



車の場合

中央自動車道飯田山本IC→
三遠南信道天龍峡IC(無料)より
R151を南へ約25分

JRの場合

JR飯田線温田駅下車

高速バスの場合

東京・名古屋・長野発→飯田駅着
→JR飯田線温田駅下車

お問い合わせ・お申込先



長野県阿南少年自然の家

〒399-1504 長野県下伊那郡阿南町西條2332
TEL (0260) 22-3315
FAX (0260) 31-1015
Email info@ananshonen.jp

阿南少年自然の家 で 検索

令和7年度版 阿南少年自然の家 利用の手引き



観よう!

触れよう!

感じよう!

南信州 あなんの風



令和7年度版 阿南少年自然の家 利用の手引き

阿南少年自然の家は、豊かな情操や社会性を培い、少年の健全な育成を図ることを目的として設けられた長野県の生涯学習施設です。四季折々に変化する里山の豊かな自然環境の中にあり、家庭や学校の生活では得がたい共同生活や様々な野外活動を体験していただけます。平成22年度から県の指定を受け、阿南町が管理運営を行っています。

(開所：昭和61年 標高：650m)

目 次

1	ご利用いただける皆さま	2
2	施設の概要	2
3	休所日	2
4	申し込みの方法	2
5	経 費	3～4
6	持ち物	4
7	よりよい一日のために	4～5
8	標準的な生活時間帯の例	5
9	入所から退所まで	5～7
10	野外炊事等	8
11	キャンプファイヤー	8
12	キャンドルの集い	9
13	食堂の利用	9
14	救急・安全に関するお願い	10
15	活動メニュー	11～12
	資料1 〈施設案内〉	13・14・15
	資料2 〈清掃方法〉	16・17
	点検表[館内]	18
	点検表[野外炊事場]	19
	利用許可申請書	20・21
	食事注文票	22・23
	什器・備品利用申込書兼貸出明細書	24・25
	利用者名簿	26

1 ご利用いただける皆さま

親子の活動や野外活動、生涯学習を目的とする、以下のような団体・グループ（5名以上）の皆さまにご利用いただけます。暴力団の助長に関わる活動・宗教活動・政治活動・営利にかかわる活動には、ご利用いただけません。

- (1) 幼稚園・保育所の園児、小中学校・高等学校の児童・生徒、短大・大学等の学生など
- (2) 子ども会、育成会、PTA、青少年教育、スポーツ団体、営利目的でない各種団体
- (3) その他、所長が適当と認めた団体・グループ

2 施設の概要

- (1) 宿泊施設 1階：洋室（12）、2階：和室（8）、リーダー室（4）（宿泊定員200人）
- (2) 運動施設 プレールーム（約300㎡）、研修室、食堂、談話室（1、2階）
- (3) 屋外活動施設 キャンプ場（テント場約30張、野外炊事場、営火場、WC）

※事前のお申し込みにより、隣接する阿南町営施設をご利用いただくことができます。
（施設の利用状況によってご利用いただけない場合もあります。）

3 休所日

月曜日、国民の祝日の翌日、年末年始（12月29日～1月3日）

※利用状況等により変更する場合があります。

4 申し込みの方法

- (1) 利用を希望する場合は事前に電話でお問い合わせください。空満状況等ご案内いたします。
- (2) **利用許可申請書**を、**利用開始日の20日前までに提出**していただきます。（FAX可）
- (3) 学校や青少年教育団体等で、年間計画に組み入れて利用される場合は仮受付をいたします。

(手続きのながれ)

仮 受 付	原則ご利用の1年前から受付します。ただし、他団体との兼ね合いで日程調整を行うことがあります。（地元学校の利用を優先させていただきます） 団体名、利用目的、利用人数、利用期間、連絡先等をお知らせください。
申請書等の送付	利用許可申請書 （P20）、 食事注文票 （P22）、 什器備品利用申込書兼貸出明細書 （P24）を（ご希望により利用の手引き等も）お送りします。申請書等は当所ホームページからダウンロードしていただくこともできます。
申請書等の提出 （FAX可）	研修内容等を記入し、 利用許可申請書 、 食事注文票 及び 什器備品利用申込書 、 利用者名簿 を、 利用開始日の20日前までに提出 してください。
正 式 決 定	正式に利用の可否を決定し、お知らせします。
事前打ち合わせ	利用団体の責任者は、目的に沿ったご利用のためにも、必ず、下見・打ち合わせをお願いします。特に野外活動は事前踏査（危機管理）をお願いします。※ 下見・打合せの日程は、事前にお知らせください。

5 経費

(1) 施設利用料

ア 宿泊施設

利用者の区分		利用料の額
小・中学生		1人1泊につき 350円
一 般	25歳未満	1人1泊につき 700円
	25歳以上	1人1泊につき 1,050円

イ キャンプ場

利用者の区分		利用料の額
小・中学生		1人1泊につき 200円
一 般	25歳未満	1人1泊につき 400円
	25歳以上	1人1泊につき 600円

ウ 研修室及びプレールーム（日帰り利用の場合）

区 分	利用料の額		
	午前9時から正午まで	午後1時から午後4時まで	午後5時から午後8時まで
研 修 室	1団体につき 300円	1団体につき 300円	1団体につき 300円
プレールーム	1団体につき 900円	1団体につき 900円	1団体につき 900円

エ 野外炊事場（日帰り利用の場合）

利用者の区分		利用料の額
小・中学生		無料
一 般	高校生～25歳未満	1人につき 200円
	25歳以上	1人につき 300円

※水道代等の実費を含む

※施設利用料の減免

長野県内の小中学校・高等学校及び特別支援学校、身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳・療育手帳の交付を受けている方及び介護者は、施設利用料が減免される場合があります。事務室へあらかじめご相談ください。

(2) 寝具使用料

〔館内利用の場合の基本料金〕

・寝具リース代	300円
・シーツクリーニング代	270円
計	570円

※4泊以上される場合は、シーツ交換を行なってください。(有料)

※寝具類汚損の際のクリーニング料金

布団：2200円、毛布：1100円、枕：220円

〔テント泊の場合〕

テント・寝袋などは各自ご持参ください。

6 持ち物

※^{うわば}上履きは必ずご持参ください。(運動靴が最適です。)

※洗面・入浴用品(タオルなど)

パジャマ(ジャージなど)、着替え、雨具等 ※持ち物へは記名をしてください。

※キャリーバッグを使用の方は、館内ではキャスターを使わず、手で提げてください。

7 よりよい一日のために

「少年自然の家」では、皆さまの研修が充実したものになるように、また、安全で気持ちよく生活していただけるように、「5分前行動」と「来た時よりも美しく」を合い言葉にし、いくつかのお願いをしています。

(1)「5分前行動」—— 余裕をもった計画と行動を ——

館内は学校に比べ廊下が狭く、屋外には段差や自然の地形が多くあります。思わぬケガや事故を防ぐために、余裕をもった計画を立て、あわてず落ち着いて行動してください。

(2)「来た時よりも美しく」—— 整った生活と清掃・整頓を ——

公共の施設を大切に、次に利用する方々に気持ちよく使っていただけるように、1日1回の「清掃」を実施していただきます。また、退所前には、部屋の整頓や清掃の状況を、みなさんと職員と一緒に確認し合う「点検の時間」を設けていただきます。

団体の規模に応じて、係分担するなどし、秩序ある生活と館内の美化にご協力ください。

<係活動の例>

班長・室長	・会の進行 ・引率、所員との連絡 ・仲間への連絡	レク	・レクリエーションの企画や進行
生活	・シーツの配布返却 ・消灯の確認 ・整頓呼びかけ	保健	・仲間の健康観察 ・手洗い・手指消毒の呼びかけ
食事	・配膳準備 ・あいさつ ・片付け、清掃の指揮	美化	・清掃分担決め ・清掃指揮 ・清掃状況確認

8 標準的な生活時間帯の例

	6:00	6:30	7:00	7:30	8:30	12:00	13:00		17:00	17:30	18:30	21:30	22:00	
	起	清	朝	朝	活	昼	活	代	夕	夕	活	就	就	
	床	掃	の	食	動	食	動	表	べ	食	動	寝	寝	
			つ					者	の		・	準		
			ど					会	つ		自	備		
			い						ど	入	由			
									い	浴				

※起床時間 6:00～ 及び、消灯時間 22:00 を原則とします。

※食堂・研修室の利用時間 原則22:00 までとします。

9 入所から退所まで ※入所時間に遅れる場合は、ご連絡ください。

入退所は原則として**9:00から16:30の間**で計画してください。

(1)入 所

- ① お車でお越しの場合、乗用車は当所駐車場へ、大型バスは町民体育館の駐車場に駐車してください。(町民体育館の駐車場より先は大型車進入禁止になっています)
- ② 下足は玄関左側「下足室」の下足箱にそろえて入れ、持参した上履きを履いてください。
- ③ 入所式(利用団体の司会進行をしてください。)

入所式の例

- | | | |
|----------|--------------------------|----------|
| 1 はじめの言葉 | 2 校旗掲揚・校歌斉唱 | 3 所長あいさつ |
| 4 代表者のお話 | 5 生活の仕方、注意事項の説明(約10分:所員) | 6 おわりの言葉 |

④ 代表者との打ち合わせ

代表者または、引率責任者の方と当日の利用人数・日程等について確認をいたします。必要に応じて部屋の鍵をお渡しします。

(2) 館内使用上の注意

- ① 宿泊室での飲食は禁止です。(布団、畳を汚損することがあります。)
- ② 洗面所の水道は混合栓です。レバーを左側にすると熱いお湯が出ますので、まん中あたりで使用してください。
- ③ 各部屋でヘアドライヤーを使用するとブレーカーが作動してしまいます。必ず、洗面所のコンセントを使用してください。
- ④ 各部屋の退所時には、エアコン・蚊取り器(夏季)の電源を切ってください。
- ⑤ 建物内禁煙です。喫煙は喫煙所(食堂テラス)をお使いください。施設周辺の道路、遊歩道での喫煙もご遠慮ください。
- ⑥ 施設・備品の破損、布団の汚損等があった場合は、修理代(クリーニング代)をお支払いいただくことになります。ご注意ください。
- ⑦ 利用状況に応じて、部屋に職員が立ち入ることがあります。

(3) タベのつどい、朝のつどい(実施は自由)

利用団体で自主運営。マイクや放送機器等が必要な時は、事前に事務室へご相談ください。

(4) 食 事

- ① 食事の前にはしっかりと手を洗い、備え付けのアルコール剤で消毒してください。
- ② 食事はセルフサービスです。
- ③ 食事の時間は原則として下表のとおりです。食事係は事前に集合して配膳をしてください。

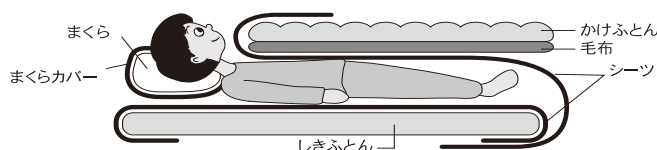
朝 食	昼 食	夕 食
7:30~8:30	12:00~13:00	17:30~18:30

④ 後片付け

- ア 食器は、所定の場所に、種類ごと重ねて入れてください。
- イ 残物は、食堂長の指示にしたがって分別してください。
- ウ **毎食後テーブルの拭き掃除、床の掃き掃除、ペーパーモップかけ、椅子の整頓をお願いします。**

(5) 寝 具

- ア シーツ2枚と枕カバー1枚が1人分です。
- イ 宿泊棟1階109号室前の棚に宿泊人数分を用意してありますので、枚数を確認してお持ちください。(人数の多い時は、係や代表者が部屋の分をお持ちいただくとよいです)
- ウ シーツ、枕カバーの返納は、退所日の朝か交換日の朝、宿泊棟1階110号室付近のランドリーボックスに、簡単に畳んで入れてください。枕カバーはシーツとは別にコンテナに入れてください。
- エ 寝具は下のようにお使いください。



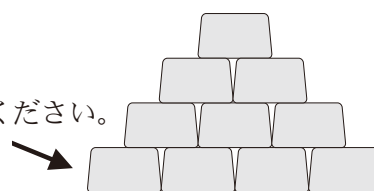
- オ 布団は、各部屋の「たたみ方・収納方法の写真」を参考に、向きを揃えてきれいにたたんでください。(注、1Fと2Fでは、たたみ方・収納方法が違います。)

(6)入 浴

- ① 入浴時間は原則として18:00から21:30までです。
- ② 入浴が終了したら、責任者は必ず宿直者に連絡してください。(浴槽の栓は宿直者が抜きます。22:30にボイラーを停止します。)

③ 注意事項

- ア シャワー水道等、温度調整には充分注意し、やけどに気をつけてください。
- イ 手ぬぐい、タオルを浴槽に入れしないでください。
- ウ ヘッド&ボディシャンプーは備えてあります。
- エ 洗面器と椅子は、それぞれピラミッド型に積んで整頓ください。



- オ 利用者が10人未満の時は原則風呂は立てませんがシャワーは使用可能です。
- カ 脱衣室のマットを、翌朝の掃除の際、玄関前の柵に掛けて干してください。(雨天時は、プレールームギャラリーの手すりに掛けてください。)

(7)清掃、ごみの処理 ※16・17ページ 資料2 参照

- ① 清掃場所は、入所時の打ち合わせで確認します。
- ② 原則ごみは持ち帰りです。館内清掃で出たごみのみ、廊下等に備え付けのごみ箱に入れてください。
- ③ 汚物の処理については、汚物入れの袋ごと取り出し、黒いゴミ袋へまとめて事務所へお持ちください。替わりに、トイレ内にある新しい袋を設置してください。

(8)退所時点検

団体責任者は点検表に従い、利用した場所の不備等を直し、整った後、事務所にご連絡ください。職員が同行して点検させていただきます。※長期利用される場合は、中間日に使用状況・清掃を確認のため部屋点検を行います。

(9)会 計 ※3・4ページ 「経費」参照

施設利用料、寝具使用料、食事代、薪代、クラフト材料費等は原則現金でお支払いください。(請求書払い等を希望される場合はご相談ください。)

(10)退 所

- ① **忘れ物はないか、ご確認ください。**
- ② 部屋の鍵をお持ちの場合は、忘れずに返却してください。
- ③ 退所式(利用団体で、司会進行をしてください。)
退所式の準備ができたなら事務室へ連絡してください。

退所式の例		
1 はじめの言葉	2 校旗降納	3 所長あいさつ
4 引率責任者(代表者)のお話	5 おわりの言葉	

(11)その他

運転手専用の部屋はありません。

10 野外炊事等

(1) キャンプ場の設備・備品等

① 設 備 野外炊事場かまど30、洗面所、トイレ、倉庫、営火場

② 備 品

食器類 200人分

調理器具 30班分

(2) 屋外炊事設備の利用

① 食材の持ち込みは原則できません（要相談）

② **持ち物**：食器用の洗剤、鍋・飯盒用のクレンザー、**スプーン、ふきん、マッチ類**、ビニールシート、軍手（火を扱うため、すべり止め等がついてないもの）、焚き付け用新聞紙等

③ 食器、調理器具等を使用する場合は事前に「什器・備品利用申込書」で申し込みをし、当日職員と確認の上、一度洗ってご利用ください。

④ 薪が必要な場合は販売します。事前にお申し込みください。（薪1束300円）

(3) 片付け 清掃 点検

① 使用した物品を返却する際は、きれいに洗い、ふきんで拭き、**職員の点検を受けてから**返納してください。

※原則として、点検の時刻が18時を越える場合は、翌朝の点検とさせていただきます。

なお、飯盒のこげつきが生じた場合は必ず報告してください。（別途、実費をいただく場合があります。）

② かまどの灰、燃えかすを灰捨て場へ捨て、野外炊事場・かまど周辺・トイレを掃除してください。清掃後、職員が点検させていただきます。

11 キャンプファイヤー

(1) キャンプファイヤー用の薪が必要な場合は販売しますので、事前にお申し込みください。

（キャンプファイヤー用薪(灯油付)通常タイプ4,000円、小型2,000円、追加の薪1本250円）

(2) 組み立ては、職員の立ち合いのもと、利用団体で行なってください。

(3) 当所備品のアンプ、火の神の衣装等を利用したい場合は、事前にお申し込みください。

(4) **着火用のトーチ**・懐中電灯は持参してください。

(5) 終了後は火の危険の無いよう状態を見届け、ファイヤーベースをかぶせ、翌朝、燃え残りや灰を決められた場所へ始末しきれいに掃除してください。備品を借りた場合は、その日のうちに事務室まで返却してください。

12 キャンドルの集い

- (1) 燭台には、大ローソク(～37cm)が13本立てられます。(一式 500円/分火用キャンドル含む)
- (2) 1人用 小ローソク(5cm)およびローソク立ては一式 5円です。(15分位)
- (3) 当所備品のマイク、火の神の衣装等を利用したい場合は事前にお申し込みください。
- (4) 終了後は、燭台・ブルーシート・プレールーム床に垂れたローソクをスクレーパーで削り取って、きれいに掃除してください。

13 食堂の利用

朝食	650円	和定食 洋定食
昼食	750円	チキンカツカレー とり天丼 牛丼 ビビンバ丼 チャーハンセット うどん(温・冷)と炊き込みご飯
夕食	850円	とんかつ定食 唐揚げ定食 ハンバーグ定食 チキン南蛮定食 フライ定食 炙り焼きチキン定食
野外炊事	600円	カレー食材 (米, 玉ねぎ, ジャがいも, にんじん, 豚肉, カレールー) 麦茶 ※ 荒天時など、厨房で作る場合は別途料金(1人50～80円)がかかります。
	応相談	焼肉(肉, 野菜, ごはんなど, 麦茶) ※ ガス代は別途
その他	120円	ペットボトル500ml(麦茶・緑茶)
	350円	水筒用麦茶(1本あたり、約30人分)

※ 追加料理、弁当その他のメニューなどにつきましては、ご相談ください。

留意事項

- ① 希望メニューを食事注文票に記入してください。ただし、他団体との関係でメニューを調整させていただくことがありますので、ご了承ください。また、季節や食材の都合によりメニューが一部変わることがあります。
- ② 長期のご利用の場合は、日替わりメニューで対応いたします。
- ③ 食物アレルギーがある場合は、ご相談ください。
- ④ 食材発注の都合上、食数変更は、ご利用の4日前までにご連絡ください。これ以降の変更やキャンセルについては、キャンセル料がかかります。増数の対応もできない場合があります。ご容赦ください。

食堂長

後藤 泉

携帯 (080) 4417-5444

14 救急・安全に関するお願い

- ◆火災や地震に備え、非常口や避難経路、緊急避難場所、消火器設置場所の確認をしてください。
- ◆緊急時、火災、けが等があった場合は、職員に連絡してください。
- ◆避難が必要な時は、職員の指示にしたがい、緊急避難場所（P13資料1施設案内参照）へ避難してください。
- ◆ケガや病気に備え、病院への搬送のための「緊急車両」をご用意ください。緊急、また、症状が重篤のときは、救急車の出動を要請することがあります。
- ◆配置薬などの用意はありません。常備薬等服用されている方は、持参してください。
- ◆感染症予防のため、手洗い・手指消毒をしっかりと行ってください。なお、嘔吐した場合は、必ず事務所に連絡してください。
- ◆朝の排便ができず、子どもさんが体調を崩すケースが多く見られます。行動日程作成にあたっては、朝の活動時間に余裕をもたせるなど、十分にご配慮をお願いします。
- ◆施設内は、廊下がせまかったり開き扉があったりします。屋外は、段差や自然の地形が多くあります。落ち着いて余裕をもった行動ができるよう、日程作成、活動に際しましては、十分にご配慮ください。
- ◆玄関前の柵の外に出たり、柵に寄りかかったり、登ったりしないようご注意ください。
- ◆野外活動の際には、危険な場所、動植物（毒蛇、蜂、ウルシ等）等には充分注意してください。
- ◆山野草を大切にしましょう。

緊急連絡先

長野県立阿南病院	阿南町北條2009-1	0260-22-2121
阿南消防署	阿南町西條417-15	119番 0260-22-3344
阿南警察署	泰阜村温田8449-1	0260-25-0110
大下条警察官駐在所	阿南町東條1376-5	0260-22-2355

15 活動メニュー

(1) 野外体験活動

活動内容	場 所	所要時間	費用	備 考
ウォークラリー	自然の家周辺	1.5～2時間	無 料 (ウォークラリーのみ 利用の場合 1団体 500円)	コースの全長は約5.1kmです
カレーオリエン テ ー リ ン グ	自然の家周辺	1～1.5時間	無 料 (カレーオリエンテ ーリングのみ利用の場合 1団体 500円)	カレー食材(実物ではない) をさがすゲームです。
野 外 炊 事	野外炊事場	3時間	食材持込不可 カレー食材 600円 薪1束 300円 焼肉 応相談	食器類 200人 調理器具 30班
キャンプファイヤー	営 火 場	2時間	薪 通常タイプ 4000円 薪 小型タイプ 2000円 (灯油3ℓ付き)	※追加 { 薪1本 250円 灯油1ℓ 時価
火起こし体験	施 設 内	1時間	火起こし器(1台)300円	火起こし器 15台
五平もち作り	施 設 内	1.5～2時間	五平もち食材 650円 (焼き器1台につき) 炭代 500円	豚汁付き
川 遊 び	和 知 野 川 門 原 川	半日～1日	料金はお問い合わせく ださい。	諸手続きが必要です。
天 体 観 察 バードウォッチング	自然の家周辺	1時間	無料	双眼鏡 20台

(2) 館内活動(プレールーム)

活 動 内 容	対 象	対応人数	所要時間	1個あたりの費用(円)	備 考	
ク ラ フ ト	木のキーホルダー	幼児～	180名程度	1時間	100円	木の輪切りを紙やすりで磨き、 紐とビーズを通す。
	竹とんぼ(キット)	小学校中学年～	100名程度	1時間30分	200円	羽根を紙やすりで削り、組み 立てる。
	紙 飛 行 機	小学校中学年～	50名程度	1時間	100円	紙飛行機の型をはさみで切り、 貼り合わせる。
	ミニウッドチェア(キット)	中学校～	30名程度	1時間30分	500円	キットを釘で組み立てる。
	巣箱型貯金箱(キット)	中学校～	30名程度	1時間30分	300円	予め切ったある材料を組み立 てる。
	巣 箱 型 貯 金 箱	中学校～	30名程度	2時間	200円	1枚の板(小)をノコギリで 切り、組み立てる。
	鳥 の 巣 箱	中学校～	30名程度	2時間	400円	1枚の板(大)をノコギリで 切り、組み立てる。
キャンドルのつどい	幼児～	100名程度	1～2時間	500円 (1団体あたり)	小ローソク 1本5円	

(3)スポーツ活動

活動内容	場 所	所要時間	備 考
マレットゴルフ	マレットゴルフコース	1～3時間	用具100セット 3コース27ホール※ ボール紛失 500円 スティック破損 2000円
バドミントン	プレールーム		コート2面
ス ポ レ ッ ク	プレールーム		コート2面
卓 球	プレールーム		卓球台1台
室内用ペタンク	プレールーム	1～2時間	2セット 20名程度
囲 碁 ボ ー ル	プレールーム		2セット

※工事につき、使用できないホールあり。

(4)隣接するコミュニティーの森に、下記の町営施設があります。

利用される場合は、阿南町教育委員会にお問い合わせください。

(阿南町教育委員会 TEL 0260-22-2270、FAX 0260-22-2287)

施 設 名	設備等	休館日
町 民 会 館	大ホール (冷暖房料別途必要)	月曜日
町 民 文 化 会 館	321席 (冷暖房料別途必要)	
町 民 体 育 館	バレー2面 バスケット1面 バド4面	
町 民 グ ラ ン ド	野球1面	
武 道 館	剣道場、柔道場 (1フロアー)	
弓 道 場	5人立	
プ ー ル (夏 期)	25m	
美 術 館		
西 尾 實 記 念 館		

(5)その他 近隣の施設等

施 設 名	場所	費 用(円)	休館日	連絡先
陶 芸 体 験 館	富 草 (5.7km)	お問い合わせください	水曜	0260(22)3300
か じ か の 湯		中学生以上 600 小学生以下 300	水曜	0260(22)2000
阿 南 町 化 石 展 示 館 (20名団体)		一 {個人 100 小中 {個人 50 般 {団体 80 学生 {団体 40	水曜	0260(22)3700
農 村 文 化 伝 承 セ ン タ ー 歴 史 民 俗 資 料 館	新 野 (14.8km)	一般 100 小中学生 50	月曜	0260(24)2455

資料 1 〈施設案内〉

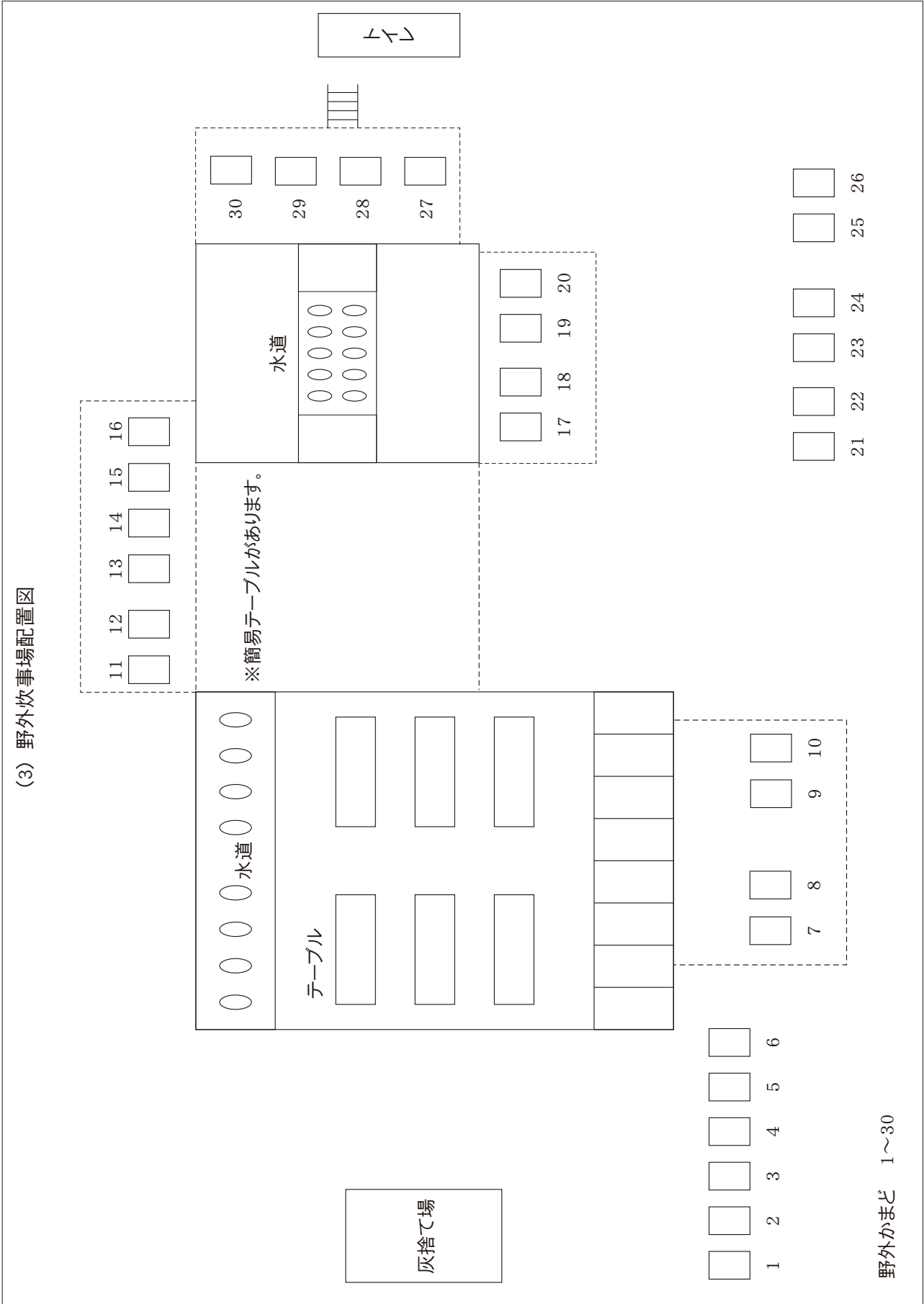
(1) 施設全体図



(2) 野外炊事場・営火場



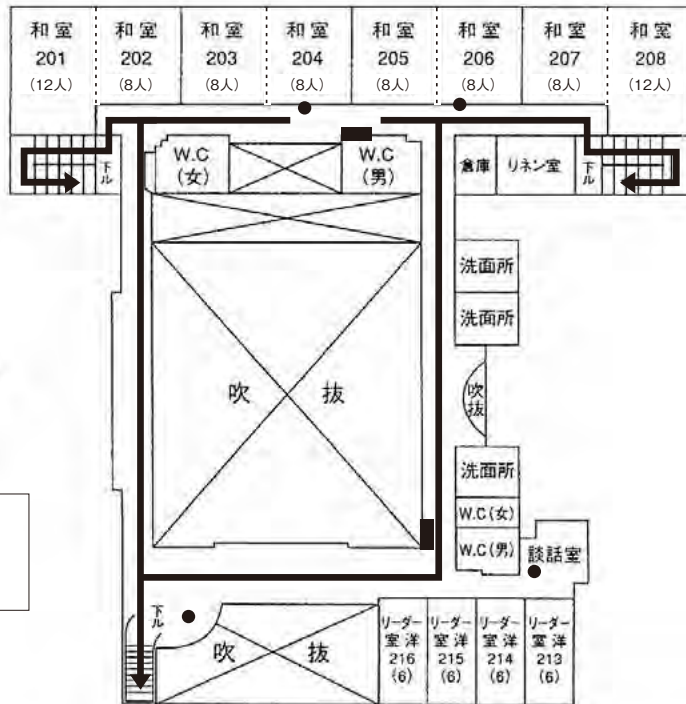
(3) 野外炊事場配置図



野外かまど 1～30

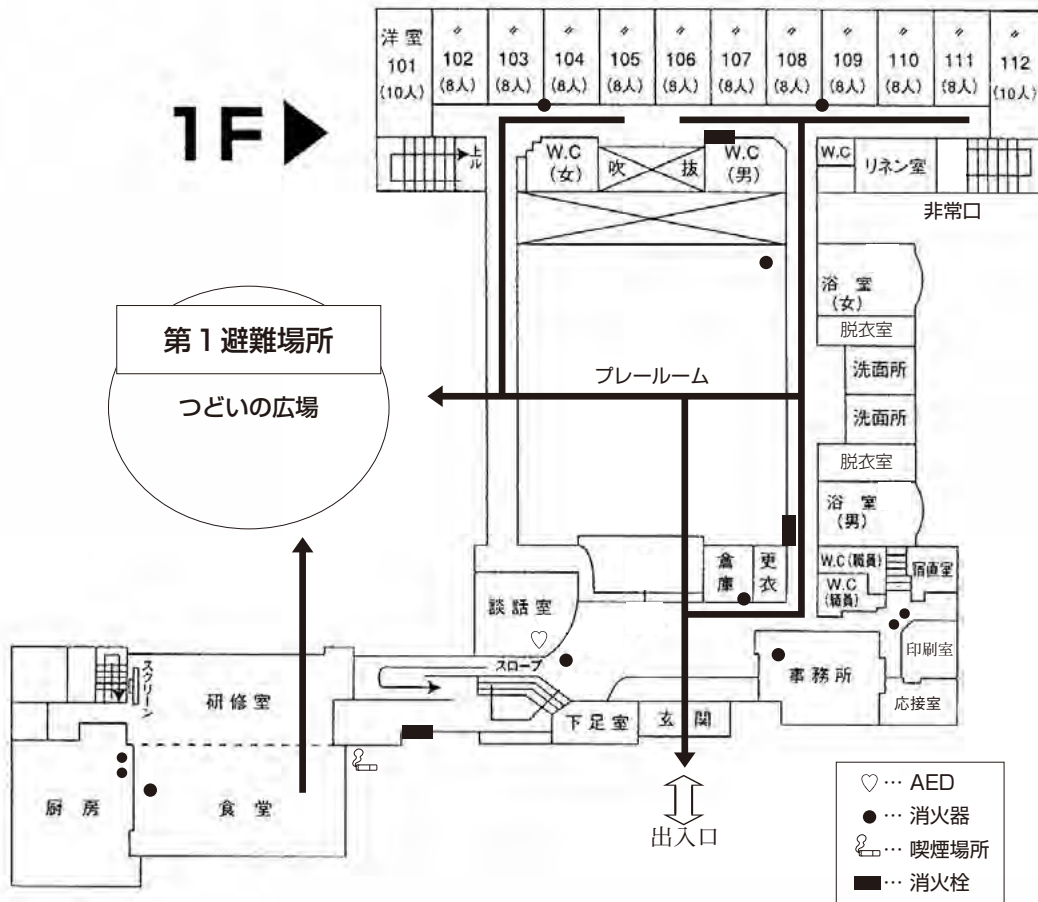
2F ▶

第1避難場所：つどいの広場
第2避難場所：町民グラウンド



(3) 野外炊事場配置図

1F ▶



資料2<清掃方法など>

1F

玄関 玄関前広場	<ul style="list-style-type: none"> ・ 掃き掃除 ・ 汚れ具合により、水をまく 	【正面向かって右手奥】
玄関ホール・下足室 談話室 中央廊下・食堂前廊下	<ul style="list-style-type: none"> ・ モップ、掃き掃除 ・ 座布団、椅子を揃える ・ 足ふきマットの清掃 	【プレールーム入り口 左手奥】
食堂・研修室	<ul style="list-style-type: none"> ・ 台ふきでふく ・ ほうき・ペーパーモップ・掃除機をかける ・ 机と椅子を整える 	
プレールーム (たたきを含む)	<ul style="list-style-type: none"> ・ モップ、掃き掃除 	
宿泊室(101～112)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 布団をたたみ、重ねて向きをそろえる ・ ほうき、手動掃除機、電気掃除機(2部屋に1台)をかける ・ 窓のカギの施錠、カーテンは開けておく 	
宿泊棟 廊下	<ul style="list-style-type: none"> ・ モップ、掃き掃除、電気掃除機 	【101前ロッカー】
トイレ(男・女)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 掃除の際は備え付けのゴム手袋を使い、使用後はごみ箱へ捨ててください。 ・ 床タイルを掃いた後、水を流してブラシでこする ・ 便器、便座をきれいにする(クリーナーシート、有) ・ 流しと入口の床を拭く ・ トイレットペーパーの補充 ・ スリッパを揃える ・ 汚物の処理は、退所の前に黒い袋ごと事務室へお持ちください。 	
浴室(男・女)	<ul style="list-style-type: none"> ・ バスマットを干す《玄関前orプレールーム2F手すり》 ・ 浴槽、浴室の掃除(洗剤・ブラシを使う) ・ 重ねてある椅子・洗面器をどかして掃除し、その後、それぞれピラミッド型に積む ・ 脱衣室の棚、床の掃除 	
洗面所	<ul style="list-style-type: none"> ・ 流しのごみ取り、拭き掃除 ・ 床の髪の毛などを掃除機で取る。 ・ モップ、掃き掃除 	

2F

宿泊室 (201~208)	<ul style="list-style-type: none"> ・布団をたたみ、同じ種類ごとに重ねて向きをそろえる ・ほうき、電気掃除機 (2部屋に1台) をかける ・窓のカギの施錠、障子は開けておく
宿泊棟 廊下 2F 中央廊下	<ul style="list-style-type: none"> ・モップ、掃き掃除、電気掃除機 <p style="text-align: right;">【208前ロッカー】 【廊下中ほどロッカー】</p>
階段 (東側階段) (西側階段)	<ul style="list-style-type: none"> ・モップ、掃き掃除 <p style="text-align: right;">【101前ロッカー】 【208前ロッカー】</p>
トイレ (男・女)	<ul style="list-style-type: none"> ・掃除の際は備え付けのゴム手袋を使い、使用後はごみ箱へ捨ててください。 ・床タイルを掃いた後、水を流してブラシでこする ・便器、便座をきれいにする (クリーナーシート、有) ・流しと入口の床を拭く ・トイレットペーパーの補充 ・スリッパを揃える ・汚物の処理は、退所の前に黒い袋ごと事務室へお持ちください。
洗面所	<ul style="list-style-type: none"> ・流しのごみ取り、拭き掃除 ・モップ、掃き掃除
リーダー室 (213~216)	<ul style="list-style-type: none"> ・布団をたたみ、重ねて向きをそろえる ・ほうき、手動掃除機、電気掃除機 (2部屋に1台) をかける ・窓のカギの施錠、カーテンは開けておく
2F 談話室	<ul style="list-style-type: none"> ・掃除機をかける ・座布団を揃え、カーテンを閉める

野外炊事場

流し・床など	<ul style="list-style-type: none"> ・ごみを取る
トイレ	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴム手袋を使い、クリーナーシートで便器などの汚れを取る。 ・床の掃き掃除 ・トイレットペーパーの補充 ・使った手袋や汚物はごみ箱に捨てる。
炊事用かまど周辺	<ul style="list-style-type: none"> ・灰、燃えかすなどを灰捨て場に片づける ・使った道具をもどす
営火場	<ul style="list-style-type: none"> ・当日は、最後にファイヤーベースをかぶせ、翌朝、灰、燃えかすなどを灰捨て場に片づける。

点 検 表 [館内]

団体名	点検担当者名
-----	--------

- * 清掃後及び部屋点検前、下記項目を確認してください。
- * 部屋点検時は、荷物はプレイルームに置き、室長1名が立ち会ってください。
- * 所員が点検して不備があった時は、やり直していただきます。

確認項目	1 階												食堂・ 研修室
	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	
布団のたたみ方と位置													
忘れ物 (棚・ベッドの下など)													
窓のカギの施錠													
カーテンは開けたまま													
消灯・エアコン・蚊取り器 (夏季) OFF													
床などにゴミ・ほこりがない													
テーブルの上													
床の清掃													
机・椅子の整理整頓													

確認項目	2 階											
	201	202	203	204	205	206	207	208	213	214	215	216
布団のたたみ方と位置												
忘れ物 (棚・ベッドの下など)												
窓のカギの施錠												
障子・カーテンは開けたまま												
消灯・エアコン・蚊取り器 (夏季) OFF												
畳・床にゴミ・ほこりがない												

確認項目	1Fトイレ		2Fトイレ		リーダー室前 トイレ		浴室		洗面所			プレー ルルーム	玄関・ 廊下
	男	女	男	女	男	女	男	女	1F	2F	リーダー 室前		
床タイルは水を流してある													
便座・便器がきれいになっている													
流し・入口の床の清掃													
トイレトーパーの補充・ゴミの処理													
トイレサンダルを揃えてある													
浴槽・浴室がきれいになっている													
椅子・洗面器がピラミッド型に積んである													
脱衣室の清掃・忘れ物													
バスマットを干してある													
流しの中・上側など													
床の髪の毛・ごみなど													
床にゴミ・ほこり・砂などがいない													

点 検 表 [野外炊事場]

年 月 日	団体名
	点検担当者名

*団体の点検担当者による確認後、自然の家の職員が立ち会い点検します。
片付けが始まる時に事務所に連絡してください。 ☎ (0260) 22-3315

チェック項目		<input checked="" type="checkbox"/>
食器・鍋	食器・調理器具等はきれいに洗い、ふきんで水気を拭き取ってある。	<input type="checkbox"/>
	鍋・飯ごうは、すすが手につかない程度まで洗って、水気を拭き取ってある。	<input type="checkbox"/>
	所員の点検後、倉庫の棚の所定の場所にきちんとおさめる。	<input type="checkbox"/>
	飯ごうのこげつきや道具の破損がないか確認し、所員に報告する。	<input type="checkbox"/>
かまど	横棒は倉庫内、他の道具は倉庫外の棚に返却する。	<input type="checkbox"/>
	かまどの灰や燃えかすは灰捨て場に捨てる。	<input type="checkbox"/>
	かまど周辺をほうきで掃き、きれいにする。	<input type="checkbox"/>
	残った薪を集める。	<input type="checkbox"/>
全 体	流しをきれいにする。	<input type="checkbox"/>
	台の上・床をきれいにする。	<input type="checkbox"/>
	トイレの清掃。	<input type="checkbox"/>

点検表 [キャンドルの集い]

チェック項目	<input checked="" type="checkbox"/>
燭台・ブルーシート・床に垂れたロウソクの清掃	
使用した備品等はきれいに整頓されている。	

点検表 [キャンプファイヤー]

チェック項目	<input checked="" type="checkbox"/>
自然の家の備品等を返却する。(当日)	
ファイヤーベースをかぶせてある。	
翌朝、燃え残りや灰の片付け	

長野県阿南少年自然の家 利用許可申請書

阿南少年自然の家指定管理者 阿南町様

長野県阿南少年自然の家を利用したいので申し込みます。

年 月 日

団体名				所在地	〒						
代表者					TEL	-	-				
担当者					FAX	-	-				
利用目的											
利用期間	(入所)		年	月	日	(曜)	時	分	(泊 日)		
	(退所)		年	月	日	(曜)	時	分			
利用状況	区分	未就学	学校等			一般 (~24)	一般 (25~)	計			
			小学生	中学生	高校生						
利用人数	男										
	女										
	計										
うち 宿泊人数	男										
	女										
	計										
団体区分	幼・保	学校	青少年団体	社会教育団体	地方公共団体	企業	その他				
宿泊方法	室内泊	テント泊	交通手段	自家用車	(送迎	台	留置	台)			
				バス(大型・マイカ	送迎	台	留置	台)			
利用希望施設	研修室	ブレイクルーム	野外炊事場	営火場							
活動計画			6:00	12:00			18:00	22:00			
	/ (時間)										
	晴天時										
	雨天時										
	/ (時間)										
	晴天時										
	雨天時										
	/ (時間)										
クラフト等注文数	品名	数量	価格		備考						
			×	円=	円						
			×	円=	円						
			×	円=	円						
			×	円=	円						

* 記入例を参考に、必要事項を記入してください。

* 別紙「食事注文票」も記入し、本書とともに提出してください。(FAX可)

* ご不明な点は、下記にお問い合わせください。

長野県阿南少年自然の家：〒399-1504 長野県下伊那郡阿南町西條2332 /TEL 0260-22-3315 FAX 0260-31-1015

長野県阿南少年自然の家 利用許可申請書 (記入例)

阿南少年自然の家指定管理者 阿南町 様

長野県阿南少年自然の家を利用したいので申し込みます。

令和7年 4月 1日

団体名	阿南町立 阿南小学校		所在地	〒399-1504 下伊那郡阿南町西條2332								
代表者	校長 阿南 太郎			TEL	0260-22-3315							
担当者	西條 次郎			FAX	0260-31-1015							
利用目的	5学年 宿泊体験学習											
利用期間	(入所) 令和7年 5月 8日 (木曜) 10時 00分 (退所) 令和7年 5月 9日 (金曜) 13時 40分 (1泊 2日)											
利用状況	区分	未就学	学校等			一般 (~24)	一般 (25~)	計				
			小学生	中学生	高校生							
利用人数	男		38				3	41				
	女		42				3	45				
	計		80				6	86				
うち 宿泊人数	男		38				3	41				
	女		42				3	45				
	計		80				6	86				
団体区分	幼・保	学校	青少年団体	社会教育団体	地方公共団体	企業	その他					
宿泊方法	室内泊	テント泊	交通手段	自家用車 (送迎 0台 留置 1台)	バス (大型・マイカ 送迎 2台 留置 0台)							
利用希望施設	研修室	プレールーム	野外炊事場	篝火場								
活動 計画	6:00		12:00			18:00		22:00				
	5/8 (時間)		10:00	10:40	12:00	13:00	14:30	17:30	19:00	21:30	22:00	
	晴天時		入所式	木のキホルダー	昼食	ORレ	野外炊事	キャブファイ	入浴	班会	就寝	
	雨天時					トッチボール他	食堂	キャブの集い				
	5/9 (時間)		6:00	6:30	7:00	7:30	9:00	12:00 13:00 13:20				
	晴天時		起床	清掃	朝のついで	朝食	ウォークラリー	昼食	点検	退所式	退所	
	雨天時						竹とんぼ作り					
	/ (時間)											
	晴天時											
	雨天時											
クラフト等 注文数	品名	数量	価格		備考							
	木のキホルダー	80	× 100円 = 8,000円		例 宿泊希望部屋 101~112号室 201~208号室 リーダー室 213・215号室 保健室 216号室							
	薪	17	× 300円 = 5,100円									
	キャブファイ	1	× 4,000円 = 4,000円									
	(竹とんぼ)	80	× 200円 = 16,000円									
		× 円 = 円										

* 記入例を参考に、必要事項を記入してください。

* 別紙「食料注文票」も記入し、本書とともに提出してください。(FAX可)

* ご不明な点は、下記にお問い合わせください。

長野県阿南少年自然の家：〒399-1504 長野県下伊那郡阿南町西條 2332 / TEL 0260-22-3315 FAX 0260-31-1015

食事注文票

(食数変更は4日前までをお願いします。)

年 月 日

団体名		所在地	〒 — —
食事担当者			TEL — —
TEL			FAX — —

食事注文数 *メニューは同日利用の団体との関係で、調整させていただく場合があります。

月日(曜)	食数		準備開始時間	開始時間	食事場所	メニュー(○で囲む)	野外炊事の 人数と班数
記入例	夕食	86食	14:10	14:30	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: inline-block; text-align: center; line-height: 20px;"> 食堂 野外炊事 </div>		(例) 5人×16班 6人×1班 計86人
/ ()	昼食	食	:	:	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: inline-block; text-align: center; line-height: 20px;"> 食堂 野外炊事 </div>	チキンカツカレー とり天丼 牛丼 ビビンバ丼 チャーハンセット うどん(温・冷)と炊き込みご飯	
	夕食	食	:	:	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: inline-block; text-align: center; line-height: 20px;"> 食堂 野外炊事 </div>	とんかつ定食 唐揚げ定食 ハンバーグ定食 チキン南蛮定食 フライ定食 炙り焼きチキン定食	
	①	本	:	:	麦茶		
	②	本	:	:	緑茶	ペットボトル500ml	
/ ()	朝食	食	:	:	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: inline-block; text-align: center; line-height: 20px;"> 食堂 野外炊事 </div>	和定食 洋定食	
	昼食	食	:	:	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: inline-block; text-align: center; line-height: 20px;"> 食堂 野外炊事 </div>	チキンカツカレー とり天丼 牛丼 ビビンバ丼 チャーハンセット うどん(温・冷)と炊き込みご飯	
	夕食	食	:	:	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: inline-block; text-align: center; line-height: 20px;"> 食堂 野外炊事 </div>	とんかつ定食 唐揚げ定食 ハンバーグ定食 チキン南蛮定食 フライ定食 炙り焼きチキン定食	
	①	本	:	:	麦茶		
②	本	:	:	緑茶	ペットボトル500ml		
/ ()	朝食	食	:	:	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: inline-block; text-align: center; line-height: 20px;"> 食堂 野外炊事 </div>	和定食 洋定食	
	昼食	食	:	:	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: inline-block; text-align: center; line-height: 20px;"> 食堂 野外炊事 </div>	チキンカツカレー とり天丼 牛丼 ビビンバ丼 チャーハンセット うどん(温・冷)と炊き込みご飯	
	夕食	食	:	:	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; width: 20px; height: 20px; display: inline-block; text-align: center; line-height: 20px;"> 食堂 野外炊事 </div>	とんかつ定食 唐揚げ定食 ハンバーグ定食 チキン南蛮定食 フライ定食 炙り焼きチキン定食	
	①	本	:	:	麦茶		
②	本	:	:	緑茶	ペットボトル500ml		
通信欄 (アレルギーや追加メニュー等については、事前に食堂長にご相談ください。)							

阿南少年自然の家：TEL 0260-22-3315 FAX 0260-31-1015
 食堂長 後藤 泉：携帯 080-4417-5444

食事注文票 (記入例)

(食数変更は4日前までをお願いします。)

令和7年 4月 1日

団体名	阿南町立 阿南小学校	所在地	〒399-1504 下伊那郡阿南町西條2332
食事担当者	自然乃 家子		TEL 0260 - 22 - 3315
TEL	0260-22-3315		FAX 0260 - 31 - 1015

食事注文数 *メニューは同日利用の団体との関係で、調整させていただく場合があります。

月日 (曜)	食数	準備開始時間	開始時間	食事場所	メニュー (○で囲む)	野外炊事の 人数と班数
記入例	夕食 86食	14:10	14:30	食堂 野外炊事		(例) 5人×16班 6人×1班 計86人
5/8 (木)	昼食 86食	11:40	12:00	食堂 野外炊事	チキンカツカレー <u>とり天丼</u> 牛丼 ビビンバ餅 チャーハンセット うどん(温・冷)と炊き込みご飯	
	夕食 86食	14:10	14:30	食堂 野外炊事	とんかつ定食 唐揚げ定食 ハンバーグ定食 チキン南蛮定食 フライ定食 炙り焼きチキン定食	カレーライス 5人×16班 6人×1班 計86人
	① 86本 ② 本	12:40 :	13:00 :	麦茶 緑茶	ペットボトル500ml	
5/9 (金)	朝食 86食	7:10	7:30	食堂 野外炊事	<u>和定食</u> <u>洋定食</u>	
	昼食 86食	11:40	12:00	食堂 野外炊事	チキンカツカレー とり天丼 牛丼 ビビンバ餅 <u>チャーハンセット</u> うどん(温・冷)と炊き込みご飯	
	夕食 食	:	:	食堂 野外炊事	とんかつ定食 唐揚げ定食 ハンバーグ定食 チキン南蛮定食 フライ定食 炙り焼きチキン定食	
	① 本 ② 本	:	:	麦茶 緑茶	ペットボトル500ml	
/ ()	朝食 食	:	:	食堂 野外炊事	<u>和定食</u> <u>洋定食</u>	
	昼食 食	:	:	食堂 野外炊事	チキンカツカレー とり天丼 牛丼 ビビンバ餅 チャーハンセット うどん(温・冷)と炊き込みご飯	
	夕食 食	:	:	食堂 野外炊事	とんかつ定食 唐揚げ定食 ハンバーグ定食 チキン南蛮定食 フライ定食 炙り焼きチキン定食	
	① 本 ② 本	:	:	麦茶 緑茶	ペットボトル500ml	

通信欄 (アレルギーや追加メニュー等については、事前に食堂長にご相談ください。)

卵アレルギー2名(加熱処理してあれば食べられる)、甲殻類(えび)1名、水筒用麦茶(1本あたり、約30人分)

阿南少年自然の家 : TEL 0260-22-3315 FAX 0260-31-1015
食堂長 後藤 泉 : 携帯 080-4417-5444

什器・備品利用申込書

[団体名:]

[野外炊事責任者:]

[団体の点検担当者:]

品名	現有数	希望数	備考
飯ごう(5合炊)	40		(班の数・人数) _____ 人 × _____ 班 _____ 人 × _____ 班 _____ 人 × _____ 班
しゃもじ	40		
つる付き鍋	30		
玉じゃくし	30		
ボウル	35		
まな板	60		
包丁	60		
皮むき器	60		
菜ばし	40		
ざる	30		
フライ返し	30		
計量カップ	25		
カレー皿	200		人・・・ 班
湯のみ	200		
スプーン	200		
ごはん茶碗	200		
汁椀	200		
薪			
火ばさみなど	30		
なた	20		
ハンマー	8		
お盆			
鉄板			
鉄網			
フライパン	30		
パエリア鍋	12		
ダッチオーブン	14		
カセットコンロ	15		
ガスボンベ			
電気ポット	2		
マイクアンプ	2		
電源コード	2		
キャンプファイヤー衣装	1		
スクリーン	2		
プロジェクター			

◎ 返却時は職員へ申し出て点検を受けてください。

什器・備品利用申込書(見本) [団体名: 阿南町立 阿南小学校]

[野外炊事責任者: 新和よし子]

[団体の点検担当者: 草田住夫]

品名	現有数	希望数	備 考
飯ごう(5合炊)	40	17	(班の数・人数)
しゃもじ	40	17	
つる付き鍋	30	17	
玉じゃくし	30	17	
ボウル	35	17	
まな板	60	34	
包丁	60	34	
皮むき器	60	34	
菜ばし	40	17	
ざる	30		
フライ返し	30		
計量カップ	25		
カレー皿	200	86	86人・・・ 17 班
湯のみ	200	86	
スプーン	200		
ごはん茶碗	200		
汁椀	200		
薪		17	
火ばさみなど	30	17	
なた	20		
ハンマー	8		
お盆			
鉄板			
鉄網			
フライパン	30		
パエリア鍋	12		
ダッチオーブン	14		
カセットコンロ	15		
ガスボンベ			
電気ポット	2		
マイクアンプ	2	1	
電源コード	2	1	
キャンプファイヤー衣装	1	1	
スクリーン	2		
プロジェクター			

◎ 返却時は職員へ申し出て点検を受けてください。

利用者名簿

団体名	利用期間
-----	------

*当てはまる欄に学年・年齢・○などを記載ください

番号	氏名	性別	幼	小・中	高～24	25歳～	備考
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							