

独立行政法人国立青少年教育振興機構

国立三瓶青少年交流の家

National Sanbe Youth Friendship Center

体験の風を
おこそう

体験を通して、子供たちの健やかな成長を!



利用ガイドブック 2023
GUIDE BOOK



マスコットキャラクター
べえこちゃん べえくん
©すだけいすけ

はじめに

このガイドブックは、国立三瓶青少年交流の家を有意義に利用していただくために作成しました。

国立三瓶青少年交流の家というと、初めてご利用される方は堅苦しい場所だと思われるかもしれません。

また、何度もご利用いただいている方は、これまでとは違った新しい利用方法はないのかと考えているかもしれません。

このガイドブックは、このような利用者みなさんの不安を取り除いたり、質問に答えたりするためのものです。

多くの方々に国立三瓶青少年交流の家に親しみを感じていただき、たくさん利用していただければ幸いです。

目次

はじめに

1	利用について	1
2	利用申込みの流れ	2
3	利用に当たっての事前準備	5
4	標準生活時間	5
5	入所日・退所日の手順	6
6	寝具の取扱いと部屋の管理	8
7	食堂の利用方法	10
8	浴室の利用方法	11
9	生活にかかる料金について	12
10	医療体制について	15
11	活動プログラムの紹介	16
12	貸出物品について	21
13	設備の案内	22
14	宿泊棟・研修棟案内図	24
15	施設案内図	26
16	研修室等利用の留意事項	27
17	周辺の観光地・施設など	28
18	よくある質問	29



交流の家ホームページ



YouTube 交流の家チャンネル



交流の家 Facebook

新型コロナウイルス感染防止へのお願い

新型コロナウイルス感染防止の取組として、**宿泊定員数等を制限しています。**

また、職員のみならず、ご利用の皆さまにおいても使用した場所の清拭・消毒のご協力をお願いしています。

これら感染防止の取組については、国や県・当機構の指針やガイドラインによって随時改訂します。**最新の取組・対策を当施設ホームページでご確認**いただいた上で、ご利用に向けたご準備をお願いします。

<https://sanbe.niye.go.jp/category/covid-19/>



1 利用について

国立三瓶青少年交流の家は、大山隠岐国立公園の三瓶山北の原に位置し、周辺の広葉樹林からはグリーンシャワーを浴びることのできる豊かな自然環境の中にあります。自然体験や集団宿泊体験などの体験活動や研修活動を通して、青少年の健全育成を図ることを目的とした国立の青少年教育施設です。

このため、利用に当たっては、団体ごとに研修目的に応じた具体的な活動計画を作成し、標準生活時間に基づいた活動をしていただきます。

また、社会性・公共性育成のため、食事の配膳・片付け・寝具の準備・返却、宿泊室や活動場所の掃除等は利用者の皆さんで行っていただくなど、一般のホテルや旅館とは異なる青少年教育施設であることをご理解願います。

1 利用できる人・団体

- (1) 成人又は青年の引率責任者を定め、あらかじめ具体的な活動計画がある下記の団体（2人以上）であれば、どなたでもご利用いただけます。

- 小学校、中学校、義務教育学校、高等学校、中等教育学校、特別支援学校、高等専門学校、大学、専修学校等の学校団体
- 子ども会、部活動、スポーツ少年団、ボーイスカウト、ガールスカウト等の青少年団体
- PTA、公民館、青年団、婦人会、敬老会等の地域活動団体
- 官公庁、企業、スポーツ（体育）協会、協議会、NPO 等の法人団体
- 幼稚園、保育所等の幼児教育団体
- 学習塾、適応指導教室等の教育支援団体
- ファミリー、グループ、各種サークル

※1人で利用できるのは、次の場合です。

- 事前打合せや下見等の事前準備活動
- 社会教育実習やインターンシップ等の研修活動
- 官公庁・企業等の公益性のある調査研究活動
- 当施設が主催・共催する事業等への参加

単なる宿泊のみの
利用はできません

2 禁止している事項

- (1) 特定の政党を支持し、又はこれに反対するための政治教育その他の政治的活動
- (2) 特定の宗教を支持し、又はこれに反対するための宗教教育その他の宗教的活動
- (3) 専ら営利を目的とする活動
- (4) その他、他団体に迷惑を及ぼす行為

3 交流の家での生活

- (1) 標準生活時間（P5 参照）に沿った活動をご計画ください。
- (2) 食中毒防止等のため、施設外から飲食物を持ち込むことはご遠慮ください。
※ただし、スポーツ団体等、水分補給のための飲料水は持ち込み可。
- (3) 喫煙や飲食は、所定の場所をご利用ください。
- (4) 所定の場所以外への車両の進入や駐車は、ご遠慮ください。
- (5) 施錠中における夜間外出は、ご遠慮ください。（22:00～6:30 は全館施錠）
- (6) 貴重品等の管理は、利用団体や個人の責任でご対応願います。
- (7) 持ち込んだものから生じたゴミは、持ち帰るようお願いします。

4 利用できない日

- (1) 年末年始（12月28日～1月4日までの間）
- (2) 休館日、整備点検等のため、ご利用できない日があります。
具体的には、ホームページの「空室状況」欄に掲載します。





2 利用申込みの流れ

宿泊利用

【 宿泊利用の申込み期間 】 利用日の前年度（7月1日）から7日前まで受付ができます。

予 約

- ◇ 利用する日の空き状況については、電話で確認してください。
※受入れ状況を確認し、利用の可否をお知らせします。
※仮予約は受け付けておりません。

- ◇ 電話で受付後、ホームページの「Web 申込み」から団体情報等を入力し、送信してください。
※入力フォーム送信後、自動返信メールが届きます。



利用申込み 書類提出

約3か月前に、利用申込書類等の提出について（ご案内）のメールをお送りします。

- ◇ 提出締切日までに書類を提出してください。
提出された書類をもとに、他団体と活動内容や会場の調整を行います。
※提出締切日は、メールでご案内します。（利用日の約2か月前）

交流の家にご提出いただくもの

- 利用申込書
- 活動日程表
- プログラム教材申込書
- バス利用申込書 ※バスを予約済の団体のみ



食堂にご提出いただくもの

- 食事申込書
- 食物アレルギー連絡表（食物アレルギーの方がいる場合）
「様式ダウンロード」から上記申込書をダウンロードし、必要事項をご記入の上、メール・FAX・郵送等でご提出ください。

事前打合せ 事前登山研修

- ◇ 初めてご利用いただく場合は、事前打合せ・事前登山研修をおすすめします。
※事前打合せ・事前登山研修には予約が必要です。
＜打合せ内容＞ ■活動プログラムの内容 ■生活の仕方、施設の利用の仕方 ■活動コースや活動場所・施設見学

調整結果の確認

担当の方に、利用日の約1か月前にプログラムの調整結果をダウンロードするためのパスワードをメールでご案内します。

※調整結果は、利用日の約1か月前にホームページに掲載します。（閲覧パスワードを設定）

- 調整プログラム
（期間中に利用する団体の活動状況一覧表）
- 宿泊室割当表
- ぶなのお知らせ板
（浴室割振り、つどいの係、清掃の担当場所）

「プログラム等の調整結果のダウンロード」から調整プログラム、宿泊室割当表、ぶなのお知らせ板の内容を事前にご確認ください。閲覧の際はパスワードが必要です。



入 所

- ◇ 入所の手続きを行います。

持参していただくもの

- 利用団体票
- 利用者一覧表
- 入所時健康調査票
- 活動プログラム打合せ表 ※活動を予定している場合

入所手続きの際に必要なので、事前に準備して当日お持ちください。



事前に交流の家・食堂にご提出いただくもの

利用申込書

[illegible]

活動日程表

[illegible]

食事申込書

[illegible]

プログラム教材申込書

[illegible]

バス利用申込書

募集要項

国立三瓶青少年交流の家 バス利用申込書

(年 月 日)

団体名		協定国立三瓶中学校		利用期間	平成 30 年 4 月 1 日 ~ 4 月 3 日
参加者数	男 女 計	男 女 計	三瓶中学校	18 名	交流の家
	4 月 1 日 (木)	20 人	三瓶中学校	()	交流の家
	4 月 2 日 (金)	20 人	交流の家	15:00 ()	三瓶中学校
	4 月 3 日 (土)	20 人	交流の家	13:00 ()	〇×()
乗車回数	4 月 2 日 (金)	20 人	交流の家	15:00 ()	交流の家
	4 月 3 日 (土)	20 人	〇×()	16:00 ()	交流の家
	※三瓶中学校よりバス交通機関を利用する場合は、交通機関の時刻表時刻表を参照のこと。 ()に記入してください。				
	※三瓶中学校よりバス交通機関を利用する場合は、交通機関の時刻表時刻表を参照のこと。 ()に記入してください。				
バス利用申込書		4 月 1 日 (木)	交流家	()	()
バス利用申込書		4 月 2 日 (金)	()	()	()
バス利用申込書		4 月 3 日 (土)	()	()	()

バスの送迎場所付近の略図

●バス利用のバリエーションに留意すること。送迎の送迎場所にはバスが止まり、乗客が乗降してバスを降りてから目的地へ移動する。

●バス利用のバリエーションに留意すること。送迎の送迎場所にはバスが止まり、乗客が乗降してバスを降りてから目的地へ移動する。

●バス利用のバリエーションに留意すること。送迎の送迎場所にはバスが止まり、乗客が乗降してバスを降りてから目的地へ移動する。

送迎場所

送迎時間

バス

※バス利用のバリエーションに留意すること。送迎の送迎場所にはバスが止まり、乗客が乗降してバスを降りてから目的地へ移動する。

※バス利用のバリエーションに留意すること。送迎の送迎場所にはバスが止まり、乗客が乗降してバスを降りてから目的地へ移動する。

※バス利用のバリエーションに留意すること。送迎の送迎場所にはバスが止まり、乗客が乗降してバスを降りてから目的地へ移動する。

バス利用申込書

バス利用申込書

バス利用申込書

利用日当日 入所手続きの際にご提出いただくもの

利用团体票


西三木立青年中学校 利用団体様

※本表記入の際は、**西三木立青年中学校のホームページ**より印刷し、**西三木立青年中学校**へお送り下さい。

三根村立グリーン小学校

利用年度		令和 3 年 10 月 23 日(水)～ 10 月 24 日(木)	学年		3 年 3 組 3 班
利用部活動		三根 運動会		099(23年09月)	

自治体 利用人数	【男子部活動】				【女子部活動】				
	※活動参加人数(人数)を記入して下さい。				※活動参加人数(人数)を記入して下さい。				
	1名部	2名部	3名部	計	1名部	2名部	3名部	計	
	1名部	100部	21	23	44	1名部	1	1	4
	3名部	100部	21	23	44	3名部	1	0	1
4名部					4名部				
5名部					5名部				
6名部					6名部				

※記入の際は、活動参加人数(人数)を記入して下さい。

※記入の際は、活動参加人数(人数)を記入して下さい。

総利用人数	男子部活動	女子部活動	合計	男子部活動	女子部活動	合計	男子部活動	女子部活動	合計
利用人数	100	21	23	44	1	1	21	44	
利用人数	30			3			3		
利用人数								3	3

※市町村に記入人数(人数)を記入し、**西三木立青年中学校**へお送り下さい。

利用部活動		三根 運動会		後援者(団体名)	
使用した スポーツ用品	3 名部	1 名部	1 名部	後援者(団体名)	
利用人数	100部	21	23	後援者(団体名)	
利用人数	30			後援者(団体名)	
利用人数				後援者(団体名)	

利用人数	男子部活動	女子部活動	合計	男子部活動	女子部活動	合計
利用人数	100部	21	23	44	1	1
利用人数	30			3		
利用人数						

※市町村に記入人数(人数)を記入し、**西三木立青年中学校**へお送り下さい。

利用人数	男子部活動	女子部活動	合計	男子部活動	女子部活動	合計
利用人数	100部	21	23	44	1	1
利用人数	30			3		
利用人数						

※市町村に記入人数(人数)を記入し、**西三木立青年中学校**へお送り下さい。

利用人数	男子部活動	女子部活動	合計	男子部活動	女子部活動	合計
利用人数	100部	21	23	44	1	1
利用人数	30			3		
利用人数						

※市町村に記入人数(人数)を記入し、**西三木立青年中学校**へお送り下さい。

利用人数	男子部活動	女子部活動	合計	男子部活動	女子部活動	合計
利用人数	100部	21	23	44	1	1
利用人数	30			3		
利用人数						

※市町村に記入人数(人数)を記入し、**西三木立青年中学校**へお送り下さい。

利用人数	男子部活動	女子部活動	合計	男子部活動	女子部活動	合計
利用人数	100部	21	23	44	1	1
利用人数	30			3		
利用人数						

※市町村に記入人数(人数)を記入し、**西三木立青年中学校**へお送り下さい。

利用人数	男子部活動	女子部活動	合計	男子部活動	女子部活動	合計
利用人数	100部	21	23	44	1	1
利用人数	30			3		
利用人数						

※市町村に記入人数(人数)を記入し、**西三木立青年中学校**へお送り下さい。

利用人数	男子部活動	女子部活動	合計	男子部活動	女子部活動	合計
利用人数	100部	21	23	44	1	1
利用人数	30			3		
利用人数						

※市町村に記入人数(人数)を記入し、**西三木立青年中学校**へお送り下さい。

利用人数	男子部活動	女子部活動	合計	男子部活動	女子部活動	合計
利用人数	100部	21	23	44	1	1
利用人数	30			3		
利用人数						

※市町村に記入人数(人数)を記入し、**西三木立青年中学校**へお送り下さい。

利用人数	男子部活動	女子部活動	合計	男子部活動	女子部活動	合計
利用人数	100部	21	23	44	1	1
利用人数	30			3		

利用者一覧表

[illegible]

入所時健康調査票

入 所 時 健 康 調 査 票

国立三瓶青少年交流の家

この調査票は、オリエンテーション終了後、代表者が確認して、
保健担当者が事務室へ提出してください。

団体名											代表者名	
期 間	今年	年	月	日	～	月	日	研修者数			名	
保 険	養護保険・看護師							氏 名				
担当者	一般教諭・その他()							(研修室 考査)				

☐ 入所前の健康調査の実施
 ☐ 有
 ☐ 無

☐ 緊急食品等の持参(原則、持参せず)
 ☐ 有
 ☐ 無

☐ フレグル第一保持者(食物アレルギー等)
 ☐ 有
 ☐ 無

☐ エドペン持参者
 ☐ 有
 ☐ 無

入所時の健康状態	・全員良好	・体調不良者あり
----------	-------	----------

【体調不良者の内訳】

主 な 病 因	風邪気味である	△	そ の 他	△	人
	熱がある	△		△	人
	胃の調子が悪い(嘔吐・嘔気)	△		△	人
	腹の調子が悪い(下痢・便秘)	△		△	人
	喉が腫れ上がった	△		△	人
	ケガをした	△		△	人

※フインゲンにアレルギーのある、高熱・嘔吐・腹痛等発症がある場合は、ご留意願います。

※ワロウにアレルギーのある、嘔吐・下痢等発症がある場合は、ご留意願います。

※特に注意を要する参加者(慢性疾患・傷後・アレルギー体質など)がある場合、
保健担当者を中心に団体で健康管理に努めてください。

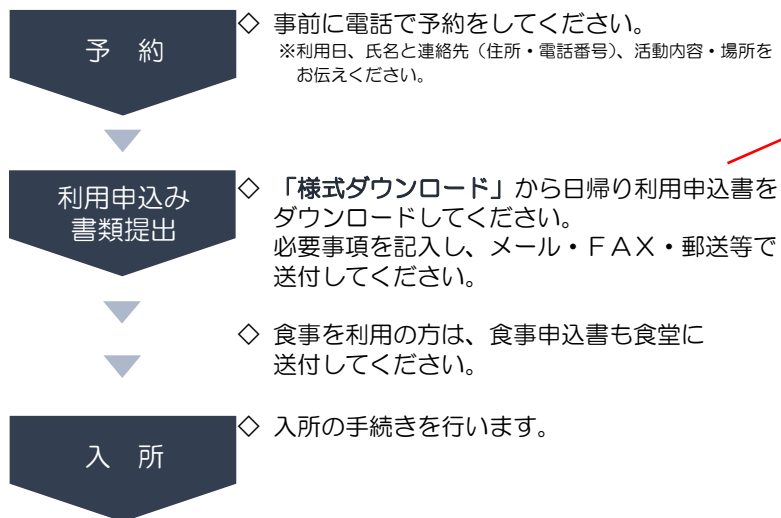
◎体調管理のため、知られたい症状(嘔吐等)の原因となる食事を食べ過ぎず、
充分に気を付けてください。

(記入欄)

※利用者一覧表については、書式を問いません。

日 帰 り 利 用

【日帰り利用の申込み】宿泊団体優先のため、利用日の1か月前から受付ができます。



日帰り利用申込書

宿泊・日帰り利用申込みについて留意すること

- ※ 翌年度利用希望の学校団体等については、先行受付（4月30日締切）を行い、6月末までに日程を調整します。
- ※ 利用申込み書類をご提出いただく前に、事前打合せをすることをおすすめします。
- ※ Web 申込み・ダウンロード等できない方は、書類をお送りするので交流の家までご連絡ください。
- ※ 代表者・担当者・人数等、予約時と内容について変更する場合は、ご連絡ください。
- ※ 提出期日までに、申込み書類をご提出いただいた団体の活動日程を優先します。
- ※ 活動内容・活動場所については、必要に応じて調整する場合があります。
- ※ 食物アレルギーなどがある方は、「食物アレルギー連絡表」を食堂にお送りください。
- ※ 調整プログラム・宿泊室割当表・ぶなのお知らせ板は、内容を事前にご確認ください。
- ※ バス運行を希望する団体は、事前に電話連絡を入れ、申込み手続きを行ってください。

利用に関するお問合せ・書類提出先

国立三瓶青少年交流の家
事業推進係

TEL : 0854-86-0319
〈受付時間 9:30～17:00〉
FAX : 0854-86-0458
TEL (緊急時・夜間専用) : 0854-86-0310

E-Mail : sanbe-suishin@niye.go.jp
HP : <https://sanbe.niye.go.jp/>

食事に関するお問合せ

食 堂
コンパスグループ・ジャパン株式会社
三瓶店

TEL : 0854-86-0153
FAX : 0854-86-0183

E-Mail : 35505@compass-jpn.com

3 利用に当たっての事前準備

団体担当者が準備するもの

- ☐ 利用団体票
- ☐ 入所時健康調査票
- ☐ 活動プログラム打合表
- ☐ 利用者一覧表（利用者名簿）
- ☐ 各種ダウンロード資料
（調整プログラム・宿泊室割当表・ぶなのお知らせ板）

交流の家 HP（<https://sanbe.niye.go.jp/download.html>）からダウンロードしてください。

生活・活動に関して準備するもの

- ☐ 活動ができる服装・装備
（帽子・長袖・長ズボン・運動靴・軍手など）
- ☐ 履き替え用シューズ
（体育館・キッズルーム・テニスコート使用の場合）
- ☐ 着替え
- ☐ 雨 具
- ☐ 水 筒
- ☐ 洗面用具セット
（せっけん・シャンプー・タオル・はみがきセットなど）
- ☐ ゴミ袋
※持ってきたものから出たゴミはお持ち帰りください。
- ☐ 健康保険証
- ☐ 救急セット
- ☐ 懐中電灯
- ☐ 医療機関に搬送用の車
※車がない場合は、タクシーでの受診になります。
- ☐ マスク
※食堂を利用する場合。食事のとき、食事中以外ではできる限りマスク着用をお願いします。
- ☐ 弓道の的紙セット
- ☐ 体育館ラインテープ
- ☐ グラウンドの石灰

※お風呂等には、備え付けのせっけん・シャンプーがありません。また、洗面所には、衛生上、コップを置いていません。

※ドライヤーについては、貸出用に 5 台あるので、希望者は事務室までお越しください。

※内服薬は、常備していないので、各団体でご用意ください。

※飲料水の保冷や熱中症予防、身体のアイシングやケア用の氷は、食堂で注文するか、持参ください。

※館内は土足です。浴室に移動のときは、スリッパがあると便利です。

※体育館は上靴が必要です。

※清掃の際、人数の多い団体は清掃用具が不足する場合があります。雑巾を持参し、使用してください。

※貴重品は各自で管理をお願いします。大浴室前と玄関ホールにコインロッカー（コインバック式）があります。

※当施設は標高 600 メートルの場所に位置しており、寒暖差が激しい場所です。衣服の調整ができるようご準備ください。

※冬期（11 月～4 月）は、宿泊室に暖房が入ります。ただし、研修活動中（9:00～17:00）、就寝時間中（22:30～6:30）は止まります。
（暖房時間については気温の状況等により、調整することがあります。）

4 標準生活時間

6:30	7:00	7:20	7:40	9:00	12:00	13:20	17:10	17:30	19:00	22:00	22:30
起 床	朝 の つ と い	ク リ ン ア ッ プ タ イ ム	朝 食	研 修 活 動			タ ベ の つ と い	夕 食	入 浴	就 寝 準 備	
									研 修 活 動		就 寝

※ 令和5年6月5日から朝のつといを再開します。

- 入退所の時間は、原則として 9:30～16:30 の間にお願いします。
- 起床時間は 6:30（6:30 に館内放送をします。） 就寝時間は 22:30 となっています。
就寝時間後、宿泊棟でお過ごしになるときは、周囲の迷惑とならないようにご配慮ください。
- 22:00 から翌朝 6:30 までは、防犯のために館内を施錠しています。この時間は、無断の出入りを禁止しています。
- 研修時間の確保等、研修実施上やむをえない事情があると当施設が認める場合は、他の団体に影響を及ぼさない範囲で、個別に対応することがあるので、ご相談ください。ただし、原則として朝食、昼食、夕食等の利用時間帯を変更することはできません。
- 食事及び入浴時間は、研修人数・活動時間等を考慮し、混雑を避けるために入室時間の割り振りをを行います。
- 入浴については、大浴室と中浴室があります。女性・男性別は「ぶなのお知らせ板」（食堂出口に設置）に毎日表示します。（少人数の場合は、人数により大浴室・中浴室どちらかのみに対応になることがあります。）

5 入所日・退所日の手順

入所日手順

入退所は、原則として 9:30~16:30 の間にお願いします。
(この時間に入退所が困難なときは、あらかじめご相談ください。)

利用者到着

- ◇ お車・バス等の乗り降りは、駐車場をご利用ください。
(荒天時のみ玄関横付け可)

アイドリングストップにご協力ください。

入所手続

- ◇ 団体の代表者や担当者は、事務室で入所の受付をしてください。(約 15 分間)

受付時に提出していただくもの

- 利用団体票
- 利用者一覧表 (利用者名簿)
- 入所時健康調査票

※入所オリエンテーション終了後を目安にご提出ください。

【受付時に確認する内容】

- 利用者名簿の提出と利用者数 (変更の有無)
- 宿泊室の確認と鍵の貸出し
- 料金のお支払方法、手続きについて説明
- 活動場所、活動内容の確認



駐車場
(駐車台数: 大型バス 3 台・普通車 85 台)



玄関 (車寄せ屋根の高さ=3.9m)

食堂打合せ

- ◇ 団体の代表者や担当者は、引き続き食堂事務室で打合せをしてください。
食事・食材の数や、食物アレルギー、食事代のお支払方法の確認を行います。

※食数変更には、期限があるのでご注意ください。(P12 参照)

入所式 オリエンテーション

- ◇ オリエンテーションでは、施設の紹介や生活上の留意事項について説明を行います。
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全ての人) は、オリエンテーションを受けてください。(約 15 分間)

※入所式として職員挨拶を希望するときは、お申し出ください。

シーツ受取 宿泊室へ移動

- ◇ 1 人あたりシーツ 2 枚・枕カバー 1 枚を
研修棟 1 階 階段横のシーツ受渡場所から取り、
宿泊室にご移動ください。

※人数の多い団体の場合は、
多目的ホールをシーツ等配布場所として活用できます。

非常口・避難経路・消火器の位置を確認してください。



研修棟 1 階 シーツ受渡場所

研修・活動

- ◇ 打合せが必要な当日実施の研修・活動担当者は、事務室にお越しください。
(事前に HP から打合せ表をダウンロードし、ご確認ください。)
- ◇ 翌日実施の研修・活動の打合せについては、16:30 までに事務室にお越しください。

夕べのつどい 17:10~

- ◇ 原則として、**宿泊利用者全員が「つどい」にご参加ください。**
(つどいに参加できる活動計画を作成してください。)
- ◇ 毎回「つどい」において、各団体 (ファミリー等も含む) 1 人の方に団体紹介のスピーチをお願いします。
- ◇ 旗係 (2 人) の担当団体名は、「ぶなのお知らせ板」(食堂出口) に掲示しています。
(注) 旗係は、つどい開始 10 分前に事務室にお越しください。

就寝・消灯

- ◇ 消灯時間の 22:30 以降は宿泊室で静かに過ごしてください。
施設内は 22:00 から警備員が巡回・施錠を行います。
※22:00 から翌朝 6:30 までは、防犯のために館内を施錠しております。

退所日手順

※宿泊室は、退所点検時まで空けてください。

起床

- ◇ 6:30 起床です。※館内放送が流れます。

朝のつどい 7:00~

- ◇ 原則として、**宿泊利用者全員が「つどい」にご参加ください。**
(つどいに参加できる活動計画を作成してください。)
- ◇ **毎回「つどい」において、各団体（ファミリー等も含む）1人の方に団体紹介のスピーチをお願いします。**
- ◇ 「朝のつどい」ではラジオ体操を行います。各団体から1人ずつ前に出て体操をお願いします。
- ◇ 旗係（2人）の担当団体名は、“ふなのお知らせ板”（食堂出口）に掲示しています。
(注) 旗係は、つどい開始10分前に事務室にお越しください。

クリーンアップ タイム 7:20~ 7:40

- ◇ 割り当てられた場所と宿泊室の清掃を行います。
- ◇ 各団体で使用した共有スペース（廊下、洗面所、便所、談話室）の清掃をお願いします。
- ◇ 使用済みのシーツと枕カバーは、受け取った際の大きさにたたんで、研修棟1階 階段横のシーツ返納場所に返してください。※寝具を汚された場合は、事務室にお越しください。
- ◇ 荷物はあらかじめお伝えした荷物置き場（調整プログラムに記載）に移動してください。

退所点検

- ◇ 当施設職員が8:40 から順次、宿泊室・掃除用具などの点検を行うので、**各部屋に1人以上（班長等）残り、点検に立ち会ってください。**
学校・子ども会関係等の複数のブロックに宿泊している団体は、
宿泊棟ブロックごとに引率者の立ち会いをお願いします。
※点検後、宿泊室への再入室はできません。
- ◇ 退所点検後（8:40以降）**速やかに宿泊室の鍵を全てまとめ事務室にご返却ください。**
※宿泊室は鍵をかけないでください。

退所手続き

- ◇ 団体の代表者や担当者は、**退所手続き（請求書の発行）を事務室で行ってください。**

【退所手続きで確認する内容】

- ☐ 宿泊・日帰りの人数（施設使用料）※該当団体のみ
- ☐ 使用したシーツの組数（シーツ等洗濯料）
- ☐ 研修指導員料 ※利用団体のみ
- ☐ 野外活動教材費 ※利用団体のみ
- ☐ 創作活動教材費 ※利用団体のみ

- ◇ **現金支払は、食堂事務室で行ってください。**
※後日支払の方法は、コンビニ払・銀行振込みがあります。別途手数料が発生します。（P14 参照）
※退所手続き（請求書発行）には、時間がかかります。時間に余裕をもってお越しください。
- ◇ **食費等は食堂事務室で支払手続きを行ってください。**（P14 参照）



食堂事務室（食堂出口）

退所式 利用者退所

- ◇ 研修室の鍵や貸出物品等は、事務所に返却してください。
- ◇ 受付時にお渡しした資料とアンケートの提出をしてください。
※退所式として職員挨拶を希望するときは、お申し出ください。
- ◇ お車・バス等の乗り降りは、駐車場をご利用ください。
(荒天時のみ玄関横付け可)

アイドリングストップにご協力ください。

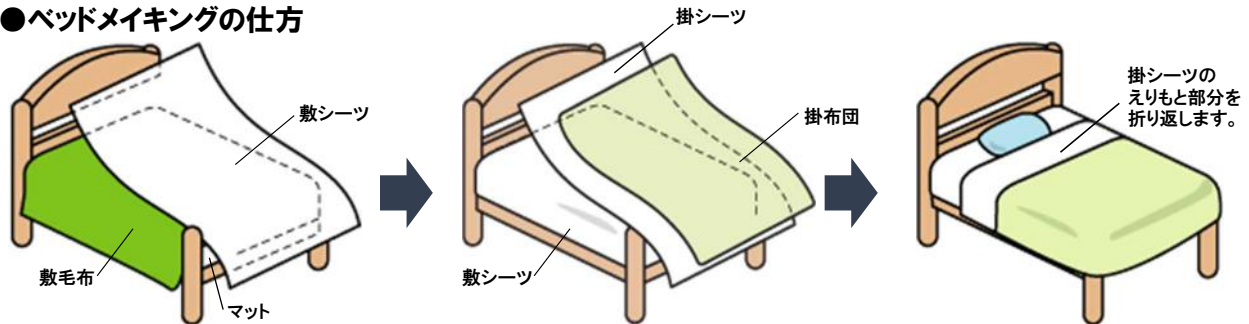
6 寝具の取扱いと部屋の管理

洋 室

寝具の取扱い

- ◇ 寝具は、ふだんシーツをつけたままにして、ベッドを壁につけておきましょう。
- ◇ 初日（入所日）のベッドメイキングの仕方、最終日（退所日）の布団のたたみ方と整頓の仕方は下のとおりです。
- ◇ ふとんクリーナーが必要な方は、事務室で貸出します。（4台）

●ベッドメイキングの仕方

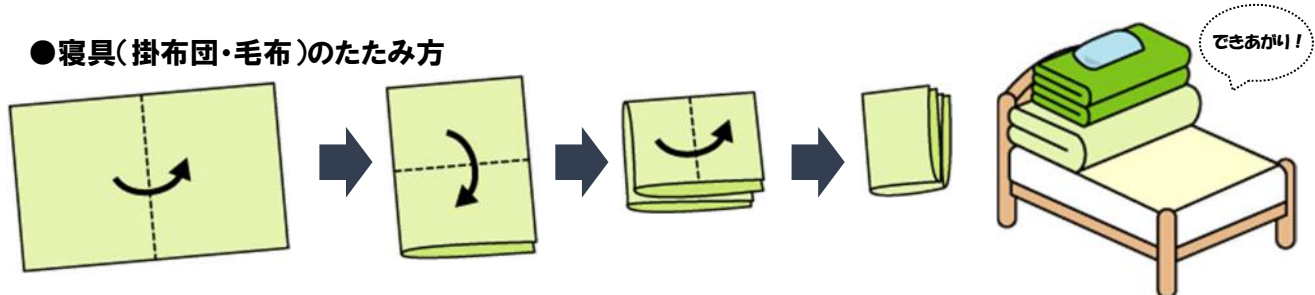


敷毛布を敷いて、
① 敷毛布の上にシーツを敷きます。
（毛布がある季節の場合）

② 敷シーツの上に掛シーツをかけ
掛シーツの上に掛布団をかけます。

枕は枕カバーに入れます。
③ 寒いときは、掛布団の上に毛布を
かけます。

●寝具（掛布団・毛布）のたたみ方



① 長い方を半分に折ります。

② さらに半分折ります。
（2回目）
〈掛布団はここまで〉

③ さらに半分折ります。
（3回目）
〈毛布はここまで〉

④ 折りたたんだ丸い側が手前、
通路側になるように
おきます。

部屋の管理

来たときよりも美しく

- ◇ 荷物はきれいに整頓しましょう。
- ◇ 退出するときは、電灯・暖房スイッチを忘れずにお切りください。

【退所日チェック項目】

- ☐ 部屋全体の清掃がしてある。
- ☐ ベッドの下、暖房の後ろや送風口に
忘れ物やゴミ、ほこりがない。
- ☐ 荷物置き棚を片付け、折りたたんである。
- ☐ 寝具の数を確認し、右図のように整頓してある。
- ☐ ベッドパッドがずれていない。（しわをのばしてある）
- ☐ 窓を閉め、カーテンは開けてベルトで束ねてある。
- ☐ ハンガーの数（ベッド数×2本）がそろっている。
- ☐ 電灯・暖房スイッチが切ってある。

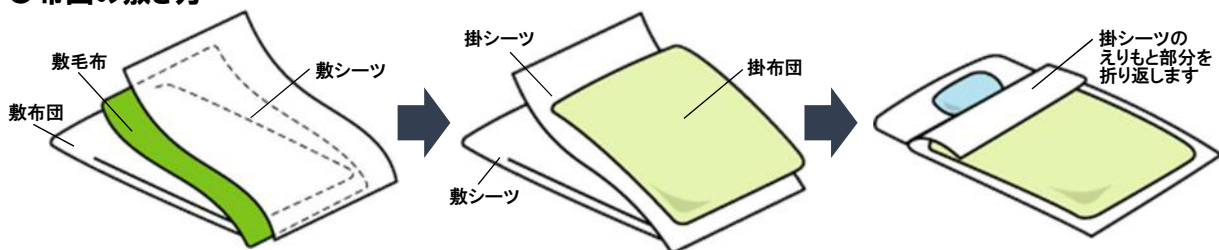
寝具の整頓例（毛布がある場合）



寝具の取扱い

- ◇ 寝具は、ふだんシーツをつけたままたたんで部屋の隅に置いておきましょう。
- ◇ 初日（入所日）の布団の敷き方、最終日（退所日）の布団のたたみ方と収納の仕方は下のとおりです。
- ◇ ふとんクリーナーが必要な方は、事務室で貸出します。（4台）

●布団の敷き方



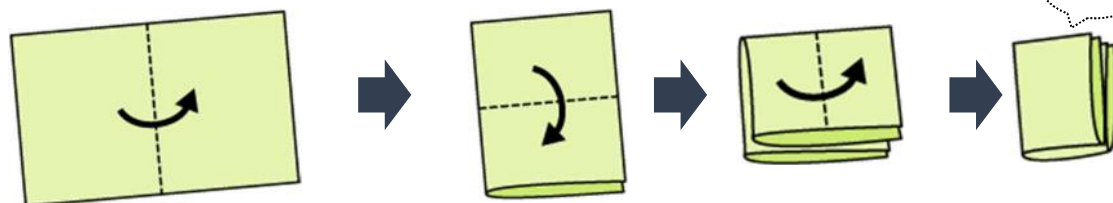
敷布団の上に敷毛布を敷いて、
① 敷毛布の上に敷シーツを敷きます。
 （毛布がある季節の場合）

② 敷シーツの上に掛シーツをかけ
 掛シーツの上に掛布団をかけます。

③ 枕は枕カバーに入れます。
 寒いときは、掛布団の上に毛布を
 かけます。

●寝具（掛布団・毛布）のたたみ方

【掛布団・毛布】

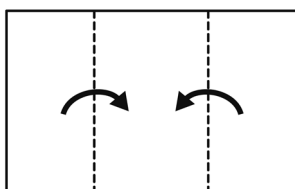


① 長い方を半分に折ります。

② さらに半分折ります。（2回目）
 〈掛布団はここまで〉

③ さらに半分に折ります。（3回目）
 〈毛布はここまで〉

【敷布団】



① 合わせ折を
 します。



できあがり！

部屋の管理

来たときよりも美しく

- ◇ 荷物はきれいに整頓しましょう。
- ◇ 退出するときは、電灯・暖房スイッチを忘れずにお切りください。

【退所日チェック項目】

- ☐ 部屋全体の清掃がしてある。
- ☐ 部屋の隅、出入口付近、靴箱にゴミ・ほこりが残っていない。
- ☐ 暖房の後ろや送風口に忘れ物やゴミ・ほこりが無い。
- ☐ 寝具の数を確認し、右図のように押入れに収納してある。
- ☐ 窓を閉め、カーテンは開けてベルトで束ねてある。
- ☐ ハンガーの数（布団組数×2本）がそろっている。
- ☐ 電灯・暖房スイッチが切ってある。

寝具の収納例（毛布がある場合）



7 食堂の利用方法

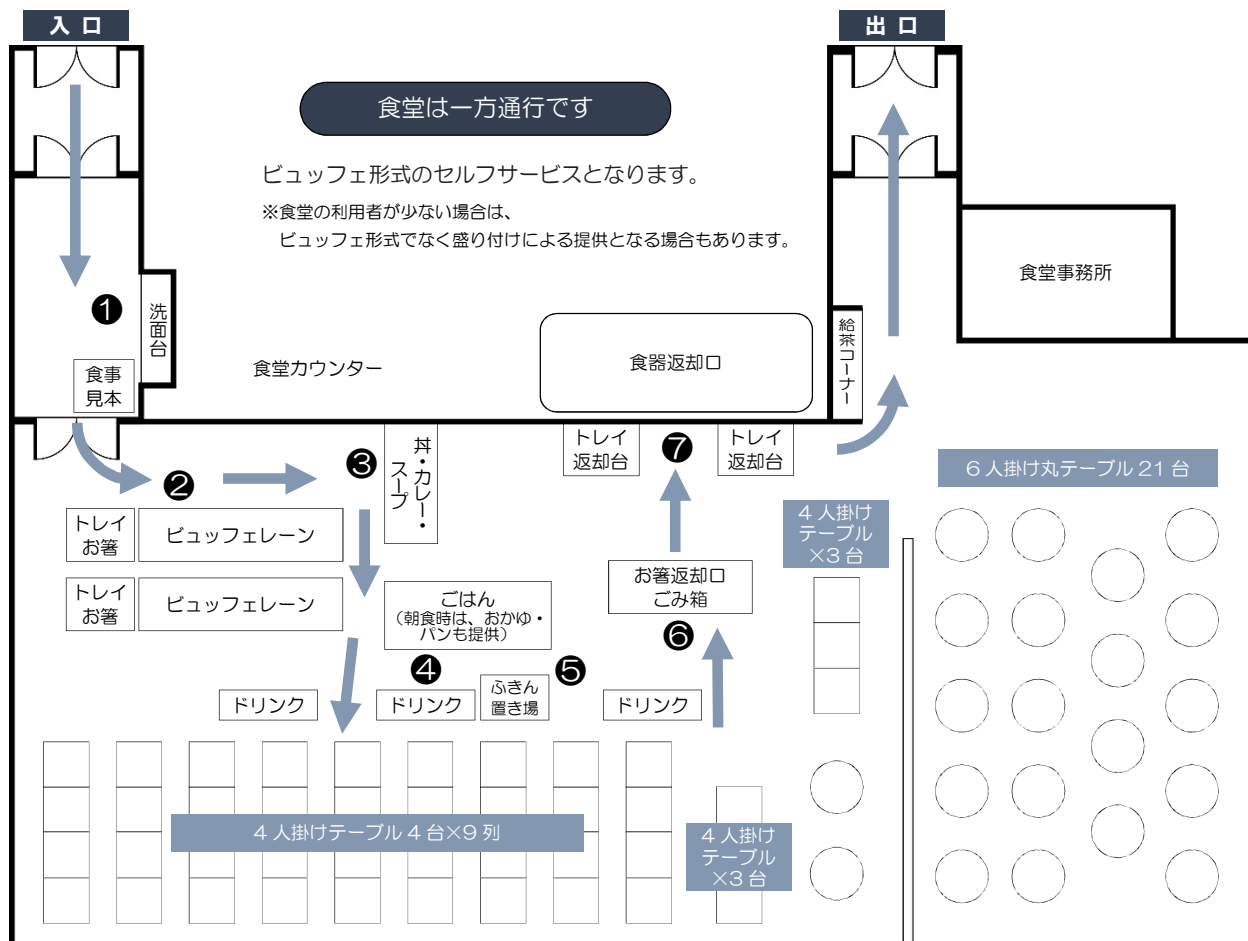
交流の家の食堂では、地元の特産品を使用しております。栄養バランスが良く、健康的でおいしく、特色のある料理を召し上がっていただくことに心がけ、宿泊中のお食事を楽しんでいただけるようなメニューをご用意しています。

【座席数】300 席

【営業時間】朝食 7:40~9:00 昼食 12:00~13:20 夕食 17:30~19:00

※混雑を避けるため、食堂入室時間は団体ごとに異なります。事前に案内した時間帯でのご利用をお願いします。

食堂の使い方



- ① 食堂に入る前に、洗面台できれいに手を洗いましょう。
- ② トレイ、お箸、お皿を取ります。ビュッフェレーンのおかずを順番に取ってください。
残飯がでないように自分にあった量をとりましょう。
- ③ メニューによって丼ぶり、カレー、スープ、麺類などもあるので、必要なものをお取りください。
- ④ ごはん、ドリンクは、セルフサービスです。
- ⑤ 食事が済んだら、テーブルをふきんで拭いてください。
※拭いた後のふきんは、使用済みふきん置き場に戻してください。
- ⑥ お箸、ゴミなどそれぞれ分別して片付けてください。
- ⑦ 食器は、返却口の水槽に入れてください。

利用上の注意点

※営業時間以外の食事・休憩はできません。

※ビュッフェで提供した物は、食堂から持ち出せません（ドリンク、ふりかけ、デザートなど）。また、持ち込みも禁止です。

※食物アレルギーなどがある方は、あらかじめ「食物アレルギー連絡表」を食堂にお送りください。当日は、食堂事務所で食事の内容を確認してください。

※メニューは、当施設ホームページからご確認ください。

※水筒へのお茶の補給を希望される場合、あらかじめ「食事申込書」にご記入ください。当日は、食堂出口付近の給茶コーナーで補給してください。

8 浴室の利用方法

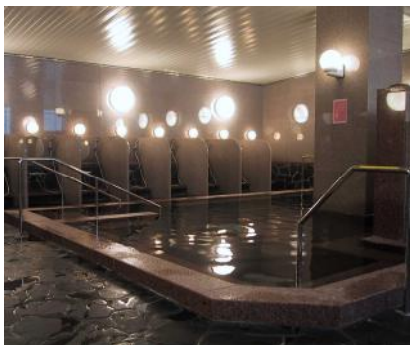
大浴室・中浴室・シャワー室等の使い方

- ◇ 清潔な状態を保つために、浴槽には体を洗ってから入ることや、タオルをお湯につけないなど基本的な入浴マナーを守るようお願いします。
- ◇ 浴室は滑りやすくなっています。足元に注意し、飛び込みは絶対にしないでください。
- ◇ せっけん・シャンプー・タオルは、各自でご用意ください。
- ◇ 脱衣場には、ドライヤーを備え付けていません。なお、ドライヤーを持参して宿泊棟の洗面所で使用するときは、電気の容量が限られているため、同時に2台までとします。
- ◇ 当日の利用状況によって、男・女の浴室が変わります。
浴室入口の男女別表示やびなのお知らせ板（食堂出口に設置）を確認してください。
- ◇ お風呂場は共有スペースです。繁忙期など混雑時には他団体と同時間帯に入浴することがあります。
- ◇ 利用者が少数の場合、時間帯を分けて中浴室を男女入れ替えでご利用いただく場合もあります。
- ◇ 共同浴室を利用できないときは、身体障害者用の浴室（引率者控室）、体育館シャワー室等があります。
ご利用の際は、事前に事務室までご相談ください。
- ◇ 小学校1年生以上の男子は男湯に、女子は女湯に入ってください。
それが難しいときは、シャワー室や個別風呂をご案内します。事務室まで相談してください。

	入浴時間	人数	シャワー数
大浴室	17:30~22:00 ※入浴時間を事前に調整します。	60人	25台
中浴室		40人	21台
セミナーハウス	標準生活時間内 (6:30~22:30) ※深夜の利用は ご遠慮ください。		女子浴室:2 男子浴室:1
体育館 シャワー室		男女 各8人	男女 各8台
文武伝承館 シャワー室		男女 各3人	男女 各3台

※大浴室・中浴室は、22:00から、浴室と脱衣場の点検・清掃を行います。

※指導者枠については、22:00~22:30の入浴が可能です。ご相談ください。



大浴室



脱衣場



身体障害者用の浴室（引率者控室）



9 生活にかかる料金について

※すべて消費税込み。
※料金は令和5年4月のものです。今後変更になることがあります。

施設使用料・シーツ等洗濯料

お問合せ：TEL (0854) -86-0319 (交流の家事務室)

利用区分	宿泊室タイプ	シーツ等洗濯料	施設使用料	講師室使用料	合計
青少年団体 ※1 ・幼稚園、保育園等の幼児教育団体 ・小・中・高等学校、専門学校、大学等の学校団体 ・子ども会、スポーツ少年団等の青少年団体 ・ファミリー (29歳以下の利用者と一緒の場合)	宿泊室利用	300円	無料		300円
	講師室利用 ※2			1,220円/1人1泊	1,520円 ※3
一般団体 (上記以外の団体)	宿泊室利用	900円/1人1泊			1,200円 ※3
	講師室利用 ※2			1,630円/1人1泊	2,830円 ※3

※1 グループ、サークル、官公庁、企業、ファミリー等が利用のときは、団体の利用目的・活動内容、利用者の年齢構成などにより

「青少年」か「一般」の判断をします。詳しくはお問合せください。

※2 講師室の利用は、外部講師・団体の代表者に限ります。原則1団体1部屋 (ツイン) です。

※3 宿泊数によって料金は変わります。

【寝具等の汚染について】

過失 (夜尿・生理・飲み物・傷等による血液の付着等) による汚染は、事務室でクリーニング代の請求書を発行するので、食堂事務所で支払手続きを行ってください。 (現金支払のみ)

※鼻血や病気による嘔吐で寝具を汚染された場合は、交流の家が負担します。

- ・掛布団 (カバー付) … 3,000円
- ・敷布団 (カバー付) … 3,000円
- ・布団カバー (掛・敷) … 各 410円
- ・ベットパット … 930円
- ・毛布 … 710円
- ・枕 (カバー付) … 各 250円

食費

お問合せ：TEL (0854) -86-0153 (食堂：コンパスグループ・ジャパン株式会社 三瓶店)

		中学生以上	小学生	幼児 (3歳以上)	幼児 (3歳未満)	数量変更	キャンセル
基本食 (ピュッフェ形式)	朝 食	570 円	520 円	380 円	無料 ※1	1 食前まで ※4	ご利用 初日の 1 週間前の 17:00 まで
	昼 食	750 円	720 円	500 円			
	夕 食	820 円	780 円	600 円			
	3 食合計	2,140 円	2,020 円	1,480 円			
行動食 ※5	パン弁当 (パン2つ フルーツ ジュース) ※朝・昼食用 ※2	480 円				前日 9:00 まで	
	おにぎり弁当 (2 個入) ※昼食用	500 円					
	おにぎり弁当 (3 個入) ※昼食用	600 円					
	幕の内弁当	600 円					
野外炊飯・アウトドアクッキング		P13 参照				3 日前まで	
特別食 ※3 (寄せ鍋・刺身盛り合わせなど)		1,700 円・2,300 円・3,400 円コース/お1人さま				5 日前まで	ご利用初日の 1 週間前の 17:00 まで
オードブル (1 皿 4～5 人分)		1,200 円・2,300 円・3,300 円コース/1 皿					

※1 基本食の場合、3歳未満の幼児は無料になります。保護者の食事を取り分けて食べてください。

※2 朝食用のパン弁当は、前日に受け取ることができます。

※3 特別食は、6人から受付します。予約は1週間前まで。内容はお相談ください。

※4 入所日の昼食の食数変更は、9:00 までに食堂事務所に連絡してください。

※5 スポーツドリンク、バックジュース、軽食用のおにぎり、菓子パン等もご用意できます。(要予約)

●食事は、予約制になります。

●食物アレルギーの方がいるときは、事前にお知らせください。食材からメニューまで、詳細にご相談します。

●ピュッフェ、弁当から野外炊飯に変更するときは、活動場所を確保するため、事前に相談が必要です。

●ご利用初日の1週間前の17:00 までにキャンセルの連絡がない場合でキャンセルしたときは、

キャンセル料として『ご予約いただいた食事に係る料金の30%』を徴収します。

●冬季 (11月~3月) のみ、日帰り利用の保育所・幼稚園限定の特別メニューとして「カレーセット」420円もあります。

●飲料水の保冷、熱中症予防、身体のアイシングやケア用の氷もご用意できます。(要予約)

野外活動教材費

お問合せ：TEL (0854) -86-0319 (交流の家事務室)

活動プログラム名	品名	内容	数量	料金
登山	登山用 携帯トイレ	※未使用は事務室に返却し、使用した分のみお支払い。	1 個	560 円
キャンドルのつどい	キャンドルのつどい(小ローソク)	小燭台用：ローソク小3号 ※1組 10本入り	1 組	50 円
	キャンドルのつどい(大ローソク)	ローソク大 100 号	1 回	700 円
ファイヤーstorm (ボンファイヤー)	ファイヤーセット	薪束(10束) + 灯油(2ℓ)	1セット	4,000 円
	トーチ	トーチ(着火剤2個)	1 本	50 円
牧場見学	ブーツカバー		1 組	160 円
野外炊飯	野外炊飯 薪	薪束(1束)	1 束	300 円
バーベキュー	バーベキュー 炭	木炭(中：2kg)	1 班	850 円
アウトドアクッキング	アウトドアクッキング 炭	木炭(大：2.7kg)	1 班	1,060 円
	バウムクーヘン 竹	竹	1 本	200 円
雪灯ろうづくり	雪灯ろうづくり(小ローソク)	ローソク小3号 ※1組 10本入り	1 組	50 円
【野外炊飯用具】 ※スポンジ、ふきん、新聞紙、うちわ、軍手等の消耗品は、各団体でご用意ください。以下の物品は、購入が可能です。 ●スポンジ 1個…60 円 ●ふきん 1枚…100 円 ●着火剤 1個…200 円 ●軍手 1双…70 円 ●カセットボンベ(貸出)…140 円				

野外活動食材費

お問合せ：TEL (0854) -86-0153 (食堂：コンパスグループ・ジャパン株式会社)

●野外炊飯・バーベキューのご注文は、**4人分**からご予約可能です。

	活動プログラム名	内容	数量	料金
野 外 炊 飯	ビーフカレー	米（100g）、カレールー、牛肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、油（牛脂）、福神漬け、デザート	1 人分	720 円
	すき焼き風煮	米（100g）、牛肉、玉ねぎ、白菜、しらたき、えのき、白ネギ、油（牛脂）、調味料、デザート		
	焼きそば	米（100g）、麺、豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、焼きそばソース（粉末）、卵、油（牛脂）、ベーコン、調味料、デザート		
	豚汁	米（100g）、豚肉、大根、人参、じゃが芋、こんにゃく、玉ねぎ、白ネギ、味噌、油あげ、調味料、デザート		
バーベキュー	炊飯バーベキュー	米（100g）、バーベキューセット（牛肉 150g・ポークウィンナー・玉ねぎ・ピーマン・キャベツ）、焼肉のたれ、デザート	1 人分	930 円
	おにぎりバーベキュー	おにぎり 1 個、バーベキューセット（牛肉 150g・ポークウィンナー・玉ねぎ・ピーマン・キャベツ）、焼肉のたれ、デザート ※おにぎり追加 1 個 130 円		990 円
	ごはんバーベキュー	ごはん（食堂で炊いたごはん 1 人分 220g）、バーベキューセット（牛肉 150g・ポークウィンナー・玉ねぎ・ピーマン・キャベツ）、焼肉のたれ、デザート		950 円
【バーベキューオプション】※オプションのみ（肉・野菜セット）の注文はできません。 ● 米（炊飯用）100g……80 円 ● おにぎり 1 個……130 円 ● ご飯 220g……100 円 ● 肉のみ 100g……290 円 ● 野菜セット 5 人分から……900 円 ● 焼きマッシュマロ マッシュマロ 32 個、クラッカー42 枚……500 円				

	活動プログラム名	内容	数量	料金
ア ウ ト ド ア ク ク キ ン グ	ダ ッ チ オ ー フ ン	ピザ	1 セット ※中サイズ3枚程度	1,850 円
		ローストチキン	1 セット ※5~6人分	2,400 円
		ホワイトシチュー	1 セット ※4~5人分	2,200 円
		さんべはなまるパン	1 セット ※4~5人分	750 円
	バウムクーヘン	ホットケーキミックス、卵、マーガリン、砂糖、牛乳 ※1グループ6~8人程度	1 セット ※6~8人分	1,400 円
【アウトドアクッキングオプション】 ●焼きマッシュマロ マッシュマロ32個、クラッカー42枚…500 円				

創作活動教材費

お問合せ：TEL (0854) -86-0319 (交流の家事務室)

活動プログラム名	内容	数量	料金
木工キーホルダー	ぼうの木輪切り 1 個、ひも 1 本 (こげ茶 40cm)、木のパーツ数個、動眼 8mm	1 セット	200 円
木の葉のスタンプバッグ	巾着袋	1 セット	250 円
焼き板	杉斜め輪切り、ヒートン、麻ひも 1 本 (50cm)	1 セット	400 円
まが玉づくり	滑石、紙やすり、ひも	1 セット	270 円

研修指導員(外部講師)による指導料

お問合せ：TEL (0854) -86-0319 (交流の家事務室)

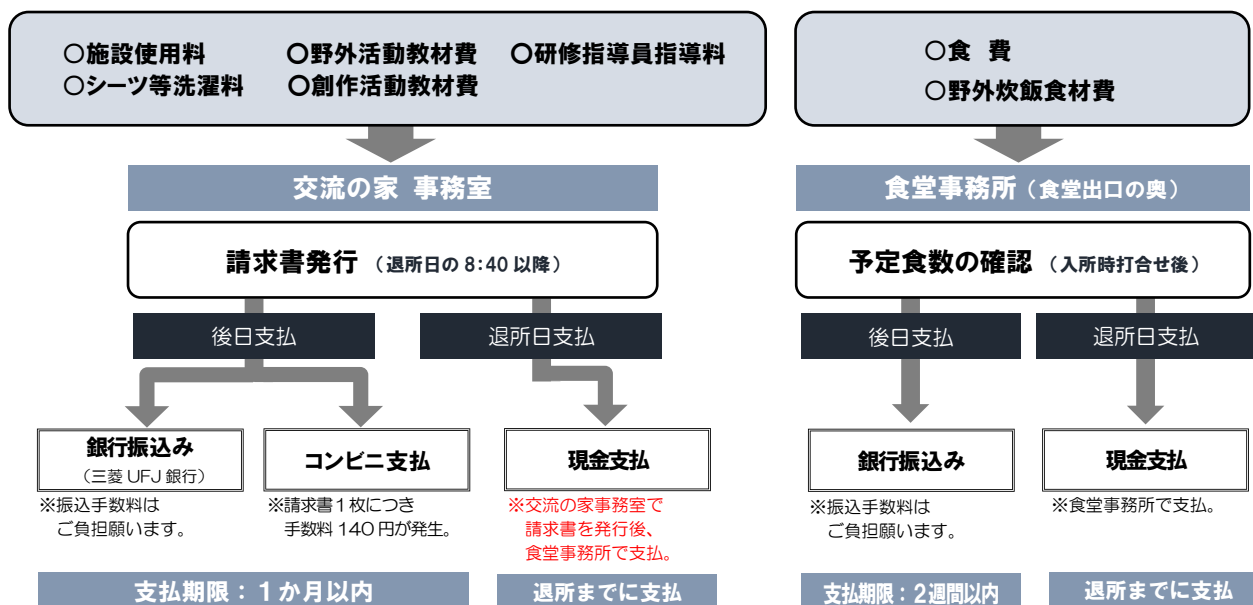
活動プログラム名	人数 (1 グループ)	指導時間	指導料 (1 人あたり)
登山 (女三瓶登山)	30 人程度	3~4 時間	13,200 円
登山 (男三瓶登山)		4~5 時間	17,600 円
登山 (縦走登山)		5~6 時間	22,000 円
登山 (全山登山)		6~7 時間	24,200 円
歩くスキー (クロスカントリースキー)	20 人程度 (幼児 15 人)	3 時間	8,800 円
自然観察	20 人程度	3 時間	6,600 円
天体観察	50 人程度		
ファイヤーストーム (ボンファイヤー)	要相談		
キャンドルのつどい	要相談		
ボルダリング	10 人程度	2~3 時間	6,600 円
茶道	20 人程度		

※指導料は、研修指導員 1 人あたりの料金です。

※研修指導員の人数については、ご相談ください。

※歩くスキー (クロスカントリースキー) を午前と午後行う場合は、17,600 円となります。

施設等利用料金のお支払方法について



- 支払の取扱場所については、食事及び活動内容等により 2 か所に分かります。お手数をかけますが、上の図を参考によりしくお願いします。
- 請求書については、「児童生徒用」「引率者用」「カメラマン用」などに、分割して発行することも可能です。退所日までに出してください。
- 事務室での請求書発行は、内容確認に時間を要する場合があるので、ゆとりを持って事務室にお越しください。
- 後日、振込み等でお支払の場合、領収書の発行は行いません。金融機関等の振込明細書をもって、領収書の発行に代えるのでご注意ください。

10 医療体制について

※医療機関の受診が必要となった場合は、当施設から該当医療機関に連絡をします。

- ・医療機関への搬送や付き添いは、団体をお願いします。
- ・健康保険証をご持参ください。

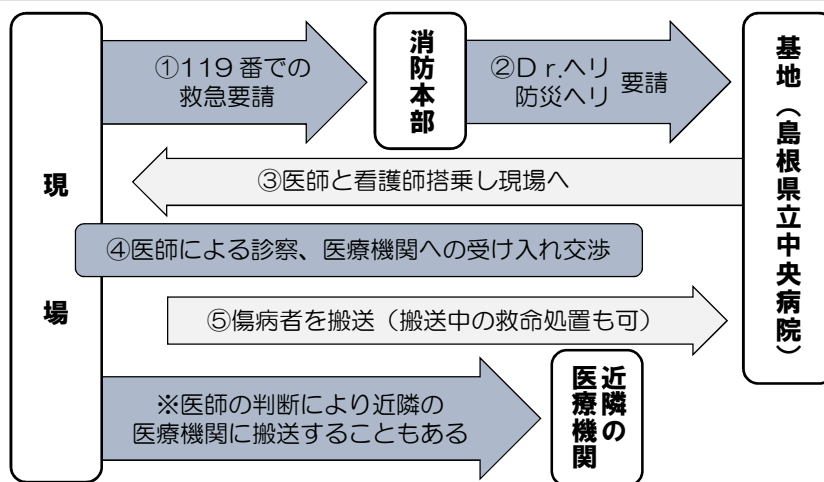
※救急車の要請について

けが・病気等の状態により、緊急の場合は、直接「119番」に通報の上、職員にお知らせください。

〈団体から要請があるときは、当施設から通報します。〉

必要なときは、ドクターヘリ・防災ヘリによる迅速な対応も可能です。

救急要請からドクターヘリ・防災ヘリによる医療機関への搬送までの流れ



近隣の医療機関について

大田市国民健康保険		
●池田診療所	車で約10分(8km)	TEL(0854) 83-3084
●大田市立病院	車で約30分(21km)	TEL(0854) 82-0330
●昭和医院	車で約30分(20km)	TEL(0854) 82-3492
●生越整形外科クリニック	車で約30分(21km)	TEL(0854) 82-6161
●上垣外科医院	車で約25分(20km)	TEL(0854) 82-0270
●川上医院	車で約25分(18km)	TEL(0854) 82-0296
●ニコライ歯科医院	車で約30分(21km)	TEL(0854) 82-3322
●飯南病院	車で約40分(32km)	TEL(0854) 72-0221
●島根大学医学部附属病院	車で約50分(45km)	TEL(0853) 23-2111
●島根県立中央病院	車で約60分(50km)	TEL(0853) 22-5111

交通機関

●JR大田市駅	(JR、JRバス)	TEL(0854) 82-0891
●石見交通(株)大田営業所	大田市内(バス)	TEL(0854) 82-0662
●三瓶観光タクシー	志学(タクシー)	TEL(0854) 83-2238
●日本交通(株)大田営業所	大田市内(タクシー)	TEL(0854) 82-0456
●富士第一交通(株)	大田市内(タクシー)	TEL(0854) 82-0660
●出雲縁結び空港		TEL(0570) 025-071

緊急機関

●大田警察署	大田市長久町長久ハ7-1	TEL(0854) 82-0110
●大田消防署	大田市大田町大田イ1-1	TEL(0854) 82-0650
●大田消防署三瓶出張所	大田市三瓶町志学2075	TEL(0854) 83-2253
●県央保健所	大田市長久町長久ハ7-1	TEL(0854) 84-9800



11 活動プログラムの紹介

当施設では、様々な活動プログラムを体験することができます。活動計画を作成する際にご活用ください。
なお、より効果的に活動プログラムを取り入れていただくため、当施設ホームページにプログラムの詳細を掲載している
ので、事前にご確認ください。プログラムの作成や指導等でご不明な点があるときは、お気軽にご相談ください。

指導形態の
記号について

- ◎…研修指導員（外部講師）による指導が可能〈有料〉 ○…職員が指導を行うことが可能
△…職員が活動の説明を行う ●…自主活動（用具の貸出・担当者への説明のみ）

※すべて消費税込み ※料金は令和5年4月のものです。今後変更になることがあります。

自然体験活動の紹介

	活動プログラム名	時間	人数	対象	時期	場所	指導形態	活動内容
01	登山	3～7 時間	制限なし	幼児～	無雪期（4月～11月）	三瓶山 全域	◎△	・姫逃池コース（約 80 分～120 分） ・名号コース（約 90 分～130 分） ・東の原コース（約 60 分～70 分）※リフト有 ・西の原コース（約 100 分～140 分） ・縦走コース（約 4 時間～6 時間） ※利用予定団体向けに事前登山研修会を実施しています。 https://sanbe.niye.go.jp/workshop/
02	オリエンテーリング	2～3 時間	400 人	小学生～		周辺	△	地図を頼りに、森の中のポストを時間内にいくつ探することができるかを競うアクティビティです。
03	ピクチャーオリエンテーリング	1～2 時間	200 人	制限なし			△	地図を頼りに、森の中にかくれている「さんべの生きもの」を時間内にいくつ探することができるかを競うアクティビティです。
04	自然観察・ハイキング	1～4 時間	20 人				◎●	自然観察希望の場合、 <u>研修指導員に指導依頼も可能です。（P14 参考）</u>
05	ネイチャートレイリング	1～3 時間					△	地図を頼りに、森の中の観察ポイントの問題に答えながら、ゴールをめざす三瓶オリジナルプログラムです。※1 グループ 20 人程度
06	自然あそび	1～3 時間					●	森を歩き、自然の中にあるものを使ってビンゴゲーム（フィールドビンゴ）をすることができます。
07	ナイトハイキング	30 分～ 2 時間					●	夜の森を歩き、昼間は感じなかった地面の柔らかさや動物の気配を感じることができます。積雪時はスノーシューやかんじきを履いて行うことも可能。
08	天体観察	1～3 時間		制限なし	幼児～	通年	つどの広場 三瓶自然館	◎●
09	歩くスキー （クロスカントリースキー）	3～6 時間	400 人	積雪期（1月～3月中旬）		つどの広場 常設コース	◎△	歩くスキー用具貸出無料 ※スキーウェアの貸出はありません <u>研修指導員に指導依頼も可能です。（P14 参考）</u>
10	スノーシュー・ かんじきハイキング	3～6 時間	100 人			周辺	◎△	スノーシュー・かんじき貸出無料 自然観察希望の場合、 <u>研修指導員に指導依頼も可能です。（P14 参考）</u>
11	そりあそび・雪あそび	1～3 時間	40 人			コース 周辺	△●	そり・スコップ等、貸出無料
12	雪灯ろうづくり	1～2 時間	50 人			周辺	△●	バケツで雪の灯ろうを作ります。 ※ろうそく 1 組 10 本 50 円
13	雪像づくり	2～3 時間	80 人			営火場 周辺	△●	雪をかためて、好きな形にけすって雪像を作ります。
14	イグルー （バケツかまくら）作り	2～3 時間	50 人				△●	バケツでかためた雪を積んで、イグルー（かまくら）を作ります。



歩くスキー



登山



オリエンテーリング

人間関係づくりプログラムの紹介

	活動プログラム名	時間	人数	対象	時期	場所	指導形態	活動内容
15	SAP (Sanbe Adventure Program)	2～3 時間	クラス単位 (40 人)	小学生～	通年	講堂 体育館 剣道場 柔道場	○	交流の家職員がファシリテーター（活動支援者）となり、アクティビティを通して、仲間と楽しく学び、グループの在り方を考えていきます。 ※雨天時の代替プログラムには不可 ※日帰り利用は不可 ※40 人以上は要相談

スポーツ・レクリエーションの紹介

	活動プログラム名	時間	人数	対象	時期	場所	指導形態	活動内容
16	キャンドルのつどい	1～2 時間	400 人	幼児～	通年	講堂 体育館 剣道場	◎△	ろうそくの炎を囲み神秘的な雰囲気の中で親睦を深めます。 <u>研修指導員に指導依頼も可能です。(P14 参考)</u>
17	ファイヤーストーム (ボンファイヤー)	1～2 時間	400 人		無雪期 (4 月～11 月)	営火場	◎△	火を囲みゲームや歌など、仲間との交流・交歓を深めます。 <u>研修指導員に指導依頼も可能です。(P14 参考)</u>
18	KAPLA (カブラ)	1～3 時間	150 人		通年	講堂 体育館 剣道場	△	たった 1 種類の板から、イメージしたものを何でも作れる「魔法の板」を使った活動です。
19	サイクリング	3～6 時間	60 人	小学校 3 年生～	無雪期 (4 月～11 月)	周辺 コース	△	自転車貸出無料 ※両足が地面に着かない場合は貸出できません。
20	グラウンドゴルフ	2～3 時間	50 人	小学生～		グラウンド	△	ボールをスティックで打って、ホールに入れる球技です。
21	スナッグゴルフ	2～3 時間	50 人			周辺 グラウンド	△	子供や、ゴルフ初心者でも誰もが楽しむことができる生涯スポーツです。
22	キンボール	1～2 時間	36 人	小学生 中学年～	通年	講堂 体育館 剣道場 柔道場	△	アドバルーンのようなボールを床に落とさないよう、チームで協力し合う競技です。
23	スポーツ雪合戦	2～3 時間	30 人	小学生～				△
24	KUBB (クップ)	1～2 時間	20 人			講堂 体育館 剣道場 柔道場	△	木製のバトンを投げてブロックを倒す芝生ゲームです。※屋内でも実施可能です。
25	ドッチビー	1～2 時間	100 人	幼児～		つどいの広場	△	ソフトディスクを使用して行うドッジボール形式のゲームです。
26	カローリング	1～2 時間	30 人	小学生～		講堂 卓球場 体育館 剣道場 研修室	△	氷上で行うカーリングをフロアで手軽にできるように考えられたスポーツです。
27	バウンスボール	1～2 時間	36 人	幼児～		講堂 体育館 剣道場 柔道場	△	柔らかいボールを素手で打ち、相手のコートの枠内に返すテニスのようなスポーツです。
28	室内オリエンテーリング	1 時間～	100 人			施設内	△	施設内でできるオリエンテーリングです。
29	タグラグビー	1 時間～	40 人	小学生～		講堂 体育館 剣道場 柔道場	●	腰につけた札 (タグ) を取り合いながら行うラグビーです。
30	ボルダリング	1 時間～	20 人	経験者のみ 小学生～		卓球場	◎●	用具持参。安全管理のため、1 人での使用は不可。 ※貸靴有 ※初心者の方は研修指導員の指導が必要。
31	チャレンジ・ウォールキッズ	1 時間～	20 人	幼児～		キッズ ルーム	△●	子供用のボルダリングです。
32	森のわんぱく広場	1 時間～	20 人		無雪期 (4 月～11 月)	●	つどいの広場横にある ミニアスレチック広場です。	
33	チャレンジ・ザ・ゲーム	2～3 時間	50 人	小学生～	通年	講堂 体育館	△●	仲間づくりを意識したいいくつかのゲームができます。



SAP



キャンドルのつどい



キンボール

防災・減災プログラムの紹介

	活動プログラム名	時間	人数	対象	時期	場所	指導形態	活動内容
34	なますの学校 (防災カードゲーム)	2時間 ～半日 または 1日	60人	小学校 中学年～	通年	講堂 体育館 剣道場 柔道場	△	災害で発生するトラブルを解決するのに最もふさわしいアイテムを考えるゲームです。カードゲーム後は、アイテムを使って避難時や避難所での使い方を体験する実習を行います。カードゲームのみの体験もできますが、実習を加えるとより効果的です。 ※実習に必要な用具・材料の一部を持参していただくと、より充実します。

地域連携プログラムの紹介

	活動プログラム名	時間	人数	対象	時期	場所	指導形態	活動内容・必要経費
35	牧場見学（乳牛）	約2時間 移動時間 徒歩約10分	30人	幼児～		福間牧場 (大田市山口町)	○	交流の家近隣の牧場に見学に行き、牧場の方のお話を聞きます。 ・ブーツカバー1組 160円
36	やまめ・いわなの 養殖場見学	約1時間 移動時間 車で約10分	50人	幼児～		やましろ屋 (大田市三瓶町)	○	養殖場の見学に行きます。 釣りやつかみ取り、塩焼きを体験することもできます。〈有料〉
37	神話めぐり	約2～3時間 移動時間 車で約40分	25人	小学校 高学年～		大田市五十猛町	○	ガイドの方の説明を聞きながら、神話にまつわる場所をめぐります。 ・ガイド料1グループ 1,000円、資料代100円 ※火・木・土・日のみ実施可能
38	森林教室	約2～3時間	30人	小学生～		交流の家周辺	○	森林管理署の職員が指導します。 森林についての話を聞くことができます。
39	石見銀山学習	約3～6時間 移動時間 車で約40分	30人	小学校 中学年～		大田市大森町	○	《石見銀山プログラム》 熊谷家住宅での田舎暮らし体験。 石見銀山町並み散策。 ※学校団体のみ石見銀山基金・補助金申請可 (詳細は交流の家にお問い合わせください)
40	博物館学習	約1～2時間 (天候観1時間) 移動時間 徒歩約5分	200人	幼児～		三瓶自然館 (サヒメル) (大田市山口町)	●	施設見学。学芸員による自然観察・天体観察。※入館料必要
41	電子部品製造 工場の見学	約2時間 移動時間 車で約30分	30人	小学校 高学年～		出雲村田製作所 イワミ工場 (大田市波根町)	○	出雲村田製作所イワミ工場で生産されている電子部品を活用した科学実験の体験や、ロボットの実演を見学します。
42	木工体験	約1～2時間 移動時間 徒歩約7分	20人	幼児～		三瓶こもれびの広場 木工館 (大田市山口町)	●	木工作品の製作ができます。 ※教材費必要
43	歴史・環境学習	約2～3時間 移動時間 車で約10分	50人	小学生～		さんべ縄文の森 ミュージアム (大田市三瓶町)	●	施設見学。※入館料必要
44	環境学習・ クラフト体験	約1～2時間 移動時間 車で約40分	20人	幼児～		仁摩サンド ミュージアム (大田市仁摩町)	●	施設見学。クラフト製作。 ※入館料・教材費必要
45	日本遺産学習 (石見神楽)	約1時間	15～ 200人	幼児～				交流の家講堂での神楽上演。 大田市観光協会に申込みが必要。 (詳細は交流の家にお問い合わせください)



工場見学（出雲村田製作所イワミ工場）



石見銀山学習（熊谷家住宅）



博物館学習（島根県立三瓶自然館サヒメル）

野外炊飯・アウトドアクッキングの紹介

● 野外炊飯用具・食器等は貸出しています。

- 【団体で用意するもの】・スポンジ（各班 2～3 個） ・ふきん（各班 2～3 枚）
 ・点火用マッチ（ライター） ・着火剤 ・新聞紙（焚き付け用） ・うちわ ・軍手
 ※購入可能：スポンジ、ふきん、着火剤、軍手、カセットボンベ（貸出）（P13 参照）

※3 月・11 月の野外炊飯は昼食のみの実施です。

※1 班（グループ） 4～10 人程度 最大 10 人×25 班

	活動プログラム名	時間	人数	対象	時期	場所	指導形態	必要経費（P13 参考）
46	ビーフカレー	4～5 時間	250 人	小学生～	3 月中旬～11 月	野外炊飯場 クラフト棟 森の家	△	・食材費 720 円（1 人あたり） ・教材費 薪 300 円（1 班）
	すき焼き風煮							
	焼きそば							
	豚汁							
47	炊飯バーベキュー	4～5 時間	250 人	小学生～	3 月中旬～11 月	野外炊飯場 クラフト棟 森の家	△	・食材費 930 円（1 人あたり） ・教材費 薪 300 円（1 班）、 炭 850 円（1 班） 着火剤 200 円（1 班）
	おにぎりバーベキュー							・食材費 990 円（1 人あたり） ・教材費 炭 850 円（1 班） 着火剤 200 円（1 班） ※おにぎり追加 1 個につき 130 円
	ごはんバーベキュー							・食材費 950 円（1 人あたり） ・教材費 炭 850 円（1 班） 着火剤 200 円（1 班）
48	ピザ	4～5 時間	250 人	小学生～	3 月中旬～11 月	野外炊飯場 クラフト棟 森の家	△	・食材費 1,850 円（1 セット） ・教材費 炭 1,060 円（1 班） 着火剤 200 円（1 班） ※カセットボンベ、アルミホイルが必要。
	ローストチキン							・食材費 2,400 円（1 セット） ・教材費 炭 1,060 円（1 班） 着火剤 200 円（1 班）
	ホワイトシチュー							・食材費 2,200 円（1 セット） ・教材費 炭 1,060 円（1 班） 着火剤 200 円（1 班）
	さんべはなまるパン							・食材費 750 円（1 セット） ・教材費 炭 1,060 円（1 班） 着火剤 200 円（1 班） ※アルミホイルが必要。
49	バウムクーヘン	3 時間						・食材費 1,400 円（1 セット） ・教材費 炭 1,060 円（1 班） 竹 200 円（1 班） 着火剤 200 円（1 班）



創作・文化活動の紹介

	活動プログラム名	時間	人数	対象	時期	場所	指導形態	活動内容
50	木工キーホルダー	1 時間	70 人	幼児～	通年	研修室	△●	輪切りの木材に絵や文字などを描き、オリジナルキーホルダーを作ります。 ※周辺散策など、他のプログラムと組み合わせ、木の実や枝を拾い、飾りつけることもできます。
51	木の葉のスタンプバッグ	1～2 時間	40 人				△●	交流の家周辺で採取した葉っぱを用いてオリジナルバッグを作成します。
52	焼き板	2～3 時間	20 人	小学生～		クラフト棟 研修室	△●	杉板を使って、好きな絵や字を描き自分だけのオリジナルプレートを作ります。 ※周辺散策など、他のプログラムと組み合わせ、木の実や枝を拾い、飾りつけることもできます。
53	まが玉づくり	2 時間	70 人			研修室	△●	滑石（かっせき）というとても軟らかい天然の石を使って製作します。
54	茶道	2～3 時間	20 人			伝統文化 稽古室（茶室）	◎●	日本の伝統文化のひとつ「茶道」を体験できます。 白い靴下（足袋の代わり）を履いてください。
55	映画鑑賞	1 時間～	400 人	幼児～		研修室 講堂	●	DVD 貸出可



木の葉のスタンプ



焼き板



まが玉

活動プログラム例

● 学校の集団宿泊体験活動

プログラム例 1 (おすすめ季節:春～秋 2泊3日)																	
	6:30	7:00	7:20	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00
1 日目				入所式・オリエンテーション	野外炊飯					オリエンテーション	タペス	夕食	天体観察 サヒメル	入浴	ふりかえり	就寝	
2 日目	起床	朝のひととき	清掃・朝食	登 山							タペス	夕食	ファイヤー ストーム	入浴	ふりかえり	就寝	
3 日目	起床	朝のひととき	清掃・朝食	カブラ			昼食	地域連携プログラム 牧場体験		退所式							

● 幼稚園・保育所お泊り

プログラム例 2 自然の中で感性を育てたい！（おすすめ季節:春～秋）																		
	6:30	7:00	7:20	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	
1 日目						入所・オリエンテーション	昼食	自然あそび					タペス	夕食	天体観察 サヒメル	入浴	就寝	
2 日目	起床	朝のひととき	清掃・朝食	木の葉のスタンプバッグ			昼食	退所										

12 貸出物品について

視聴覚用具	数量	保管場所
プロジェクター	5	事務室
ワイヤレスアンプ	5	事務室
CD デッキ	8	事務室
スピーカーセット	2	事務室
DVD デッキ	2	事務室
ブルーレイデッキ	1	事務室
コードリール	6	事務室・体育館
移動式スクリーン	2	教材室・第5研 セミナーハウス
拡声器	3	事務室
移動式ホワイトボード	4	教材室
天体望遠鏡	2	教材室
書画カメラ（実物投影機）	2	事務室
延長コード		事務室

音楽関係	数量	保管場所
ハンドベルセット	2	音楽室
移動式スピーカー	6	音楽室
譜面台	49	音楽室
ピアノ（常設）	1	音楽室・講堂
電子ピアノ	2	音楽室
エレクトーン	1	音楽室

登山用具	数量	保管場所
登山用ポール	40	事務室
熊鈴	多数	事務室
双眼鏡	32	事務室
登山用ロープ	7	事務室
オリエンテーリング用コンパス	260	事務室
テンチョ（トイレ用テント）	4	事務室
登山用ザック	22	講堂下
バードウォッチング用スポッティングスコープ	1	事務室

その他用具等	数量	保管場所
カブラ（1箱約1,000ピース入）	30	講堂 他
野外炊飯用具一式（3月～11月まで）	25	野外炊飯場
電子ホイッスル	3	事務室・伝承館
バインダー	50	事務室
保温ポット	3	事務室
笛	8	事務室
カルタ		事務室
将棋		事務室
オセロ		事務室
ジェンガ		事務室
ドライヤー	6	事務室
布団クリーナー	4	事務室

スポーツ用具（屋外）	数量	保管場所
クップ（屋外用）セット	2	事務室
テニスラケット	25	グラウンド倉庫
ラインカー	2	グラウンド倉庫
ソフトボール用グローブ	多数	グラウンド倉庫
ブラシ（コート整備用）	5	グラウンド倉庫
金属製トンボ	24	グラウンド倉庫近
自転車（大人用）	70	自転車倉庫
マウンテンバイク（子供用）	17	自転車倉庫
スナッグゴルフセット	8	講堂下
グラウンドゴルフセット	12	講堂下
ベタンク（屋外用）	1	講堂下
サッカーゴールネット		グラウンド倉庫
フットサルゴールネット		グラウンド倉庫
テニスコートネット		グラウンド倉庫

スポーツ用具（屋内）	数量	保管場所
卓球ラケット	18	卓球場・事務室
バレーボール	6	体育館
バスケットボール ミニバスケットボール	19	体育館
その他ボール	9	体育館
綱引き(38m)	1	体育館
得点板	4	体育館
電子タイマー	5	体育館・伝承館・講堂
ミニカラーコーン	100	事務室・体育館
ビブス（ゼッケン）	100	体育館・事務室
バドミントンラケット	40	体育館・事務室
クップ（屋内用）セット	2	事務室
Xロープバトルセット	5	事務室
ドッチビー（L:10枚 M10枚）	20	事務室
キンボールセット	2	事務室
カローリングセット	2	卓球場
バウンスボール	12	事務室
弓道巻藁（台：6台）	10	弓道場
大縄 約25m（6本）約10m（2本）	8	体育館
ボルダリングシューズ	20	卓球場
タグラクビー ベルト70cm 40セット ベルト90cm 40セット	4	事務室

ウィンタースポーツ用具	数量	保管場所
歩くスキーセット	400	講堂下
スノーシューセット	95	講堂下
かんじきセット	95	講堂下
雪そり	110	講堂下
スコップ	97	講堂下
バケツ	56	講堂下
雪玉製造機（プラスチック）	20	講堂下



13 設備の案内

食 飲食可能

当施設には、次のような研修室・設備・用具があります。皆さんの研修目的に応じて活動をご計画ください。
利用を希望する施設・設備・用具は、あらかじめ当施設にお申し込みください。
研修施設を使用した後は、清掃を行ってください。

研修室



- ・オリエンテーション室 (定員 100人)
- ・第1研修室 (定員 20人)
- ・第2研修室 (定員 32人)
- ・第3研修室 (定員 32人)
- ・第5研修室 (定員 80人)
- ・第6研修室 (定員 100人)
- ・第7研修室 (定員 70人)
- ・第8研修室 (定員 32人)
- ・第9研修室 (和室) 21畳 **食**
- ・第10研修室 (定員 32人) **食**
- ・第11研修室 (定員 70人) **食**



【多目的ホール】
マット敷 (10×7m)



音楽室



定員 60 人
カーペット敷・ピアノ常設

講堂



定員 400 人 (19×16m)
ステージ付・ピアノ常設・放送設備

クラフト棟



2 棟、定員 30~60 人
創作活動や雨天時での野外炊飯
喫食に活用可能 **食**

教育・
研修関係

体育館



- 【1F】(37×26m)
放送設備
バレーボール (2面)
バスケットボール (1面)
ミニバスケットボール (2面)
バドミントン (4面)
室内テニス (1面)
ドッチボール (2面)
卓球台 (23台)
クライミングウォール
室内ゲートボール (2面)
シャワー室 (男女各8か所)
※体育館シューズが必要

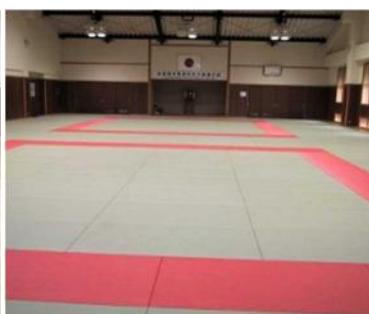


- 【2F卓球場】(13×10m)
卓球台 (4台) ボルダリングボード
【2Fキッズルーム】

文武伝承館



【剣道場】(26×16m)
(2面)・柔道場としても使用可能



【柔道場】261 畳
(2面)・剣道場としても使用可能



【弓道場】
6人立
射場 110㎡
的場 61㎡
弓道室 36㎡



【伝統文化
稽古室】
書院式茶室
草庵式茶室

【学習室】
(定員 38人)

宿泊室



【宿泊室（洋室）】

定員 252 人
 ・4人用……60 室
 ・3人用……2 室
 ・3人用（リーダー室）……2 室



【宿泊室（和室）】

12 畳8人用 19 室

【M（ミーティング）室】

6 畳・和室、4 人用6 室

【宿泊棟談話室】

12 畳カーペット敷、6 室

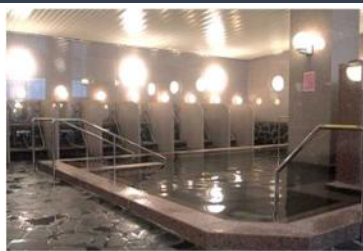
食 堂



定員 300 人・ビュッフェ方式

食

浴 室



大浴場：定員60 人（シャワー25か所）
 中浴場：定員40 人（シャワー21か所）

洗濯・物干場



男女別に2か所 全自動洗濯機、乾燥機

つどいの広場



周辺の林間を含め、多目的に使用可能

グラウンド



10,000 m²
 サッカー（ゴールポスト2対・1面）
 ラグビー（1面）、ソフトボール（1面）
 ゲートボール（10面）、グラウンドゴルフ

テニスコート



4面・オムニコート
 ※コート用シューズが必要

【ミーティング棟】

放送設備、倉庫、トイレ

野外炊飯場



5 棟 定員 250 人

食

営火場



2か所 定員 600 人
 第1 営火場（400 人）、第2 営火場（200 人）

森のわんぱくひろば



セミナーハウス



1 棟 定員 30～40 人
 和室 8 室、ふれあいホール 1 室（9×7m）
 浴室（男女 1 か所ずつ）、トイレ、洗面所
 ※10 人以上からご利用できます。

食

その他の施設

【保健室】1 室 2 床

【講師棟】ツイン4 室 食
 バス、トイレ、テレビ、エアコン付

【ラウンジ】定員 30～40 人
 テレビ、新聞、雑誌、情報誌、
 展示物、「えほんのもり」

【引率者控室】食

和室 10 畳、身障者用浴室

・森の家（土間スペース）食

・駐車場（大型バス3台・普通車 85 台）

・郵便ポスト

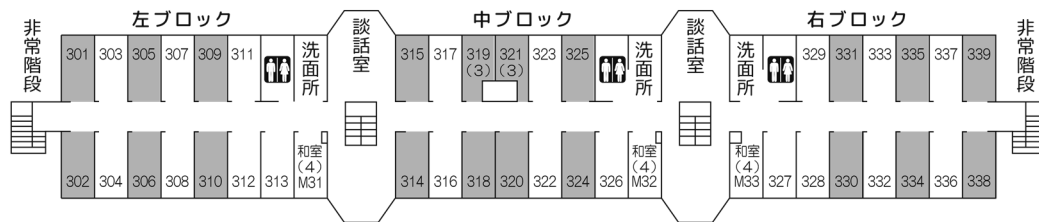
・コインロッカー（無料）

・三瓶周辺地形模型

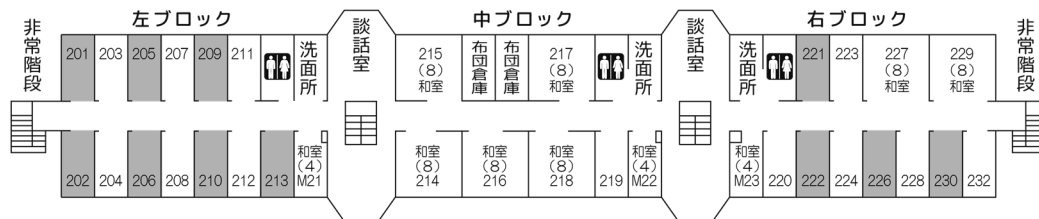
・自動販売機コーナー 食

14 宿泊棟・研修棟 案内図

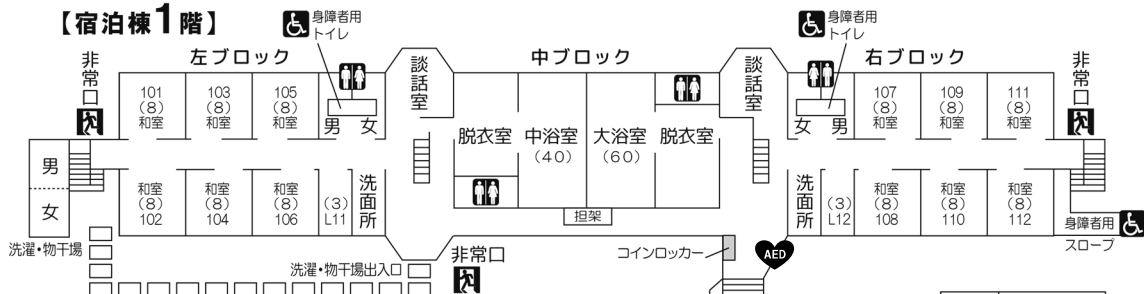
【宿泊棟3階】



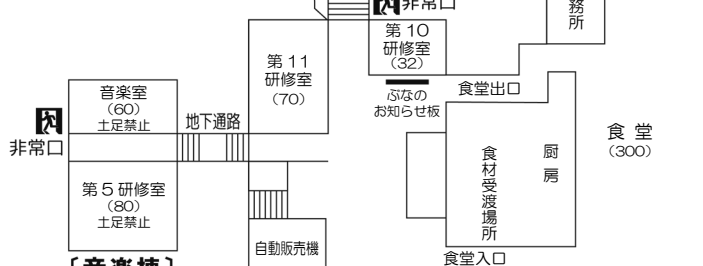
【宿泊棟2階】



【宿泊棟1階】



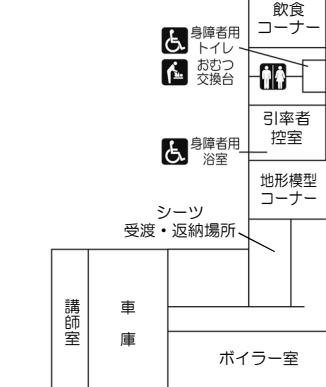
【研修棟1階】



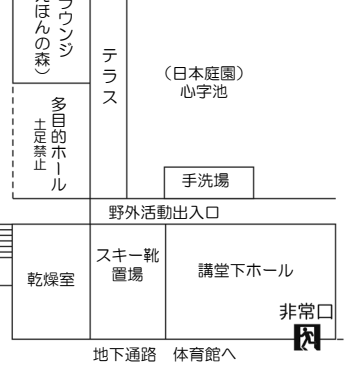
【研修棟2階】



【音楽棟】



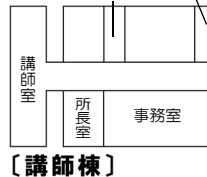
【食堂棟】



【体育館】



【講師棟】



【講堂棟】



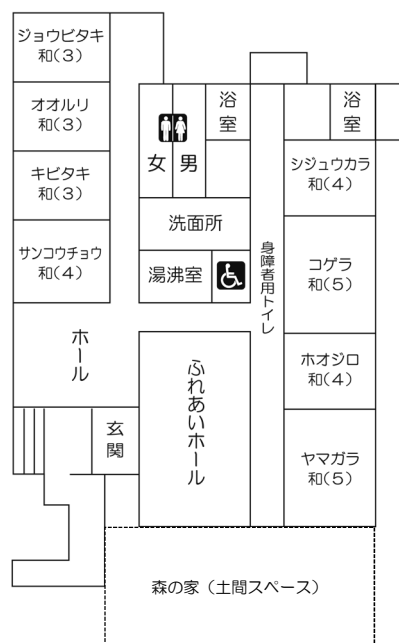
- 和室……19部屋 京間12畳(定員5~8人)
- 洋室……62部屋(定員4人) ※319・321は定員3人
() 内 宿泊・利用定員数 ■ ……補助ベッド付
- L室……リーダー室(洋室、事務机、内線電話)
- M室……ミーティング室(和室、内線電話)
- 談話室……12畳相当カーペット敷(座卓、内線電話、TV)

談話室は共用スペースですが、宿泊室として利用することがあります。そのときは、他の団体の入室はご遠慮願います。

セミナーハウス・野外炊飯場・文武伝承館・体育館

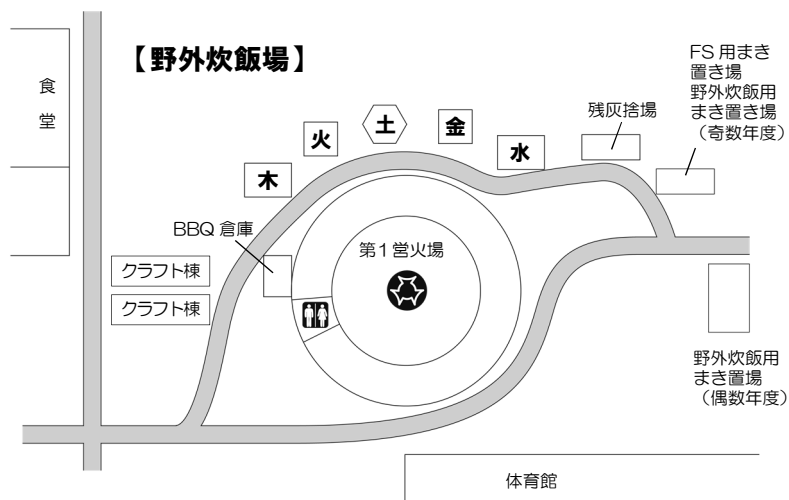
別館

【セミナーハウス】

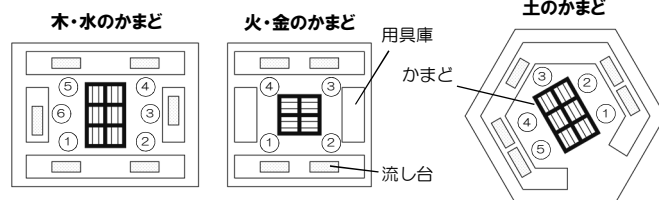


和室……………8 部屋（定員 2～8 名）
ふれあいホール……………1 室（床暖房板間、囲炉裏付）
浴室（男女 1 か所ずつ）……………2 室
湯沸室、トイレ、洗面所を完備

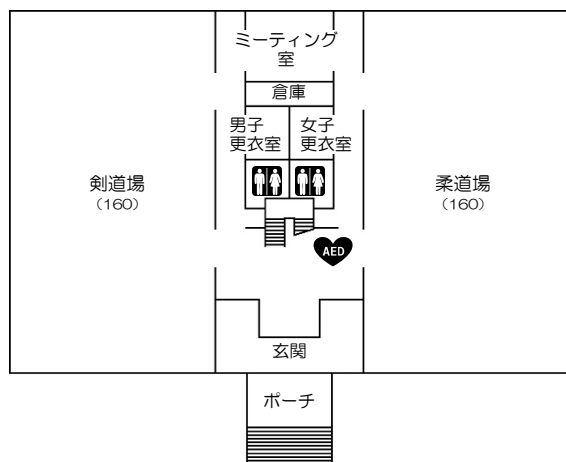
【野外炊飯場】



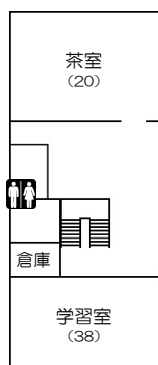
【かまど配置図】



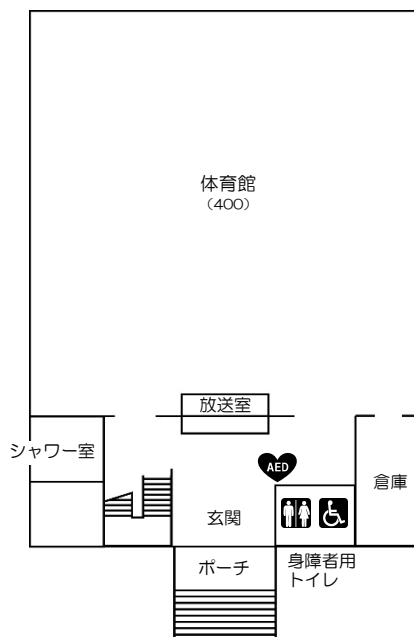
【文武伝承館 1F】



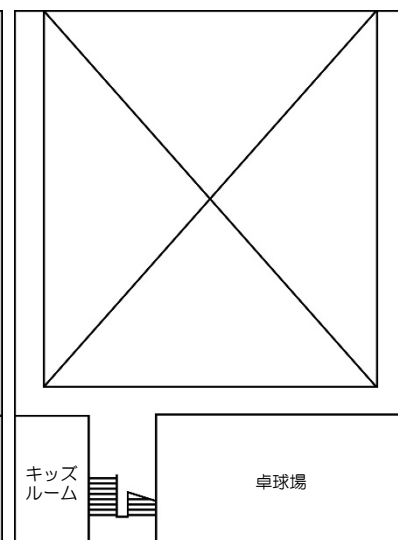
【文武伝承館 2F】



【体育館 1F】



【体育館 2F】



15 施設案内図



16 研修室等利用の留意事項

研修室について

- ◇ 机・椅子を動かしたときは、元の位置にお戻しください。
- ◇ エアコンは、事務室で集中制御をしているため、研修室では操作ができません。
使用を希望するときは、団体の代表者から事務室にお申し出ください。
- ◇ ホワイトボード・マーカー等は、事務室で貸し出しています。
- ◇ パソコンの貸出は、行っていません。
- ◇ コピーやFAXは、食堂事務室で利用できます。（有料）

研修室	収容人数	椅子	机	モニター	スクリーン	マイク	備考
オリエンテーション室	100 人	100 脚		×	○	ワイヤレスアンブ 事務室貸出	
第 1 研修室	20 人	20 脚	8 台	○	×		カーペット敷
第 2 研修室	32 人	32 脚	12 台	○	○		
第 3 研修室	32 人	32 脚	12 台	○	○		
第 5 研修室	80 人	80 脚	30 台	×	○		カーペット敷 土足禁止
第 6 研修室	100 人	100 脚	40 台	×	○		
第 7 研修室	70 人	70 脚	30 台	×	○		
第 8 研修室	32 人	32 脚	12 台	○	○		
第 9 研修室	15 人		座卓 6 台	×	×		畳 21 畳
第 10 研修室	32 人	32 脚	12 台	×	×	ワイヤレスアンブ 事務室貸出	
第 11 研修室	70 人	70 脚	30 台	○	○		広さ：7×13m
音楽室	60 人			×	×	ワイヤレスアンブ 事務室貸出	広さ：8×10m ピアノ、エレクトーン常設 カーペット敷 土足禁止
講 堂	400 人	350 脚		×	○	2 本 事務室貸出	広さ：19.2×16.1m高さ 5.6m ステージ付、ピアノ常設、 放送設備
クラフト棟	30～60 人	27 脚	28 台	×	×	ワイヤレスアンブ 事務室貸出	広さ：37×26m 放送設備
体育館	400 人	17 脚	9 台	×	○	2 本 事務室貸出	広さ：37.3×25.7 土足禁止
剣道場	160 人	65 脚		×	○	2 本 事務室貸出	広さ：26.3×16.3m 高さ 9m 土足禁止
柔道場	160 人			×	○	2 本 事務室貸出	広さ：26.3×16.3m 高さ 9m 畳 261 畳 土足禁止
文武伝承館 学習室	38 人	62 脚	25 台	×	○	ワイヤレスアンブ 事務室貸出	カーペット敷 土足禁止

17 周辺の観光地・施設など



周辺施設



島根県立三瓶自然館サヒメル
TEL (0854) 86-0500



さんべ縄文の森ミュージアム
TEL (0854) 86-9500



三瓶こもれびの広場 木工館
TEL (0854) 86-0182



国民宿舎さんべ荘
TEL (0854) 83-2011

- 石見銀山世界遺産センター TEL (0854) 89-0183
- 石見銀山資料館 TEL (0854) 89-0846
- 仁摩サンドミュージアム TEL (0854) 88-3776
- カヌーアンドキャンプ美郷 TEL (0855) 75-1860
- やましろ屋 TEL (0854) 83-2155
- やまめの溪 (うぐいす茶屋) TEL (0854) 73-0002
- 琴引フォレストパークスキー場 TEL (0854) 72-1021
- 大田市観光協会 TEL (0854) 89-9090
- 三瓶観光リフト TEL (0854) 83-2020
- 石見ワイナリー TEL (0854) 83-9103

18 よくある質問

食事について

「お酒を飲むことはできますか？」	あらかじめ申し出があった場合に、決められた場所・時間での飲酒は可能です。ただし、持ち込みはできないので、食堂に事前注文の上、購入してください。
「水筒用のお茶を用意してもらうことはできますか？」	朝食後と夕食後に準備することができます。「食事申込書」に記入してください。
「アレルギーなどで食べられない食材があったら対応してもらえますか？」	事前にご相談があったときは、対応可能です。ホームページに「食物アレルギー連絡表」を掲載しているので、ご利用ください。
「宿泊者以外でも食堂を利用できますか？」	宿泊者以外は、日帰り利用の申込みをしている団体に限り可能です。単に食事のみのご利用はできません。

料金について

「クレジットカードは利用ができますか？」	ご利用いただけません。
「宿泊するのにいくらかりますか？ またキャンセル料などは発生しますか？」	利用ガイドブック P12 の「生活にかかる料金について」をご覧ください。

予約について

「利用申込書類は、いつまでに提出すればいいですか？」	文書でお知らせした期限までにご提出ください（約2か月前）メール添付、FAX、郵送をお願いします。提出期限を過ぎた場合は、研修室等ご希望に添えないときがあるのでご注意ください。
「参加人数が直前に変更になった場合はどうしたらよいですか？」	人数に変更が生じた場合は、速やかに事業推進係にご連絡ください。特に人数が大幅に減る場合は、できる限り早めにご連絡ください。人数が増える場合は、宿泊室が取れないときがあるのであらかじめご了承ください。また、食事数の変更については、直接食堂にご連絡ください。なお、食事関係の変更については、変更を承る期限を設けているのでご注意ください。ビュッフェ食の食数変更は、1食前までに、弁当の数の変更は前日午前9時までにお願いします。（P12 参照）
「事前の打合せや施設見学ができますか？」	可能です。必ず予約をお願いします。
「予約は必要ですか？予約したいのですが、どのように予約をすればいいですか？」	事前に予約が必要です。宿泊予約申込みは、利用開始日の前年度（7月1日）から7日前まで受け付けています。原則として先着順であり、予約申込みが埋ると希望に添えないときがあります。ただし、学校団体等については、先行受付（4月30日締切）を行い、6月末までに日程を調整します。予約後、web 申込みと申込書類の提出をお願いしています。日帰り利用の受入れも行っていましたが、原則として宿泊利用団体の活動が優先となります。このため、日帰り利用は、1か月前からの予約申込みとなります。

プログラムについて

「飲み物や食べ物を持ち込むことはできますか？」	食中毒防止等衛生面を考慮し、食品類の持ち込みはご遠慮いただいております。必要な物は、食堂、自動販売機でご購入ください。
「野外炊飯は、最大何人まで活動可能ですか？」	食器等のコンテナには、1班10人分まで25班（250人分まで）用意できます。活動可能期間は、3月中旬から11月までですが、気温の状況から3月と11月は昼食のみ実施可能です。
「夜の活動は何時まで可能ですか？」	22時00分まで可能です。22時00分から就寝準備に入り、22時30分が就寝となっています。以降6時30分の起床時刻まで、大きな物音をたてたりしないようご協力をお願いします。
「研修室での楽器の練習は可能ですか？ また、宿泊棟での練習は可能ですか？」	防音設備のある音楽室があります。吹奏楽部の練習などは、パートごとに研修室で可能です。宿泊棟での楽器練習は、ご遠慮いただいております。
「講師（研修指導員）はどのように依頼すればいいですか？また指導料は必要ですか？」	「利用申込書類」を提出される際に、指導の必要の有無について明記してください。講師への依頼は、当施設が行います。指導は有料です。P14 の「研修指導員による指導料」をご確認ください。なお、研修指導員の依頼人数によって指導料が変わるので、ご確認ください。

その他

「〈朝のつどい〉や〈夕べのつどい〉には必ず参加しないといけませんか？」	利用団体が一堂に会し、団体紹介、活動内容の発表等を通して相互に交流を図り、理解を深めるために全団体・全員参加を原則としています。ファミリーでのご利用の場合も参加していただいております。
「近隣に利用できる施設はありますか？」	最新プラネタリウムのある「島根県立三瓶自然館（サヒメル）」、糸のこによる木工細工のできる「三瓶こもれびの広場木工館」、3,500年前の埋没樹（スギやケヤキ等）のある「さんへ縄文の森ミュージアム」等があります。詳しくは、P28 をご覧ください。
「冬場に雪は降りますか？路面は凍結しますか？」	国立三瓶青少年交流の家は、標高 600m に位置しているので、11月下旬から4月上旬までの間は積雪することがあります。自家用車等でお越しの際は、タイヤチェーン、スタッドレスタイヤなどの雪道対策をお願いします。
「三瓶青少年交流の家行きの路線バスはありますか？」	JR 大田市駅から国立三瓶青少年交流の家まで、石見交通が路線バスを運行しています（平日は3便、土日・祝日は2便）。運行時間については、平日と土曜・日曜・祝日・冬期で違うので、ご利用の際はご確認ください。



目標となる看板が主な所に設置してあります。



三瓶への交通アクセス

【お車で目の安時間】

- 山陰自動車道
出雲ICから約50分(国道184線経由)
- 中国自動車道
三次ICから約80分(国道54線経由)
- 松江自動車道
吉田掛合ICから約40分(国道54線経由)
- 浜田自動車道
大朝ICから約80分
- JR大田市駅から約30分
※JR大田市駅から路線バス(石見交通)が
1日2~3便あります。

無料送迎
バス有

※走行距離や時間に規則上の
制限があります。
必ず電話でご相談ください。

施設周辺案内



独立行政法人国立青少年教育振興機構
国立三瓶青少年交流の家
〒694-0002 島根県大田市山口町山口 1638-12

お申し込み・お問い合わせ(受付時間9:30~17:00)

TEL (0854) 86-0319
FAX (0854) 86-0458 Mail: sanbe-suishin@niye.go.jp



Facebook
国立三瓶青少年交流の家
お待ちしております!

<https://sanbe.niye.go.jp/>

国立三瓶青少年交流の家

検索

2023年版