
7：30	夜 の 活 動	7：30
9：30	就 寝 準 備	9：30
10：00	消 灯 ・ 施 錠	10：00

- ◇ 活動時間のプログラムは、各団体で研修目的が達成できるように作成してください。
- ◇ 上記の            部分の時刻は原則として変更できません。

#### ②基本的な生活の流れ

入 所	<p>①団体の責任者の方は施設到着後、入所時の打合せを行いますので事務室へお越しください。</p> <p>②下靴は、所定の下駄箱に入れてください（団体名を表記してあります）。</p> <p>③各部屋への入室前の荷物については、所定の場所へおいてください。</p>
入 室	<p>①入室後は、必ず非常口及び避難経路の確認をしてください。</p> <p>②荷物の整理をしてください（管理棟2階の和室にはロッカー棚があります）。</p>
食 事	<p>①館内の飲食(食堂業者提供のおやつ等)は、必ず食堂でお願いします。 <b><u>(部屋での飲食はできません。)</u></b></p> <p>②食事前は、十分手を洗うように心がけてください。</p> <p>③持参した昼食(弁当)等のゴミについては、各自で持ち帰るようお願いします。</p> <p>④施設提供の食事について</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食事は完全セルフサービスです。団体ごとに役割を決めて効率よく配膳してください。(例 おかず…各自、ご飯・味噌汁・お茶…食事係)</li> <li>・ 厨房職員の説明をよく聞いて、準備・後片づけをお願いします。</li> </ul> <p>⑤食堂業者提供のおやつ等のゴミは、用意された専用のゴミ袋に入れて食堂に戻してください。</p>

寝具準備	①寝具(1人シーツ2枚・枕カバー1枚)については、指定された時間になりましたら <b>宿泊棟1階ランドリー室前のテーブル</b> に団体ごとに置きますので、枚数を確認して受け取ってください。
入浴	①決められた時間を守って入浴し、浴室でのマナーを守りましょう。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・体をよく洗ってから浴槽に入りましょう(浴槽にタオルは入れないでください)。</li> <li>・浴槽付近の「カラン(蛇口)」は使用禁止です(湯量・湯温管理は全て全自動です)。</li> <li>・入浴終了後は、「おけ・腰掛け」の後片付けをお願いします。</li> <li>・脱衣室の清掃・忘れ物の確認をお願いします。</li> <li>・ドライヤーは、浴室備え付けのドライヤーのみを使用してください。</li> <li>・浴室・脱衣室の換気扇のスイッチは消さないようにお願いします。</li> </ul>
消灯 午後10時	①午後10時に消灯を知らせる音楽が流れます。消灯後は、他の利用団体に迷惑をかけるようにしてください。 ②午後10時に1階フロアの扉は全て施錠しますので、 <b>消灯後の外出は禁止</b> です。 ③引率の方は、各部屋を見回り消灯の確認をしてください。
起床	①寝具類の後片づけをしてください。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・ふとんの整理整頓と数の確認をしてください(各部屋に写真掲示)。</li> <li>・押入れの戸は、開けたままにしてください。</li> </ul> ②シーツ・枕カバーは、 <u>宿泊棟1階ランドリー室前のリネン袋(オレンジ色)に数を確認し、<b>たたんで</b></u> 戻してください(シーツ・枕カバーを分ける必要はありません)。 ③2泊までは、同じシーツ・枕カバーを使用してください。 ④寝具等が汚れてしまった場合は、事務室へ連絡ください。
退室	①入所する他の利用団体のため、 <b>午前9時までに部屋を空けてください。</b> 荷物は指定された場所に団体ごとに置いてください。 ②宿泊部屋の清掃・整頓・照明やエアコンのスイッチを切って退室してください。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・カーテンは両側にまとめてください。</li> </ul> ③忘れ物がないかを確認し、部屋への出入口の扉は開けておいてください。 <b>※次に利用される方が、気持ちよく利用できるよう特に配慮ください。</b> ④ <b>退所前に団体の責任者は、各部屋の見回りやチェックを行い、『退所届』を記入の上、事務室に提出してください。</b>
退所	①退所式を行う場合は事務室にて実施場所や時間の確認を行ってください。 ②利用料の精算をお願いいたします。後日振り込みを希望の場合は、納入通知書をお渡しいたします。 ③完全退所は、午後5時となります。

### ③入所式・退所式 (※各団体の任意で実施の有無を決めます)

- ◇入所への期待を大切にしながら不安をとりのぞき、自然の家での活動への意欲を高めたり、研修の目的を確認したりします。また、自然の家を使用する上でのマナー等を確認します。
- ◇自然の家での生活を振り返り、その経験を今後の生活に生かすよう自覚させます。

### ④朝・夕のつどい (※各団体の任意で実施の有無を決めます)

- ◇さわやかな気持ちで朝の挨拶をし、体調確認をするとともに今日1日の活動意欲を高めます。



- ◇1日の活動の振り返りをする事で、家庭や学校、自然の家での生活をそれぞれ対比させ、感じたことを自由に話し合います。また、翌日の活動の確認や目標などを確認し合います。

## ⑤奉仕活動

- ◇お互いに働くことの大切さ、汗を流すよろこびを味わうとともに、奉仕の心を育てます。
- ◇清潔を保つために、使用した施設を清掃してください。**清掃用具は各階のロッカーに入っています。**清掃後は必ず元の場所に戻してください。
- ◇各階の廊下・ロビーにゴミ箱がありますので、退所前にはゴミを処理してください。
- ◇建物や物品に落書きをしたり、傷をつけたりしないよう十分に気をつけてください。
- ◇動画サイトYouTubeの水戸市サブチャンネル内に奉仕活動についての動画がありますので、参考にしてください。

## (2) 生活上の留意点

### 『**凡事徹底**』を合言葉に施設をきれいに大切に利用しましょう』

日常の生活で当たり前のように取り組んできたことを徹底してやりましょう。何か特別なことをやるのではなく、普段の生活の中で取り組んでいることを徹底的にやってみましょう。

#### ①自然環境の保護（自然に対するマナー）

- ◇水戸市少年自然の家は、豊かな自然環境の中にあります。この豊かな自然を保全していくために、自然環境保護の観点から、むやみに森の木を折ったり、草花を取ったりしないようにしましょう。

#### ②宿泊室

- ◇部屋には鍵や金庫はありませんので、貴重品については、各団体の引率者が責任をもって管理してください（管理棟1階ロビーにコインロッカーがあります）。
- ◇**ベッドの昇り降りには十分に気をつけて、ベッドの使用は必ず1人にしてください。**
- ◇宿泊室を出る時には、電気・エアコンのスイッチを切ってください。
- ◇宿泊室内での飲食はご遠慮ください。
- ◇各部屋に部屋割り等の掲示物をしたい場合は、各部屋のプレートに付けてある『**部屋割り 掲示板**』を使用してください。※それ以外の壁面に粘着性のテープで貼ると、壁紙や塗料が剥がれる恐れがあります。

#### ③食事

- ◇食堂はセルフサービスですので、準備・片付けは利用者が行ってください。
- ◇食事係は石鹸で手をしっかり洗い、食事の10分前に準備を始めてください。
- ◇食堂手洗い場の脇にある台ふきんでテーブルを拭いてから配膳を始めてください。
- ◇食堂で出たものは食堂で食べるようにし、食べ残した物は生ゴミ・汁物に分け、食器は返却口のシャワーですすいで水槽へ入れてください。
- ◇食後はテーブル・床などの清掃をしてください。床を拭く時は雑巾を使用してください。

#### ④入浴

- ◇入浴は、指定された入浴時間を必ず守ってください。
- ◇浴槽には、体をきれいに洗ってから入り、タオルは浴槽に入れしないでください。
- ◇**蛇口やシャワーの熱湯に注意**してください。※浴槽内の蛇口は使用しない。
- ◇入浴終了後は、『おけ・腰掛け』の後片付け、シャワー・水道のしめ忘れの確認を行ってください。また、脱衣室へ上がる時はよく体を拭いてから上がってください。
- ◇シャンプー、リンス、ボディソープ、タオル類は御持参ください。

#### ⑤トイレ

- ◇トイレトペーパーは係の人が補充してください（補充のペーパーが無い時は事務室にお知らせください）。

#### ⑥寝具類（ふとん・シーツ・枕カバー）

- ◇シーツ類は貸出し時間（当日の打合せで決定）になりましたら、宿泊棟1階のランドリー室前のテーブルに団体ごとに置きますので、枚数を確認して受け取ってください。
- ◇シーツ・カバー（1人シーツ2枚・枕カバー1枚）については、1枚は敷き布団にかけ、もう1枚はかけ布団の下に敷き、端を上側にめくって使用してください。
- ◇返却は、**退所日の午前8時まで**に、借りたシーツ・枕カバーの枚数を確認して宿泊棟1階ランドリー室前シーツ返却袋に戻してください（シーツ等はたたんで戻してください）。
- ◇**未就学児等**については、「おねしょシーツ」等の用意をお願いします。
- ◇寝具類については、「たたみ方の例」が部屋に掲示してあります。また、動画サイトY o u T u b eの水戸市サブチャンネル内に布団のたたみ方についての動画がありますので、参考にしてください。

#### ⑦健康管理と衛生管理

- ◇**食中毒防止の観点から、食品の持ち込みはお断りしています。**（入所1日目の持参弁当(昼食)は除く。）
- ◇引率者の方は、利用者全員の健康状態を事前に把握するようにしてください。また、利用者の中に、健康面等で特別な配慮が必要な場合には、事前に御報告ください。
- ◇活動中や研修中に体の具合が悪くなった場合は、引率者を通して職員に連絡してください。また、**医務室を利用される時には『医務室連絡カード』の記入**をお願いします。
- ◇自然の中にある建物ですので、施設内に入り込んでしまった生き物などにはなるべく触れないようにしましょう。【危険な生き物の可能性もあります】
- ◇**全館禁煙です。酒類についても一切禁止です。**

#### ⑧就寝・消灯

- ◇**午後10時消灯**です。静かに休んでください。※消灯合図の音楽が流れます。
- ◇**研修施設**ですので、引率者の方で消灯のご指導をお願いします。
- ◇**午後10時以降の外出は禁止**です。※防犯の為に1階フロアの扉は全て施錠します。

#### ⑨起床

- ◇夏時間（4月～10月）午前6：00、冬時間（11月～3月）午前6：30が起床時間です。


※起床合図の音楽が流れます。

起床前に施設内を歩き回り、他の団体の迷惑にならないようにお願いいたします。

### 3 研修計画・活動プログラムについて

(1) 研修計画を作成するにあたって

★以下のことについて配慮・考慮ください★

<b>WHEN (いつ)</b> <input type="checkbox"/> 季節は (季節ならではの特徴) <input type="checkbox"/> 日程(日帰り・宿泊)	<b>WHO (だれが)</b> <input type="checkbox"/> 中心となる人たちは <input type="checkbox"/> 関われるメンバーや人数	<b>WHERE (どこで)</b> <input type="checkbox"/> 室内・野外(雨天時は) <input type="checkbox"/> 活動のフィールド (現地調査・下見)
<b>WHAT (何をするのか)</b> <input type="checkbox"/> 活動の概要 ・研修・集団生活体験 ・自然体験・人間関係作り ・集団力の向上		<b>HOW (どんな方法で)</b> <input type="checkbox"/> 活動の中身は <input type="checkbox"/> 実施方法は <input type="checkbox"/> 安全面は
<b>WHOM (誰を対象に)</b> <input type="checkbox"/> 参加者の年齢・集団 (発達段階にあっているか) <input type="checkbox"/> 参加する人数は	<b>WHY (どんなねらいで)</b> <input type="checkbox"/> 活動のねらい・コンセプト (具体的・明確化)	<b>HOW MUCH (経費は)</b> <input type="checkbox"/> 必要経費の算出 <input type="checkbox"/> 参加者負担費用は

★さらに★

- ゆとりをもった研修計画を作成してください。  
(自由時間も子どもたちの思考を働かせる良い機会になります。)
- 雨が降った場合の予備プログラムも計画に入れてください。  
(小雨で決行することは、自然の厳しさを体験することにつながります。)
- 最終日には、「活動を振り返る時間」を設けてください。

★目的を達成するためのプログラムの構成(全体の流れ)	
導 入 ↓	<input type="checkbox"/> 緊張をほぐし、興味関心を引き起こし、意欲を高める。 ・オリエンテーション ・アイスブレイク(氷が解けるように心の緊張を和らげる活動)
展 開 (主活動・夜・荒天時) ↓	<input type="checkbox"/> 目的達成のために、中心となる活動、テーマとなる活動 ・伝えたいこと・感じてほしいことがねらいとされている活動 ・体験させたい活動(自然活動, 社会体験, 非日常体験)
振り返り	<input type="checkbox"/> 感想や思いを仲間と分かち合う ・シェアリング(個人の体験を皆に広め、心に刻み込む・共有する)

## (2) 飯ごう炊さんについて

### ① 事前準備について

- ◇ 火、刃物、鉄板、薪等を扱う際には、けがや火傷に十分注意するよう指導を徹底してください（事前指導等）。
- ◇ 炊飯活動をスムーズに行うために、指導者の方は事前に『活動の役割分担』や『用具置き場』『テーブル・かまど・薪置き場』等の確認を行っておいてください。
- ◇ 引率者の中で野外炊飯時の**食材係・食器係・薪係** 担当を決めてください。
- ◇ 各団体が準備するもの

- ・食器用洗剤 ・クレンザー ・スポンジ ・たわし ・金だわし
- ・布巾またはキッチンペーパー（水滴をきれいに拭いてもらうため多めに）
- ・ゴミ袋 ・軍手（うどん作りは軍手不要）

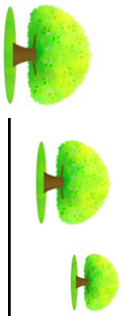
### ② 野外炊さんの準備 ※各係ごとに責任者を決めておいてください。

- ◇ **食材係**・・・食材の受け取り
  - ・ 担当者が各班2名程度を引率して、食材を受け取りに行く（班ごとに配付します）。
- ◇ **食器係**・・・用具の受け取り
  - ・ 食器セット・鉄板等の用具を取りに行く。  
（食器は、使用前に数の確認を行ってから水洗いをして使いましょう。）
- ◇ **薪係**・・・薪の受け取り
  - ・ 担当者は薪倉庫前で待機し各班の薪係に『薪8本』・焚き付け用『細木6本』を配る。  
（なたを使って板を割り、細木を作ることできます。）
  - ・ 米（飯ごう）を使用するメニューでは、**米を研ぎ終えた後**に火をつけます。  
米（飯ごう）を使用しないメニューでは、**食材を切り終えた後**に火をつけます。  
※ピザでは一番最初に火を付けてかまどを温めます。
  - ・ 薪は有料なので、無駄に燃やさず 大切に使いましょう。

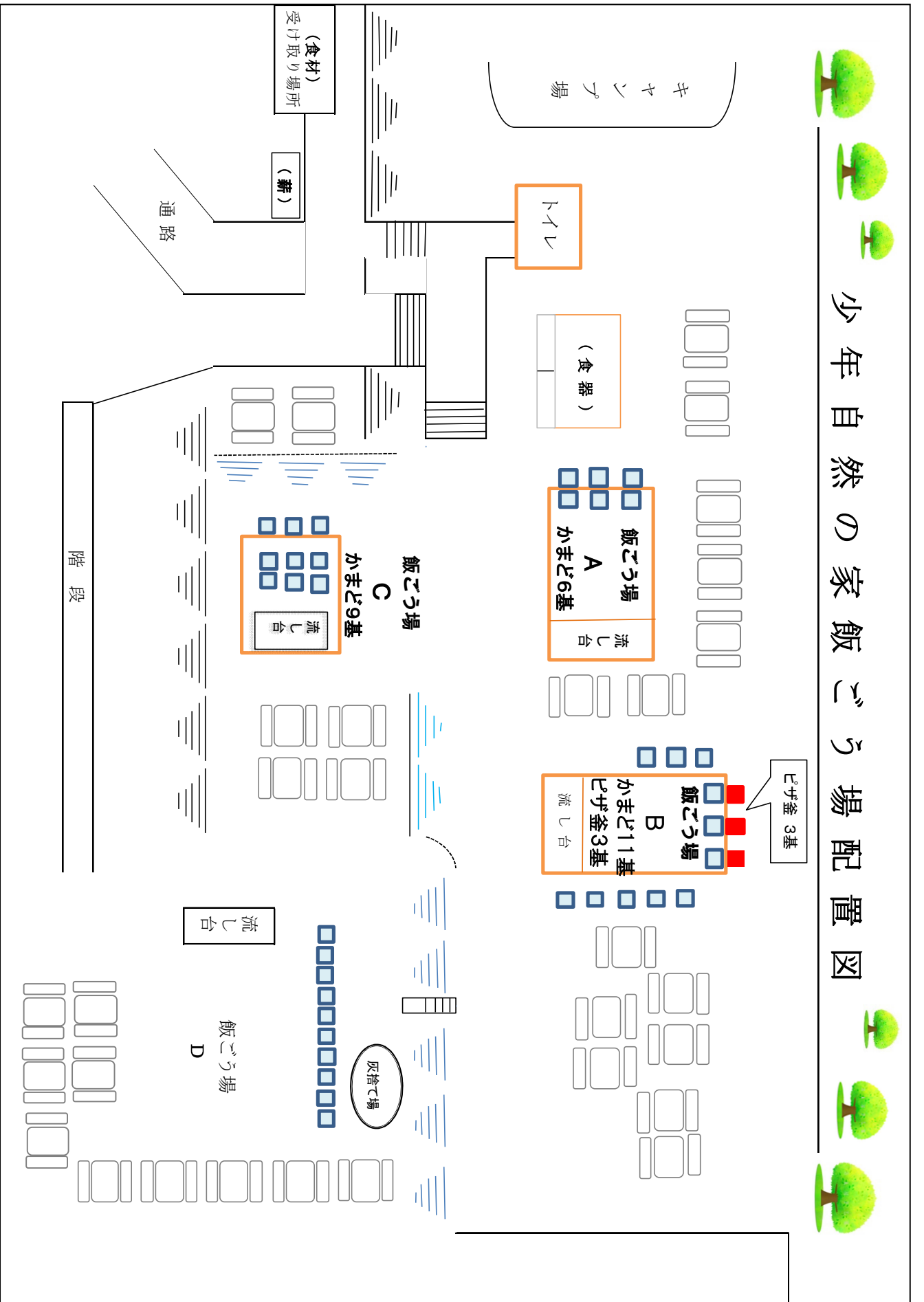
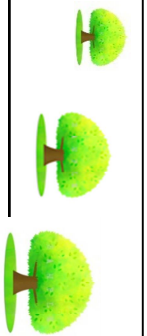
### ③ 後片付け

- ◇ 火気の取り扱い
  - ・ 食事の準備ができたら、燃えている薪を組み直し食べている間に燃えきるようにする。
  - ・ 食べ終わったらかまどの灰をほうきではき、ちりとりで灰捨て場に捨てる。
  - ・ 燃え残ってしまった薪は、飯ごう場の各エリアのかまど1か所に集める。
- ◇ ごみ処理
  - ・ 食材を取りに行った外階段下の『ごみ置き場』に捨てる。
  - ・ 流し台(排水溝)にたまったゴミをきれいに取り除く。
- ◇ 用具等
  - ・ 食器・用具はきれいに洗って**数を確認して**食器セット図を参考にコンテナに入れる。
  - ・ 最後に 食器の水滴はきちんと拭く（水滴がカビの原因になるため）。
  - ・ **団体責任者の方は、『調理活動片付けチェックカード(指導者用)』にチェックして、事務所まで提出してください。**

※責任者の方は食の安全面で肉の加熱状況などの確認もお願いいたします。



# 少年自然の家飯ごう場配置図



野外炊さん場配置図

### (3) 利用できる用具一覧

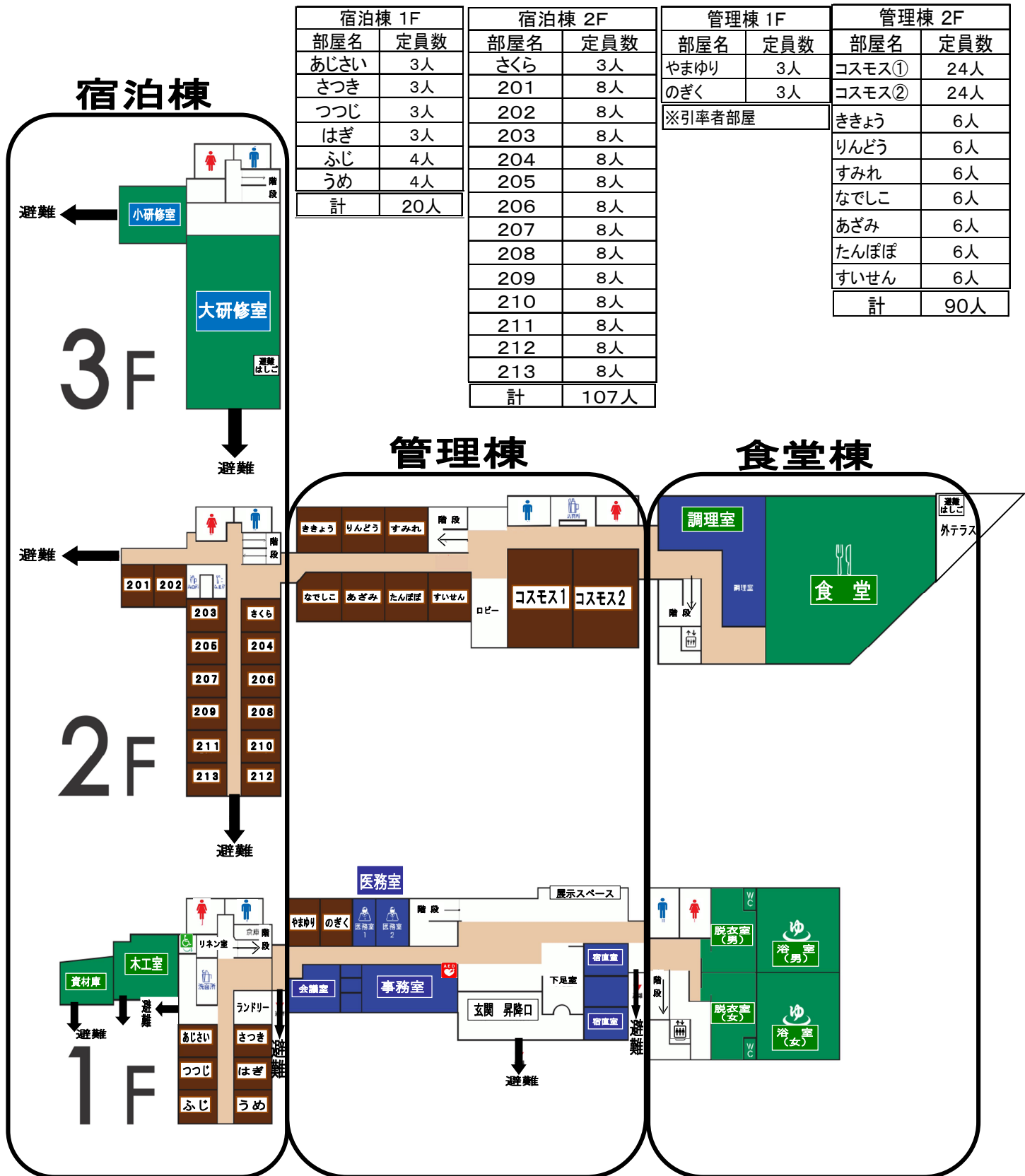
放送用具 電気機器	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ワイヤレスアンプ</li> <li>・ハンドマイク</li> <li>・CD ラジカセ</li> <li>・DVD プレイヤー</li> </ul>
教材・教具	<ul style="list-style-type: none"> <li>・天体望遠鏡</li> <li>・プロジェクター</li> <li>・移動式スクリーン</li> <li>・キャンプファイヤー衣装</li> <li>・ピアノ</li> </ul>
野外活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ウォークラリーセット</li> <li>・デジタルカメラ</li> <li>・テント（5人用）</li> <li>・はかり</li> <li>・鉄板焼きセット</li> </ul>
屋内活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・室内調理セット</li> </ul>
体育用具	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バスケットボール</li> <li>・バレーボール</li> <li>・サッカーボール</li> <li>・ミニサッカーゴール（1組）</li> <li>・ドッジボール</li> <li>・バドミントン</li> <li>・卓球</li> <li>・むかで用バンド</li> <li>・フライングディスク</li> <li>・長なわ, 短なわ</li> <li>・綱引き用の綱</li> <li>・竹馬</li> <li>・野球バット</li> <li>・グラウンドゴルフ</li> <li>・リレーバトン</li> </ul>
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・会議用稼働式机</li> <li>・座卓</li> <li>・スタッキングチェアー</li> <li>・折りたたみ椅子</li> </ul>

※各団体で使用する用具の持ち込みを行う場合には、事前に御相談ください。

また、用具の管理については、持ち込んだ団体で責任を持って行ってください。

## 4 館内施設・設備

### (1) 施設平面図・避難経路・宿泊定員



## 5 緊急時に備えて

### (1) 避難経路の確認とAEDの設置場所

- ◇避難経路は、入所したら必ず確認してください。
- ◇非常口及び非常階段は避難以外には使用しないでください。
- ◇非常警報・非常放送がなりましたら、慌てずに引率者または職員の指示に従って避難してください。
- ◇傷病者の緊急時に備えてAEDが1階事務室に備えてあります。

## 6 退所について

### (1) 退所時における確認事項

- ◇入所する他の利用団体のため、**午前9時までに部屋を空けてください。**  
荷物は指定された場所に団体ごとに置いてください。
  - ◇引率者は、退所前に**各部屋の見回りやチェックを行い**、次の事項を確認してから退所届(所定の様式)を提出してください。
    - ・部屋の整理整頓(電気, エアコン, カーテン, ゴミ, 忘れ物の確認等)
    - ・寝具類の整理整頓とシーツの返却。  
(おねしょ等で布団を汚した場合は、必ず事務室までお知らせください。)
    - ・清掃分担箇所の状況確認。
    - ・使用物品・借用物品の返却。
    - ・ゴミの後始末。
      - 持ち込んだ物のゴミは、すべて持ち帰ってください。
      - 野外調理の食べ残しは、食堂職員の指示に従って処理してください。
- ※忘れ物に関しては、1か月保管しますが、それ以降は処分させていただきます。



## 7 参考資料

### (1) 水戸市内のスポーツ施設

施設名	施設概要	問合せ先
水戸市総合運動公園	体育館・野球場・テニスコート	029-243-0111
リリーアリーナ MITO	体育館・プール	029-225-6931
小吹運動公園	体育館・プール・野球場	029-241-9121
ケーズデンキスタジアム	陸上競技場	029-241-8484
ツインフィールド	サッカー・ラグビー場	029-257-6690
内原ヘルスパーク	体育館・テニスコート・柔道場	029-259-6889
アダストリアみとアリーナ	体育館・テニスコート	029-303-6335

※上記以外にもスポーツ施設がございますので、(公財)水戸市スポーツ振興協会のホームページ等で御確認ください。

### (2) 医療機関・相談窓口

機関名	住所	問合せ先
水戸市休日夜間診療所 ※夜間受付 22:15 まで	水戸市笠原町 993-13	(内科・小児科・外科) 029-243-8825 (歯科) 029-243-8840
救急医療情報コントロール センター (24 時間対応)		03-5367-2365 (歯科は行っていません)
茨城子ども救急電話相談		#8000
茨城県立こども病院	水戸市双葉台 3-3-1	029-254-1151
水戸済生会総合病院	水戸市双葉台 3-3-10	029-254-5151
水府病院	水戸市赤塚 1-1	029-309-5000

memo

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### 《水戸市少年自然の家までのアクセス》

- 車・・・常磐自動車道『水戸インター』から5分
- バス・・・JR赤塚駅北口から《石塚・赤塚線》15分
- バス停『山根市民センター』下車徒歩1分
- 運賃《赤塚駅⇄山根市民センター》
- （大人）340円
- （小人）170円
- バスの利用者が50名を超える場合には、車両の増発等による対応も可能。

