

令和7年度 GW ゴールデンウィーク グループ・ファミリー向けプラン

# さんべ やってみようDay!

2025年 5/3(土) → 5/6(火) GW 期間中 申込み締切り 4/19(土) 15時まで

さんべでおすすめプログラム「三瓶山登山」と「アップルパイ作り」。ゴールデンウィーク期間中に、交流の家をご利用するグループやファミリー向けに参加を募集しています!



PLAN 1

9:15~ 各日10グループ(ファミリー)40人程度  
新緑のさんべを楽しもう!  
初心者でも登りやすい  
**三瓶山登山**

PLAN 2

13:30~ 各日10グループ(ファミリー)40人程度  
ダッチオーブンでかんたんサクサク  
**アップルパイ作り**

NEW プログラム

※別途、材料費として1セット3,150円必要です。



お問い合わせ・お申込み先  
TEL(0854)86-0319  
国立三瓶青少年交流の家 事業推進係  
(受付9:30~17:00)

# さんべ やってみようDay!

## 【対象期間】

令和7年度 5月3日(土)～5月6日(火)

## 【募集人数】

10団体(グループ・家族) 40人程度

## 【申込み条件】

- 2人以上9人以下の団体の利用申込みができます。
- 対象期間中については、
  - ①職員が活動の説明を行うプログラム(指導が必要なプログラム)として、「三瓶山登山」(9:15～)と、「アップルパイ作り」(13:30～)のみ活動できます。  
※三瓶山登山は、男三瓶山頂までの「姫逃池コース」、女三瓶山頂までの「東の原コース」など、登山コースを問いません。
  - ②「三瓶山登山」と、「アップルパイ作り」以外は、利用団体が自主活動してください。  
※野外炊飯、サイクリングなど指導が必要なプログラムは、対象期間中でできません。
- 初日にアップルパイ作り、翌日に三瓶山登山を計画するなど、1泊2日や2泊3日の宿泊利用がおすすめです。  
※詳しくは、下記の「利用パターン例」をご覧ください。

## 【申込み締切り】

令和7年度 4月19日(土) 15:00まで



男三瓶登山が初めてのときは、  
姫逃池登山道コースが  
おすすめ!

## 【利用パターン例】

<パターン①> 1泊2日で三瓶山登山と、アップルパイ作り両方にチャレンジしたい!

1日目 5月3日(土)						2日目 5月4日(日)					
11:00	12:00	13:30	16:00	17:10	19:00	22:30	6:30	7:00	9:15	15:30	
入所・受付	昼食(食堂)	アップルパイ作り		夕飯(食堂) 夕べのつどい	就寝		起床	清掃	朝食(食堂)	三瓶山登山(男三瓶)	下山後退所
						※昼食はお弁当 ※荒天時は自主活動など(早めに退所できます。)					

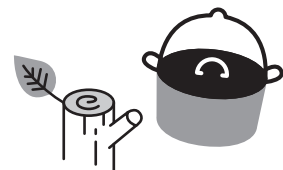
<パターン②> 2泊3日でゆったりのんびり所外での活動も楽しみたい!

1日目 5月3日(土)						2日目 5月4日(日)					3日目 5月5日(月)							
11:00	12:00	13:30	16:00	17:10	19:00	22:30	6:30	7:00	9:00	16:00	17:10	19:00	22:30	6:30	7:00	9:15	12:00	
入所・受付	昼食(食堂)	アップルパイ作り	夕飯(食堂) 夕べのつどい	就寝			起床	清掃	朝食(食堂)	所外自主活動 ※サヒメル見学、石見銀山観光など	夕飯(食堂) 夕べのつどい	就寝		起床	清掃	朝食(食堂)	三瓶山登山(女三瓶)	下山後退所
						※サヒメル見学、石見銀山観光など					※荒天時は自主活動など(早めに退所できます。)							

<パターン③> 1泊2日ではじめてのアウトドアスイーツにチャレンジしたい!

1日目 5月3日(土)						2日目 5月4日(日)				
11:00	12:00	13:30	16:00	17:10	19:00	22:30	6:30	7:00	9:00	
入所・受付	昼食(食堂)	アップルパイ作り	夕飯(食堂) 夕べのつどい	就寝			起床	清掃	朝食(食堂)	退所

東の原から観光リフト(別途料金必要)で  
大平山に登り、  
そこから女三瓶目指すと  
午前中いっぱい登山ができます。



※早めに入所後、午前中に自主活動に取り組むことができます。

問い合わせ  
申込み先



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

TEL(0854)86-0319

FAX(0854)86-0458

URL: <https://sanbe.niye.go.jp/> Mail: [sanbe-suishin@niye.go.jp](mailto:sanbe-suishin@niye.go.jp)