

北海道立青少年体験活動支援施設ネイパル足寄

利用のてびき

2025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

ネイパル足寄について	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
ネイパル足寄に到着したとき	12～13
ネイパル足寄での生活	14～18
ネイパル足寄を出発するとき	19
近隣施設の減免について	20
◇ 活動資料	21～35

◆ 愛称「ネイパル足寄」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「踏の下の人」コロポックルを連想させるラワンぶき、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や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：茂木彩葉さん)

ネイパル足寄について

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：ネイパル足寄）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

ネイパル足寄は、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、高齢者団体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）

（ただし、日帰り利用はその限りではありません。）

(2) 休業日

○ 12月29日から翌年1月3日まで

※施設整備等で臨時休業の際はHPでご案内します

(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時前の上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（例）

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

ネパール足寄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現地踏査、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、Eメール、郵送、FAX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

ネパール足寄から「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 ネパール足寄到着！

○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までをお願いします。

○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、ネパール足寄の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）

○YouTubeのネパール足寄のチャンネルに「ネパール足寄施設利用」「野外炊飯の仕方」「テントの組み立て方」等の動画がアップされています。必要に応じて事前に活用してください。

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。

※ 下記のいずれかに該当する利用者は、施設利用料が免除となります。

ネイパル足寄 HP より「利用料免除申請書」をダウンロードし、必要事項を記入の上ご提出ください。

第1号	<p>【就学援助（要保護）】</p> <p>就学困難な児童及び生徒に係る就学奨励についての国の援助に関する法律（昭和31年法律第40号）による就学奨励を受けている保護者の保護する児童及び生徒</p> <p>※ 準要保護家庭は第8号で申請してください。</p>
第2号	<p>【特別支援学校・特別支援学級】</p> <p>特別支援学校の児童及び生徒並びに小学校（義務教育学校の前期課程を含む。）及び中学校（義務教育学校の後期課程及び中等教育学校の前期課程を含む。）の特別支援学級（学校教育法（昭和22年法律第26号）第81条の特別支援学級をいう。）の児童及び生徒並びにその引率者</p>
第3号	<p>【児童福祉施設】</p> <p>児童福祉法（昭和22年法律第164号）第7条第1項に規定する児童福祉施設に入所し、又は通園している少年及びその引率者</p>
第4号	<p>【身体障害】</p> <p>身体障害者福祉法（昭和24年法律第283号）第15条第4項の規定による身体障害者手帳の交付を受けている者及びその引率者</p> <p>※ 「身体障害者手帳」を利用日当日の事務打合せ時にコピーする。</p>
第5号	<p>【生活保護】</p> <p>生活保護法（昭和25年法律第144号）による保護を受けている児童及び生徒</p> <p>※ 「市町村長、福祉事務所長又は民生委員の証明書」を利用申込書とともに提出する。</p>
第6号	<p>【知的障害】</p> <p>児童相談所、知的障害者更生相談所、精神保健福祉センター若しくは障害者職業センターの長又は精神保健指定医により知的障害者と判定された者及びその引率者</p> <p>※ 「知的障害者（児）福祉施設長の証明書」を利用申込書とともに提出する。または、利用日当日の事務打合せ時に「療育手帳」をコピーする。</p>
第7号	<p>【精神障害】</p> <p>精神保健福祉センターの長、精神保健指定医又は精神科を標ぼうする医師により精神障害者（知的障害者を除く。）と判定された者及びその引率者</p> <p>※ 保健所長、精神保健センターの長等の証明書を利用申込書とともに提出する。</p>
第8号	<p>【その他】</p> <p>その他北海道教育委員会教育長が必要と認める者</p> <p>※ 準要保護家庭の小・中学生</p> <p>※ （フリースクール等民間の相談・指導施設の引率者等）…北海道教育委員会が実施する調査に基づいて、調査票を提出している施設に限る。</p>

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	700円	700円	1,000円
未就学児	500円	450円	700円

(2) お弁当

弁 当	幕の内弁当	おにぎり弁当（6～9月は赤ジソふりかけ弁当）
1食あたり	800円	650円

3 材料費

(1) 創作活動

活 動	料 金	備 考
ハンドドリッパ体験	800円	5名以上、高校生以上対象
七宝焼	900円	キーホルダー
陶芸（1セット2人分）	900円	粘土 1kg
おがカラー	200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（コースター）	100円	
羊毛クラフト（キーホルダー）	200円	
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（2シート6本）
木炭	800円	3kg（8人用程度）
焼肉用アルミ板	110円	バーベキューコンロに1枚程度
ガスコンロ（1口）	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	1,400円	キャップファイア-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）
うどんづくり（8人分）	2,000円	強力粉、打ち粉、塩、めんつゆ

(2) 野外炊飯

	品名	料金 (一人前)	内訳
セットメニュー	お米	200円	生米 (120g×人数分)
	カレー	500円	豚肉、玉ねぎ、カレールー 人参、ジャガイモ
	シチュー	500円	豚肉、玉ねぎ、クリームシチュールー、 人参、ジャガイモ
	豚汁	600円	豚肉、玉ねぎ、コンニャク、ジャガイモ、ごぼ う、みそ、人参、とうふ、大根、長ネギ
	ジンギスカン	1,000円	羊肉 (味付1人分200g)、玉ねぎ、キャ ベツ、もやし
	焼きそば	450円	麺 (1玉×人数分)、豚肉、キャベツ、 もやし、人参、ピーマン、粉末ソース
単品食材・調味料	ジンギスカン	600円	肉のみ (200g)
	焼きそば	100円	麺のみ (150g)
	お茶	180円	
	おにぎり	1個 230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	450円	400ml 1本
その他	割りばし	250円	50膳
	食器用洗剤	250円	270ml 1本

※セットメニューはグループの人数に合わせて変更可能です。(例) 5人用×1、6人用×3

※おにぎり弁当は6月～9月までは赤シソふりかけ弁当になります。(おにぎりの単品は対応可)

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、研修の条件を確認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

ネイパル足寄の利用では「体験を通してどのような力をつけたいか」が最も大切です。どの活動を通して何を体験したい（させたい）かを考え計画を立てましょう。（P14～を参照）

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。安全に活動するためにも、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・下見などを通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」

6:30	7:00	7:30	8:45	9:00	12:00	13:00	17:20	19:00	21:30	22:00	
起洗	朝	朝荷	部	点支		昼		夕食	活動	就	就
	の	物	屋	払	活動		活動			寝	
	つ	移	清				団体代表者顔合わせ			準	
	ど	食動	掃	検い				入浴		備	
床面	い					食				寝	寝

「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食以下の場合は、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足寄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足寄の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足寄に来所されるのが望ましいですが、電話やオンライン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) ネイパル足寄での生活の心得について

- 自分のことは自分で
- 団体同士互いに尊重
- 使用した場所や物品はもとどおりに

(2) 施設の使い方について

P14～18の「ネパール足寄での生活」を参考にしてください。

(3) 持ち物について

- | |
|---|
| <input type="checkbox"/> 上靴 <input type="checkbox"/> 洗面道具 <input type="checkbox"/> 入浴道具 <input type="checkbox"/> 救急箱 <input type="checkbox"/> ドライヤー <input type="checkbox"/> ハンカチ
<input type="checkbox"/> 活動に必要な道具（活動資料参照） <input type="checkbox"/> ゴミ袋（透明または半透明） |
|---|

(4) 野外活動を実施する場合の服装・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）

（持ち物）

- 雨具（できるだけ上下セパレートのもの） ○虫除け
- 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。不明な点は担当者に問い合わせてください。

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、ネイパル足寄に事前に連絡してください。（「食物アレルギー連絡票」の提出が必要です。）
- 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と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 <金・土> 7:30～ 1:00
<それ以外> 7:30～24:00

○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。

○ネイパル足寄では、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。

○ネイパル足寄は「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てください。

○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)

○利用のた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。

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「足寄町国民健康保険病院」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発生した場合は、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。

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 |

ネパール足寄に到着したとき

1 到着

- 乗用車・バスで来所の方は、ネパール足寄駐車場（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（事情がある場合を除く）。
- 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。
 - ※ 玄関内の緑のカーペットの上は土足禁止です。

2 出合いのつどい

- 到着した団体を歓迎するとともに、ネパール足寄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。

出合いのつどい（例） ※進行は各団体でお願いします。

- ① 開会のことば
- ② ネパール足寄から歓迎のあいさつ
- ③ 利用団体代表者のあいさつ・オリエンテーション
- ④ 閉会のことば

3 担当者打合せ

- 出合いのつどい後または活動に入る前に担当者はネパール足寄の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）
- ネパール足寄利用の仕方についての確認
- 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。
 - ※ 午前中は清掃のため宿泊室に入れません。団体の荷物は指定された場所に置き、13:00以降に入室してください。

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

○ 各団体で宿泊棟入口から宿泊室へ運んでください。

※ 長期宿泊の場合は、6月～9月は2泊、10月～5月は3泊を目安に、利用者で交換することができます。交換用のシーツは宿泊棟入口に、ネイパル足寄職員が用意します。（毎日の交換はでき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。場合によっては順番が前後することもあります。

ネパール足寄での生活

1 標準生活日課

6:30	7:00	7:30	8:45	9:00	12:00	13:00	17:20	19:00	21:30	22:00		
起洗	朝	朝荷	部	点支		昼		団体代表者顔合わせ	夕食	活動	就寝	就寝
床面	のつどい	物移動	屋掃	払	活動		活動		入浴		準備	寝

※「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

点検は引率者（担当者）が責任を持って行ってください（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に、団体で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 7:00～7:30

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、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、整理整頓、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。
- ネパール足寄には「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。

- 退室の際は換気扇をつけ、部屋のカギは施錠しないでください。
- パーテーションを使用した団体は、退室までに戻してください。
- 室内は飲酒厳禁です。また、施設敷地内全面禁煙となっております。

※ 冬季の暖房調節は利用団体で行ってください。

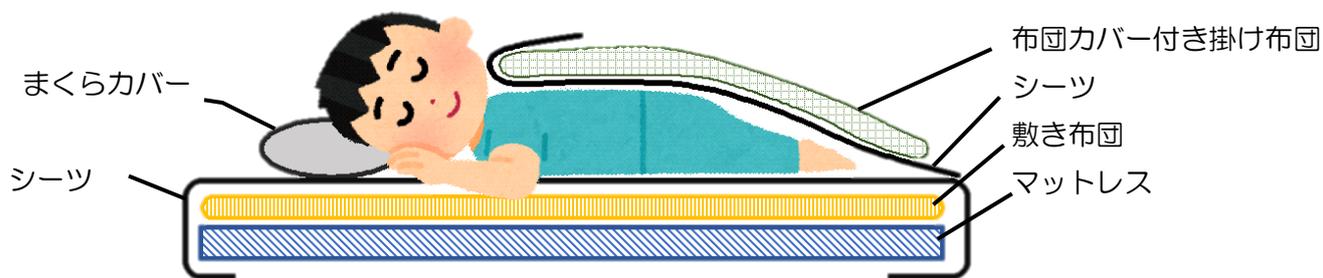
長時間宿泊室を離れる時やご出発の際は、
5月～9月は夏場は「一」に、10月～4月
は「*」印にそれぞれダイヤルを合わせて
ください。



(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。

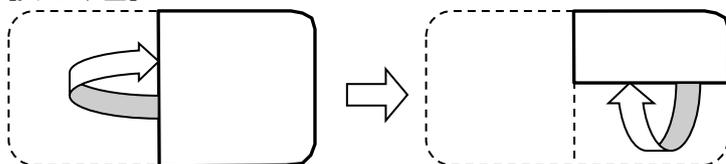
※シーツ貸出所に毛布を用意しております。使用後は戻してください。

○ 片付けるとき

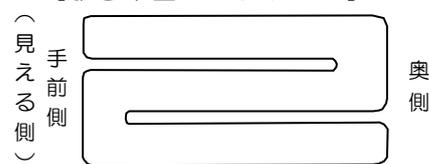
- ・滞在中は毎朝寝具の整とんをし、快適な生活を心がけましょう。
- ・部屋によって、寝具の収納方法が異なります。各部屋に掲示してある写真を参考にしてください。

<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。

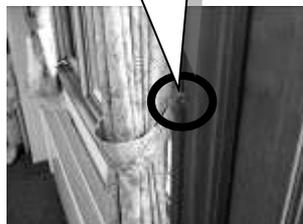
シーツはたたまずに部屋ごとに風呂敷包みにまとめる
→シーツ貸出室返却



きれいにそろえましょう



帯をしっかり
とめましょ
う



ベッドのカーテンも
帯をしっかり
とめましょ
う



※各室2本・6本・8本のいずれか

(3) 宿泊室・活動場所の整理整頓・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頓を行い、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、物品の整理整頓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	チエック	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。		写真を見て整理整頓する。
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。

〔ネイパル足寄のゴミ分別〕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。

※自動販売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、YouTubeのネイパル足寄のチャンネルにある「野外炊飯の仕方」の動画で確認してください。

※野外炊飯での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)で引き取ることも可能です。

(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。
- 入浴時間の割り振りは、利用団体が混み合っている場合、調整をさせていただくことがあります。

※引率者の入浴時間は、最終25:00まで可能ですが、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頓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。

(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)

(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、使用した用具は必ず除菌し、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。
- ボールやバドミントンの羽を使用するときは、防球ネット(緑色のネット)を閉めてください。
- ボールを蹴ることは禁止です。

(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、椅子の整頓、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。混雑時は食事時間を調整することがあります。
- 団体ごとにまとまって食事をしてください。混雑時はテーブルを指定することがあります。

(11) 飲酒について

- 飲酒を伴うプログラムは事前の申請が必要です。下記の留意事項を確認の上申請してください。学校団体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
 - ・喫煙をしないこと。(施設敷地内全面禁煙)
 - ・他団体の研修や、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、酒気帯び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

- ネイパル足寄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、ネイパル足寄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お伝えしています。
- 宿泊室の鍵を紛失した際は、実費(515円)を徴収いたします。
- 宿泊日の17:20頃に各団体担当者と夜間常駐警備員との打合せを行います。
- ガムは施設敷地内全面禁止させていただいています。

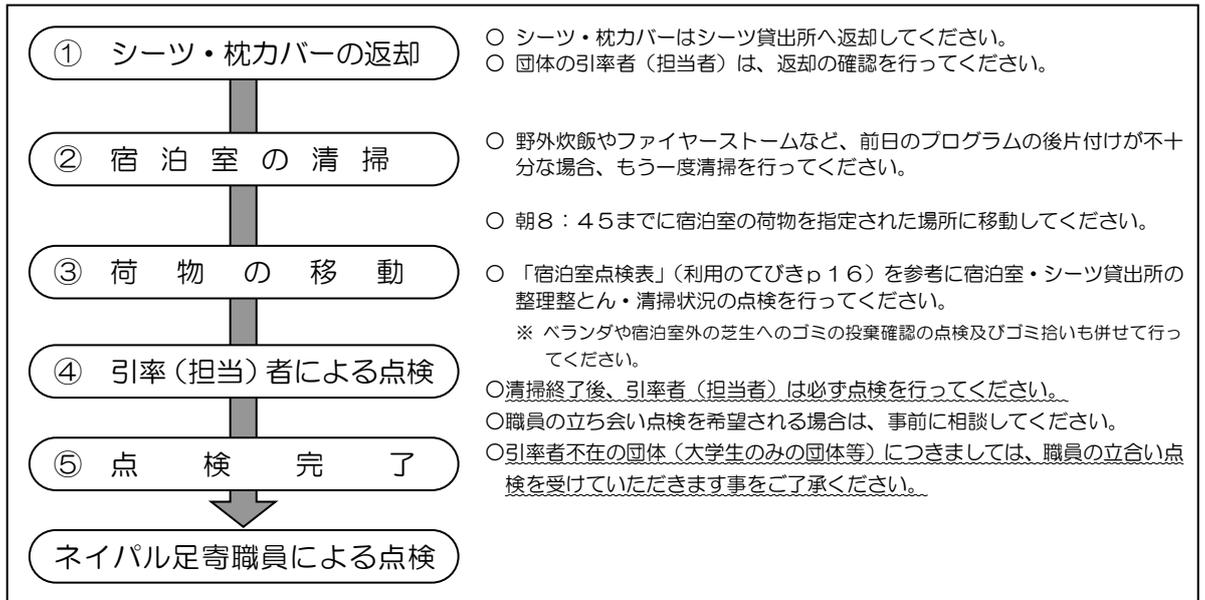
ネパール足寄を出発するとき

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・整理整頓してください。(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



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者にお支払いください。
後納(振込)の場合は事前にお知らせください。



団体によっては活動プログラムへ

3 別れのつどい

- ネパール足寄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 ネパール足寄職員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。職員のいない時間は、警備スタッフに渡してください。

○ 近隣施設の減免について

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	

※テニスコートは使用停止中

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。

※ネイパル利用者は、足寄町内の各施設の占有使用料が上記金額より一般利用者は70%、
高校大学生は80%、小学中学生は90%減免されます。

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足寄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足寄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ういでしょう。

活動プログラム一覧

1 ネイパル足寄での活動

	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	活動時間 ※人数により変動	
							活動時間	一回の活動可能人数
(1) 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	
(2) 冬季活動	歩くスキー	◎	○	○	○	○	1～2時間	80人
	アイスクャンドル	○	○				1～2時間 (戻るまで時間がかります)	50人
	スノーキャンドル	○	○				1～2時間	50人
	スノーシュー	◎	○	○	○	○	1～2時間	20人
	キックゴルフ		◎				団体に応じて	
(3) 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	
(4) 室内レク	ボッチャ		◎	○			団体に応じて	40人
	キャンドルのつどい		◎	○			1～2時間	200人
	モルック		◎	○			団体に応じて	50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

※ 体験活動プログラムは基本的に、指導（引率）者が事前来所し、ネイパル足寄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。指導できない場合はネイパル足寄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、ネイパル足寄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) 野外活動詳細

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
			ネイバル	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、着火剤はネイバル足寄で購入可能 (要事前注文)
キャンプ	テントを張り、野外で宿泊する。	団体に依りて (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 ネイバル足寄で購入可能 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	ネイバル足寄隣接2コースのほか、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。	団体に依りて (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	冬期間モ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。	団体に依りて (通 年)	ハンダナ 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。	団体に依りて (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) 冬季活動詳細 ※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。
スノーシュー	雪深い道を自由に散策し、冬の自然に触れる。	1～2時間 (雪のある時期のみ)	スノーシュー ストック	雪の中で運動できる服装、帽子、手袋など	自分の履いている靴にベルトでスノーシューをセットして使用します。
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ィビティ。
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足寄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。	団体に依りて (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) 館内活動詳細

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	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い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	
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	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。
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詳細

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
			ネイバル	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。	1～2時間 (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	ロウソクはネイバル足 寄で購入可能（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 おく活動がスムーズ です。
ポッチャ	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)	ポッチャセット	対戦表など	事前にチーム分けして おく活動がスムーズ です。

(5) その他の活動

- プレイホールでミニバレー、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
- 屋外でフライングディスクゴルフやパークゴルフなど
- 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

活動プログラム名	ねらい・テーマ					ネイバル職員による指導	活動時間 ※人数により変動
	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		
登山	◎	○	○	○	○	× (外部講師の紹介)	6～9時間
オンネトーハイキング	◎	○	○	○	○	× (外部講師の紹介)	2～6時間
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
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。

活動内容詳細

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	
			ネイバル	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	ネイバル足寄から車で約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	ネイバル足寄から車で約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	ネイバル足寄から車で約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	ネイバル足寄から車で約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	ネイバル足寄から車で約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	ネイバル足寄から3.5km 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	ネイバル足寄から車で約45分 ※人数が多い場合は要予約	
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・ウェア	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バルから車で約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	パークゴルフ	隣接	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	基礎体カづくり	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、ネイパル足寄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。

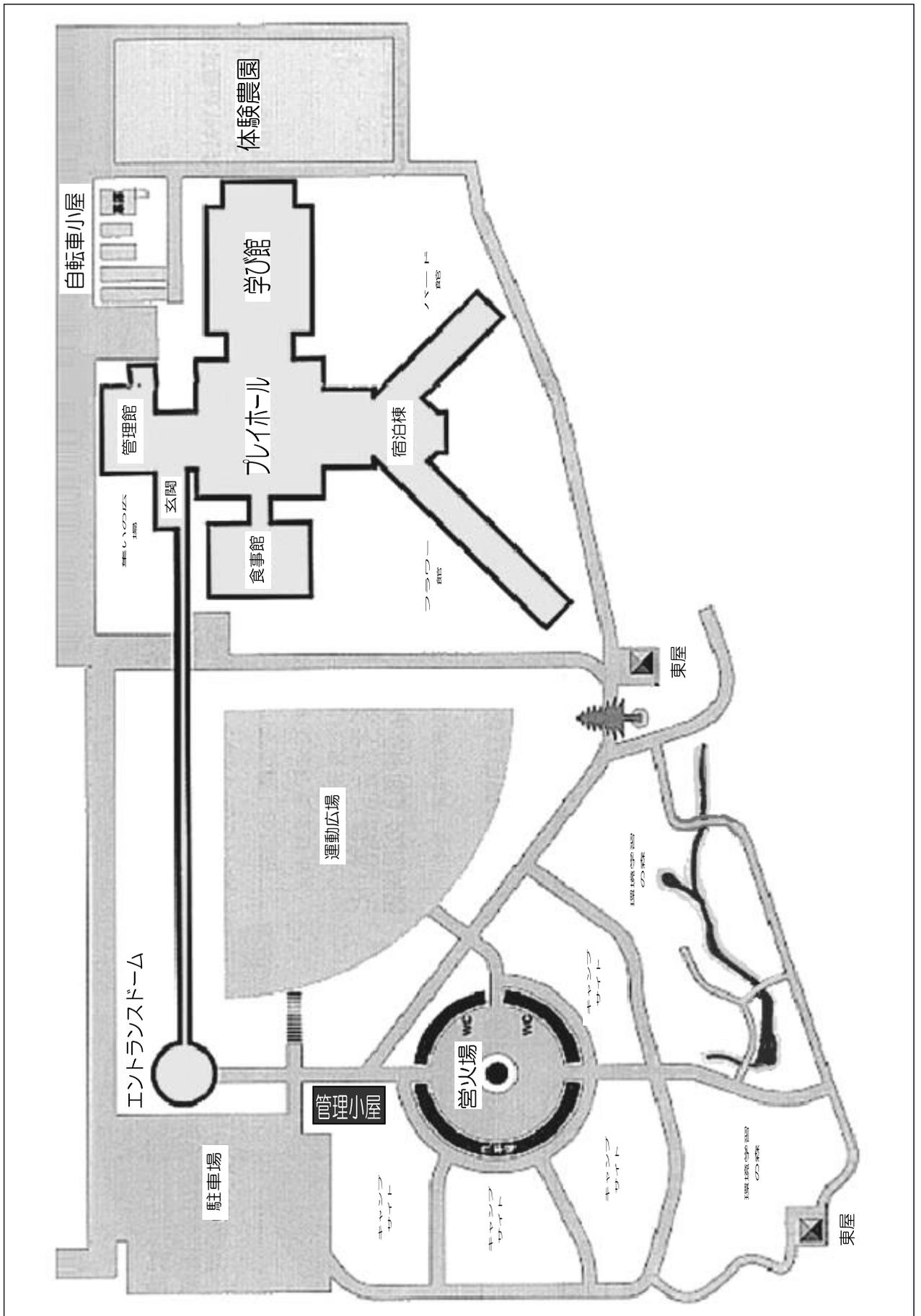
(資料4)

周辺の主な施設

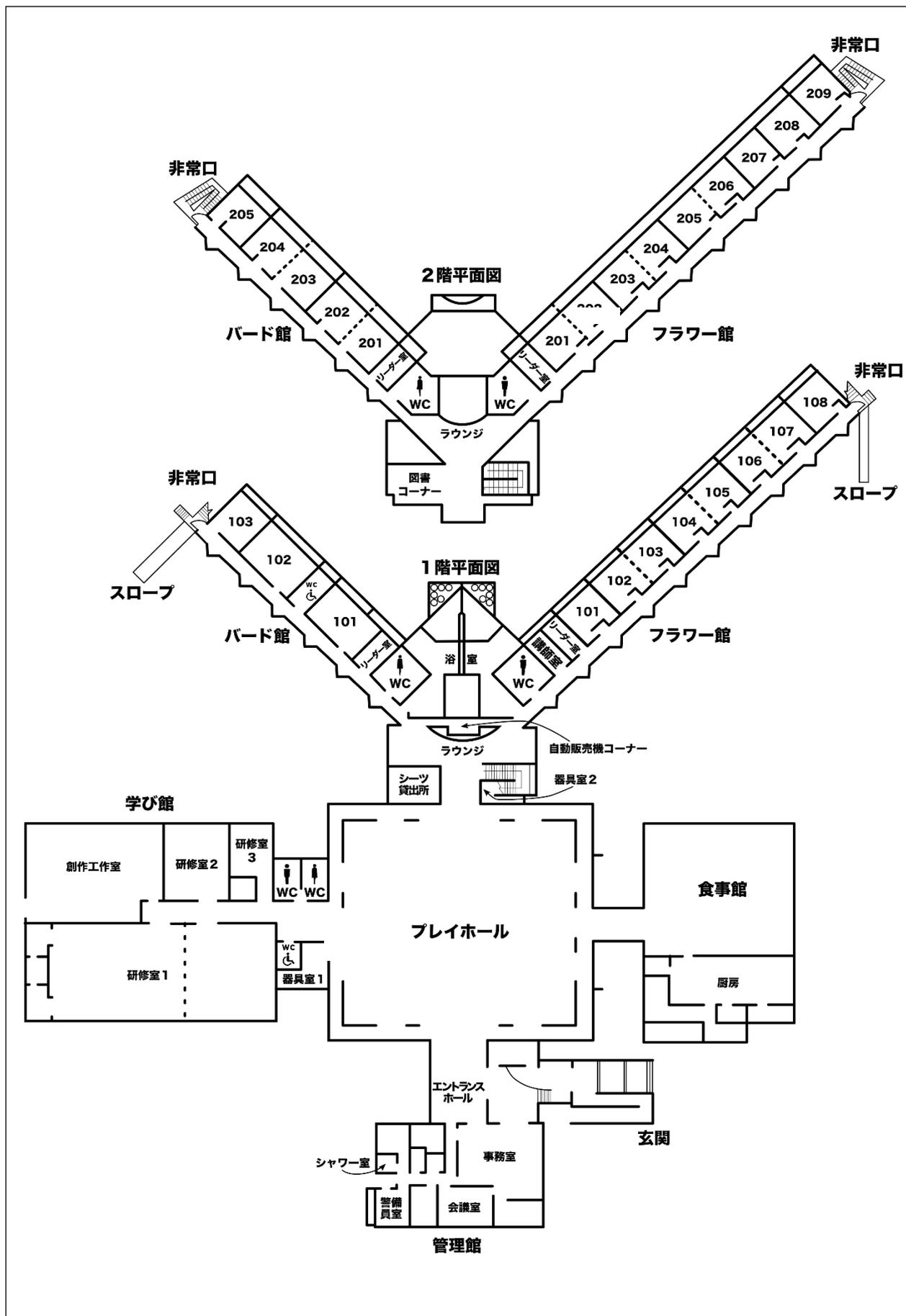
※概要は変更になっている場合があります。詳細は各施設や管轄する部署に直接お問い合わせください。

分野	施設名	所在地	施設の概要	ネイバル足寄からの距離
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 km
	屋外アイススケート場	〃	1周400m、夜間照明	2.3 km
	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 km
	温水プール	〃	25m公認8コース、ウォーターライダー、健康プール	2.2 km
	野球場	〃	両翼91m、収容人数7,750人	2.3 km
	テニスコート	〃	3面、夜間照明	2.5 km
	陸上競技場	〃	400mトラック他（多目的使用可）	2.3 km
	弓道場	〃	6射、遠の場60m	2.5 km
	スキー場	〃	全長200m、夜間照明	4.4 km
	体育武道館	〃	道場、更衣室	2.8 km
	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 km
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、ヘアリフト1基、夜間照明	53 km	
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 km
	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 km
	雌阿寒岳	足寄町茂足寄	標高1,499m、所要時間1時間（片道）	50 km
	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 km
	白湯山	釧路市阿寒湖畔	標高950m、所要時間1時間（片道）	60 km
	白雲山	然別湖周辺	標高1,187m、所要時間1時間30分（片道）	80 km
	天望山	然別湖周辺	標高1,174m、所要時間1時間30分（片道）	80 km
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 km
	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 km
	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 km
	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 km
	道の駅あしよる銀河ホール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 km
	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 km
	足型工房	足寄町北1条1丁目	足型採取施設	1.3 km
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 km
	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 km
	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）	14 km
	芽登コース	足寄町芽登	18ホール、パー63（車での移動）	15 km
	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 km
	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）	2.4 km

施設配置図



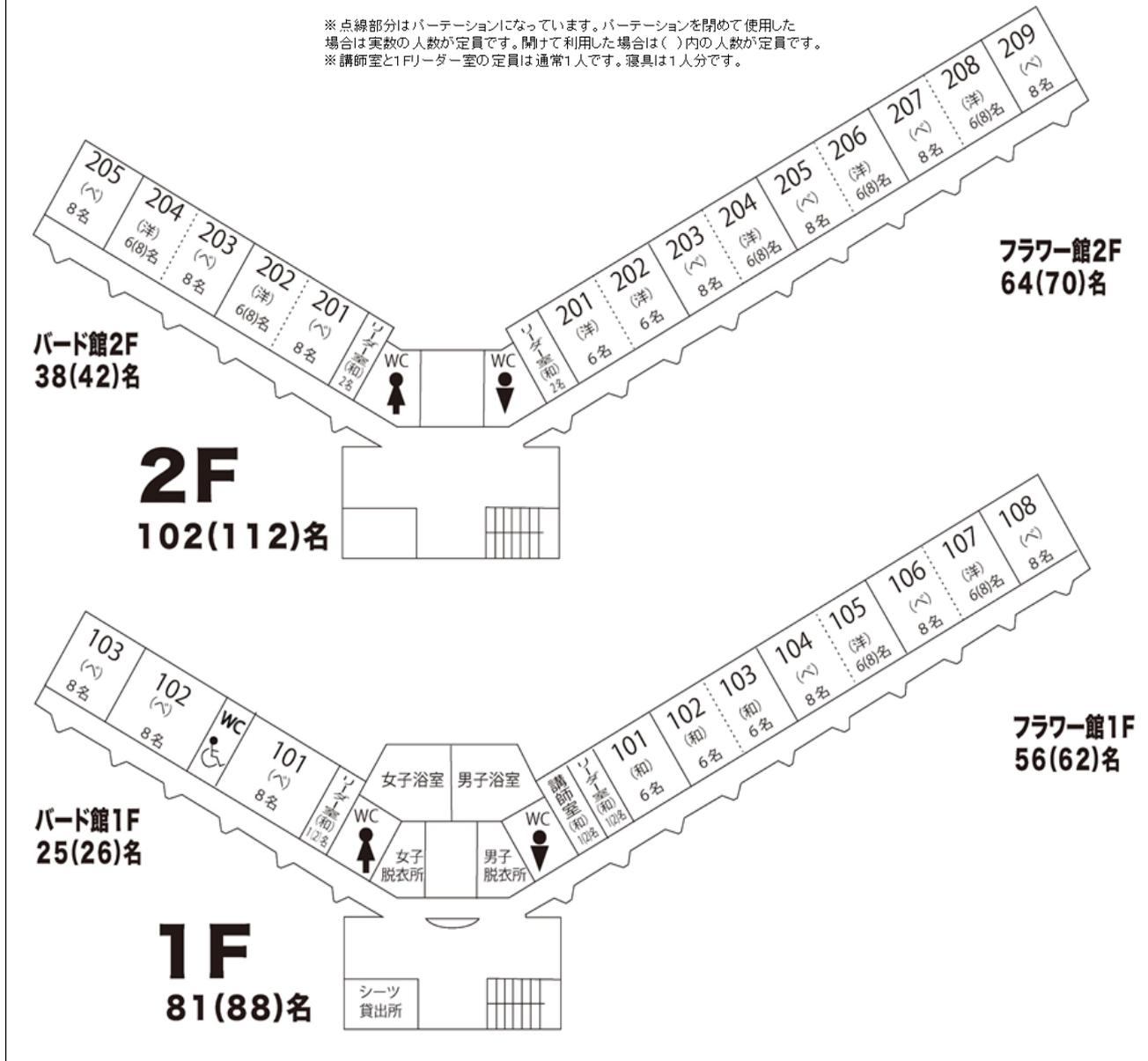
館内見取図



宿泊配置図

		宿泊室	定員	男	女			宿泊室	定員	男	女
1 F	フラワー館	講師室 (和室)	1(2)			2 F	フラワー館	リーダー室 (和室)	1(2)		
		リーダー室 (和室)	1(2)					201 (洋室)	6		
		101 (和室)	6					202 (洋室)	6		
		102 (和室)	6					203 (2段ベッド)	8		
		103 (和室)	6					204 (洋室)	6(8)		
		104 (2段ベッド)	8					205 (2段ベッド)	8		
		105 (洋室)	6(8)					206 (洋室)	6(8)		
		106 (2段ベッド)	8					207 (2段ベッド)	8		
		107 (洋室)	6(8)					208 (洋室)	6(8)		
		108 (2段ベッド)	8					209 (2段ベッド)	8		
		計	56(62)				計	64(70)			
1 F	バード館	リーダー室 (和室)	1(2)			2 F	バード館	リーダー室 (和室)	1(2)		
		101 (和室)	8					201 (2段ベッド)	8		
		102 (和室)	8					202 (洋室)	6(8)		
		103 (2段ベッド)	8					203 (2段ベッド)	8		
		計	25(26)						204 (洋室)	6(8)	
		1 F 合計	81(88)				205 (2段ベッド)	8			
		合計	183(200)				計	38(42)			
							2 F 合計	102(112)			

※点線部分はパーティションになっています。パーティションを開け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1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	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
			4室	リーダー室1 ベッド室3 (うちバリアフリー2)
	2 階		10室	リーダー室1、洋室5、ベッド室4
			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・車椅子すり	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50、椅子205、ワイヤレスマイク2 ※間仕切り壁をすれば2室として使用可能
研 修 室 2	30人	テーブル12、椅子35
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

