

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



## 利用ガイドブック 2026

---

## 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、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、このような利用者のみ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	2
2 利用申込みの流れ	3
3 入所日・退所日の手順	5
4 生活について	7
5 食堂の利用方法	8
6 浴室の利用方法	9
7 宿泊棟・研修施設の清掃、ゴミの処理	10
8 持ち物について	10
9 寝具の取扱いと宿泊室の管理	11
10 利用に係る料金について	13
11 料金のお支払方法について	16
12 活動プログラムの紹介	17
13 設備の案内	21
14 施設案内図	24
15 宿泊棟・研修棟案内図	25
16 医療体制について	27
17 バス送迎の利用について	28
18 利用に関する注意点	29
19 よくある質問	29



交流の家ホームページ

YouTube



YouTube 交流の家チャンネル



交流の家 Facebook



交流の家 Instagram

## 次代を担う青少年のために

国立青少年教育振興機構では、自然体験や交流体験など多様な体験活動を通して青少年のすこやかな成長を支援しています。

### ● 応援募金にご協力を ●

「青少年教育の振興及び健全な青少年の育成」のために、国立青少年教育振興機構の運営及び事業活動に対する皆様のあたたかいご支援、ご協力をお願いいたします。

お問い合わせ先



税制上の優遇措置の対象となります。

〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3番1号  
TEL 03-6407-7626  
URL <https://www.niye.go.jp/>



# 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 利用できる団体・個人

(1)成人(18歳以上)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

## 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)その他、他団体に迷惑を及ぼす行為

## 3 利用申込み受付期間

(1)一般予約

	利用希望日	受付期間
学校・青少年団体	令和9年度	令和8年7月1日から利用日の2週間前まで
	令和8年度	利用日の2週間前まで
宿泊利用の 家族・10人未満のグループ	令和8年度	利用日の2か月前間から2週間前まで
日帰り利用の団体	令和8年度	利用日の1か月前間から利用当日まで

(2)先行予約

	利用希望日	受付期間
学校・青少年団体	令和9年度	令和8年2月1日から4月30日まで

- 〈先行予約対象〉
- 学校の教育課程による宿泊を伴う利用
  - 地方公共団体その他の公的機関の主催事業による宿泊を伴う利用
  - その他50人以上の団体の宿泊を伴う利用

## 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)休館日や整備点検日など、ご利用いただけない日がございます。  
具体的な日程については、ホームページの「空室状況」欄をご確認ください。

※令和8年度は12月から2月まで休館日となります。



# 2 利用申込みの流れ



## 宿泊利用

### 予約

◇当施設ホームページ内の「利用申込フォーム」からお申込みください。受付状況を確認し、利用の可否をお知らせします。



約3か月前に、利用申込書類の提出に関するご案内のメールをお送りします。

### 書類提出

2か月前まで

◇期日までに、下記の書類をご提出ください。  
お送りいただいた書類をもとに、担当職員が研修内容や活動場所、宿泊室などの調整をします。利用人数や活動内容に変更があるときは、速やかにご連絡ください。

交流の家に提出する書類《2か月前まで》

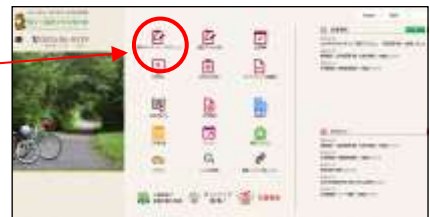
- 活動日程表
- プログラム体験・指導員申込書

食堂に提出する書類《2か月前まで》

- 食事・教材申込書
- 食物アレルギー連絡票(食物アレルギーがあるとき)

提出書類はホームページの「様式ダウンロード」からダウンロードできます。必要事項をご記入の上、メール、FAXや郵送で提出ください。

※期日までに書類を提出いただけない場合、活動内容や場所などについてご希望に沿えないときがあるので、ご了承ください。



### 事前打合せ

◇初めてご利用の団体は、事前打合せをおすすめします。※事前打合せは予約が必要です。  
<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 など

### 書類提出

1か月前まで

交流の家に提出する書類《1か月前まで》

- 利用団体票(請求書作成票)
- 宿泊利用者等名簿(指定様式)

団体担当者に、利用日の約1か月前にプログラム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お知らせいたします。

### 調整結果の確認

約1か月前

◇調整の結果は、利用日の約1か月前にホームページに掲載されます。(閲覧パスワードを設定)

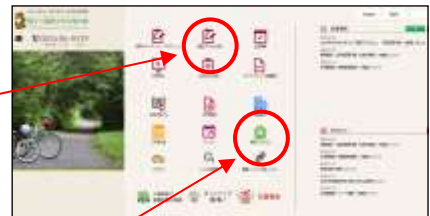
- 調整プログラム  
期間中に利用する団体の活動状況、浴室の利用時間、つどの係、清掃の担当場所などを示した一覧表。
- 宿泊室割当表

「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、宿泊室割当表の内容をご確認ください。

※他団体との調整が必要となるので、活動内容や場所などについてご希望に沿えないときがあります。また、宿泊室の割り振りについても、複数の団体で1ブロックを利用させていただくことがあるので、トイレや洗面所は共用になります。

交流の家に提出する書類《利用日の前日まで》

- 活動プログラム確認表  
実施予定の活動プログラムの確認表を提出してください。



### 入所

◇入所の手続きを行います。

## 日帰り利用

宿泊団体を優先するため、利用日の1か月前から利用の受付を行います。

### 予約

◇当施設ホームページ内の「利用申込フォーム」からお申込みください。受付状況を確認し、利用の可否をお知らせします。



### 書類提出

◇利用申込み後、お早めに下記の書類をご提出ください。  
利用人数や活動内容に変更があるときは、速やかにご連絡ください。

#### 交流の家に提出する書類

- 日帰り利用申込書
- プログラム体験・指導員申込書
- 利用者等名簿(指定様式)

#### 食堂に提出する書類

- 食事・教材申込書
- 食物アレルギー連絡票(食物アレルギーの方がいる場合)

提出書類はホームページの「様式ダウンロード」からダウンロードできます。  
必要事項をご記入の上、メール、FAXや郵送で提出ください。



### 入所

◇入所の手続きを行います。

## 利用の変更・キャンセルについて

◇利用人数や日程、食数などの変更が生じた場合は、速やかにご連絡ください。

※人数などの変更により、活動場所や宿泊室を変更することがあります。

◇ご利用のキャンセル手続きは、ホームページの「利用キャンセルフォーム」から行ってください。

なお、キャンセルしたときは、以下のとおり食事のキャンセル料が発生することがあります。



利用キャンセルフォーム

食堂利用(野外炊事・弁当含む。)の変更やキャンセル期限					
	ご利用初日の				入所日
	7日前 15時まで	3日前 15時まで	2日前 15時まで	1日前 15時まで	
食堂ビュッフェ ※1	キャンセル料なし		50%	100%	
野外炊飯 ※1	キャンセル料なし		50%	100%	
弁当・飲み物・軽食 ※2	なし	100%			
特別食・オードブル ※2	なし	30%		100%	

※1 食堂ビュッフェや野外炊飯は、各食当たり 20食以上の数量の減がキャンセル料徴収の対象となります。

※2 弁当、飲み物、軽食、特別食、オードブルは、1食または1セットの数量変更がキャンセル料徴収の対象となります。

●キャンセル期限を過ぎた後の利用日程の短縮や別日程への変更に伴うキャンセルについても、キャンセル料徴収の対象となります。

●当日に急な体調不良が発生したときは、事前に食堂にご連絡ください。

●キャンセル料の振込手数料は、利用者負担となります。

## 申込書の提出先・変更等の連絡について

### 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

【緊急時・夜間専用】 TEL:0854-86-0310

※夜間は警備員の対応になります。

《E-Mail》 sanbe-suishin@niye.go.jp

《HP》 https://sanbe.niye.go.jp/

### 食事に関するお問合せ・書類提出先

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 (受付時間 8:30~17:00)

FAX:0854-86-0183

《E-Mail》 35505@compass-jpn.com

※電話が通じないときは、メールでご連絡ください。

# 3 入所日・退所日の手順

## 入所日手順

入退所の時間は、原則として 9:00~16:00 の間をお願いします。

### 到着

◇車やバスなどの降車は、駐車場をご利用ください。  
※荒天時には、玄関まで車を横付けすることが可能です。

アイドリングストップに協力ください。



駐車場(駐車台数:大型バス3台・普通車 85 台)

### 入所手続き

◇引率代表者は、事務室で入所手続きを行ってください。  
(15分程度)

#### 受付時に確認する内容

- 利用人数の確認
- 料金の支払方法と手続について説明
- 宿泊室の確認と鍵の貸出し
- 利用期間中の日程や活動場所の確認
- 施設利用時の注意事項や緊急時の対応について説明



玄関(車寄せ屋根の高さ=3.9m)

### 食堂・売店 打合せ

◇引率代表者は、事務室で受付を終えた後、速やかに食堂の事務所で打合せを行ってください。  
食事や教材の数量、食物アレルギーの有無、食事代の支払方法などについて確認します。

※食数変更には、期限があるのでご注意ください。(P4 参照)

### 入所式 オリエンテーション

◇入所式で職員の挨拶が必要なときは、事前にご相談ください。

◇オリエンテーションでは、施設の利用方法や規則、注意事項などについての映像を視聴していただきます。宿泊される方全員(引率の教員、大人、バスの運転手などを含む。)は、必ずオリエンテーションにご参加ください。(15分程度)

### シーツ受取り 宿泊室に移動

◇1人あたりシーツ 2枚、枕カバー1枚を  
研修棟1階の階段横にあるシーツ受渡場所で受け取り、  
宿泊室にお進みください。

※人数の多い団体の場合は、多目的ホールをシーツなどの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

◇当日や翌日に予定されている研修や活動の担当者は、事務室で打合せを行ってください。  
なお、ホームページから「活動プログラム確認表」をダウンロードし、必要事項を記入して、  
前日までにご提出ください。

◇翌日に予定されている研修や活動に関する打合せは、16:30 までに事務室にお越しください。

◇夜間は警備員が1人体制となるため、夜間の必要な物品の貸出は、16:30 までをお願いします。

### タベのつどい 17:10~

◇宿泊利用者は全員参加してください。 ※体調不良者や野外活動中の団体を除く。

◇毎回の「つどい」では、各団体(ファミリーなどを含む。)から1人の方に、  
団体紹介スピーチ(あいさつ)をお願いします。

◇司会進行(1人)と旗係(2人)の担当団体は、事前に割り振りをしています。  
詳細は「調整プログラム」をご確認ください。

※「タベのつどい」の司会進行と旗係は、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、宿泊室で静かにお過ごしください。  
施設内は、22:00 から警備員が巡回や施錠を行います。

※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、退所点検時までには空けてください。

### 起床

- ◇6:30 に起床の音楽が流れます。警備員が館内の解錠を行います。  
※部活動の早朝練習で、6:30 より前に施設外に出る場合は、事前にご連絡ください。

### 朝のつどい 7:00~

- ◇宿泊利用者は全員参加してください。 ※「朝のつどい」は、令和7年度以降降休中止。
- ◇毎回の「つどい」では、各団体(ファミリーなどを含む。)から1人の方に、団体紹介スピーチ(あいさつ)をお願いします。
- ◇司会進行(1人)と旗係(2人)の担当団体は、事前に割り振りをしています。詳細は「調整プログラム」をご確認ください。  
※「朝のつどい」の司会進行と旗係は、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

- ◇各団体は、利用した共有スペースと、割り当てられた場所の清掃をお願いします。
- ◇宿泊室の清掃と寝具の整理整頓を行います。(P10 参照)
- ◇使用済みのシーツと枕カバーは、研修棟1階の階段横にあるシーツ返納場所にお返しください。  
※寝具が汚れたときは、事務室までお知らせください。



研修棟1階 シーツ返納場所

### 退所点検

- ◇退所点検後は、宿泊室に入ることができません。荷物は、事前に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。
- ◇当施設の職員が8:40 から順次、宿泊室や清掃用具の点検を行います。各部屋には班長など1人以上が残り、点検に立ち会ってください。また、学校や子ども会など複数のブロックで宿泊されている団体については、宿泊棟のブロックごとに引率者の立ち会いをお願いします。
- ◇退所点検後(8:40以降)、速やかに宿泊室の鍵を全て回収し、事務室にご返却ください。  
※宿泊室のドアは施錠せず、開けた状態にしておいてください。

### 退所手続き

- ◇引率代表者は、事務室で退所手続き(請求書の受取)を行ってください。

#### 請求書を発行の際に確認する内容

- 料金の支払方法
- 宿泊・日帰りの人数(施設使用料)
- 体験料・研修指導員料 ※利用団体のみ。
- 講師室使用料 ※利用団体のみ。
- バス送迎料 ※利用団体のみ。

※請求書の発行には時間を要するので、余裕をもってお越しください。



食堂事務室(食堂出口)

### 食堂・売店 経費の精算

- ◇事務室で請求書発行を終えた後、食堂の事務所で食料料金、野外炊事、弁当、教材費などの清算を行ってください。  
※お支払方法については、P16をご確認ください。

- ◇研修室の鍵や貸出物品などは、事務所にご返却ください。
- ◇受付時にお渡しした資料を返却し、アンケートをご提出ください。
- ◇退所式で職員の挨拶が必要なときは、事前にご相談ください。

### 退所式・退所

- ◇車やバスなどの乗車は、駐車場をご利用ください。  
※荒天時には、玄関まで車を横付けすることが可能です。

アイドリングストップに協力ください。

# 4 生活について

## 標準生活時間

標準生活時間とは、利用する団体同士がお互いに快適に共同生活や活動が行えるよう、交流の家が定めた生活時間のことです。この時間帯を基準にして活動計画を作成ください。

	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	※令和7年度以降降休中止 朝のつどい	クリーンアップタイム	朝食		研修活動	昼食		タベのつどい	夕食		就寝準備	就寝
				退所点検					入浴	研修活動		

- 入退所の時間は、原則として **9:00~16:00** の間をお願いします。
- 物品の貸出や返却、活動内容や場所の確認は、**8:40~16:30** の間に事務室までお願いします。
- 起床時間は6:30、就寝時間は22:30です。22:30以降は照明を消灯するので、お部屋で静かにお過ごしください。
- 館内は防犯上のため、22:00から翌朝6:30まで施錠します。この時間帯の無断での出入りは禁止しています。
- 研修を実施する際に、当施設がやむを得ない事情と認められた場合に限り、他の団体に影響を与えない範囲で研修活動時間外の特別な対応を行うことがあります。ただし、朝食、昼食、夕食の利用時間帯の変更は、原則として対応できません。
- 食事や入浴については、研修人数や活動時間を考慮し、混雑を避けるために入室時間を調整します。
- 浴室は、大浴室と中浴室が設けられています。男女の利用については、ホームページに掲載している「調整プログラム」をご確認ください。また、利用者が少ないときは、大浴室と中浴室のどちらか一つの浴室を男女入れ替え制とします。

## つどいについて

朝のつどい(7:00~) ※令和7年度以降降休中止。	タベのつどい(17:10~)
体を動かし気持ちよく1日を始めます。	宿泊利用者同士の出会い・ふれあいの場。
〈場所〉晴天時(夏期間):つどいの広場 冬期間・荒天時:講堂(体育館)	〈場所〉晴天時(夏期間):つどいの広場 冬期間・荒天時:講堂(体育館)
〈内容〉①国旗・所旗の掲揚 ②ラジオ体操(ラジオ体操第1) ③各団体紹介スピーチ (所属団体の紹介、研修活動内容等を発表など) ④諸連絡	〈内容〉①国旗・所旗の降納 ②各団体紹介スピーチ (所属団体の紹介、研修活動内容等を発表など) ③諸連絡 ④職員スピーチやレクリエーション

- つどいは、規則正しい生活の基準となります。宿泊利用者は、全員参加してください。 ※体調不良者や野外活動中の団体を除く。
- 開始前に団体ごとに整列してください。
- 団体をお願いする役割は、以下のとおりです。
  - ・司会進行:1人
  - ・旗係:1~4人(国旗・所旗) ※担当団体は、事前に割り振りをしています。(「調整プログラム」参照)
  - ・団体紹介スピーチ(あいさつ):1人以上。人数や内容については、各団体で決めてください。 ※1団体あたりスピーチの時間は1分程度。
- 天候により場所を変更するときは、館内放送でお知らせします。

## 夜間から翌朝までの対応について

- 職員は、夜間から翌朝まで(17:45~翌8:30)常駐しておりません。  
警備員が1人常駐していますが、施設内を巡回する際に事務室を離れることがあります。
- 事務室は22:00で施錠します。夜間緊急のときは、警備員室(内線233)に連絡ください。
- 夜間に病気やけが、事故など緊急事態が発生したときは、引率代表者が医療機関に連絡を取るか、直接「119番」に通報して救急車を要請してください。その後、速やかに警備員へご連絡ください。
- 地震や火災などの緊急事態に備え、事前に避難経路や避難方法を確認してください。  
災害時の避難誘導については、引率代表者が適切できるように準備を整えることをお願いします。



# 5 食堂の利用方法

食堂オリエンテーション

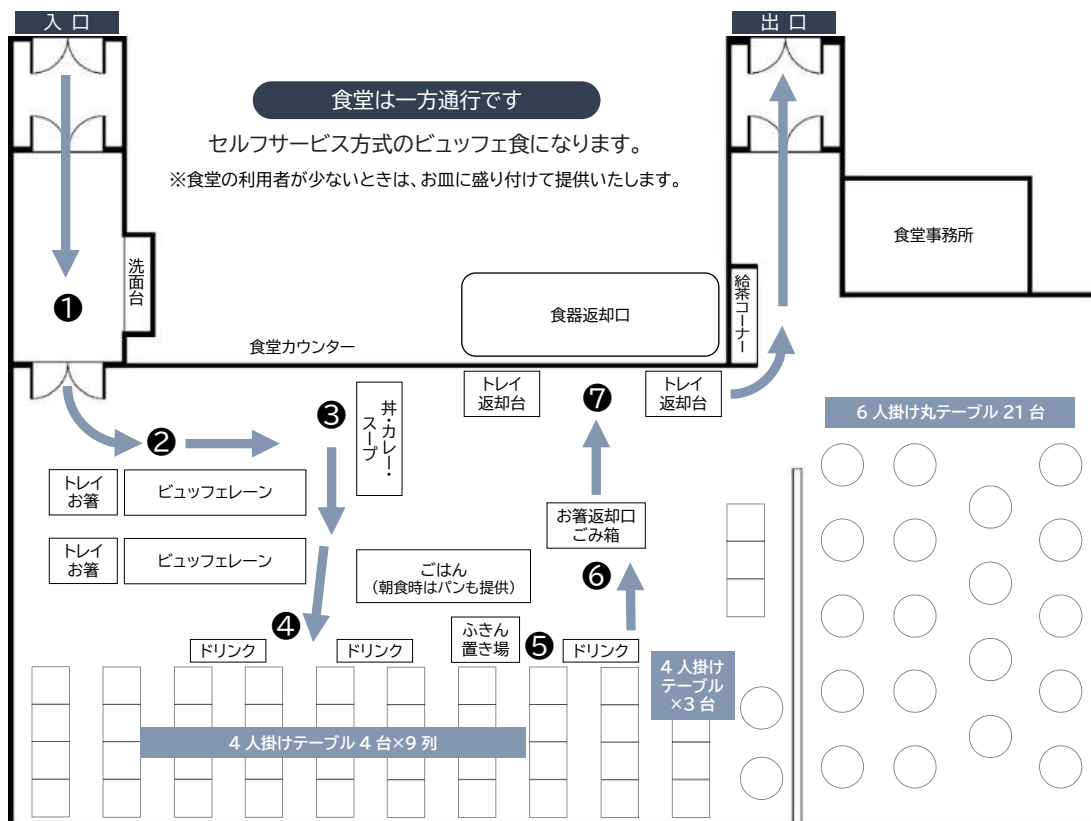


## 食堂の使い方

交流の家の食堂では、地域の特産物を生かした料理を提供しています。宿泊中に楽しんでいただくため、栄養バランスに優れた健康的で美味しいメニューをそろえ、さんべならではの特色ある食事をお届けします。

【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

※食堂への入室時間は、混雑を避けるため、団体ごとに異なります。事前にご案内した時間帯に沿ってご利用ください。



- 1 食堂に入る前に、洗面台で手をきれいに洗いましょう。
- 2 トレイにお箸とお皿を用意し、ビュッフェラインの料理を順に取ってください。食べ残しを出さないよう、自分に適した量を取りましょう。
- 3 メニューには、日によって丼ぶりやカレー、スープ、麺類などがあります。
- 4 ごはんやドリンクは、セルフサービスです。
- 5 食事後は、テーブルをふきんで拭いてください。使用済みのふきんは、ふきん置き場に戻してください。
- 6 お箸やゴミなどは、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。

## 食物アレルギーへの対応

※食物アレルギーがあるときは、ホームページに掲載しているビュッフェメニュー表や食事成分表をご確認ください。

また、**利用日の2週間前までに必ず「食物アレルギー連絡票」をご提出ください。**

※利用当日は、食事前に食物アレルギー対応について確認するため、本人や引率代表者が食堂までお越しください。

## 利用上の注意点

※食堂は、営業時間以外に食事や休憩を取ることができません。

※混雑しているときは、席をお譲りくださるようお願いいたします。また、食事が済んだときは、速やかに退席してください。

※ビュッフェで提供する料理や飲み物(ドリンク、ふりかけ、デザートなど)は、食堂外に持ち出しを禁止しています。また、飲食物の持ち込みもお断りしています。

※水筒に補充するお茶を希望するときは、事前に「食事申込書」でお申し込みください(令和7年度から有料です)。当日は、食堂の出口付近の給茶コーナーで補充してください。補充可能な時間帯は、食堂の営業時間に準じます。

※食堂の利用者数が他の団体を含めて一定数に達しないときは、食事の提供ができないことがあります。

# 6 浴室の利用方法

## 大浴室・中浴室・シャワー室の使い方

- ◇入浴時間は、17:30～22:00の間で、事前に団体ごとに時間調整を行っています。終了時刻までに必ず退室してください。  
なお、その日の利用状況によっては、入浴が他団体と重なることがあります。
- ◇体育館や文武伝承館のシャワー室は、自由にご利用できますが、複数の団体が同時に利用する可能性があります。
- ◇当日の利用状況に応じて、男性用と女性用の浴室を変更することがあります。浴室の入口にある男女別の表示や、「調整プログラム」を確認ください。また、宿泊者数によっては、大浴室と中浴室のどちらか一つの浴室で男女入れ替え制とすることがあります。
- ◇せっけん、シャンプー、タオルは各自でご用意ください。



大浴室

	入浴時間	定員	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 (6:30～22:00) ※深夜の利用はご遠慮ください。		中浴室:2 小浴室: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

## 利用上の注意点

- ※浴槽を清潔に保つため、入浴前に体を洗うこと、タオルをお湯に浸さないことなどの基本的な入浴マナーを守るようにお願いします。
- ※浴室の床は滑りやすくなっているので、十分にご注意ください。
- ※脱衣場には、ドライヤーを設置していません。ドライヤーを持参したときは、宿泊棟の洗面所で使用してください。ただし、電気の容量が限られているため、同時に使用できる台数は2台までです。
- ※特別な配慮が必要な事情などで他の方と一緒に入浴が難しいときは、ケアルームの浴室や体育館シャワー室をご利用いただけます。利用を希望するときは、事前に相談ください。
- ※小学校1年生から、男子は男湯、女子は女湯を利用ください。利用が難しいときは、ケアルームの浴室や体育館シャワー室を案内しますので、事前に相談ください。
- ※大浴室と中浴室は、22:00 から業者が浴室と脱衣場の点検と清掃を行います。作業員が作業のために入室するので、あらかじめご了承ください。
- ※22:00以降、学校団体の指導者や引率代表者のための入浴時間を設けておりません。団体ごとの入浴時間に利用が難しいときは、体育館のシャワー室をご利用ください。
- ※浴室は、安全上のため、夜間施錠します。終了時刻までに必ず退室してください。



脱衣場



身体障害者用の浴室(ケアルーム)

# 7 宿泊棟・研修施設の清掃、ゴミの処理

- ◇研修室の使用後は、移動した机や椅子を元の位置に戻し、清掃を行ってください。
- ◇施設内にゴミ箱はありません。持参した物品や活動中に出了ゴミはお持ち帰りください。持ち帰ることが難しいときは、食堂の売店でゴミ袋を購入し、食堂にゴミの処分を依頼ください。
- ◇野外炊飯の食材、弁当などのゴミは、食堂が用意したゴミ袋に入れ、食堂にお返しください。

## クリーンアップタイム(清掃)分担について

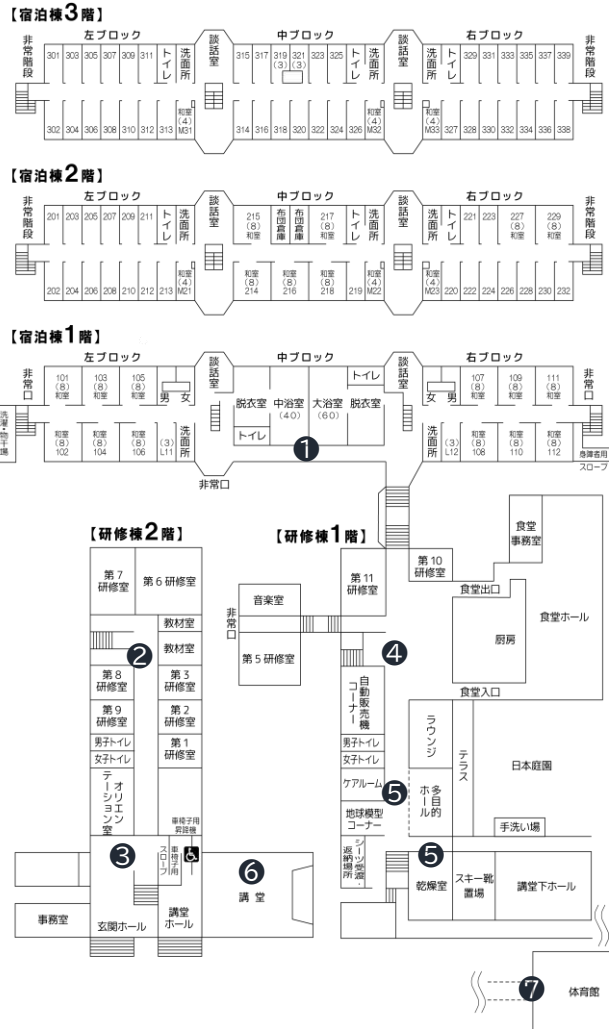
◇7:20～7:40までの20分間をクリーンタイムとし、清掃のご協力をお願いします。

◇各団体が使用した宿泊室や宿泊棟(廊下・階段・トイレを含む。)と、共有場所の清掃をお願いします。

※共有の場所の清掃担当団体は、事前に割り振りをしています。  
(「調整プログラム」参照)

共有場所の清掃担当の割り当て	
宿泊棟 1～3 階左ブロック	左非常階段、左宿泊棟廊下、トイレ・洗面所、談話室
宿泊棟 2～3 階中ブロック	左・右階段、中宿泊棟廊下、トイレ・洗面所、談話室
宿泊棟 1～3 階右ブロック	右非常階段、右宿泊棟廊下、トイレ・洗面所、談話室
① 宿泊棟 1 階中ブロック	大浴室、中浴室、宿泊棟地下通路・スロープ、物干場
② 研修棟 2 階(第6・7研修室側)	研修棟 2 階廊下、研修棟 2 階トイレ(男・女)
③ 研修棟 2 階(玄関ホール側)	玄関ホール・玄関外階段、廊下、玄関前中央階段、オリエンテーション室
④ 研修棟 1 階(宿泊棟・食堂側)	研修棟 1 階廊下、食堂前ホール、自動販売機コーナー、ラウンジ、
⑤ 研修棟 1 階(玄関側)	研修棟 1 階トイレ(男・女)、地球模型コーナー、多目的ホール 1 階シーツ受渡・返納場所～野外活動出入口前通路
⑥ 講堂、講堂ホール付近	講堂、講堂ホール、玄関階段、スロープ
⑦ 体育館と体育館地下通路	体育館玄関ホール、体育館フロア、体育館地下通路

※大人数の団体の場合は、清掃用具が足りなくなることがあります。雑巾を持参するようお願いします。



# 8 持ち物について

個人で準備するもの	団体に準備するもの
<ul style="list-style-type: none"> <li>●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) ※野外活動を行うときは、熱中症、マダニの吸血、けが、やけどを防ぐため、薄手の長袖シャツ、長ズボン、長めの靴下を着用することをお勧めしています。</li> <li>●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)</li> <li>●洗面用具セット(せっけん、シャンプー、タオル、はみがきなど)</li> <li>●雨具(野外活動の場合は上下に分かれるセパレート式が動きやすい。)</li> <li>●常備薬、健康保険証(マイナ保険証)</li> <li>●ごみ袋(宿泊室にゴミ箱はありません。)</li> <li>●水筒</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●緊急用車両(けが・急病人の搬送の際に必要) ※緊急車両がない場合は、タクシーで病院に搬送することになります。</li> <li>●救急セット</li> <li>●懐中電灯</li> <li>●活動に必要なもの(野外炊飯などで必要な準備物は P を参照)</li> <li>●ごみ袋(持参した物品や活動中に出了ゴミはお持ち帰りください)</li> </ul>

※飲料水の保冷、熱中症予防、身体のアイスングやケアに使用する氷は、食堂で事前に注文いただくか、持参ください。

※館内は土足です。浴室に移動するときは、スリッパを持参し、利用することをお勧めしています。

※貴重品は、各自が管理するようお願いします。大浴室前と玄関ホールにはコインロッカー(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、寒暖差が激しい地域です。適切な服装を準備ください。



# 9 寝具の取扱いと宿泊室の管理

## 寝具の取扱い

### 洋室のベッドメイキング

敷シート  
ベッドマット

掛シート  
掛布団

敷シート  
掛布団

掛シートのえりもと部分を折り返します。

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。

- 1 ベッドマットの上にシートを敷きます。
- 2 敷シートの上に掛シートをかけ、掛シート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。

### 和室の布団の敷き方

敷毛布  
敷シート  
敷布団

掛シート  
掛布団

敷シート  
掛布団

掛シートのえりもと部分を折り返します。

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。

- 1 敷布団の上に敷シートを敷きます。
- 2 敷シートの上に掛シートをかけ、掛シート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。

### 寝具の片付け方

#### 【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 さらに半分折ります。(3回目) <毛布はここまで>

折りたたんだ丸い側が手前、折り目を揃えて通路側になるようにおきます。

#### 【敷布団】

1 合わせ折りをします。

折りたたんだ丸い側が手前、折り目を揃えて押し入れに収納します。



## 宿泊室の整理整頓、退所点検

- ◇宿泊室内のモップやほうき、廊下や談話室に備え付けの掃除機などを使い清掃をお願いします。
- ◇宿泊室にゴミ箱はありません。ゴミは各自お持ち帰りください。ただし、掃除中に出たゴミについては、廊下の掃除機で吸い取ってください。
- ◇退所日や宿泊室の移動日には、8:40以降に職員が点検を行います。引率者と各ブロック1人以上が立ち合いの上で、職員による点検を受けてください。不備があったときは、やり直しをお願いします。



【洋室】寝具の整頓例（毛布があるとき）

### 退所点検のチェック項目

- 部屋全体の清掃をしている。
- ベッドの下に忘れ物、ゴミ、ほこりが無い。
- 部屋の隅や出入口付近、靴箱にもゴミやほこりが残っていない。
- 寝具の数をチェックし、整頓や収納をしている。
- 窓を閉め、カーテンは開けてベルトで束ねている。
- ハンガーの数(ベッド数や布団の組数×2本)がそろっている。
- 照明とエアコンの電源を切っている。

来た時よりも美しく



【和室】寝具の収納例（毛布があるとき）

## 冷暖房について

◇環境保全のため、設定温度にご協力ください。

エアコン稼働期間		設定温度	自動停止時間
夏季	6月15日～9月30日 ※外気温が28℃以上、湿度70%以上	冷房 26℃	6:00、9:00、12:00、17:00、22:00 ※消し忘れ防止のために自動で電源が切れます。
冬季	11月1日～4月15日 ※外気温が13度以下	暖房 22℃	

## 利用上の注意点

- ※宿泊室での飲食はご遠慮ください。(水分補給は除く。)
- ※指定した宿泊棟や部屋以外に出入りしないでください。
- ※談話室、洗面所、トイレ等の共有スペースは、各団体に譲り合ってください。
- ※寝具が汚れた場合は、事務室にご連絡ください。クリーニング代を請求する場合があります。
- ※宿泊室ではドライヤーを使わないでください。ブレーカーが落ちる原因となります。ドライヤーを持参したときは、宿泊棟の洗面所で使用してください。ただし、電気の容量が限られているため、同時に使用できる台数は2台までです。

## 汚損した寝具のクリーニング代

寝具名	料金	寝具名	料金	寝具名	料金
掛布団(カバー付)	3,000円	毛布	710円	マットレスカバー	1,100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	枕(カバー付)	250円		

# 10 利用に係る料金について

※すべて消費税込み。  
※料金は令和8年4月のものです。  
今後変更になることがあります。

交流の家HP「料金について」



## 施設使用料

### 宿泊の施設使用料

● 1人1泊あたり

利用区分		施設使用料
幼児	年少未満	無料
	年少～年長	300円/1人1泊
子供	小学生～高校生(専修学校高等課程を含む。)	600円/1人1泊
大人(18歳以上 ※高校生等を除く)	大学生 (大学校、短期大学、専修学校専門課程を含む。)	1,200円/1人1泊
	一般	2,500円/1人1泊

※要保護・準要保護世帯や特別な配慮が必要な子供向けの活動を行う団体に関しては、一部免除を適用することがあります。  
詳細については、お問い合わせください。(提出期限:利用日の約2週間前まで)

### 日帰りの研修施設使用料

● 1団体あたり

利用場所	料金(半日)	料金(1日)	利用場所	料金(半日)	料金(1日)
体育館	3,600円	7,200円	第1・2・3・8・9・10 研修室	各500円	各1,000円
卓球場	600円	1,200円	第5 研修室	1,400円	2,800円
柔道場	1,800円	3,600円	第6 研修室	1,200円	2,400円
剣道場	1,800円	3,600円	第7・11 研修室	各1,000円	各2,000円
茶室	500円	1,000円	音楽室	1,000円	2,000円
伝承館学習室	500円	1,000円	講堂	3,200円	6,400円
弓道場	1,400円	2,800円	第1 営火場	1,000円	2,000円
テニスコート(1面)	800円	1,600円	第2 営火場	800円	1,600円
グラウンド	1,700円	3,400円	野外炊飯場(1棟)	700円	1,400円
森の家	700円	1,400円	クラフト棟(右・左)	各500円	各1,000円

※半日料金は、9:00～12:00と13:00～16:00の時間帯です。  
※宿泊利用のときは、上記日帰りの施設使用料をいただきません。

### 講師室使用料

● 1人1泊あたり

利用区分	使用料
青少年団体	1,220円/1人1泊
一般団体	1,630円/1人1泊

※グループやサークル、官公庁、企業、家族などが利用する場合は、団体の利用目的や活動内容、利用者の年齢構成に基づいて「青少年団体」と「一般団体」の区分を判断をします。詳細については、お問い合わせください。

※講師室は、原則として1団体につき1部屋(ツイン)を提供します。ただし、空室状況によっては、2部屋以上提供することができるので、お問い合わせください。

※講師室使用料は、施設使用料とは別にかかります。

## 研修指導員(外部講師)による指導料

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		
キャンプファイヤー	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		
茶道	20人程度	2~3時間	6,600円

※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、相談ください。

※歩くスキー(クロスカンリースキー)は、午前と午後行うとき、17,600円となります。

※荒天などで指導をキャンセル(活動中止)する場合は、プログラム実施前日の16:00までに必ずご連絡ください。

## 体験料

活動プログラム名	内容	料金
野外炊飯	野外炊飯に関わる貸出物品使用料を含む。※1人1日あたり	50円
歩くスキー	レンタルセット付(スキー板、ストック、スキー靴、スパッツ)※1人1日あたり	500円
サイクリング	レンタルセット付(自転車、ヘルメット、ひじパット、ひざパット)※1人1日あたり	500円
ボルダリング	ボルダリングシューズレンタル付 ※1人1日あたり	500円

## 創作活動教材費

活動プログラム名	内容	数量	料金
木工キーホルダー	ほうの木輪切り1個、ひも1本(こげ茶40cm)、木のパーツ数個、動眼8mm	1セット	350円
焼き板	杉斜め輪切り、ヒートン、麻ひも1本(50cm) ※軍手が必要です。1双80円で購入可能です。	1セット	500円
まが玉づくり	滑石、紙やすり、ひも	1セット	350円

## その他

	内容	料金
灯油	4分の1缶(冬季限定ジェットボイラー用)	560円

## 食費

※食事は予約制です。

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)

### 食堂ビュッフェ

	中学生以上	小学生	幼児(3歳以上)	幼児(3歳未満)
朝食	660円	540円	400円	無料 ※
昼食	860円	740円	520円	
夕食	940円	800円	620円	
3食合計	2,460円	2,080円	1,540円	

### 弁当

メニュー	料金
おにぎり弁当(2個入) ※昼食用	650円
幕の内弁当	800円

※1種類につき、5個以上からご注文を承ります。

※受け渡し時間は午前9時以降です。  
受け渡し場所は食堂入口です。

※3歳未満の幼児は、食堂ビュッフェでのお食事のときのみ無料です。保護者の食事を取り分けてください。

※当日に急な体調不良や、やむを得ない事情が生じたときは、人数の変更やキャンセルについて事前に食堂に相談ください。

### 野外炊飯食材費

メニュー	内容	数量	料金
チキンカレー	米、カレールウ、鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、油、デザート、お茶パック	1セット ※10人分	7,200円
		ハーフサイズ ※5人分	3,900円
鶏すき焼き風煮	米、鶏肉、玉ねぎ、白菜、しらたき、えのき、油、調味料、デザート、お茶パック	1セット ※10人分	8,200円
		ハーフサイズ ※5人分	4,400円
炊飯バーベキュー	米、バーベキューセット(牛肉、ポークウインナー、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ)、焼肉のたれ、デザート、お茶パック	1セット ※10人分	11,000円
		ハーフサイズ ※5人分	5,800円
おにぎりバーベキュー	おにぎり、バーベキューセット(牛肉、ポークウインナー、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ)、焼肉のたれ、デザート、お茶パック	1セット ※10人分	11,500円
		ハーフサイズ ※5人分	6,000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セット ※6~8人分	1,800円
アップルパイ	砂糖、りんご 2個、パイ生地、クッキングシート	1セット ※4~5人分	1,800円

【食材追加オプション】※オプションのみの注文はできません。●米(炊飯用)500g(約3合)……500円 ●おにぎり1個……200円 ●バーベキュー用肉100g……350円 ●カレールウ(1箱)……450円 ●焼きマシュマロセット(マシュマロ32個、クラッカー42枚)……650円

### 特別食・オードブル

※特別食は、4人以上の注文でお願いします。

メニュー	内容	数量	料金
特別食	ご飯物、豚角煮、揚げ物、枝豆、卵焼き、汁物、チーズ、クラッカー、サラダ、デザート ※大皿での提供です	1人分	3,000円
オードブル	枝豆、卵焼き、焼売、ポテトサラダ、唐揚げ	1皿	2,500円

※予約は2週間前まで受付しています。季節によって内容が変わることがあります。

※割りばし、紙コップ、紙皿については対応可能ですが、数量や枚数に応じて料金を請求させていただくことがあります。

### 野外炊飯・プログラム教材費

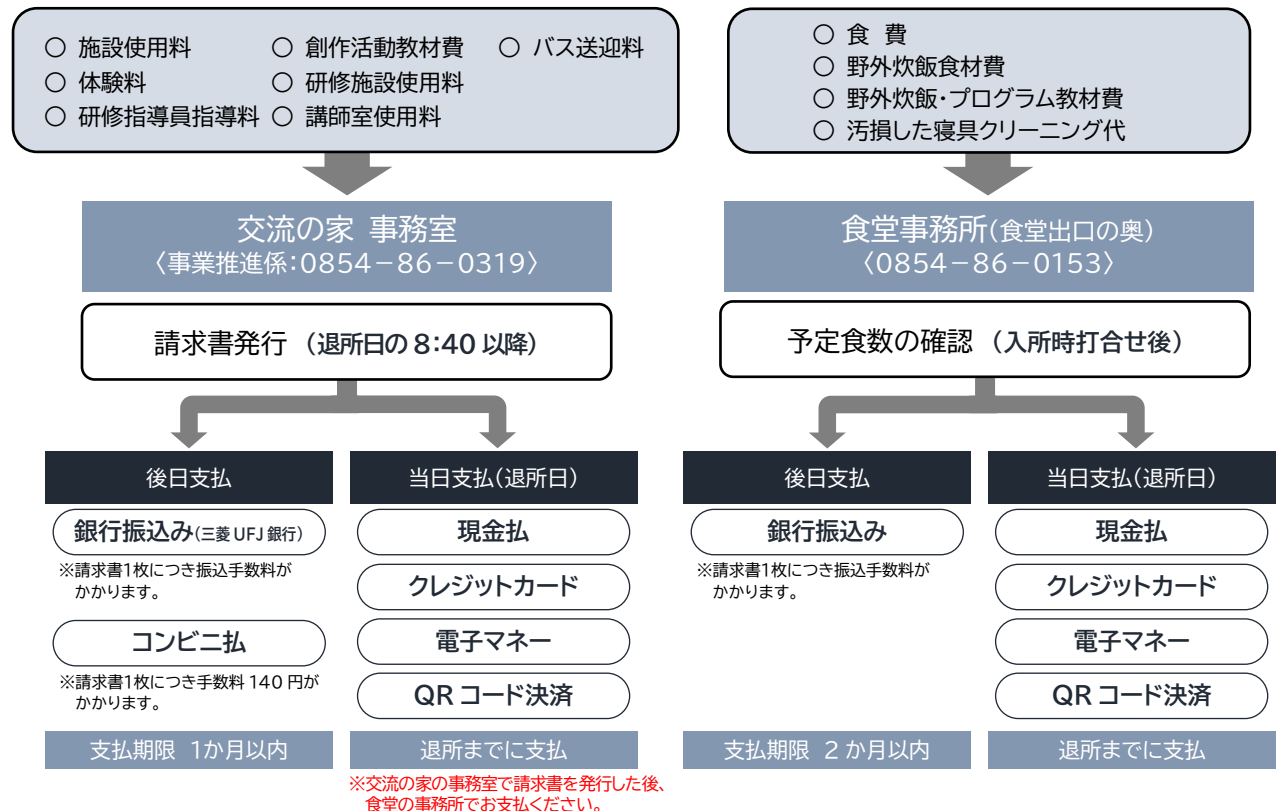
品名	活動プログラム	内容	料金
小ローソク(3号)	キャンドルのつどい、雪灯ろうづくり	1箱 66本入	660円
キャンプファイヤー用 薪	キャンプファイヤー	薪 10束 ※灯油 2ℓ付	5,000円
キャンプファイヤー用 トーチ	キャンプファイヤー	トーチ 9本分 ※着火剤付	540円
ブーツカバー	牧場見学	1組	180円
野外炊飯用 薪	チキンカレー、鶏すき焼き風煮、炊飯バーベキュー	1セットにつき1束	400円
炭・着火剤セット	炊飯バーベキュー、おにぎりバーベキュー、バウムクーヘン、アップルパイ	炭 3kg、着火剤 1個	1,250円

## 飲み物・軽食・野外炊飯用具など

品名	料金	品名	料金	品名	料金
水筒の補充用お茶1ポット(約9ℓ)常温	500円	缶ビール(350ml)	330円	携帯トイレ(登山用)	600円
水筒の補充用お茶1ポット(約9ℓ)冷たいお茶	800円	缶ビール(500ml)	440円	スポンジ	70円
水出し麦茶ティーパック(約1ℓ用)	30円	缶酎ハイ(350ml)	250円	ふきん	110円
アクエリアス氷結ハンディパック(300ml) ※4月から9月まで	160円	ノンアルコールビール(350ml)	250円	軍手 1双	80円
アクエリアス(500ml)	160円	氷ロック(1kg)	310円	クレンザー(鍋磨き用)	200円
爽健美茶(600ml)	160円	惣菜パン(ソーセージ・カレー)	200円	不織布たわし(鍋磨き用)	250円
Qoo オレンジ・りんごジュース(425ml)	160円	菓子パン(クリーム・ジャム)	160円	可燃ごみ・不燃ごみ袋	200円
いろはす(500ml)	150円	おにぎり(梅・昆布・鮭)	200円	おつまみセット (お菓子詰め合わせ:おかき、ポテトチップス、乾き物など)	1,500円
ゼリー飲料	200円				

# 11 料金のお支払方法について

◇お支払の取扱窓口は、交流の家事務室と食堂事務所の2か所に分かれます。



- 「児童生徒用」、「引率者用」、「カメラマン用」などに分けて請求書を発行することも可能です。
- 請求書の発行には、支払内容確認に時間がかかることがあるため、余裕を持って事務室にお越しください。
- 銀行振込みでお支払するときは、領収書の発行を行いません。金融機関等の振込明細書は、領収書の発行に代わるものとご理解ください。
- 日帰り利用の研修施設使用料については、食堂(売店)が営業していないときは当日支払できません。その際は、後日銀行振込みやコンビニ払でのお支払となり、所定の手数料がかかるのでご了承ください。



# 12 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。活動計画を立てる際に活用ください。  
また、より効果的に活動プログラムを取り入れるため、当施設のホームページにプログラムの詳細を掲載しています。  
プログラムの作成や指導に関してご不明な点があるときは、お気軽に相談ください。

**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)
- △…職員が活動の説明を行う
- …職員が指導を行うことが可能
- …自主活動(用具の貸出・担当者への説明のみ)

**打合せ形態の記号について**

- ☑…入所後の当日打合せ 有
- ☎…研修指導員との事前電話連絡(※研修指導員を依頼するとき。)

※実施予定の活動プログラムには、「プログラム確認表」の提出が必要です。入所日の前日までに提出ください。

## 自然体験活動の紹介

※全て消費税込み。 ※料金は令和8年4月のものです。今後変更になることがあります。

活動プログラム名	時間	人数	対象	時期	場所	指導形態	打合せ	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)
02 オリエンテーリング	2~3時間	400人	小学生~		周辺	●	☑	地図を使って、森の中にあるポストを時間内にいくつ見つけられ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			周辺	●	☑	地図を手がかりにして、森の中に隠れている「さんべの生きもの」を制限時間内にいくつ見つけられ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	制限なし			周辺	◎ ●	☑	自然観察を希望するときは、 <u>研修指導員に指導を依頼することができます(P14 参考)。</u>
05 ナイトハイキング	30分~2時間	制限なし			周辺	●		夜の森を歩き、昼間には感じなかった地面の柔らかさや動物の気配を感じ取ることができます。雪が積もっている時期は、スノーシューやかんじきを履いて楽しむことができます。
06 天体観察	1~3時間	制限なし	幼児~	通年	つどいの広場 三瓶自然館	◎ ●	☎	<u>研修指導員に指導を依頼することができます(P14 参考)。</u> 島根県立三瓶自然館(サヒメル)で天体観察会ができます(有料・要予約)。
07 歩くスキー(クロスカントリースキー)	3~6時間	200人	幼児~	積雪期(1月~3月中旬)	つどいの広場 常設コース	◎ △	☑	歩くスキーの体験料は、お一人様1日500円となります。 ※スキーウェアの貸出はありません。 <u>研修指導員に指導を依頼することができます(P14 参考)。</u>
08 スノーシューかんじきハイキング	3~6時間	100人			周辺	◎ △	☑	スノーシューとかんじきの貸出は無料です。 自然観察を希望するときは、 <u>研修指導員に指導を依頼することができます(P14 参考)。</u>
09 そりあそび雪あそび	1~3時間	40人			コース 周辺	△ ●		そり、スコップなどの貸出は無料です。
10 雪灯ろうづくり	1~2時間	50人			周辺	●		バケツを使って雪灯ろうを作ります。 ※ローソク1箱(66本入)660円
11 イグルー(バケツかまくら)	2~3時間	50人			周辺	△ ●		バケツでかためた雪のブロックを積んで、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	貸出機	活動内容
12	SAP Sanbe Adventure Program	2 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	○		交流の家の職員がファシリテーター(活動支援者)として活動し、アクティビティを通じて仲間と共に楽しく学びながら、グループのあり方について考察していきます。 ※指導時間は、午前 10:00～12:00 と、午後 13:30～15:30 です。 ※雨天時の代替プログラム、日帰り利用のときはできません。 ※同時に複数会場(複数クラス)で実施希望のときは要相談。

## 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	貸出機	活動内容
13	キャンドルのつどい	1～2 時間	400 人		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。 研修指導員に指導を依頼することができます(P14 参考)。
14	キャンプファイヤー	1～2 時間	400 人	幼児～	無雪期 (4月～11月)	営火場 グラウンド	◎ △	☎	仲間との交流や親睦を深めるため、火を囲みゲームや歌を楽しみます。 研修指導員に指導を依頼することができます(P14 参考)。 ※大田市が林野火災警報を発令したときは、屋外での火の使用が禁止されるため、キャンプファイヤーを行うことができません。
15	カプラ	1～3 時間	150 人		通年	講堂 体育館 剣道場	●		1 種類の板を用いて、イメージしたものを自由に何でも作れる「魔法の板」を使った活動です。
16	サイクリング	3～6 時間	50人 (大人) 20人 (子ども)	小学校 3年生～	無雪期 (4月～11月)	周辺 コース	△	☎	自転車に乗って三瓶の自然の中を走ります。 自転車の貸出は、お一人様 1 回 500 円となります。 ※両足が地面に着かないときは、貸出できません。
17	グラウンドゴルフ	2～3 時間	50 人	小学生 ～	無雪期 (4月～11月)	周辺 グラウンド	●		ボールをクラブで打ち、ホールに入れるスポーツです。
18	スナッグゴルフ	2～3 時間	50 人			周辺 グラウンド	●		誰もが楽しむことができる生涯スポーツであり、子供やゴルフ初心者も楽しめます。
19	キンボール	1～2 時間	36 人	小学生 中学年～		講堂 体育館 柔道場	△ ●		チームが協力して、アドバルーンのようなボールを床に落とさないようにする競技です。
20	スポーツ雪合戦	2～3 時間	30 人	小学生 ～	通年	講堂 体育館 剣道場 営火場※	△ ●		遊びとして行われる雪合戦をチーム対抗のニュースポーツとしてアレンジした競技です。 ※雪があるときは、営火場で実施できます。
21	ドッジビー	2～3 時間	100 人	幼児～		講堂 体育館 剣道場 柔道場 つどいの広場	●		ソフトディスクを用いたドッジボール形式のゲームです。
22	カローリング	2～3 時間	30 人	小学生 ～		講堂 卓球場 体育館	△ ●		氷上で行うカローリングを屋内フロアで手軽にできるように考えられたスポーツです。
23	室内オリエンテーリング	1 時間 ～	100 人	幼児～		施設内	●		施設内で行えるオリエンテーリングです。
24	ボルダリング	1 時間 ～	20 人	小学生 ～		卓球場	◎ △		用具持参。安全管理のため、1 人で使用できません。 ※貸靴有 ※体験料は、お一人様 1 回 500 円となります。
25	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。 ※引率者は、必ず安全管理を確保ください。
26	チャレンジ・ザ・ゲーム	2～3 時間	50 人	小学生 ～		講堂 体育館	△ ●		仲間づくりを意識したいくつかのゲームができます。
27	森のわんぱく広場	1 時間～	20 人	幼児～	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。



SAP



キャンドルのつどい



キンボール

## 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	予約形態	活動内容
28	牧場見学(乳牛)	約2時間 移動時間 徒歩約10分	30人	幼児～	無雪期 (3月～11月)	福間牧場 (大田市山口町)	○	☑	近隣の牧場に見学に行き、牧場の方のお話を聞くことができます。 ※ブーツカバー1組180円が必要です。
29	神話めぐり	約1～2時間 移動時間 車で約40分	25人	小学校 高学年～	通年	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1,000円、資料代100円必要です。26人以上の場合は要相談。 ※火・木・土・日のみ実施可能です。
30	森林教室	約2～3時間	30人	小学校 高学年～		交流の家周辺	●		森林管理署の職員が指導を行います。 森林についてのお話を聞くことができます。
31	石見銀山学習	約6～7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や、石見銀山町並み見学ができます。 ※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。)
32	博物館学習	約1～2時間 (天体観察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)	●		自然学習、環境学習を特徴とする自然系博物館。自然観察や天体観察を行うことができ、学芸員による解説も受けられます。(要予約) ※入館料必要
33	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)	●		出雲村田製作所で生産されているコンデンサーを活用した科学実験の体験や、出雲村田製作所が製作した自転車型ロボット「ムラタセイサク君」の実演を見学できます。
34	木工体験	約1～2時間 移動時間 徒歩約7分	25人	幼児～		三瓶こもれびの広場 木工館 (大田市山口町)	●		キーホルダーや写真立てなど、オリジナルの木工作品の製作ができます。 ※教材費必要
35	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)	●		三瓶火山の活動によって地中に埋もれた縄文時代の森を保存した博物館。 スタッフによる解説が受けられます(要予約)。 ※入館料必要
36	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)	●		「砂」「時」「環境」をテーマとした砂博物館。ガラス工芸の体験ができます。 ※入館料・教材費必要
37	日本遺産学習 (石見神楽)	約1時間	15～ 200人	幼児～		講堂	●		三瓶青少年交流の家で石見神楽を上演します。 大田市観光協会に申込みが必要です。 (詳細は交流の家にお問い合わせください。)



牧場見学(福間牧場)



歴史・環境学習(さんべ縄文の森ミュージアム)



博物館学習(島根県立三瓶自然館サヒメル)



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)



木工体験(三瓶こもれびの広場 木工館)

## 野外炊飯の紹介

野外炊飯用の器具や食器類を貸し出しております。※体験料はお一人様 1日 50 円となります。

【団体が用意するもの】・食器洗い用スポンジ(各班 2~3 個程度) ・食器用洗剤 ・ふきん(各班 2~3 枚程度)  
・点火用マッチ(ライター) ・新聞紙(焚き付け用) ・うちわ ・軍手  
※食堂(売店)で購入することもできます。(P16 参照)

	活動プログラム名	時間	人数	対象	時期	場所	指導形態	指が標	活動内容
38	チキンカレー	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	△	☑	野外炊飯は、自然の中で薪や炭を使って調理を楽しむ活動です。火をおこす作業を協力して行ったり、自然の中で楽しく食事を共にしたりすることで、ふだんとは違う特別な体験を共有できます。
39	鶏肉すき焼き風煮								「チキンカレー」、「鶏すき焼き風煮」、「炊飯バーベキュー」は、薪でご飯を炊きます。1 セット(班)につき 1 束、薪を購入してください。
40	炊飯バーベキュー								※大田市が林野火災警報を発令したときは、屋外での火の使用が禁止されるため、カセットコンロで炊飯を実施することとなります。
41	おにぎり バーベキュー								「バーベキュー」には炭が必要です。1 セット(班)あたり、約 3kg の炭を用意もしくは購入してください。
42	バウムクーヘン		10 班						竹に生地を塗り、くるくると回しながら炭火でじっくりと焼き上げてバウムクーヘンを作ります。 1 セット(班)あたり、約 3kg の炭を用意するか購入してください。
43	アップルパイ	15 班	15 班	甘く煮たリンゴをたっぷり詰めたパイ生地を、タッチオープンで丁寧に焼き上げます。 1 セット(班)あたり、約 3kg の炭を用意するか購入してください。					

※ 11 月と 3 月の野外炊飯は、昼食のみ行います。 ※1 班(グループ)4~10 人程度 最大 10 人×25 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	指が標	活動内容
44	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。 ※自然観察やハイキングのプログラムと併せて、木の実や枝を拾い、それらを飾り付けることもできます。 ・教材費 350 円(1 セット)
45	焼き板	2~3 時間	20 人	小学生 ~		クラフト棟 研修室	△ ●		杉板に好きな絵や文字を描き、オリジナルプレートを作ります。 ※自然観察やハイキングのプログラムと併せて、木の実や枝を拾い、それらを飾り付けることもできます。 ・教材費 500 円(1 セット)
46	まが玉づくり	2 時間	70 人			研修室	●		とても軟らかい滑石(かつせき)という天然石をやすりで削って作ります。 ・教材費 350 円(1 セット)
47	茶道	2~3 時間	20 人			伝統文化 稽古室 (茶室)	◎ ●		☑ ☎



木工キーホルダー



焼き板



まが玉



# 13 設備の案内

当施設は、以下の研修室や設備、用具を整備しています。皆さまの研修目的に応じて活動計画を作成ください。利用を希望する施設や設備、用具については、事前にお申し込みください。研修施設利用後は、清掃を行ってください。

## 研修室

[ 教育・研修関係 ]



第1研修室



第5研修室



第6研修室



音楽室



講堂



クラフト棟

**食** 飲食可能

施設	定員	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	×	×		和室 畳21畳 <b>食</b>
第10研修室	32人	32脚	12台	○	○	ワイヤレスアンブ 事務室貸出	<b>食</b>
第11研修室	70人	70脚	30台	○	○		広さ:7×13m <b>食</b>
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 <b>食</b>

- 机や椅子を移動したときは、元の位置に戻してください。
- ホワイトボードやマーカー、プロジェクターなど事務室で貸出しています。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)

宿泊室・食堂・浴室

〔生活関係〕



宿泊室(洋室)



宿泊室(和室)



浴室



洗濯・物干場



食堂

施設	室数	定員	備考
宿泊室(洋室)	64	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)	19	152人	12畳8人用
M室(ミーティング室)	6	24人	6畳4人用
宿泊棟談話室	6		12畳カーペット敷
ラウンジ	1	30~40人	テレビ
食堂	1	300人	ビュッフェ形式 <b>食</b>
浴室	2	大・中	大浴室60人・中浴室40人
洗濯・物干場	2	男・女	洗濯機・乾燥機

つどいの広場・グラウンド・野外炊飯場・セミナーハウス

〔野外施設〕



つどいの広場



グラウンド



テニスコート



野外炊飯場



営火場



セミナーハウス



森のわんぱく広場

施設	室数	定員	備考
つどいの広場	1面		周辺の林間を含め、多目的に使用可能 <b>食</b>
グラウンド	1面		10,000㎡ 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 <b>食</b>
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
野外炊飯場	5棟	250人	<b>食</b>
営火場	2か所	600人	第1営火場400人、第2営火場200人
セミナーハウス	1棟	23人 最大31人	和室8室、ふれあいホール1室(9×7m) 小浴室(2室)、土間スペース(森の家) <b>食</b>
森のわんぱく広場	1か所		<b>食</b>

その他の施設

- 保健室 1室2床
- 講師棟 ツイン4室 バス、トイレ、エアコン付
- ラウンジ 定員30~40人 テレビ、展示物「えほんのもり」
- ケアルーム 和室10畳、身障者用浴室
- 自動販売機コーナー
- 三瓶周辺地形模型コーナー
- コインロッカー(コインバック式)
- 駐車場(大型バス3台・普通車85台)

## 体育館

〔 教育・研修関係 〕



体育館



卓球場



キッズルーム

- 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)
- ドッジボール(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)

## 文武伝承館

〔 教育・研修関係 〕



剣道場



柔道場



文武伝承館 学習室



伝統文化稽古室



弓道場

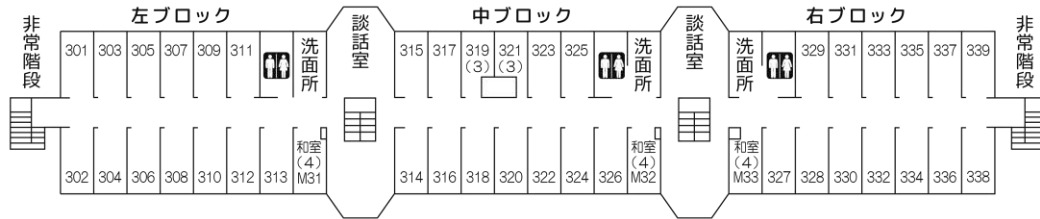
施設	定員	椅子	机	モニター	スクリーン	マイク	備考
体育館	400人	17脚	9台	×	○	2本 事務室貸出	広さ:37.3×25.7m 放送設備 土足禁止
卓球場(ボルダリング)				×	×	ワイヤレスアンプ 事務室貸出	広さ:13×10m 130㎡ 卓球台(4台常設)
キッズルーム				×	×		土足禁止
剣道場	160人	65脚		×	○	2本 事務室貸出	広さ:26.3×16.3m 高さ9m 513㎡ 土足禁止
柔道場	160人			×	○	2本 事務室貸出	広さ:26.3×16.3m 高さ9m 261畳 土足禁止
弓道場	6人立			×	×	ワイヤレスアンプ 事務室貸出	射場 110㎡ 的場 61㎡ 弓道室 36㎡ 土足禁止
文武伝承館 学習室	38人	62脚	25台	×	○	ワイヤレスアンプ 事務室貸出	カーベット敷 土足禁止
伝統文化稽古室	20人			×	×		105㎡ 書院式茶室・草庵式茶室



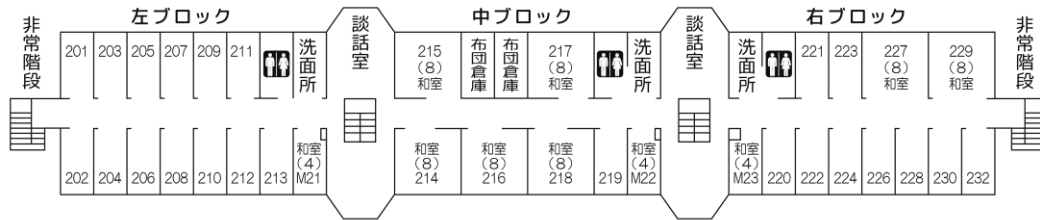
# 15 宿泊棟・研修棟 案内図

宿泊棟の宿泊室は、原則として1階と2階を利用することとしています。  
 宿泊棟の3階は、令和9年度以降利用できなくなります。

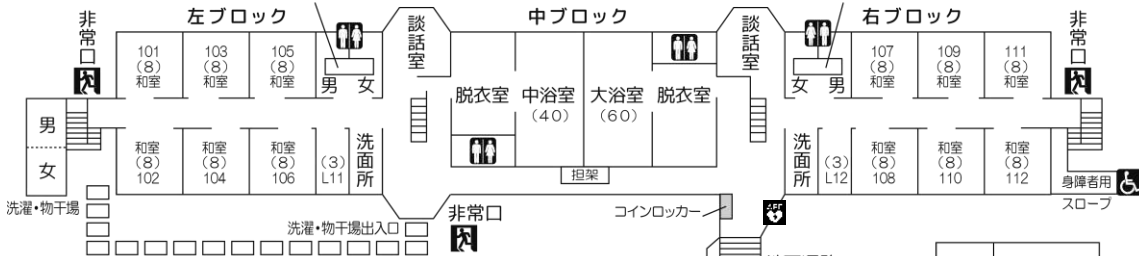
## 【宿泊棟3階】



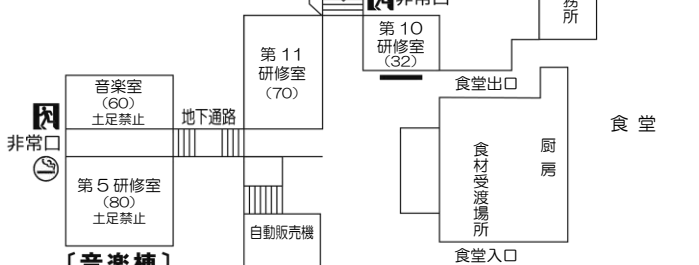
## 【宿泊棟2階】



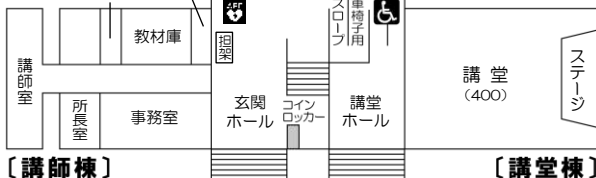
## 【宿泊棟1階】



## 【研修棟1階】



## 【研修棟2階】



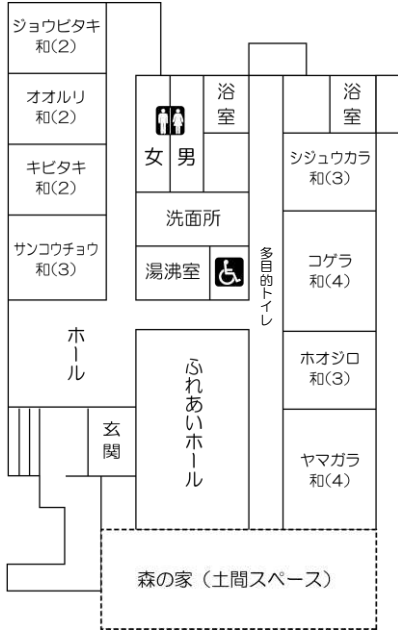
## 【体育館】

- 1F フロア  
シャワー室(男女各8カ所)
- 2F 卓球場  
ボルダリングボード  
キッズスペース

- 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
- 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)

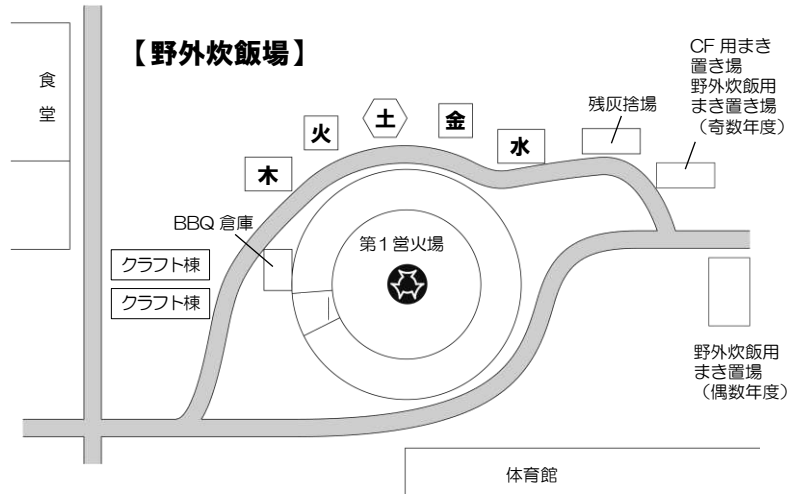
# セミナーハウス・野外炊飯場・文武伝承館・体育館

## 別館 【セミナーハウス】

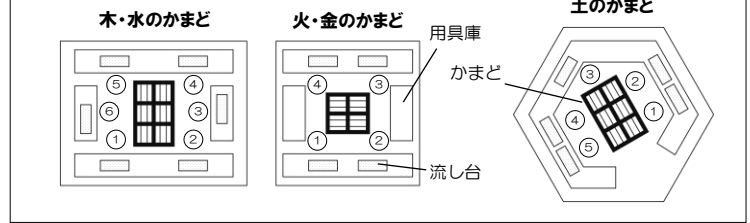


定員・23人(最大31人)  
 和室……………8部屋( )内は定員数  
 ふれあいホール……1室(板間、囲炉裏付)  
 浴室……………2室  
 湯沸室、トイレ、洗面所を完備

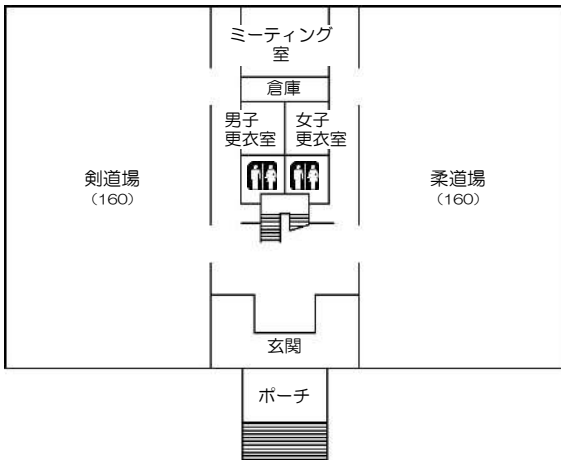
## 【野外炊飯場】



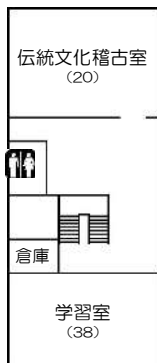
## 【かまど配置図】



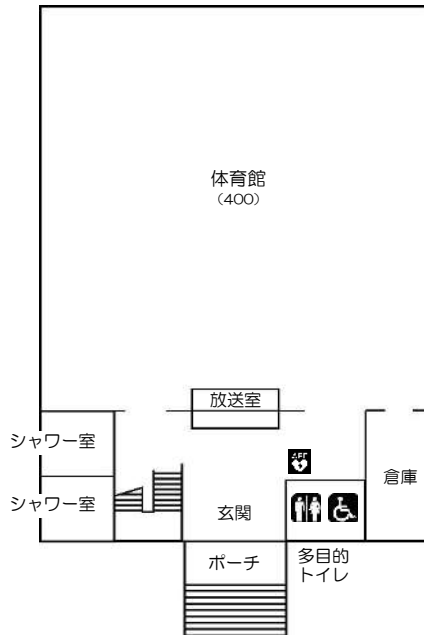
## 【文武伝承館 1F】



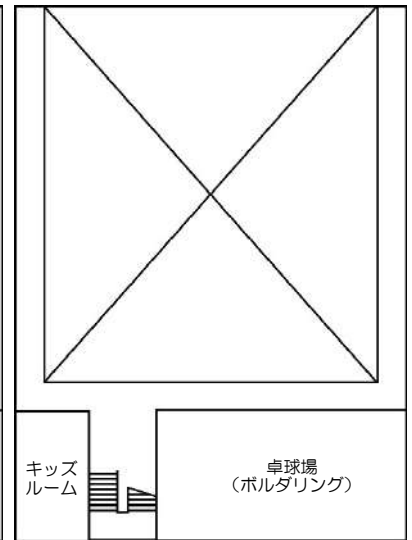
## 【文武伝承館 2F】



## 【体育館 1F】



## 【体育館 2F】



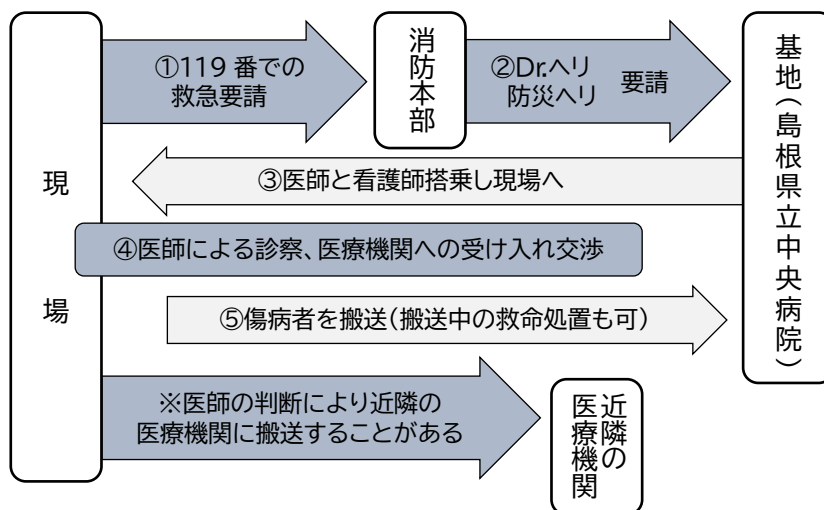
# 16 医療体制について

※病気やけが、事故などの理由で医療機関を受診する必要があるときは、引率代表者が医療機関に連絡を行ってください。  
また、医療機関を受診したときは、事務室にご連絡ください。受診後は所定の用紙(傷病記録票)をご提出ください。  
医療機関への搬送は、必ず引率者が付き添ってください。

※救急車の要請について

病気やけが、事故などの緊急事態が発生したときは、引率代表者が直接「119番」に通報して救急車を要請してください。  
その後、速やかに事務室にご連絡ください。

## 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

医療機関	車	TEL	備考
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	※救急指定病院
●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	
●しみず眼科	車で約30分(21km)	TEL(0854)86-8830	
●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

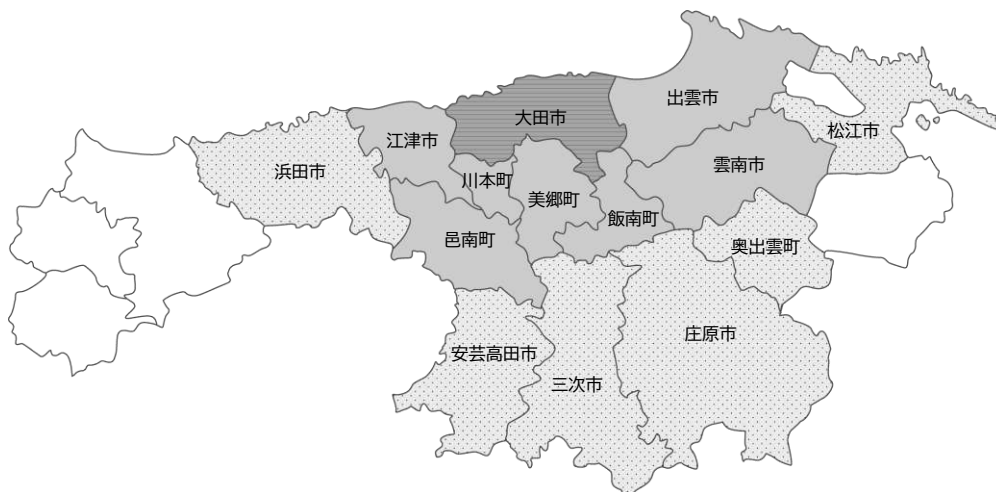
●JR大田市駅	(JR、JRバス)	TEL(0854)82-0891
●石見交通(株)大田営業所	大田市内(バス)	TEL(0854)82-0662
●日本交通(株)大田営業所	大田市内(タクシー)	TEL(0854)82-0456
●富士第一交通(株)	大田市内(タクシー)	TEL(0854)82-0660
●出雲縁結び空港	出雲市(空港)	TEL(0853)72-7500

## 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

# 17 バス送迎の利用について

## バス運行可能なエリアと運行時間



宿泊利用日数	運行範囲
0泊(日帰り)	大田市 ※大田市内の学校の教育活動等に限る。
1泊	出雲市、大田市、江津市、雲南市、飯南町、川本町、美郷町、邑南町
2泊以上	松江市、浜田市、奥出雲町、三次市、庄原市、安芸高田市 ※学校の教育活動等に限る。

※学校の教育活動等とは、学校(幼稚園を含む。)や保育所(認定こども園を含む。)における教育活動・保育活動の利用(部活動を除く。)を指します。

※研修場所への送迎は、行いません。

※バスの運行時間は、交流の家を発着として、7時30分から18時までの間となります。

※乗車や降車時の人数確認は、引率者の責任で行ってください。出発時間は、必ず守っていただくようお願いします。

## 乗車人数

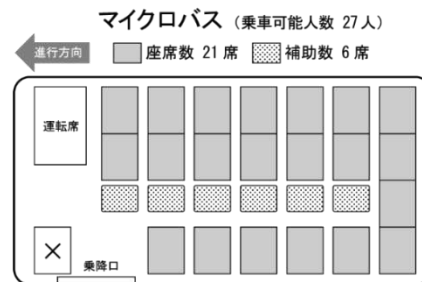
15人から27人までご利用いただけます。

高速道路をご利用の際、補助席はご使用いただけません。

大田市内の学校の教育活動などによる日帰り利用については、10人以上での利用が可能です。

※最低乗車人数に満たない場合は、バスをご利用できないのでご注意ください。

※大型荷物を収納するトランクはありません。足元や空席での対応になります。



## 送迎料

燃料費や高速道路の通行料金は、団体のご負担となります。また、交流の家から送迎先までの回送費用と、その際の高速道路の通行料金も併せて団体負担となるため、あらかじめご了承ください。詳細については、お問い合わせください。

## 利用申込方法

(1)バスの運行時間や対応エリアを確認の上、空き状況についてお電話でお問い合わせください。

(2)利用の申し込みは、「送迎バス利用申込フォーム」から予約をしてください。

※期日までに Web 申込フォームへの入力がない場合は、予約が無効となるのでご注意ください。



送迎バス利用申込フォーム

# 18 利用に関する注意点

## (1) 引率者間の共通理解について

- 利用前には、必ず調整プログラムをもとに施設や活動内容・場所、プログラム等の情報を引率者間で共有してください。

## (2) 安全管理について

- 食中毒防止等のため、施設外から飲食物を持ち込みことはご遠慮ください。
- 引率代表者は、活動前に利用者の健康状態を確認してください。
- 感染症の拡大防止のため、嘔吐や下痢の症状が出た場合は、速やかに事務室までご連絡ください。(嘔吐物は、事務室で処理キットをお渡しするので、団体内で対応ください。)
- 天候不良の場合は、今後の気象情報や利用者の状態を考慮の上、活動実施の可否を判断してください。最新の気象情報が必要なとき、実施判断に迷うときは、事務室にご相談ください。
- 大田市が林野火災警報を発令したときは、屋外での火の使用が禁止されるため、薪を使った野外炊飯の火起こし、キャンプファイヤー等を行うことができません。

## (3) 貴重品の管理について

- 貴重品は、団体の責任で管理してください。なお、事務室前、宿泊棟1階大浴室前に設置しているリターン式コインロッカーをご利用ください。事務室において貴重品を預かりできません。

## (4) その他

- 館内を含む敷地内では、ペットの同伴をお断りしています。ただし、盲導犬、介助犬及び聴導犬を同伴するときは、事前に連絡してください。
- 館内は、全て禁煙です。喫煙は、館外に設置した指定の喫煙所をご利用ください。
- 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。

# 19 よくある質問

## 食事について

Q 野外炊飯用の食材を持ち込んでもいいですか？  
おやつやジュースは持ち込めますか？

A 食品や食材の持ち込みと持ち出しは、食品衛生の観点からご遠慮ください。おやつや飲み物は、食堂(コンパスグループジャパン三瓶店)での購入や施設内の自動販売機をご利用ください。

Q 食物アレルギーの対応はできますか？

A ホームページで公開しているビュッフェメニュー表や食事成分表を事前に確認の上、食堂(コンパスグループジャパン三瓶店)にお問い合わせください。また、「食物アレルギー連絡票」については、利用日の2週間前までに提出ください。

Q お酒を飲むことはできますか？

A 指定した場所や時間に限り、飲酒できます(事前に申し込んでください。)。ただし、飲食物の持ち込みは、禁止しています。アルコールやおつまみなどは、事前に食堂(コンパスグループジャパン三瓶店)で注文ください。

Q 水筒用のお茶を用意してもらうことはできますか？

A 水筒へのお茶の補充を希望するときは、事前に「食事申込書」でお申し込みください(令和7年度から有料です。)。お茶の提供時間は、食堂の営業時間に準じます。補充は、食堂出口付近に設置した給茶コーナーをご利用ください。※水筒の補充は各自で行ってください。

Q 宿泊者以外でも食堂を利用できますか？

A 日帰り利用の申込みを行っている団体に限り、利用いただけます(事前に予約が必要です。)。食事のみの利用はできません。

## 料金について

Q クレジットカードは利用ができますか？

A クレジットカードでのお支払は、可能です。また、キャッシュレス決済にも対応しているので、電子マネーやコード決済などご利用いただけます(P16を参照ください。)

Q 宿泊するのにいくらかかりますか？  
また、キャンセル料などは発生しますか？

A 利用料金については、P13 をご確認ください。ホームページに掲載している「経費計算表」をご利用ください。食事や野外活動の食材費については、キャンセル料が発生することがあります(P4を参照ください。)

Q 物を壊したり、寝具を汚してしまったら？

A 設備や用具の紛失、破損したときは、原則として弁償をお願いしています。また、寝具に汚れが生じたときは、クリーニング代を請求するため、必ず事務室までご連絡ください。

## 予約について

Q 利用申込み書類は、いつまでに提出すればいいですか？

A 引率代表者宛てに、提出期限に関する案内のメールをお送りします(約3か月前)。利用申込み書類は、利用日の約2か月前までに、郵送、FAXやメール添付でご提出ください。提出期限を過ぎると、活動場所のご希望にお応えできないときがあるのでご注意ください。

Q 事前に打合せや、施設見学ができますか？

A できます。  
休館日や職員の出勤状況によっては、受付できないときがあるので、あらかじめご了承ください。また、当日の利用団体の活動により見学ができないときがあるので、事前にご連絡ください。

## プログラムについて

Q 野外炊飯は、最大何人まで活動できますか？

A 調理用具コンテナには、1班あたり10人分の食器が収納されており、25班(250人)分を用意することができます。野外炊飯の活動は、3月中旬から11月までできますが、気温の影響により3月と11月は昼食のみの実施となります。

Q 研修室や宿泊室で楽器の練習はできますか？

A 吹奏楽部のパート練習は、研修室で行うことができますが、宿泊室での楽器練習はご遠慮ください。  
音楽室は、防音設備が整っています。楽器練習や合奏は、音楽室をご利用することをお勧めいたします。

Q プロジェクターを研修で使いたいですが、借りることはできますか？

A 活動に必要な物品を貸出することができます。数に限りがあるので、事前に相談ください。  
(例: プロジェクター、スクリーン、ワイヤレスアンプ、CD デッキ、ホワイトボード、各種スポーツ用具など)

## その他

Q つどいには必ず参加しないといけませんか？

A 利用団体が一堂に集まることで、各団体の紹介や活動内容の発表を通じて相互の交流を促進し、理解を深めることを目的としています。そのため、すべての団体において全員の参加を原則としています。ファミリーで利用するときも、参加をお願いしています。ただし、朝のつどいは、令和7年度以降休止しています。

Q 冬季に雪は降りますか？路面は凍結しますか？

A 国立三瓶青少年交流の家は、標高600mの地点に位置しています。11月下旬から4月上旬にかけては、積雪することがあるので、車でお越しのときは、タイヤチェーンやスタッドレスタイヤなどの雪道対策を行ってください。

Q 研修室や宿泊室でインターネットは使えますか？

A 研修室と講師室、セミナーハウスは、Wi-Fiの利用が可能です。Wi-Fi 接続に必要なパスワードは、入所手続きの際に引率代表者にお渡しします。Wi-Fi を利用したいときは、引率代表者に確認してください。なお、パソコンの貸出は、行っていません。

Q 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？

A 人数の変更については、速やかにご連絡ください。人数が増加する場合には、宿泊室の確保が難しいときがあるので、あらかじめご了承ください。また、食事の数に関する変更は、直接食堂までご連絡ください。食事のキャンセル料が発生することがあります(P4を参照ください)。

Q 予約は必要ですか？  
予約をしたいのですが、どのように予約をすればいいですか？

A 事前に予約が必要です。  
宿泊の予約申込みは、利用日の前年7月1日から利用日の2週間前まで受け付けています。基本的に先着順となるため、申し込みが遅れるとご希望に添えない場合があります。学校団体などの利用については、優先的に先行受付を行っています(P2を参照ください)。日帰り利用についても受付できますが、原則として宿泊利用団体の活動を優先します。そのため、日帰り利用の予約は、1か月前からの受付となります。

Q 夜の活動は何時まで可能ですか？

A 夜の活動は、22:00 まで行うことができます。  
22:00 から就寝準備を始め、就寝時刻は 22:30 です。  
起床時刻の 6:30 まで、大きな物音を立てないようご協力をお願いします。また、22:00 から 6:00 までの間は正面玄関や野外炊飯入口などを施錠します。やむを得ず夜間や早朝に外出するときは、事前に事務室までご連絡ください。

Q 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？

A 「プログラム体験・指導員申込書」をご提出ください。  
講師の手配は当施設が行います。指導には料金が発生するので、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応じて指導料が異なります。

Q 近隣におすすめの施設はありますか？

A 最新のプラネタリウムを備えた「島根県立三瓶自然館(サヒメル)」や、糸のこを使用した木工体験が楽しめる「三瓶こもれびの広場木工館」がおすすめです。また、3,500 年前の埋没樹(スギやケヤキなど)を展示している「さんべ縄文の森ミュージアム」もおすすめです。ホームページでご紹介しています。(https://sanbe.niye.go.jp/link/)

Q 三瓶青少年交流の家行き路線バスはありますか？

A 最寄りのJR大田市駅から国立三瓶青少年交流の家までは、石見交通が路線バスを運行しています。平日は1日3便、土日・祝日は1日2便が運行しています。  
運行時間は、冬期や土曜・日曜・祝日によって異なるので、利用の際は事前に確認してください。



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

【お車で目の目安時間】

- 山陰自動車道  
大田朝山ICから約 25 分(県道 286 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 50 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。

## 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



<https://sanbe.niye.go.jp/>  
国立三瓶青少年交流の家 検索