ネイパルあしょろ

利用のてびき

2023年4月改訂

北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル足寄

（指定管理者　株式会社オカモト）

〒089-3734　北海道足寄郡足寄町常盤3番地

TEL　0156-25-6111　　FAX　0156-25-6112

E－mail　napal-ashoro@okamoto-group.co.jp

URL　https://okamotopbc.jp/napal-ashoro

目　　次

ネイパルあしょろについて　・・・・・・・・・・　３

利用までの手順　・・・・・・・・・・・・・・・　４

利用料金について　・・・・・・・・・・・・・・　５

利用計画書の作成について　・・・・・・・・・・　７

食事注文について、事前打合せ・事前準備　・・　８

健康・安全について　・・・・・・・・・・・・・　１０

ネイパルあしょろに到着したとき　・・・・・・　１２～１３

ネイパルあしょろでの生活　・・・・・・・・・・　１４～１８

ネイパルあしょろを出発するとき　・・・・・・　１９

近隣施設の減免について　・・・・・・・・・・・　２０

◇ 活動資料　・・・・・・・・・・・・・・・・・　２１～３５

◆　愛称「ネイパルあしょろ」について

「ネイパル」の由来は、「自然（nature）ネイチャー」と「仲間（pal）パル」を組み合せた造語で、大自然に親しみ、仲間とともにのびのび活動すること、そして道民に親しまれる施設になることへの思いが込められています。

◆　所章について

伝説の「蕗の下の人」コロポックルを連想させるラワンブキ、希望の朝日、十勝の広大な自然を表す山と湖と川。そして私たちの夢の広がりと友情が自然に囲まれていることを表しています。

（平成９年４月３日制定　作図：茂木彩葉（もぎあやは）さん）

ネイパルあしょろについて

１　環　境

北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル足寄（愛称：ネイパルあしょろ）は、十勝平野を眺望する豊かな自然環境の中で、集団宿泊体験や自然体験などの様々な活動を通じ青少年の健全育成を図ることを目的に、平成９年に設置されました。

周辺には秀峰雌阿寒岳、神秘の湖オンネトーのほか、世界的にも珍しいマンガンが生成される滝や、湧出した地下水の鉱物質が沈澱してドーム状に成長するシオワッカ、北海道遺産のラワンぶき圃場などがあり、多彩な活動が楽しめます。

２　北海道立青少年体験活動支援施設のめざす姿

心豊かにたくましく生きる子どもを育む

自然とのふれあいや集団生活を通して、自ら考え行動できる能力を培い、
心豊かにたくましく生きる子どもを育てます。

◆ 自然と親しむ活動から自然の不思議さや生命の尊さを学びましょう。
◆ 仲間と協力する活動から思いやりの心を育みましょう。
◆ 自らチャレンジする活動からたくましく生き抜く力を培いましょう。

３　利用について

（１）利用できる団体

ネイパルあしょろは、宿泊研修や部活動をはじめ、子ども会、青少年団体、社会教育団体などの研修を目的とする利用のほか、家族や友人、グループ、老人会や企業などの交流を目的とした利用ができます。５人以上での利用が原則ですが、少人数での利用も可能です。

※ 原則高校生以下のみでの利用はできません。（利用時は保護者の同伴をお願いします）

（２）休業日

○ 12 月 29 日から翌年１月３日まで

（３）到着・出発時間

○ 到着・・・概ね９時以降１７時まで

○ 出発・・・概ね９時以降

※活動・研修の内容により、１７時以降の到着、９時前の出発もご相談に応じます。

※施設警備の関係上 21：30～6：30 までの時間は施設は全面施錠をしております。
この時間施設への出入りは出来かねますのでご了承ください。

利用までの手順

1　利用の問い合わせ・予約

電話等で希望月日・人数・活動の概要・代表者・連絡先などをお知らせください。

○ 宿泊利用は、原則利用日の２０日前までに予約をしてください。

○ 日帰り利用は、原則利用日の２０日前から予約受付いたします。

2　利用申込書などの送付

予約が完了した団体には、利用のてびきや利用申込書などの関係書類をお送りします。（ホームページからダウンロードできない場合のみ）

3　事前打合せ

ネイパルあしょろでの生活の仕方や活動内容などについて事前打合せを行います。必要に応じて館内の下見や活動コースの実地踏査、プログラム体験を行ってください。

4　利用申込書の提出

事前打合せに基づいて利用計画を作成し、ＦＡＸ、Ｅメール、郵送等で利用申込書等を利用日の２０日前までにご提出ください。

5　利用のお願い・部屋割りなどの送付

ネイパルあしょろから「利用のお願い」「部屋割り（宿泊配置図）」などの関係書類をお送りします。

※宿泊配置図内での部屋割りは、各団体で行ってください。

6　事前指導

当日の活動がスムーズに行えるように、事前に必要な指導やオリエンテーションなどを行ってください。

7　人数や食事数等の変更連絡

利用申込書提出後に人数や食事数、創作活動の材料数などに変更が生じた場合は、速やかに連絡してください。

8　ネイパルあしょろ到着！

○宿泊利用の予約は利用希望日の１年前から受付いたします。

○予約は８：４５から17：３０までにお願いします。

○日帰り利用の当日申込は活動内容や活動場所の空き状況に応じて対応します。

○複数団体で予約の受付時間（８：４５）が重なった場合の優先順位は、来所→電話→その他（メール・FAX 等）の申込方法の順となります。

○予約が混み合います４月～９月の予約については、可能な限り、電話または来所での予約をお勧めします。

○遠方からのご利用や簡単な活動プログラムの場合は、電話等による事前打合せでも構いません。

○関係書類は、ネイパルあしょろのＨＰでダウンロードできます。

○ＦＡＸでご提出の場合は、受信確認の電話をお願いします。

○他団体と活動場所などの調整後、関係書類をお送りいたします。（活動場所等が重なっている場合、調整のためのご連絡をさせていただく場合があります。）

利用料金について

１　利用料（宿泊料）

区　　分	利用料（宿泊料）
小学生未満（４歳以上）	１人１泊につき　　１５０円
小・中学生	１人１泊につき　　４５０円
高校生・高等専門学校生・短大生・大学生	１人１泊につき　　６００円
一般（保護者及び引率者）	１人１泊につき　１，４００円
一般（その他の方）	１人１泊につき　１，８００円

※　日帰りの利用は無料です。
※　障がいのある方やその家族（引率者）、生活保護を受けている方は、利用料（宿泊料）が免除される制度がありますので事前にお問い合わせください。

２　食事代

（１）食事館での食事（普通食）

区　　分	朝　食	昼　食	夕　食
小学生以上	６００円	７００円	９５０円
未就学児	４００円	４５０円	５５０円

（２）お弁当

弁　　当	幕の内弁当	おにぎり弁当
１食あたり	７００円	５００円

おにぎり弁当の内訳
おにぎり２個、おかず３品

３　材料費

（１）創作活動

活　　動	料　金	備　　考
ハンドドリップ体験	800 円	高校生以上対象
七　宝　焼	800 円	キーホルダー
陶　芸（1ｾｯﾄ２人分）	800 円	粘土 1kg
おがカラー	150 円	
フォトスタンド	300 円	
焼き板クラフト	300 円	
木の実クラフト	300 円	
羊毛クラフトＡ	100 円	コースター作り
羊毛クラフトＢ	200 円	キーホルダー作り
マイ箸づくり	300 円	
木のバッグタグ	150 円	
レジン工作	500 円	レジン液、着色剤、封入物

野外活動 ※一部屋内活動	料金	備考
着火剤	200 円	１袋（3シート９本）
木炭	650 円	３ｋｇ（8 人用程度）
ガスコンロ（1ロ）	250 円	ガス付き（防災食作り時のみ貸出）
ファイヤーストーム	1,200 円	ｷｬﾝﾌﾟﾌｧｲﾔｰ用薪 8kg 程度
キャンドルの集い	10 円	ローソク１本（屋内活動）

（２）野外炊飯

	品　名	料　　金		内　　訳
セットメニュー	お米	８人用ｾｯﾄ	1,200 円	生米（120ｇ×人数分）
		４人用ｾｯﾄ	600 円	
	カレー	８人用ｾｯﾄ	3,200 円	豚肉、玉ねぎ、カレールー
		４人用ｾｯﾄ	1,600 円	人参、ジャガイモ
	シチュー	８人用ｾｯﾄ	3,200 円	豚肉、玉ねぎ、ｸﾘｰﾑｼﾁｭｰﾙｰ
		４人用ｾｯﾄ	1,600 円	人参、ジャガイモ
	豚汁	８人用ｾｯﾄ	4,000 円	豚肉、玉ねぎ、コンニャク、ジャガイモ、ごぼう、みそ、人参
		４人用ｾｯﾄ	2,000 円	とうふ、大根、長ネギ
単品食材・調味料	おにぎり	１個	150 円	うめ、かつおから選択
	塩こしょう		300 円	小型びん
	サラダ油		400 円	４００ｍｌ１本
その他	割りばし		250 円	５０膳
	食器用洗剤		250 円	２７０ｍｌ１本

４　お支払い

利用料、創作活動材料の料金は、利用最終日の８：４５以降に現金でお支払いください。

また、食事代、野外炊飯の材料費は、宿泊を伴う場合は食事をされる際に、食事館にて直接食事提供業者にお支払い下さい。日帰り利用の野外炊飯は、食材受け取り時に直接食事提供業者にお支払い下さい。

なお、お支払いの後納（振込）並びに領収書の明細分けは相談に応じます。領収書の明細分けが必要な場合はその概要を作成し、事前にご連絡をお願いします。

利用計画書の作成について

＊ 計画書を作成する際の参考としてください。

１　条件の確認と分析を

対象者の人数や男女比、現在の課題、研修を実施する季節や日数、引率スタッフの人数や指導力、予算など、研修の条件をしっかり確認や分析をしてから計画を立てましょう。

２　ねらいに即したプログラムに

ネイパルあしょろを利用して、「子どもたちにどのような力を付けさせたいのか」が最も大切です。活動をとおして何を伝えたいのかを充分に考え計画を立てましょう（活動資料Ｐ１４～を参照してください）。

３　ゆとりのあるプログラムを

限られた時間の中でより有効な活動を行うためには活動を絞り込むことが必要です。参加者の主体性・自主性をのばす活動にするためにも、ゆとりのあるプログラムを作成しましょう。

４　利用団体の自主企画・自主運営が基本です

企画したプログラムは、職員との事前打合せや活動の事前体験・下見などをとおして練り直すとともに、指導者間で十分な共通理解を図り、利用当日に主体的に運営できるように努めましょう。

※前回利用時と同内容での利用計画を希望される場合でも、混雑状況等により、職員から調整のご相談をさせていただく場合がありますので、ご了承ください。

「標準生活日課」

<table>
<tr><td colspan="12">6:30　7:00 7:30　　8:45　9:00　　12:00　13:00　　17:30　　19:00　　21:30　22:00</td></tr>
<tr><td>起床</td><td>朝のつどい</td><td>朝食</td><td>荷物移動</td><td>部屋清掃</td><td>点検</td><td>支払い</td><td>活　動</td><td>昼食</td><td>活　動</td><td>夕　食</td><td>活　動</td><td>就寝準備</td><td>就寝</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>入　浴</td><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>

「標準生活日課」はあくまで目安であり、この限りではありません。

食事注文について

１　食事の注文

○ 「食事数申込書」に希望数を記入して利用申込書と一緒に提出してください。

○アレルギーなどについては必ず事前にお知らせください。

（食物アレルギー連絡票を提出ください）

○食事（食堂・お弁当）注文数が、他団体と合わせて５食未満の場合は、提供できません。

○食事数を変更する場合は食事提供業者及びネイパルあしょろに連絡してください。数量やご連絡いただく期日によってはキャンセル料が発生する場合がございますので、あらかじめご了承ください。

※キャンセル料

	変更受付日		
	食事利用日の前日の１７時以降	食事利用日の２日前～前日の１７時	食事利用日の３日以上前
10 食以上の取消	100%	50%	-
10 食未満の取消	50%	-	-

事前打合せ・事前準備

１　事前打合せ

○ 活動プログラムの作成にあたってネイパルあしょろ職員と事前打合せを行います。

※ 事前打合せの際には、活動計画（タイムテーブル）の素案等があれば、ご持参ください。

※ 事前打合せは、可能な限り直接ネイパルあしょろに来所されるのが望ましいですが、電話や FAX での打合せも可能です。

※ 来所される場合は、必ず希望日時を事前にお知らせください。当日、急に来所されても職員が対応できない場合や、希望する創作活動の材料が揃わない場合があります。

（主な内容）

○　施設の使い方や設備・備品等について

○　生活のきまりや到着から出発までの流れについて

○　利用計画の作成について

○　活動プログラムの体験、下見について

○　緊急時の対応について

○　その他（料金・交通手段・駐車場・他団体の利用状況など）

２　事前準備

○ 利用日までに団体内で以下の事柄について確認をしてください。

（１）ネイパルあしょろでの生活の心得について

○　自分のことは自分で　　○　来たときよりも美しく

○　使用した場所やものは原状回復をお願いします

（２）施設の使い方について

Ｐ９～１３の「ネイパルあしょろでの生活」を参考にしてください。

（３）持ち物について

□ 上靴　□ 洗面道具　□ 入浴道具　□ 救急箱　□ドライヤー　□ハンカチ □ 活動に必要な道具（活動資料参照）　□ ゴミ袋（透明または半透明）

（４）野外活動を実施する場合の装備について（基本）

（服　装） ○帽子　○長袖・長ズボン（直接、肌が露出するのを防ぐ） ○季節に応じた上着・重ね着 ○シャツ及び下着は化繊のものが望ましい。（綿 100%は、汗が乾きにくい） ○はき慣れた運動靴やトレッキングシューズ等（底がすり減っていないもの） （携行品） ○雨具（できるだけ上下セパレートのもの） ○水筒（空ペットボトルに水で充分です）　○ハンカチ　○タオル　○ティッシュ

※ 活動プログラムによって持ち物や服装は違います。詳しくは活動ごとに打合せをします。

（5）野外炊事を実施する場合の持ち物について（基本）

（服　装） ○帽子　○長袖・長ズボン（直接、肌が露出するのを防ぐ） ○季節に応じた上着・重ね着 ○シャツ及び下着は化繊のものが望ましい。（綿 100%は、汗が乾きにくい） ○はき慣れた運動靴やトレッキングシューズ等（底がすり減っていないもの） （携行品） ○雨具（できるだけ上下セパレートのもの） ○水筒（空ペットボトルに水で充分です）　○ハンカチ　○タオル　○ティッシュ

健康・安全について

1　事前確認

（１）危険の予知

○ 想定できる危険を予知し、そのための対応策を考えてください。また、その対応策は事前に引率者間で共通理解を図ってください。

（２）参加者対応

○ 参加者の健康状態について十分把握しておいてください。

○ 健康保険証（写し可）や、応急医薬品を準備してください。

○ 必要のある人には常備薬を持たせてください。

○ 食物アレルギーについては、確認の上、ネイパルあしょろに事前に連絡してください。（連絡に関して「食物アレルギー連絡票」の提出があります。）

○ 参加者には自分の身は自分で守るという原則のもと「自己責任」の意識を持たせてください。

○ 参加者が未成年の場合は、保護者に活動の趣旨、内容をきちんと伝えた上で参加してください。

（３）緊急体制づくり

○ 団体内で緊急時に対応できるよう準備と体制を整えてください。

○学校が宿泊研修等で利用する場合は、養護教諭の随行と緊急用車両の準備が望ましいです。
○傷病者を医療機関へ搬送する場合は、救急車を依頼するか、利用団体が所有する車両もしくは町内のタクシーで足寄町国民健康保険病院への搬送となります。
　町内タクシーの営業時間　＜平日＞　７：３０～　１：００
　　＜日曜＞　７：３０～２４：００

2　利用期間中の傷病について

（１）傷病者が医療機関にかかる場合の搬送は、各団体で行ってください。

（２）重大な傷病が発生した場合は、直ちに事務室へ連絡してください。

（３）夜間（17：30 から翌朝８：４５）に傷病が発生し、医療機関へ搬送の必要がある場合は、当所の警備員に状況を報告し、団体の責任者が直接「足寄町国民保険病院」に連絡してください。

3　利用期間中の災害時の対応について

（１）万一の時に備え、利用初日には必ず非常口や避難経路の確認をしてください。

（２）火災や地震などの災害が派生した場合は、職員の指示に従い、責任者（引率者）は団体の利用者の掌握と安全確保の上、避難してください。

○足寄町国民健康保険病院には、保険証の写し（コピー）でも診察可能との確認はとれています。

○ネイパルあしょろでは、風邪薬等の内服薬は備えておりません。

○救急セットは団体で用意してください。

○ネイパルあしょろは「ＡＥＤ」（自動体外式除細動器）設置施設です。緊急時は事務室までお越しください。

○24 時間緊急病院として足寄町国民健康保険病院とは連携がとれています。

○特に野外活動の際、傷病を持つ児童・生徒を館内に残す場合は、必ず引率者を配置してください。（児童・生徒一人を残すことがないようにしてください。）

○利用のてびき添付資料を参照してください。また、各宿泊室備付けのファイルにも避難経路図がありますので利用当日ご確認ください。

４　医療機関・関係機関連絡先

- 足寄町国民健康保険病院　TEL０１５６－２５－２１５５
- 足寄消防署　TEL０１５６－２５－２６１９
- 本別警察署足寄交番　TEL０１５６－２５－２１５１
- 本別警察署　TEL０１５６－２２－０１１０
- 足寄タクシー　TEL０１５６－２５－２６６６
- 足寄町総合体育館　TEL０１５６－２５―３１９１
- 足寄町町民センター　TEL０１５６－２５―３１８８

ネイパルあしょろに到着したとき

1　到　着

○ 乗用車・バスで来所の方は、ネイパルあしょろ駐車場（エントランスドーム横）で下車し、入館してください。

※ 集いの広場（玄関前のレンガ部分）へのバスの乗り入れはご遠慮願います（障がいのある方を除く）。

○ 到着後、団体の責任者（担当者）は事務室へご連絡ください。

○ 団体名表示のある靴箱を使用し、上靴に履き替えて入館してください。

※ グリーンカーペットの上は土足厳禁です。

2　出会いのつどい

○ 到着した団体を歓迎するとともに、ネイパルあしょろでの生活とこれからの活動に対する心構えや意欲を喚起することを目的として行います。内容は利用団体の創意工夫にお任せします。

出会いのつどい（例）　※進行は各団体でお願いします。

① 開会のことば
② ネイパルあしょろから歓迎のあいさつ
③ 利用団体代表者のあいさつ
④ ネイパルあしょろ利用に関してのオリエンテーション
⑤ 閉会のことば

3　担当者打合せ

○ 出会いのつどい後または活動に入る前に担当者はネイパルあしょろ職員と打合せを行います。

打合せ事項

○ 利用人数、食事数、創作活動材料数などの確認
○ 活動プログラムの確認（場所・時間・内容・使用物品など）
○ ネイパルあしょろのきまりについて
○ 部屋点検の時刻、方法の確認
○ 料金の支払いについて（支払い方法・時刻・場所などの確認）
○ その他（宿泊室の鍵、利用者アンケート等の受渡し）

⇦ 日帰り利用団体は、担当者打合せ後、各活動へ

4　宿泊室への移動

○ 割り当てられた宿泊室へ移動してください。

※ 清掃のため午前中、宿泊室に入れない場合があります。その場合、荷物は指定された場所に置き、12:00以降の入室となります。

５　シーツ・枕カバーの貸出し　１人分：シーツ２枚・枕カバー１枚

○ 各団体の責任のもとで貸出しを行ってください。

※ 長期宿泊の場合は、３泊を目安に交換することができます。（毎日は交換しませんのでご注意ください。）

※ シーツ・枕カバーに汚れがあった場合は、団体の担当者を通して事務室に連絡してください。

６　各プログラムへ

※上記は一般的な到着の流れです。場合によっては流れが前後することもあります。

ネイパルあしょろでの生活

1　標準生活日課

<table>
<tr><td colspan="12">6:30　7:00　7:30　　8:45　9:00　　12:00 13:00　　17:30　　19:00　　21:30 22:00</td></tr>
<tr><td>起床面洗</td><td>朝のつどい</td><td>朝食荷物移動</td><td>部屋清掃</td><td>点検支払い</td><td>活　動</td><td>昼食</td><td>活　動</td><td>夕　食</td><td>活　動</td><td>就寝準備</td><td>就寝</td></tr>
<tr><td colspan="8"></td><td colspan="2">入　浴</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

※「標準生活日課」はあくまで目安であり、この限りではありません。

野外炊飯・ファイヤーストームなどの点検について

<u>点検は引率者（担当者）が責任を持って行ってください</u>（基本的には職員は立ち会いません）。団体の点検終了後に職員が点検します。ただし、係活動等の理由で職員立ち会いの点検を希望される場合はご相談ください。

※出発や午前の活動に支障が出ないよう、活動が終了したらしっかりと後片付けを行ってください。

※清掃活動は、次に活動する人への思いやりの心と自己責任感を育むための、教育の一環として捉えています。

2　朝のつどい

つどいは、団体の活動目的により実施の有無を判断していただいています。

（1）進行例：朝のつどい　　７：３０～７：４０

ねらい：清々しい雰囲気の中、今日一日の生活への意欲を喚起する。

① 開会のことば
② ラジオ体操（第１）※日本語版と英語版の２種類から選択可能
③ 代表によるスピーチ（今日の活動の抱負やお別れのあいさつ）
④ 諸連絡
⑤ 閉会のことば

3　生活について

（1）宿泊室

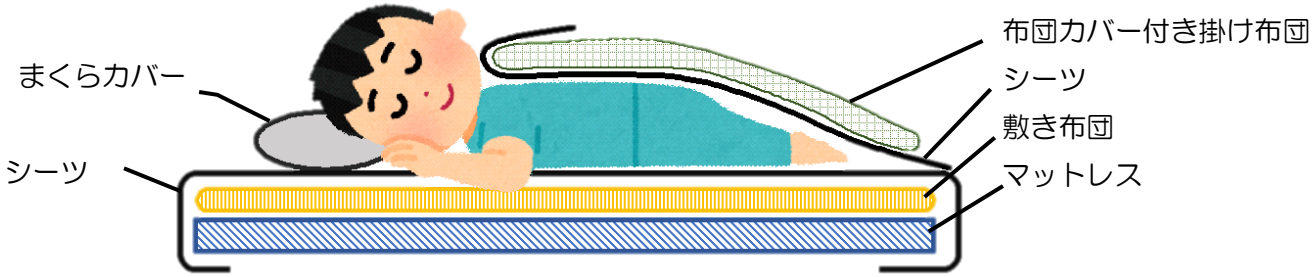
○ 入室時に、宿泊室内の寝具や照明、時計、清掃用具の異常や不備等に気づかれたら、必ず団体の代表者を通して事務室に連絡してください。
○ 寝具のたたみ方や室内の清掃手順などの写真が、壁に貼ってあるので確認してください。
○ 室内の清掃、整理整とん、換気等を心がけてください。
○ 割り当てられた部屋以外の宿泊室には立ち入らないでください。
○ 全員が宿泊室を出るときや就寝時は、節電にご協力ください。
○ 貴重品の取り扱いは、各団体の責任のもとに管理してください。
○ 持ち込みのドライヤーやヘアーアイロンは宿泊室では使わず、洗面所でお使いください。
（各洗面所　２台まで使用可）
○ 寝具の上での飲食はしないでください。
○ <u>ネイパルあしょろには「寝巻き」や「ゆかた」の備付けはありません。必要な場合はご持参ください。</u>

○ 室内での飲酒・喫煙は厳禁です。（施設敷地内全面禁煙）

※ 冬季の暖房調節は利用団体が行ってください。一時宿泊室を離れる時はダイヤルを赤い▲印に、また、長時間宿泊室を離れる時やご出発の際はダイヤルを「＊」印に合わせてください。（夏場は完全に「―」にしてください。）

（2）寝具

○ 使うとき（ベッドメイク）　※ シーツ２枚と枕カバー１枚を必ず使ってください。



上のイラストのように、シーツとシーツの間に寝るようにしてください。

※寝具の汚れに気づいたときは、団体の代表者を通して事務室に連絡してください。

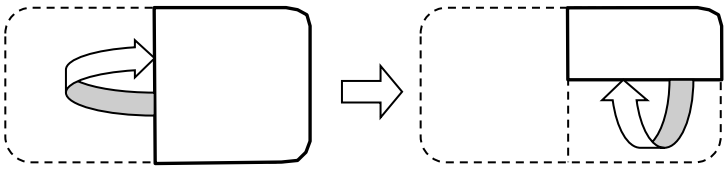
※冬期は、シーツ貸出所に毛布を用意しております。使用後はお戻しください。

○ 片付けるとき

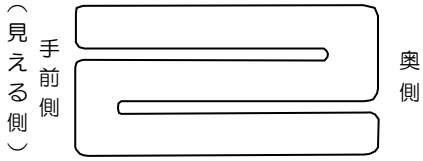
- 滞在中は毎朝寝具の整とんをし、快適な生活を心がけましょう。
- 部屋によって、寝具の収納方法が異なります。各部屋に掲示してある写真を参考にしてください。

＜寝具のたたみ方＞

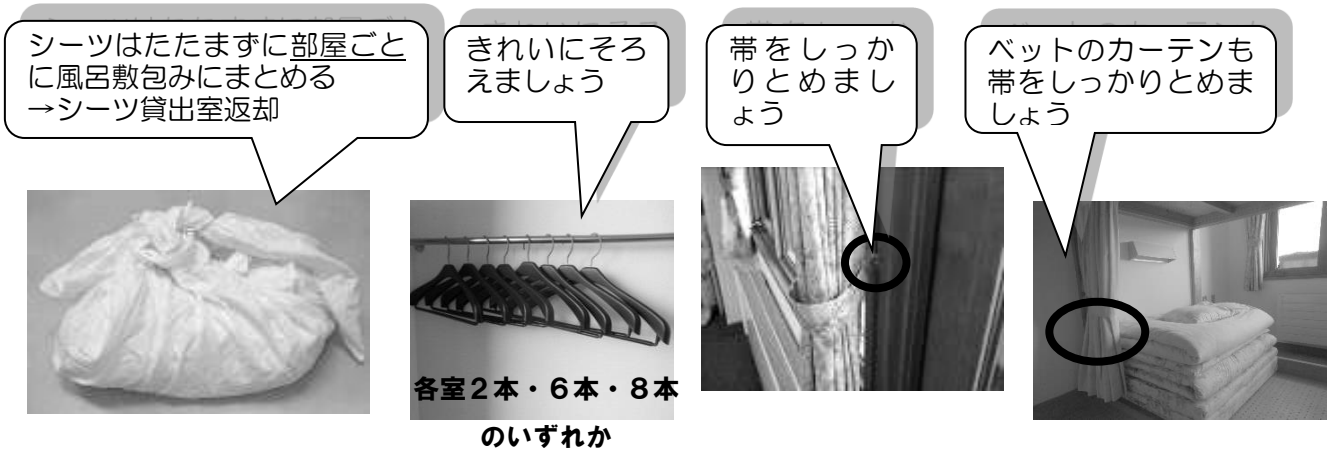
[掛け布団]



[敷き布団・マットレス]



※ 掛け布団の白いカバーははずさないでください。　３つ折にします。



（３）宿泊室・活動場所の整理整とん・清掃

○ 各部屋に掃除機がありますのでご利用ください。（その他必要に応じて、バケツ・ぞうきん・ほうきなどが各階の掃除ロッカーにありますのでご利用ください。）

○ 利用最終日には、宿泊室内の「宿泊室点検表」や写真などを参考に宿泊室の整理整とんを行い、引率者（担当者）が必ず点検してください。

○ 各活動で使用した場所の清掃、物品の整理整とんも必ず行ってください。

○ 施設・備品の破損があった場合は引率者（担当者）を通して事務室に連絡してください。

宿 泊 室 点 検 表

	項　　目	ﾁｪｯｸ	内　　容
1	シーツ・枕カバーを戻しましたか。		シーツ貸出所に戻す。
2	寝具はきちんと整理されていますか。		写真を見て確かめる。
3	暖房のダイヤルは元に戻しましたか。		ダイヤルの位置を確認して戻す。
4	掃除機をかけましたか。		掃除機を使って掃除をする。
5	電気は消してありますか。		スイッチを切る。
6	ハンガーやカーテンは整理されていますか。		写真を見て整理整とんする。
7	窓のカギを閉めましたか。		鍵をかける。
8	忘れ物はありませんか。		もう一度確かめる。

（４）ゴミの処理

○ ゴミ箱を設置していますので、分別にご協力ください。

〔ネイパルあしょろのゴミ分別〕ごみはシーツ貸出室前のゴミ箱に捨てる。

燃やすごみ・・・・ティッシュペーパー、汚れた紙類、ガムテープ、布類

燃やさないごみ・・・プラスチック類、アルミホイル、発砲スチロール、ゴム類

ペットボトル・・・・中身を空にして、キャップは燃やさないごみへ

紙類・・・きれいな紙

※上記に記載のない、空き缶、瓶、生ゴミ、汚物（おむつ等）は、団体でゴミ袋を用意（透明または半透明、汚物は黒または青）し、分別して指定のゴミ置き場（屋外）に捨ててください。

※持ち込み弁当のゴミは団体で別途ゴミ袋に分別し、指定のゴミ置き場（屋外）に捨ててください。また、大量にペットボトルが出る場合も、団体でゴミ袋を用意し、指定のゴミ置き場（屋外）に捨ててください。

※自販機横のゴミ箱は自動販売機で購入した飲料専用です。

※野外炊飯時のゴミは、食材注文時と持ち込み時で捨て方が異なるため、野外炊飯の資料を参照してください。

※野外炊飯実施時、持ち込み食材のゴミはお持ち帰りいただくか、上記ゴミ分別を実施後、総重量 10kg まで 1,200 円（税込）、20kg まで 2,400 円（税込）、20kg 以上は 1kg 増すごとに 120 円（税込）をお支払いいただくことで、施設にて引き取り致します。

（５）浴　室

○ 宿泊者が４名以下の場合、個室のシャワー室での入浴となります。

○ 入浴時間は原則として１７：３０から２１：３０までです。この時間外での入浴を希望する場

合は、事前にご相談ください。

○ 入浴時間の割振りは、利用団体が混み合っている場合は、調整をさせていただく場合があります。

※引率者の入浴時間は、最終 25：00 までとなります。（25：00 に施錠となります）

ただし、23：30 に浴槽のお湯の循環が止まり、浴槽の温度が下がりますので、可能な限り早めの入浴をお勧めします。

○ 浴室にはボディーソープ・シャンプー・バスタオル・ドライヤー等の備付けはございませんので必ずご用意ください。

○ 入浴後は、椅子、湯おけなどの整理整とんを心がけてください。

○ 希望があれば、個室のシャワー室をお貸しします。利用時間は入浴時間と同じです

（６）洗面所の使用について

○手拭き、布巾の設置はしておりませんので必要であれば、ご持参ください。

○ 共用コップはありませんので、持参してください。

■ 使用時間６：３０～２１：３０（使用終了）　■ 使用料金はかかりません。

※ 洗剤・柔軟剤の備付けはありませんので、持参してください。

（７）エントランスホール・ラウンジなど

○ 交流の場として自由にご利用ください。（利用時間６：３０～２１：３０）

※ Wi-Fi スポット（エントランスホール）、自動販売機

（８）プレイホール（体育館）

○ ルール・マナーを守り、楽しく交流してください。

○ 安全のため、上靴をはいてください。

○ 飲食はできません。（水分補給は回廊または食事館でお願いします。）

○ 活動後は、必ず使用した用具は除菌し、後片づけをしてください。

○ 用具の破損があった場合は、事務室に連絡してください。

○ ボール（バドミントン羽）を使用するときは、緑色のネット（防球ネット）を閉めてください。

（９）研修室

○ 活動プログラムにあわせて、利用団体が机・椅子を準備してご利用ください。

○ 使用後は原状回復をお願いします。

○ 視聴覚機器については、事前打合せ、又は到着後の打合せにおいて使い方を説明いたします。

○ 冬季の暖房調節は、利用団体が行ってください。活動終了後は、ダイヤルを「＊」印に合わせてください。

（１０）食事館

○ 全てセルフサービスです。配膳、食器の片付け、椅子の整とん、テーブル拭きなどを含めて衛生面に気を配り、楽しく食事をしてください。

○ 指定の時間に食事館へ移動してください。

※ 利用団体が混み合っている場合は食事時間を調整・割振りさせていただくことがあります。

○ テーブルの指定はありませんが、団体ごとにまとまって食事をしてください。

※ 利用団体が混み合っている場合はテーブルを指定させていただくことがあります。

（１１）飲酒について

○ 飲酒を伴うプログラムは、事前に申し出があり、下記の留意事項を厳守していただくことを条件に行うことができます。ただし、学校の宿泊研修時の引率者による飲酒はいかなる場合も認められません。

○ 場　所	事前打合せ等で職員から指定された場所に限ること。 （宿泊棟での飲酒は一切禁止です。）
○ 時　間	１～２時間程度 （２２：３０までに終了すること。（後片付け含む））
○ 約　束	・喫煙は禁止です。（施設敷地内全面禁煙） ・他団体の研修・就寝の妨げとなることがないこと。 ・未成年を引率している場合、１名以上飲酒をされない方をおき、緊急時に対応できる体制をとっていること。 ・翌日に運転をされる方は、酒気帯運転とならぬよう十分な配慮をおこなう。 ・大学生等、未成年者が飲酒の場に同席する団体は、法律に基づき未成年者は飲酒しないよう徹底する。 ・玄関施錠の 21:30 以降は外出できません。 ・飲酒後の入浴はご遠慮ください。 ・ゴミの分別、使用後の会場の換気をしっかりおこなってください。

（１２）喫煙について

○ 施設敷地内全面禁煙です。

（１３）コピーについて

○ ネイパルあしょろではコピーのサービスは行っておりません。必要がある場合、ネイパルあしょろ到着前に済ませておいてください。

（１４）その他

○ 利用期間中の外出や中途での到着・出発については、それぞれの団体で人数を把握し、当初予定と変更がある場合は事務室に連絡してください。

○ 施設・設備の破損または紛失があった場合は、速やかに事務室に連絡してください。
（場合によっては弁償していただくことがあります。）

○ 利用者への電話の取り次ぎは緊急時以外では行っておりません。用件を伺い、折り返し連絡をとるようにお伝えしています。

○ チューインガムは施設敷地内全面禁止させていただいています。

ネイパルあしょろを出発するとき

1　宿泊室の清掃および最終点検

（１）宿泊室

○ 引率者（担当者）の責任のもと、入室したときと同じ状態に清掃・整理整とんしてください。（原状回復）

○ 寝具等を汚したり、施設備品の破損があった場合は、引率者（担当者）を通して事務室に連絡してください。

※ テント泊の場合の清掃・片付け方法は事前打合せ時に職員が説明いたします。

（２）宿泊室・活動場所の清掃および最終点検の流れ

① シーツ・枕カバーの返却
- ○ シーツ・枕カバーはシーツ貸出所へ返却してください。
- ○ 団体の引率者（担当者）は、返却の確認を行ってください。

② 宿泊室の清掃
- ○ 清掃方法は利用のてびきｐ１０～１１を参照してください。
- ○ 野外炊飯やファイヤーストームなど、前日のプログラムの後片付けが不十分な場合、もう一度清掃を行ってください。

③ 荷物の移動
- ○ 朝８：４５までに宿泊室の荷物を指定された場所に移動してください。

④ 引率（担当）者による点検
- ○ 「宿泊室点検表」（利用のてびきｐ１１）を参考に宿泊室・シーツ貸出所の整理整とん・清掃状況の点検を行ってください。
  - ※ ベランダや宿泊室外の芝生へのゴミの投棄確認の点検及びゴミ拾いも併せて行ってください。
- ○清掃終了後、引率者（担当者）は必ず点検を行ってください。

⑤ 点検完了
- ○引率者（担当者）の点検終了後、職員が点検します。
- ○職員の立ち会い点検を希望される場合は、事前に相談してください。
- ○引率者不在の団体（大学生のみの団体等）につきましては、職員の立合い点検を受けていただきます事をご了承ください。

ネイパルあしょろ職員による点検

2　料金の支払い

○ 利用料、教材費などの利用料金は、利用最終日の８：４５以降に現金でお支払いください。
また、食事代は、宿泊を伴う場合は食事の際、日帰りの場合は食後、食事館にて直接食事提供業者にお支払いください。
なお、利用料、教材費、食事代についての後納（振込）は相談に応じます。

⇦ 団体によっては活動プログラムへ

3　別れのつどい

○ ネイパルあしょろでの生活や活動について「ふりかえり」を行い、その反省や成果が今後の学校・家庭生活、地域活動に生かされるように意識化を図ります。内容は利用団体の創意工夫にお任せします。

別れのつどい（例）　※進行は各団体でお願いします。
① 開会のことば
② 利用団体代表者のあいさつ
③ ネイパルあしょろからお別れのあいさつ
④ 閉会のことば

4　出　発

○ 「利用についてのアンケート」にご協力ください。部屋鍵は職員に直接手渡してください。

近隣施設の減免について

ネイパル利用者は足寄町内の各施設の占有使用料が一般利用者は 70%、高校大学生は 80%、小学中学生は 90%減免されます。

1　里見が丘公園

区　　分		占有使用料 （1 時間当たり）	電気料金（1 時間当たり）
陸上競技場	全面	1,360 円	
	半面	680 円	
野球場	全面	2,670 円	
サッカー場	全面	2,670 円	
弓道場	1 人	150 円	
テニスコート	1 人	200 円	2 基につき 780 円

2　総合体育館

区　　分		占有使用料 （1 時間当たり）	暖房料（1 時間当たり）
アリーナ	全面	16,290 円	1,250 円
	半面	8,170 円	620 円
	1/4	4,080 円	310 円
	1/8	2,040 円	150 円
第２体育館	全面	3,140 円	310 円
	半面	1,570 円	150 円
トレーニングルーム	全面	1,250 円	150 円

※暖房料は 10/1～4 月末の利用時にかかります。

3　個人使用料

総 合 体 育 館　　一般 200 円　高校生以下 100 円

※占有使用料を支払う場合には個人使用料は徴収されません。

温 水 プ ー ル　　一般 400 円　高校生以下 250 円

パークゴルフ場　　無料

※詳細は足寄町総合体育館（0156-25-3191）にお問い合わせください。

※予約は直接、足寄町総合体育館に連絡してください。

活　動　資　料

○ 野外活動における「フィールドマナー」について（資料１）・・・Ｐ２２
○ 野外活動における「安全管理」について（資料２）・・・Ｐ２３
○ 活動プログラム一覧　（資料３）・・・Ｐ２４
○ 周辺の主な施設　（資料４）・・・Ｐ３０
○ 施設配置図　（資料５）・・・Ｐ３２
○ 館内見取図　（資料６）・・・Ｐ３３
○ 宿泊配置図　（資料７）・・・Ｐ３４
○ 館内設備案内　（資料８）・・・Ｐ３５

（資料１）

野外活動における「フィールドマナー」について

私たちは自然の中におじゃましています。自然に対して「ローインパクト」な活動に心がけましょう。

ローインパクトな活動とは、自然にやさしくダメージの小さい活動をすることです。それが、自然に対してやさしい人、ひいては心のやさしい人を育てることになります。

１　ゴミのポイ捨ては厳禁です。全て持ち帰りましょう。

２　植物の採集は控えましょう。そこにある美しさはそのままにしておきましょう。

３　観察・調査のために採集した生き物は、生きたまま放しましょう。

４　植物を傷つけたり、岩場に落書きをしたりしないようにしましょう。

５　餌付けはやめましょう。野生動物本来の営みをこわすことになります。

６　必要以外に大声を出すのはやめましょう。動物たちのストレスになります。

７　畑などの私有地へ許可なく入ったり、地元の人や周囲の人に誤解やストレスを与えるような行為はやめましょう。

（資料２）

野外活動における「安全管理」について

１　安全管理の基本的な考え方

○ 想定できる危険を予知し、そのための対策を徹底的に行いましょう。
○ 万が一の時を想定して対応策を練っておくとともに、引率者間で共通理解を図りましょう。
○ 参加者には、自分の身の安全は自分で守るという原則のもと「自己責任」の意識を持たせましょう。
○ 参加者が未成年の場合は、保護者に活動の趣旨、内容を正しく伝えた上で参加してもらいましょう。

２　参加者自身に安全対策の意識を

野外での活動は、子どもたちに危険を予知する能力、危険を回避する技術や行動力、態度などが、実体験を通して身に付く絶好の機会です。「危険だからやめなさい！」ではなく、参加者自身がどこにどのような危険が潜んでいるのか、何が危険なのか、どうすれば防ぐことができるのかなどについて、あらかじめ考える機会を作ったり、主体的に身を守る意識を持たせたりして活動に入りましょう。

３　危険の分類

① 動植物・・・・・・・・ハチ　蚊　ダニ（マダニ）ウルシ　毒キノコ　毒草　毒ヘビなど
② 気象条件・・・・・・・天候の急変　落雷　強風　台風　洪水　風雪　噴火など
③ 地形的条件・・・・・・転落　落石　急斜面　岩場　やせ尾根　狭い山頂など
④ 水的条件・・・・・・・水温　水深　水流　水中の障害物　低体温など
⑤ 活動技術・・・・・・・道に迷う　転ぶ　落ちる　くじく　溺れるなど
⑥ 用具の操作技術・・・・切り傷　やけど　刺し傷　爆発　一酸化炭素中毒など
⑦ 疲労や心理的要因・・・判断ミス　パニック　過度の興奮　精神的不安など
⑧ 健康状態と衛生管理・・発熱　生理痛　便秘　下痢　食中毒
⑨ 指導者側の過失・・・・無理な計画 下見の未実施 引率スタッフの共通理解不足 未熟な指導
⑩ その他の危険・・・・・移動の際の交通手段

４　事前にしておくこと

① 綿密な計画立案及び安全上のチェック
② 下見の実施とネイパルあしょろ職員との打ち合わせ
③ 計画の再点検
④ 参加者及びその保護者への計画の周知（事前説明会の実施など）
⑤ 傷害保険への加入
⑥ 救急医薬品の準備
⑦ 緊急体制の整備とその運用及び救急処置についてのリハーサル
⑧ 引率スタッフ全員での安全管理上の最終確認

５　実施中の安全管理

① 気象状況の把握（現在の状況・予報）
② 危険箇所の現状確認
③ 移動の際の安全管理
④ 参加者の人数及び健康状態の確認
⑤ 心身両面での弱者の把握
⑥ 引率者の配置と円滑な連絡
⑦ 指導者自身の安全管理と健康管理

６　万が一の時の対応

① 冷静に判断する。
② 無理をせず、自分自身の安全管理、確保を怠らない。
③ 事故者以外の人たちの安全を確保する。
④ 周囲の状況や事故者の様子を把握し、直ちに何をすべきか判断し、行動に移す。
⑤ 団体の責任者及びネイパルあしょろへの連絡は冷静に行い、状況によっては指示を仰ぐ。

７　最低限の応急処置

引率者は、切り傷・やけど・虫さされ（ハチ）・熱中症、AED を使用した処置などの応急処置を全員ができるようにしてください。また、参加者にも年齢に応じて自分自身あるいは相互に応急処置ができるようにしておくとよいでしょう。

（資料３）

活動プログラム一覧

１ ネイパルあしょろでの活動

	ねらい・テーマ／活動プログラム名	自然に親しむ機会にしたい	親睦を図りたい	人間関係を育みたい	環境問題への意識を育みたい	総合的な学習の時間の一環としたい	活動時間 ※人数により変動	一回の活動可能人数
⑴ 野外活動	野外炊飯		◎	◎	○	○	３～５時間	２００人
	ファイヤーストーム		◎	○			２時間程度	２００人
	ウッドキャンドル		◎	○	○		１時間半程度	１００人
	ウォークラリー	◎	◎	◎	○	○	１.５～３時間	
	サイクリング	◎		○		○	２～６時間	６０人
	パークゴルフ		◎				１～２時間	５０人
	自然散策	◎	◎		○	○	団体に応じて	
	イニシアチブゲーム		○	◎			団体に応じて	
	ナイトウォーク	◎		○	○	○	団体に応じて	
⑵ 冬季活動	歩くスキー	◎	○	○	○	○	１～２時間	８０人
	アイスキャンドル	○	○				１～２時間（凍るまで時間がかかります）	５０人
	スノーキャンドル	○	○				１～２時間	５０人
	キックゴルフ		◎				団体に応じて	
⑶ 館内活動	七宝焼					○	１.５～３時間	１００人
	陶　芸					○	２.５～３時間	４０人
	おがカラー				○		１～１.５時間	４０人
	フォトスタンド				○	○	２～３時間	４０人
	焼き板クラフト				○	○	２時間程度	４０人
	木の実クラフト	○					１～２時間	４０人
	羊毛クラフト				○	○	１～１.５時間	４０人
	マイ箸づくり				◎	○	１.５～２時間	２００人
	木のバッグタグ				○		１～１.５時間	２００人
	レジン工作					○	１～１.５時間	３０人
	キャンドルのつどい		◎	○			１～２時間	２００人
	フロアカーリング		◎	○			団体に応じて	１チーム４~６人
	館内ウォークラリー		◎	○			１～２時間	１００人
⑷ 室内レク	ボッチャ		◎				団体に応じて	４０人

※ 基本的に、指導（引率）者が事前来所し、ネイパルあしょろ職員と打ち合わせやプログラム体験をしていただきます。なお、当日の指導については、基本的には、指導（引率）者の方に直接指導していただきます。どうしても指導できない場合はネイパルあしょろ職員が対応しますが、全ての指導依頼に応えられない場合があります。また、ネイパルあしょろ職員が指導する場合は、指導（引率）者の方に参加者への声かけ・道具の準備などのサポートをしていただきます。

※ 上記の体験活動プログラムについての詳しい活動資料は、事前来所時等にお渡しいたします。

（1）野外活動の内容

プログラム	活動内容	活動時間 （活動時期）	準備するもの		備　　考
			ネイパル	利用団体	
野外炊飯	仲間と協力しながら野外で食事を作る。	３～４時間 （5～１０月）	炊飯用具	うちわ、軍手、洗剤、スポンジ、金たわし、ふきん、マッチ、着火剤など	食材、木炭、薪、着火剤はネイパルあしょろで購入可能 （要事前注文）
キャンプ	テントを張り、野外で宿泊する。	団体に応じて （4～１０月）	テント ・６人用 ・８人用 ロールマット 電池式ランタン （電池は団体で用意）	野外活動に適した服装、帽子、手袋、筆記用具、雨具、タオル、電池など	荒天時は館内で宿泊可能
ファイヤーストーム	火を囲み、ゲームや歌などで交歓する。	１～２時間 （5～１０月）	放送機器 着火用トーチ 軽油	音楽テープ・CD など	キャンプファイヤー薪ネイパルあしょろで購入可能 １束 1,000 円
ウォークラリー	地図や問題用紙をたよりに仲間と協力しながらチェックポイントを探す。	1.5～３時間 （4下旬～１０月）	問題用紙 地図 ストップウォッチ	野外活動に適した服装、帽子、手袋、筆記用具、雨具、タオルなど	時間に合わせてコース設定可能
サイクリング	マウンテンバイクで自然を満喫するとともに、心地よい汗を流す。	２～６時間 （4下旬～１０月）	マウンテンバイク ・２２インチ ・２４インチ ・２６インチ ・ヘルメット ・コマ図 (10・14Km コース)	野外活動に適した服装、帽子、手袋、雨具、タオルなど	時間や体力に合わせてコース設定可能
パークゴルフ	個人、グループなどで３６ホールを楽しむ。	１～２時間 （5中旬～１０月）	クラブ ティー ボール スコアカード	運動靴、タオルなど	ネイパルあしょろ隣接２コースのほかに町内に６コース
自然散策	自然の中を動植物を観察しながら歩き、自然に親しむ。	団体に応じて （通　年）	周辺地図 双眼鏡 虫取り網	野外活動に適した服装、帽子、手袋、筆記用具、雨具、タオルなど	冬期間もスノーシューを使って活動可能
イニシアチブゲーム	信頼形成や課題解決型のゲームを通して、自分自身や仲間について考える。	団体に応じて （通　年）	バンダナ ロープ フラフープなど	筆記用具など	時間に合わせて内容設定可能（要相談）
ナイトウォーク	真っ暗闇の中で、夜の自然と静寂を体験する。	団体に応じて （4～１０月）	周辺地図 星座早見表 ヘッドライト(単３電池２～４本必要)	野外活動に適した服装、帽子、手袋、懐中電灯など	時間に合わせてコース設定可能

（2）冬季活動の内容　※活動に合わせて各自防寒対策（帽子、手袋、ネックウォーマー、カイロ等）をしてください。

プログラム	活動内容	活動時間（活動時期）	準備するもの		備　　考
			ネイパル	利用団体	
歩くスキー	冬の大自然を歩くスキーで散策する。	1～2時間（雪のある時期のみ）	歩くスキーセット スパッツ（きゃはん）	雪の中で運動できる服装、帽子、手袋など	会場までの移動方法の確保が必要。（施設周辺の場合は不要） ※事前に参加者の靴のサイズと身長をお知らせください。
そり遊び	雪の斜面をソリやゴムチューブで滑る。	1時間程度（雪のある時期のみ）	そり ヘルメット スパッツ（きゃはん）	雪の中で運動できる服装、帽子、手袋、長靴など	雪国の代表的なアクテビティ。
アイスキャンドル	バケツを使って作るほかに牛乳パックと空き缶を使って作ることもできる。	1～2時間（1～3月）	バケツ	ろうそく 必要に応じて牛乳パックと空き缶	凍るまで時間がかかります。
スノーキャンドル	バケツに雪と水をつめて作る方法のほかに雪の固まりをスコップやハンディのこぎりで削って作る方法もある。	1～2時間（1～3月）	バケツ ハンディのこぎり スコップ 移植ごて	ろうそく	雪の状況に応じてネイパルあしょろ職員が会場を指定します。
キックゴルフ	雪上でサッカーボールを蹴りパークゴルフのようにホールに入れて決められたホールをまわるゲーム。	団体に応じて（雪のある時期のみ）	コース図 サッカーボール フラフープ 三角コーン	雪の中で運動できる服装、帽子、手袋、長靴など	時間に合わせてコース・内容を設定可能

（3）館内活動の内容

プログラム	活動内容	活動時間（活動時期）	準備するもの		備　　考
			ネイパル	利用団体	
七宝焼	ガラスの粉を銅板に盛り、８００℃の窯で焼いてキーホルダーを作る。	2～3時間（通　年）	用具一式 七宝焼窯	材料費	窯は高熱になりますので、必ず指導（引率）者が取り扱いをしてください。
陶　芸 （2人用1セット）	カップ、湯のみなどのオリジナル作品を作る。	2.5～3時間（通　年）	用具一式	材料費	材料はキャンセルできません。（荒天プロ不可）完成までに３～４ヶ月ほどかかります。（完成した作品は取りに来ていただくか着払いでの発送となります。）
おがカラー	１３色のおがくずを絵の具がわりに使って、オリジナルのハガキを作る。	1～1.5時間（通　年）	用具一式	材料費	ラミネートフィルムを用意していただければ、作品をラミネート加工できます。（ラミネータ貸し出し可）
焼き板クラフト	松板の表面をガスバーナーで焦がし、木目を生かした壁掛けやルームプレートを作る。	2～3時間（通　年）	用具一式 顔料マジック	材料費 筆記用具 ※冬季は暖かい服装 ※人数が多い場合、顔料マジックを持参していただくと作業がはかどります。	ガスバーナーを使うので、必ず指導（引率）者がついてください。

プログラム	活動内容	活動時間（活動時期）	準備するもの		備　　考
			ネイパル	利用団体	
フォトスタンド	松板の表面をガスバーナーで焦がし、木目を生かした写真立てを作る。	2～3時間（通　年）	用具一式	材料費 筆記用具 ※冬季は暖かい服装	ガスバーナーを使うので、必ず指導（引率）者がついてください。
木の実クラフト	木の実を使ってオリジナルのメモスタンドや置物を作る。	1～2時間（通　年）	ボンド、台座、木の実 用具一式	材料費	
羊毛クラフト	羊毛とアルカリ液を使ってコースターなどを作る。	1～1.5 時間（通　年）	用具一式	材料費	
マイ箸づくり	カラマツ材でマイ箸と箸置きを作る。	1.5～2.5 時間（通　年）	用具一式	材料費 軍手など	
木のバッグタグ	スライスした木材でカバンなどにつけるネームタグを作る。	1～1.5 時間（通　年）	用具一式	材料費 軍手など	
レジン工作	レジン液を UV ライトで固め、オリジナルのキーホルダーを作成する	1～1.5 時間（通　年）	用具一式	材料費	

（4）室内レクリエーション

プログラム	活動内容	活動時間（活動時期）	準備するもの		備　　考
			ネイパル	利用団体	
キャンドルのつどい	ロウソクの火を囲んで行うつどい。	団体に応じて（通　年）	手持ち燭台 中央燭台 ブルーシート	プログラム進行計画 音楽など	ロウソクはネイパルあしょろで購入可能（要事前注文）
フロアカーリング	4人 1 チームで行う室内カーリング。	団体に応じて（通　年）	フロアカーリングセット	対戦表など	事前にチーム分けしておくと活動がスムーズです。
館内ウォークラリー	1 枚の地図を頼りに仲間と協力し合い、さまざまなポイントを見つけて課題を解決する。	1～1.5 時間（通　年）	質問カード 館内地図		事前にチーム分けしておくと活動がスムーズです。
ボッチャ	各チーム6球ずつのボールをいかにジャックボールに近づけられるかを競う。	団体に応じて（通　年）	ボッチャセット	対戦表など	事前にチーム分けしておくと活動がスムーズです。

（5）その他の活動

- ミニバレー、バドミントン、バレーボール、卓球、バスケットボール、長縄、つな引きなど
- 花火（用具は団体で用意）は手持ち花火のみ実施可。実施場所は集いの広場横のアスファルト部分のみとなります。

2　周辺エリアでの活動

ねらい・テーマ／活動プログラム名	自然に親しむ機会にしたい	親睦を図りたい	人間関係を育みたい	環境問題への意識を育みたい	総合的な学習の時間の一環としたい	ネイパル職員による指導	活動時間 ※人数により変動	一回の活動可能人数
登山	◎	○	○	○	○	△（要相談）	6～9時間	200人
オンネトーハイキング	◎	○	○	○	○	△（要相談）	2～6時間	200人
足寄動物化石博物館		◎	○			×	内容による	
陸別町銀河の森天文台	◎		○		○	×	内容による	
氷上ワカサギ釣り	○					△（要相談）	内容による	
スキー・スノーボード	○					×	内容による	

※ 移動手段は利用団体で手配してください。

（1）活動内容

プログラム		活動内容	活動時間（活動時期）	準備するもの		備　　考
				ネイパル	利用団体	
登山	雌阿寒岳	阿寒湖やオンネトーも見渡せます。	5～7時間 ※移動時間含む （6～9月）	周辺地図	入林許可 個人の装備 救急セット、トランシーバーなど	ネイパルあしょろから車で約1時間
	雄阿寒岳	阿寒国立公園が一望できます。	7～9時間 ※移動時間含む （6～9月）	周辺地図	入林許可 個人の装備 救急セット、トランシーバーなど	ネイパルあしょろから車で約1時間30分
	白雲山・天望山	然別湖と十勝平野が一望できます。	6～9時間 ※移動時間含む （6～9月）	周辺地図	入林許可 個人の装備 救急セット、トランシーバーなど	ネイパルあしょろから車で約1時間30分
	白湯山	阿寒国立公園が一望できます。	6～9時間 ※移動時間含む （6～9月）	周辺地図	入林許可 個人の装備 救急セット、トランシーバーなど	ネイパルあしょろから車で約1時間30分
オンネトーハイキング		神秘の湖の周辺を動植物を観察しながら歩きます。	2～6時間 ※移動時間含む （5～10月）	周辺地図	個人の装備 救急セットなど	ネイパルあしょろから車で約1時間 時間や体力に合わせてコース設定可能
足寄動物化石博物館 (0156-25-9100)		○化石のお話 ○博物館解説付き見学 ○化石クリーニング体験 ○化石レプリカ作り など	内容による （通　年）		入館料および体験にかかる費用	ネイパルあしょろから3.5㎞ 車で10分、徒歩40分 ※人数が多い場合は要予約
陸別町 銀河の森天文台 (01562-7-8100)		公開天文台としては日本有数の大きさの望遠鏡での星空観察。	内容による （通　年）		入館料	ネイパルあしょろから車で約45分 ※人数が多い場合は要予約

プログラム	活動内容	活動時間（活動時期）	準備するもの		備　　考
			ネイパル	利用団体	
氷上ワカサギ釣り	冬季の代表的な釣り。日本有数の寒さも体験できる。	内容による （1～3月）	竿・ドリルを貸し出すことは可能（要相談）	体験費用（入漁料） 持ち物は要確認	糠平湖・阿寒湖などネイパルから車で約1時間
スキー スノーボード	パウダースノーを満喫。	内容による （1～3月）		リフト代などの費用 スキー・スノーボード用具・ウエア	ぬかびら源泉郷スキー場・阿寒湖畔スキー場などどちらもネイパルから車で約1時間 ※人数が多い場合のレンタルは事前確認が必要

※ 移動手段は利用団体で手配してください。

３　足寄町総合運動施設での活動

施設名	活動例	徒歩移動時間	合宿利用
パークゴルフ場（町内８箇所）	パークゴルフ	Ｐ２３参照	施設の占有使用はできません。
足寄町ときわサッカー場	サッカー ヨサコイ　など	隣接	◎ ※水曜日は利用不可
足寄町総合体育館	バスケットボール、卓球 バレーボール、バドミントンなど	２０分	◎ 体育館の使用は半面となります。
足寄町生涯学習館体育館	卓球 ミニバレーボールなど	３０分	◎
足寄町営野球場	野球	２０分	◎
自由広場（運動広場）	ソフトボール ヨサコイ　など	２０分	◎
テニスコート	軟式テニス 硬式テニス	２０分	◎
陸上競技場	陸上競技各種	２０分	◎
弓道場	弓道	２０分	◎
体育武道場	柔道、空手	２０分	◎
足寄町温水プール	水泳	２０分	◎
屋外アイススケート場	スピードスケート	２０分	◎
里見が丘スキー場	スキー	５０分	◎
総合体育館トレーニング室	基礎体力づくり	２０分	◎

※ 各施設はご利用の３ヶ月前から予約可能です。

※ 利用希望の場合は、ネイパルあしょろの予約申込みの際にその旨をお伝えください。（希望日時・使用物品・人数など）

※ 総合運動施設や足寄町生涯学習館の利用予約、空き状況や使用料については、直接、足寄町総合体育館（0156-25-3191）、足寄町町民センター（0156-25-3188）にお願いします。

（資料４）

周辺の主な施設

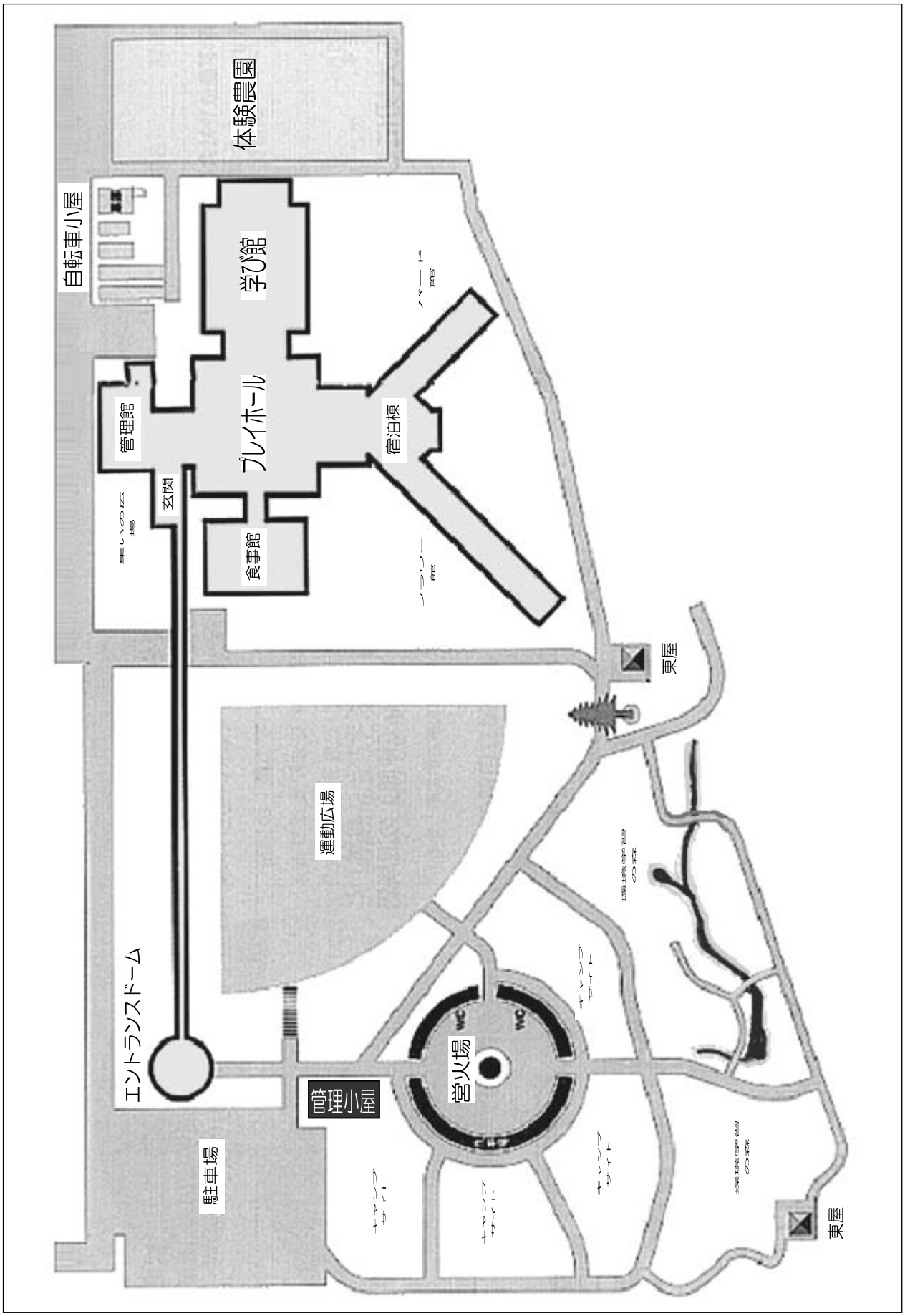
※概要は変更になっている場合があります。詳細は各施設や管轄する部署に直接お問い合わせください。

分野	施　設　名	所　在　地	施設の概要	ネイバルあしょろからの距離
スポーツ施設	自由広場（運動広場）	足寄町里見が丘公園	ソフトボール２面、クラブハウス、夜間照明	2.3 ㎞
	屋外アイススケート場	〃	１周 400m、夜間照明	2.3 ㎞
	総合体育館	〃	アリーナ、第２体育館、トレーニングルーム	2.1 ㎞
	温水プール	〃	25m公認８コース、ウォータースライダー、健康プール	2.2 ㎞
	野 球 場	〃	両翼 91m、収容人数 7,750 人	2.3 ㎞
	テニスコート	〃	３面、夜間照明	2.5 ㎞
	陸上競技場	〃	400mトラック他（多目的使用可）	2.3 ㎞
	弓 道 場	〃	６射、遠的場 60m	2.5 ㎞
	スキー場	〃	全長 200m、夜間照明	4.4 ㎞
	体育武道館	〃	道場、更衣室	2.8 ㎞
	サッカー場	足寄町常盤	サッカーコート１面	隣　接
	糠平源泉郷スキー場	上士幌町糠平７５	全長 4,300m、高速リフト３基、夜間照明	50 ㎞
	阿寒湖畔スキー場	釧路市阿寒湖畔	上級コース 1,200m、初・中級コース 900m、ペアリフト１基、夜間照明	53 ㎞
野外活動	キャンプ場	足寄町里見が丘公園	バンガロー、バーベキューハウス、炊事場	4.6 ㎞
	オンネトーキャンプ場	足寄町茂足寄	炊事場、営火場　収容人数 500 人	50 ㎞
	雌阿寒岳	足寄町茂足寄	標高 1,499m、所要時間１時間（片道）	50 ㎞
	雄阿寒岳	釧路市阿寒湖畔	標高 1,370m、所要時間１時間（片道）	56 ㎞
	白 湯 山	釧路市阿寒湖畔	標高　950m、所要時間１時間（片道）	60 ㎞
	白 雲 山	然別湖周辺	標高 1,187m、所要時間１時間 30 分（片道）	80 ㎞
	天 望 山	然別湖周辺	標高 1,174m、所要時間１時間 30 分（片道）	80 ㎞
公共施設	足寄町郷土資料館	足寄町中足寄 43-12	展示室（収蔵資料約 600）	10 ㎞
	足寄動物化石博物館	足寄町郊南１丁目	展示室、視聴覚室、資料室など	3.5 ㎞
	陸別町銀河の森天文台	陸別町ウエンベツ	大型望遠鏡１、小型望遠鏡４	40 ㎞
	足寄町民センター	足寄町南１条５丁目	研修室、多目的ホール、図書室、視聴覚室	2.1 ㎞
	道の駅あしょろ銀河ホール21	足寄町北１条１丁目	ホール、レストラン、おみやげコーナー、ギャラリー	1.3 ㎞
	親水広場	足寄町里見が丘公園	アスレチック、池、東屋など	0.3 ㎞
	足型工房	足寄町北１条１丁目（あしょろ銀河ホール２１となり）	足型採取施設	1.3 ㎞
パークゴルフ場	ときわコース	足寄町常盤	18 ホール、パー66、夜間照明（徒歩移動：１分）	隣　接
	ときわ東コース	足寄町常盤	18 ホール、パー66、夜間照明（徒歩移動：１分）	隣　接
	里見グリーンヒルコース	足寄町里見が丘公園	18 ホール、パー66、夜間照明（徒歩移動：２０分）	2.3 ㎞
	里見ウェストヒルコース	足寄町里見が丘公園	18 ホール、パー66（徒歩移動：２０分）	2.4 ㎞
	銀河コース	足寄町上利別駅前	18 ホール、パー66、夜間照明（車での移動をおすすめします）	14 ㎞

	芽登コース	足寄町芽登	18ホール、パー63（車での移動をおすすめします）	15㎞
	シラカバコース	足寄町南１条５丁目	18ホール、パー３０（徒歩移動：２０分）	2.2㎞
	大誉地コース	足寄町大誉地本町	18ホール、パー６６（車での移動をおすすめします）	２４㎞

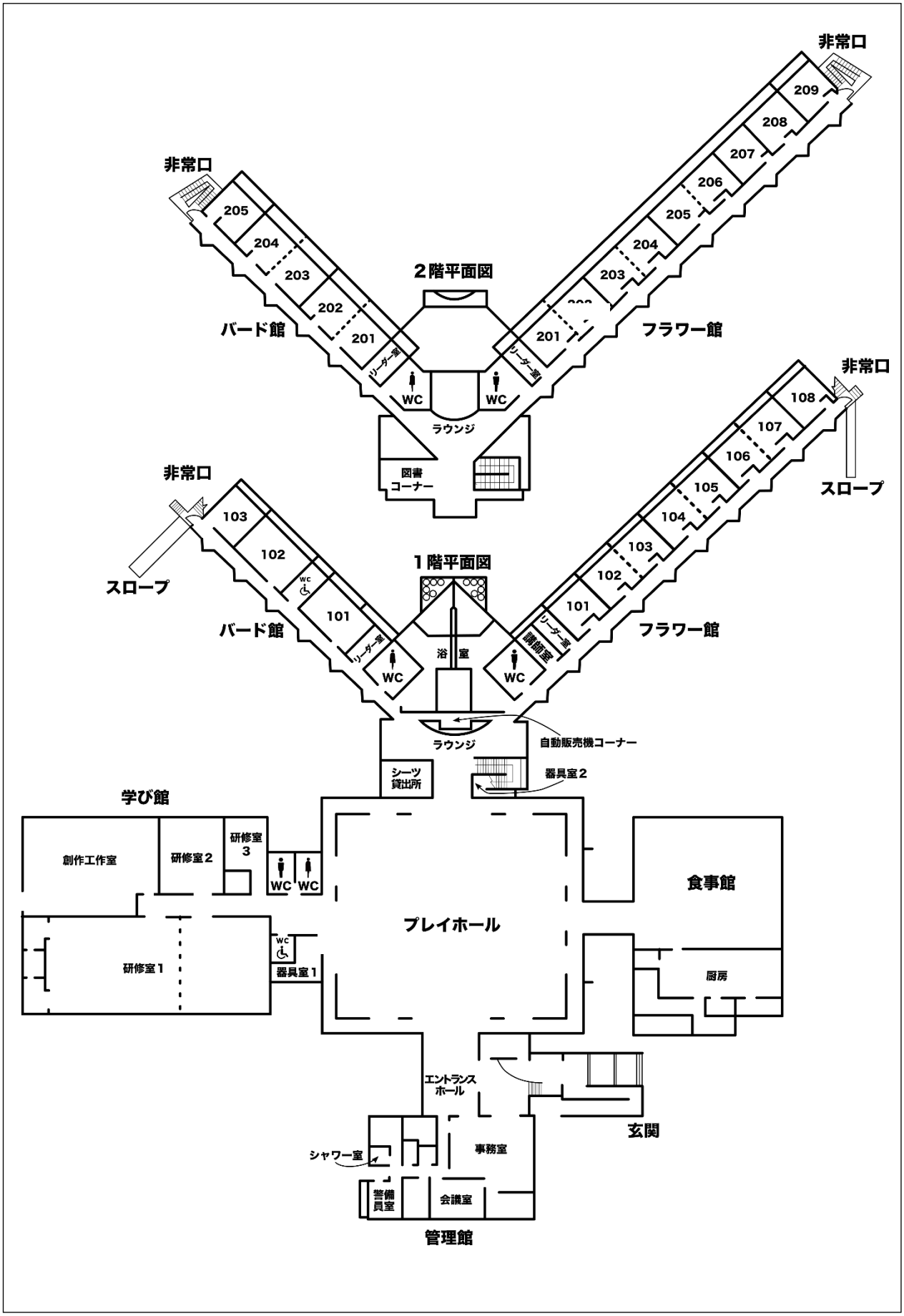
（資料５）

施設配置図


体験農園
自転車小屋
学び館
プレイホール
管理館
宿泊棟
玄関
食事館
東屋
運動広場
エントランスドーム
営火場
管理小屋
駐車場
東屋

（資料６）

館内見取図


非常口
209
208
207
206
205
204
203
非常口
205
204
203
202
201
２階平面図
バード館
フラワー館
201
リーダー室
リーダー室
WC
WC
ラウンジ
図書
コーナー
非常口
108
107
106
105
104
103
102
101
スロープ
非常口
103
102
101
スロープ
１階平面図
バード館
フラワー館
WC
リーダー室
浴室
WC
リーダー室
講師室
WC
ラウンジ
自動販売機コーナー
シーツ
貸出所
器具室２
学び館
創作工作室
研修室２
研修室
３
WC
WC
食事館
プレイホール
研修室１
器具室１
厨房
エントランス
ホール
玄関
シャワー室
事務室
警備
員室
会議室
管理館

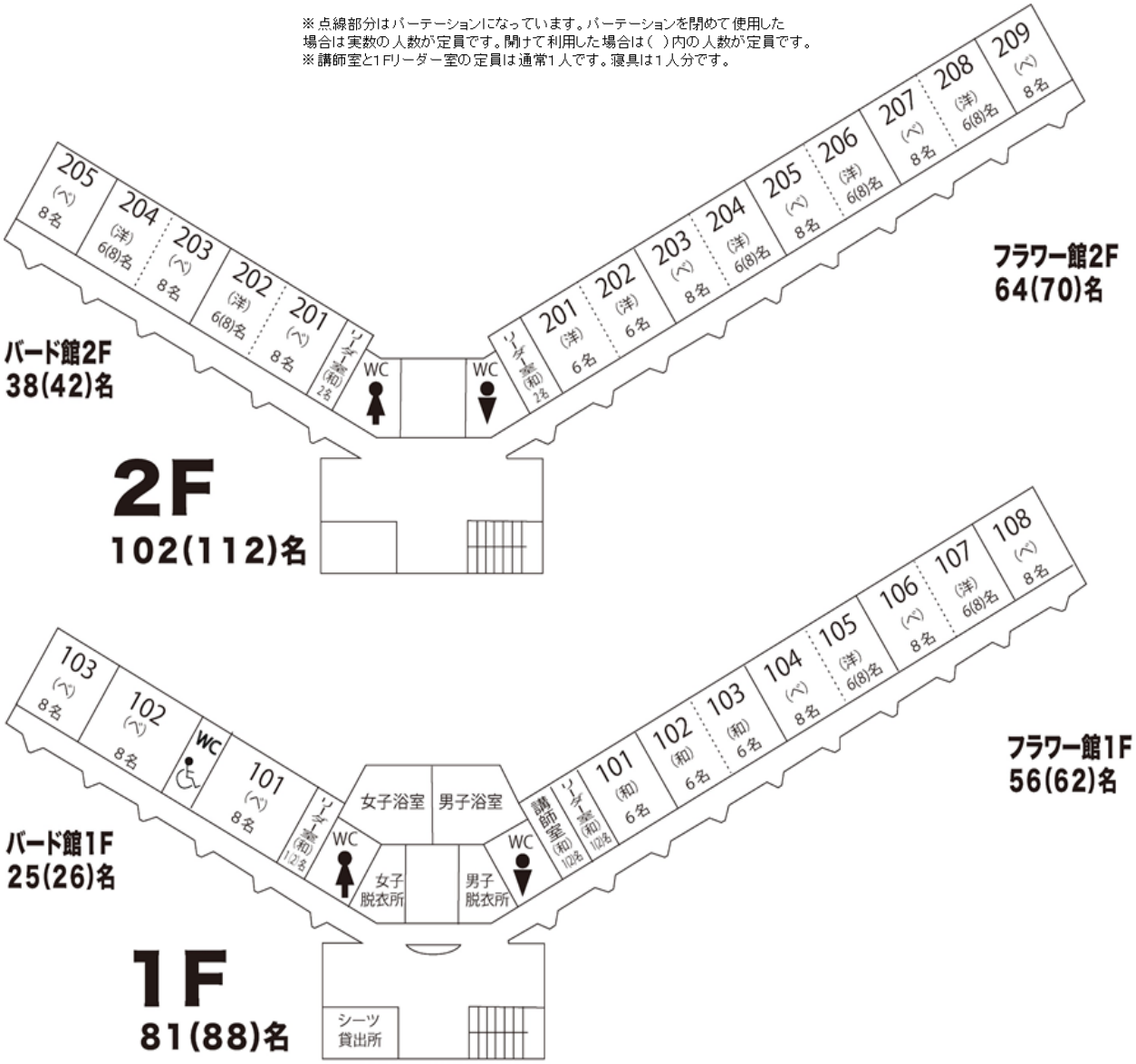
（資料７）

宿泊配置図

		宿　泊　室	定員	男	女
1F	フラワー館	講師室（和室）	1(2)		
		リーダー室（和室）	1(2)		
		１０１（和室）	6		
		１０２（和室）	6		
		１０３（和室）	6		
		１０４（２段ベッド）	8		
		１０５（洋室）	6(8)		
		１０６（２段ベッド）	8		
		１０７（洋室）	6(8)		
		１０８（２段ベッド）	8		
		計	56(62)		
	バード館	リーダー室（和室）	1(2)		
		１０１（1段ベッド6、畳ベッド2）	8		
		１０２（1段ベッド6、畳ベッド2）	8		
		１０３（２段ベッド）	8		
		計	25(26)		
	１Ｆ　合計		81(88)		
合　計			183(200)		

		宿　泊　室	定員	男	女
2F	フラワー館	リーダー室（和室）	1(2)		
		２０１（洋室）	6		
		２０２（洋室）	6		
		２０３（２段ベッド）	8		
		２０４（洋室）	6(8)		
		２０５（２段ベッド）	8		
		２０６（洋室）	6(8)		
		２０７（２段ベッド）	8		
		２０８（洋室）	6(8)		
		２０９（２段ベッド）	8		
		計	64(70)		
	バード館	リーダー室（和室）	1(2)		
		２０１（２段ベッド）	8		
		２０２（洋室）	6(8)		
		２０３（２段ベッド）	8		
		２０４（洋室）	6(8)		
		２０５（２段ベッド）	8		
		計	38(42)		
	２Ｆ　合計		102(112)		

※点線部分はパーテーションになっています。パーテーションを閉めて使用した場合は実数の人数が定員です。開けて利用した場合は（　）内の人数が定員です。
※講師室と1Fリーダー室の定員は通常1人です。寝具は1人分です。



（資料８）

館内設備案内

１　宿泊施設

施設名			定数	宿泊室数	内訳
館内	１階	フラワー館	２００人	１０室	講師室１、リーダー室１ 和室３、洋室２、ベッド室３
		バード館		４室	リーダー室１ ベッド室３（うちバリアフリー２）
	２階	フラワー館		１０室	リーダー室１、洋室５、ベッド室４
		バード館		６室	リーダー室１、洋室２、ベッド室３
屋外	キャンプサイト		２００人		

※屋外テントは同居家族の方のみご利用可能です。ご利用の方は 20 日前までに施設までご予約をお願い致します。

２　生活関連施設

施設名	内訳
食事館	同時最大食事人数 70 名に制限中
浴室	2室（蛇口９・脱衣棚２０）
シーツ貸出所	宿泊棟１階
ラウンジ	宿泊棟１階・２階
点字ブロック	ポーチ～玄関
手すり・車椅子ずり	１階回廊
非常口スロープ	宿泊棟１階　２ヶ所
多目的トイレ	学び館・バード館１階の２ヶ所 オストメイト対応　ベビーベッド付
触地図使用館内板	エントランスドームおよび玄関に設置

３　野外活動施設

施設名	内訳
野外炊飯場	１箇所（200 人定員）
野外炊飯用かまど	20 箇所
営火場	１箇所
キャンプ場管理小屋	１棟
体験農園	１箇所

４　学び館（研修棟）

部屋名	定数	付属設備等
研修室１	２００人	CD ラジカセ、スクリーン、プロジェクター、DVD プレイヤー、移動テレビセット（レーザーディスク、DVD プレイヤー）テーブル５３、椅子２１８、ワイヤレスマイク２ ※間仕切り壁をすると２室として使用可能
研修室２	３０人	テーブル１２、椅子３０
研修室３	２０人	和室１０畳、折りたたみテーブル１０、座布団２１
創作工作室	５０人	陶芸用具、七宝焼用具、木工用具、工作台８、椅子５３

５　体育・スポーツ施設

部屋名	付属設備等
プレイホール	バスケットボールコート１面、バレーボールコート１面、バドミントン兼ミニバレーコート２面、卓球台２台など
運動広場	集会用放送設備、フライングディスクゴルフなど
集いの広場	集会用放送設備、国旗・道旗・所旗掲揚塔など