



# 自然体験へのアプローチ

## 利用ガイド



～ 自然はともだち にとっておきの青い空 青い海 ～



福島県いわき海浜自然の家

Iwaki Seaside Nature Center

〒979-0335

福島県いわき市久之浜町田之網字向山53

TEL(0246) 32-7700(代) FAX(0246)32-7730

# 目 次

I	今、自然の家に求められるもの	1
II	施設の概要について	2
1	敷地	2
2	主な施設	2
III	施設利用案内	3
1	利用できる人	3
2	利用できない日	3
3	経費	3
4	携行品	3
IV	申し込みから利用まで	3
V	出会いから別れまで	4
1	生活時間	4
2	自然の家での生活の流れ	4
3	生活にあたって (事故等発生時の対応)	6
4	食 事	7
5	入 浴	7
6	整理・整頓、清掃	7
7	就寝の方法	8
8	寝具類の整理について	9
VI	そ の 他	11
1	打合せについて	11
2	シーツの受け取り・返納について	11
3	活動用具の貸し出し・返納について	12
4	携行品	12
5	精 算	12
6	非常時の避難について	13
7	使用承認申請書等の提出について	16
8	食数の変更期限について	16
9	駐車場利用のお願い	16
VII	資 料	17
1	活動計画書の例	17
2	活動プログラム一覧	19
3	案内図(本館・野営場・海浜活動地図)等	23
4	医療機関案内	28
5	交通案内	29

## I 今、自然の家に求められるもの

自然の家に来所する子どもたちの顔には、日ごろ家庭や学校で見せている表情とは違うものがあります。いかだ乗り、野外炊飯、キャンプファイア、ナイトハイキング、オリエンテーリング等々、雄大な自然の中で仲間と一緒にあって、本当に楽しそうに嬉々とした表情で活動しています。

一方、最近の子どもたちは人間関係づくりが苦手だったり、面と向かったコミュニケーションがうまくとれなかったり、小さなことですぐに心が傷ついたり折れたりすることが増えていると言われています。

これらの遠因として、携帯電話やインターネットへの過度の依存、ゲーム等で何でも自分の思いどおりになる仮想体験の影響、自己肯定感の不足など、現代っ子特有の諸要因が考えられるのではないのでしょうか。

自然の家での集団宿泊や、班単位で行う自然体験活動では、いろいろなハプニングが発生します。はじめの計画や自分たちの思いどおりには行かないことの方が多いでしょう。

そのような場面に遭遇したとき、子どもたちはお互いの意見を出し合い、協調しながら、折り合いをつけるなどして解決して行かなければなりません。そのためには、班員同士の相手を思いやる優しい心や、お互いを理解するための優しい言葉かけが必要となってきます。子どもたちは、試行錯誤しながらも、自分たちの力でその場面を乗り越える体験をしていくのです。

小学校学習指導要領の「特別活動」でも、自然の中での集団宿泊活動などの平素と異なる生活環境にあって、見聞を広め、自然や文化などに親しむとともに、人間関係などの集団生活の在り方や公衆道徳などについての望ましい体験を積むことができるような活動を行うことが求められています。

自然の家を利用する体験活動は、学校教育だけでなく、社会教育団体での利用、家族での利用においても、子どもたちの健全育成に寄与することは間違いありません。

私たち所員は、次代を担う子どもたちが心豊かで逞しく、少々の困難にぶつかってもあきらめることなく、社会の中で周りの人々と協調しながら、よりよく生きる力を体得するために、自然の家での体験が少なからず役に立つものと信じています。

このような活動の核として、「自然の家」の存在が今後ますます重要になってくることを自覚しながら、皆様方の利用目的達成のために、活動プログラムのさらなる充実や環境整備等に努力してまいります。



## Ⅱ 施設の概要について

1 敷地 約 350,171㎡

### 2 主な施設

#### ◎ 本館

宿泊室	定員 300 名 和室 (10 名× 26 室、20 名× 2 室)
オリエンテーションホール	オリエンテーション・室内活動・キャンドルファイア等に使用
研修室	定員 126 名 講義・研修・オリエンテーション等に使用
野外学習室	定員 54 名 創作活動 (クラフト) 等に使用
会議室	定員 16 名 諸会議等に使用
体育館	つどい・室内活動・キャンドルファイア等に使用
食堂	188 席
浴室	大浴場 2 (男・女) 小浴場 1 (障がい者用)

#### ○ 野外施設

ロτζ	定員 160 名 (16 名× 10 棟)
営火場	4 か所 (野営場 2、多目的広場脇 1、掲揚塔下 1)
炊飯棟	2 か所 (かまど数 12 × 2 = 24 8 名 × 24 = 192 名)
キャンプ場	定員 100 名 (テント 1 張 4 名 × 25 張)
野外活動センター	野外活動用具収納 (炊飯用具・食器、テント、シーツ等)
野外シャワー室	男・女 各 1 室



#### ☆ 冒険の森

1 コース： 825 m (40 分)  
 2 コース： 1,097 m (30 分)  
 3 コース： 1,264 m (40 分)

#### ★ その他の野外活動施設

つどいの広場  
 フィールドアスレチック  
 トリムランド  
 多目的広場  
 自然観察園  
 みんなの広場  
 いこいの広場

## Ⅲ 施設利用案内

### 1 利用できる人

- 学校教育団体  
幼稚園・保育園（認定こども園等）、小学校、中学校、義務教育学校、高等学校及び特別支援学校、大学、各種専門学校等の団体
- 社会教育団体  
公民館、地域スポーツクラブ、子供会、PTA等の団体、学校の部活動、サークル
- 高齢者、障がい者、一般成人の団体及びグループ、並びにファミリー等
- その他、所長が適当であると認めた団体

### 2 利用できない日

- 月曜日（ただし、繁忙期は利用できる場合あり）
- 国民の祝日（その日が月曜日にあたる時はその翌日まで）
- 1月2日～4日及び12月28日～31日
- 所長が指定する休所日

### 3 経費

#### ●施設利用料及び食費

区分	小・中・高校	大学・成人
日帰り	100	200
宿泊	520	1,040

※ 小・中・高校が教育課程に基づく行事として使用するときは無料（高等専門学校や特別支援学校も同様）

※ 未就学児は無料

#### 本館食の場合

区分	小学生以下	中学生以上
朝食	440	450
昼食	510	540
夕食	600	620
合計	1,550	1,610

※ 0～2歳児は無料

- シーツ・枕カバークリーニング代……本館・ロッジ利用（240円）、テント利用（110円）
- まき・クラフト材料費等……実費負担

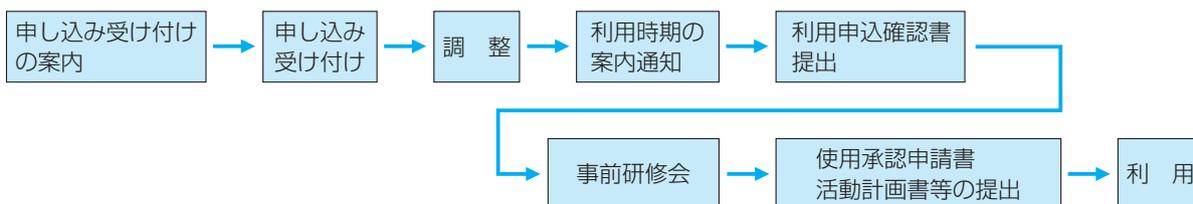
○諸経費は退所日の朝に現金で納入するか期限までに指定金融機関へ振り込んでください。

### 4 携行品（12頁参照）

- 上履き（屋内運動靴・スリッパ等）、着替え、洗面用具、筆記用具、健康保険証の写し等

## Ⅳ 申し込みから利用まで

#### ●学校行事で利用の場合



#### ●上記以外の利用の場合



■ 「使用承認申請書」「活動計画書」等に必要事項を記入し、使用日の1か月前までに提出

# V 出会いから別れまで

## 1 生活時間

◎ 下記の時間帯に合わせて、ゆとりある計画を立ててください。

6:00 ＼ 6:30(冬期)	7:00 ＼ 7:15	7:30 ＼ 8:10		9:00 ＼ 12:00	12:00 ＼ 12:40	13:00 ＼ 16:30	17:30 ＼ 18:10	19:00 ＼ 20:30	22:00
起床	清掃 整理	朝食		活動時間	昼食	活動時間	夕食	活動時間	消灯

- ・食事時間については、申請後連絡します。
- ・一団体 40 分程度の食事時間となります。

## 2 自然の家での生活の流れ

### 自然の家到着時

- くつ箱の確認（玄関内掲示板に番号表示あり）を行い、到着したことを本館 2 F 事務室へ連絡願います。
- 「代表者打合せ」（受付）を事務室で行います。
- はじめに「出会いのつどい」を行います。「出会いのつどい」、「オリエンテーション」の場所は、到着時に連絡します。
- オリエンテーションは、自然の家の所員が行います。宿泊利用の団体が対象です。

### 出会いのつどい

- 出会いのつどいは、学校教育団体（小学校）のみに行います。所長あいさつがあります。
- 社会教育団体は、オリエンテーションのみ行います。出会いのつどいは行いません。

### 活動用具と活動場所

- 活動用具の貸し出し・返却は、自主的にお願いします。
- 活動場所の整理整頓についても、自主的にお願いします。

### 昼食

- 食事は、バイキングです。
- 食後の後片づけも、セルフサービスでお願いします。

### 日中の活動

- 午後の活動は、16 時 30 分までに終了してください。

## 夕 食

- 食事は、バイキングです。
- 食後の後片付けも、セルフサービスをお願いします。

## 夜の活動

- キャンプファイアやナイトハイキング等を楽しんでください。
- 20時30分までに終了してください。

## 入浴・消灯・就寝

- 入浴は、21時50分までに終了してください。(22時に施錠します) 下着やタオルの忘れ物がないように確認してください。
- 22時には消灯し、他の団体に迷惑をかけないようにお願いします。睡眠時間を十分にとり、明日に備えてください。

## 起床・清掃

- 「来たときよりも美しく」をモットーに、寝具類の整理・荷物整理、各部屋及び指定された場所の清掃・ごみ処理等をお願いします。

## 朝 食

- 昼食、夕食に同じです。
- 指定された場所へ荷物を移動してください。

## 出発日の朝8時40分

- 団体の代表者立ち会いのもと、所員が部屋の点検を行います。
- 自然の家利用料金ならびに諸経費の支払いは事務室受付でお願いします。
- 食事等の支払いは食堂でお願いします。

## 別れのつどい

- 学校教育団体は、指定された場所で行います。
- 社会教育団体の場合は、「別れのつどい」は行いません。

## 退 所



### 3 生活にあたって

◇ 本施設は「福島県自然の家条例」に基づき、恵まれた自然環境の中で集団宿泊指導等を行うことにより心身ともに健全な青少年を育成するとともに、県民に体験活動の場を提供することにより生涯学習の振興に資するため生涯学習施設として運営されています。

このことを踏まえて、利用団体の代表者・引率者は、事故防止と安全管理に万全を期すとともに、各利用者が責任ある生活行動に心がけ、所期の目的が達せられるようご指導をお願いします。

◇ 本施設は主として「青少年の健全育成」を目的とした施設であることから、酒類の持ち込みはできません。

#### ◆ 健康管理・安全管理

① 利用前に健康調査等を実施して、保健指導を行ってください。

特に、アレルギーや喘息・心臓病等の心配な病気や大きな病歴がある利用者については、個別に事前指導をお願いします。

② 利用期間中は、朝夕・活動前後の健康状態のチェックをお願いします。

③ けが人・急病人・事故等が発生した場合は、すぐに事務室に連絡してください。下記の医療機関に連絡がとれるようになっています。

④ 保健室を利用する場合は、引率者が付き添い健康状態を把握してください。

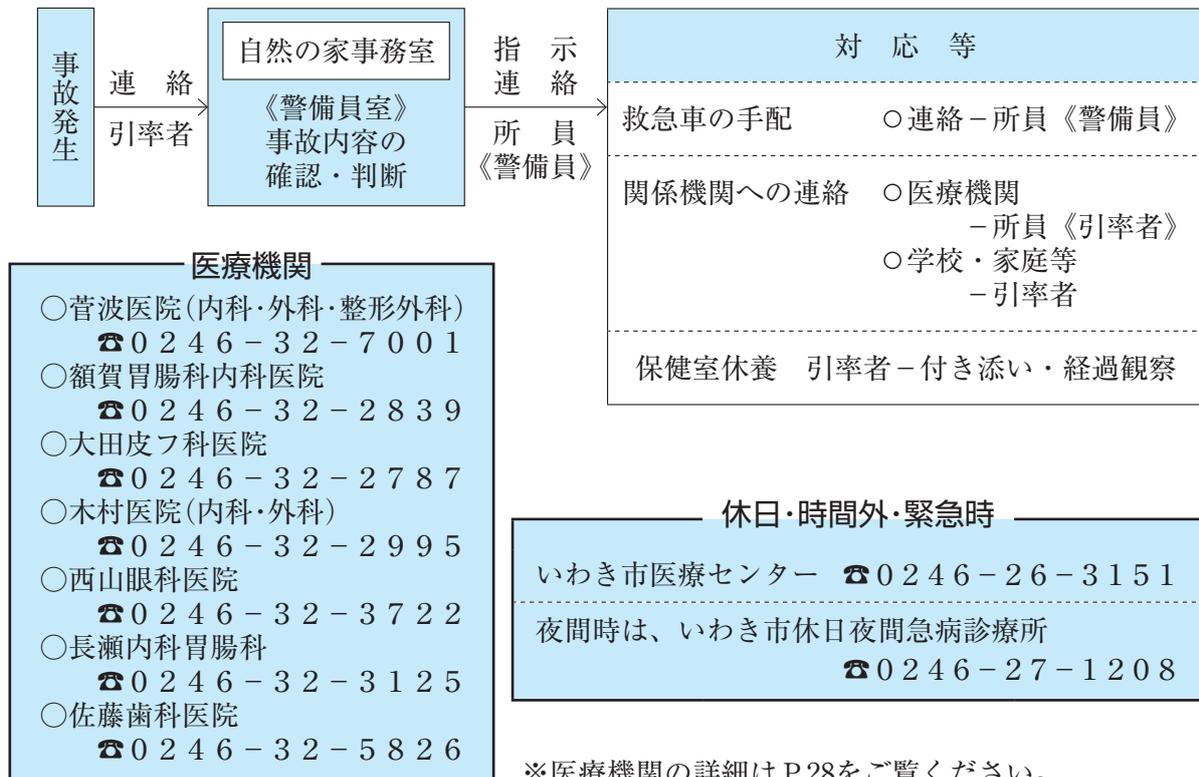
⑤ 入所時の持込弁当以外、食品の持ち込みはご遠慮ください。(食中毒防止のため)

⑥ インフルエンザ等、集団感染のおそれがあるものについては、細心の注意をお願いします。

### (事故等発生時の対応)

★ 緊急時には、各団体の緊急車両またはタクシーで移送してください。

※ 《 》書きは、20時30分以降の対応者。



※医療機関の詳細はP28をご覧ください。

## 4 食 事

(1) 食事時間（一団体 40 分程度の食事時間となります。）

朝 食	…	7時30分	～	8時10分
昼 食	…	12時00分	～	12時40分
夕 食	…	17時30分	～	18時10分

※ 利用者が多い場合（特に、5月～10月）は、上記の時間帯を変更し、団体ごとにご利用の時間帯を調整させていただきます。

(2) 食 事

① 3食ともバイキングです。セルフサービスをお願いします。

② 食後のテーブル拭き、いすの片付け等の後片付けにご協力ください。

※ お願い いつでも安心して食べられるように、混み合っている場合には、座席数に合わせた食事人数を調整して各団体に連絡しますので、テーブルの先取りは行わないようにお願いします。

(3) 食物アレルギー

食物アレルギーをお持ちの方は、自然の家ホームページにて「サイクルメニュー」のアレルギー成分を確認し、「アレルギー食連絡票」を提出してください。

## 5 入 浴

学校行事の宿泊活動以外は、各団体の活動時間が異なるため入浴時間の割振りは行っておりません。

公衆道徳を守りながら、お互いが気持ちよく利用できるよう、利用の仕方についての事前指導を十分をお願いします。

(1) 入浴時間（16：30～22：00）

※夏期において、「いかだ乗り」「ボディボード」を実施する場合は、11：30からでも可能です。

(2) 浴室には、ボディソープ・シャンプーが準備してあります。そのほかのものはありません。

(3) 体をよく洗ってから浴槽にお入りください。

(4) タオルを浴槽の中に入れてないようにしてください。

(5) 浴室から脱衣所へ出るときは、体をよく拭いてください。

(6) 忘れ物がないか必ず確認するようお願いします。

(7) 洗面器、椅子等使ったものは元に戻してください。

※ 入浴は、指導者も含めて21時50分までに終えるよう時間厳守願います。

22時に施錠します。

※ 野営場には、温水シャワーが設置されています。利用を希望される場合は、事前にご連絡ください。

（利用期間は4月～10月までとなっています。）

## 6 整理・整頓、清掃

後から利用する人が、気持ち良く使えるようにご協力ください。

(1) 清掃場所（部屋の掲示物参照）

- 本館に宿泊した場合は、各部屋及び指定された場所を清掃してください。
- ロッジに宿泊した場合は、ロッジ内及び指定された場所を清掃してください。
- 布団や枕についた髪の毛なども除去してください。
- 野外炊飯やキャンプファイアを行った場合の後始末と清掃をお願いします。

(2) 宿泊室の整理整頓

- 入室時に部屋内・廊下に破損・故障等の異常があれば、事務室へお知らせください。
- 宿泊室は、常に整理整頓をお願いします。

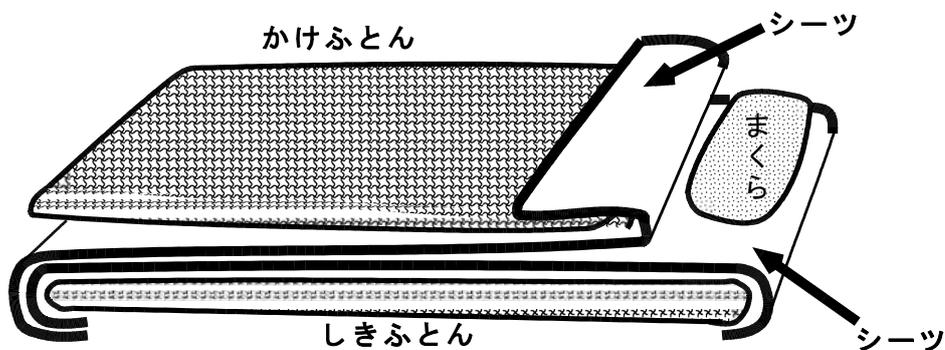
(3) ゴミの処理

- 本館各宿泊室から出た燃えるゴミは、各階の中央に設置したゴミ箱にまとめて捨ててください。なお、各部屋にゴミ箱は設置されていません。
- ロッジ泊の方は、燃えるゴミをゴミ袋にまとめて薪置き場横のカニ（🦀）の看板が目印のゴミ置き場に捨ててください。ペットボトルはまとめて、活動センター前のコンテナに置いてください。
- 入所時の持込弁当の空き容器や燃えないゴミは、お持ち帰りください。

## 7 就寝の方法

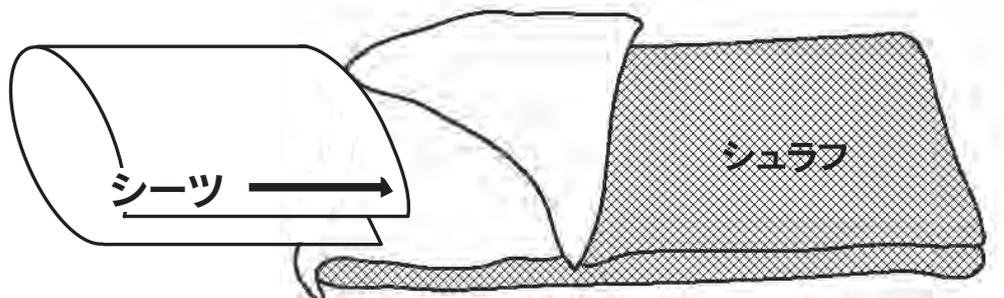
- (1) 本館・ロッジ泊の場合は、1人あたりシーツ2枚・枕カバー1枚を使用します。  
テント泊の場合は、寝袋（シュラフサック）利用のため1人あたりシーツ1枚です。
- (2) 使用后、寝具は各部屋に示された案内図のように収納してください。
- (3) 2泊以上する場合には、シーツ・枕カバーは個人ごとに保管してください。

<寝具のセットのしかた>



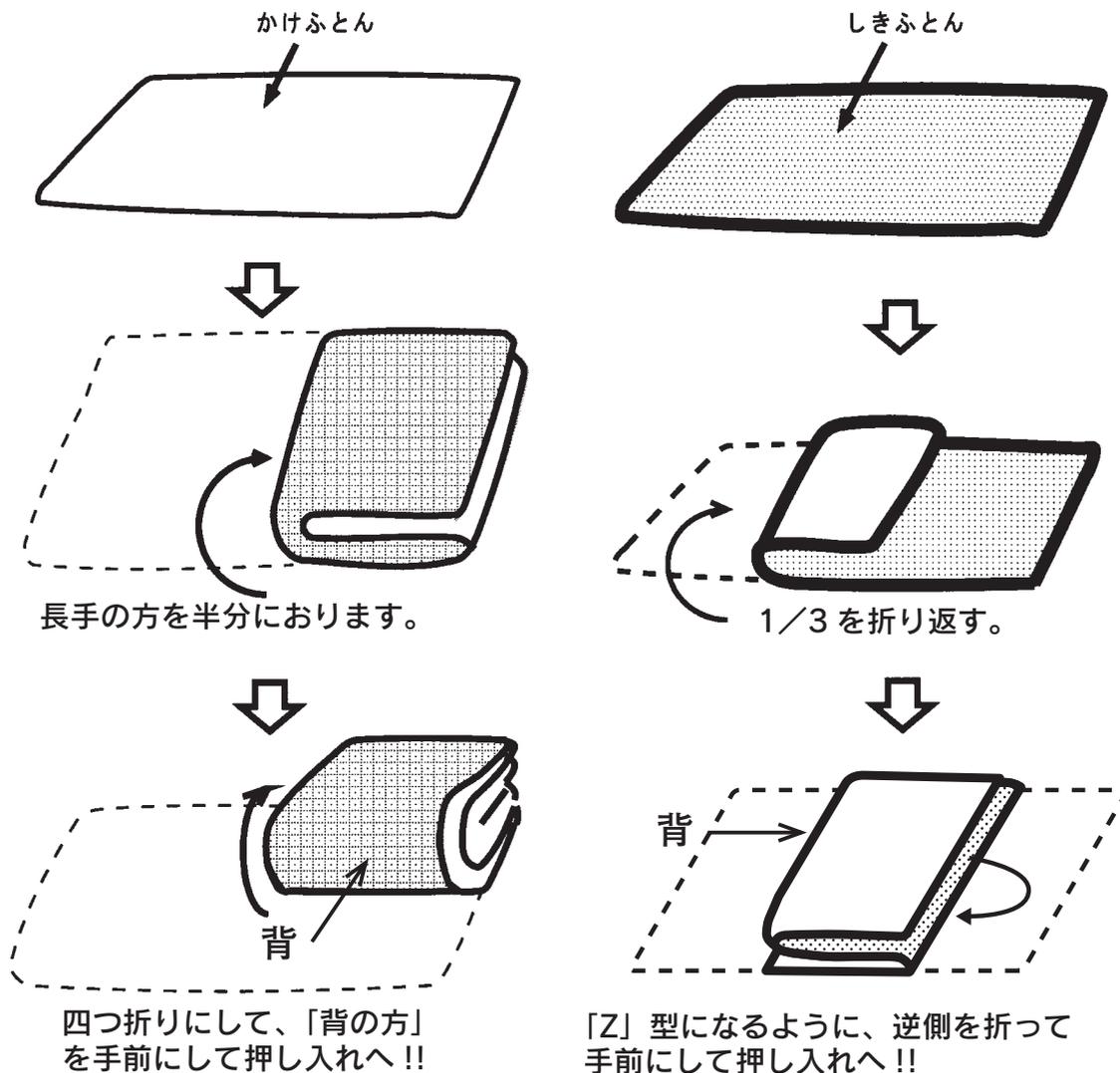
⇒ シーツとシーツの間に入ってお休みください。

<寝袋（シュラフサック）>

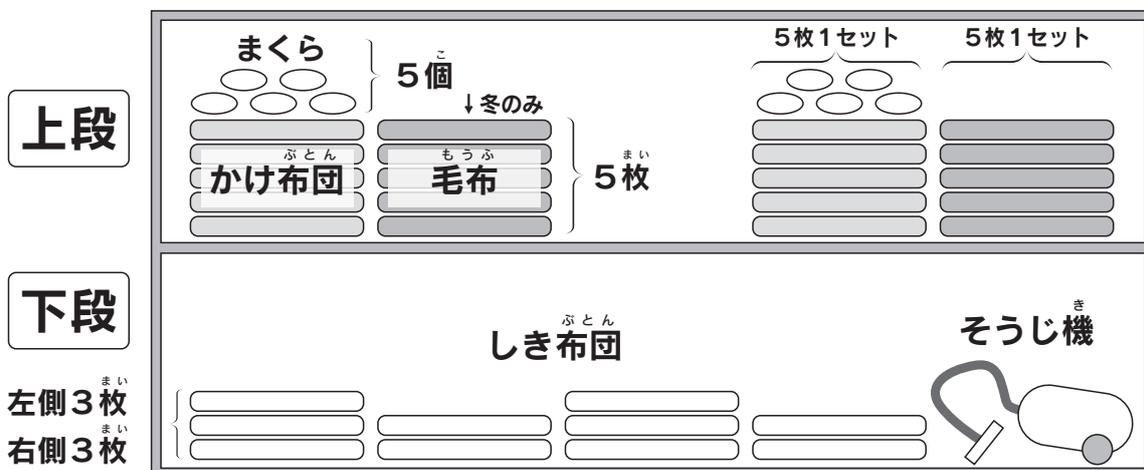


## 8 寝具類の整理について（本館泊の場合）

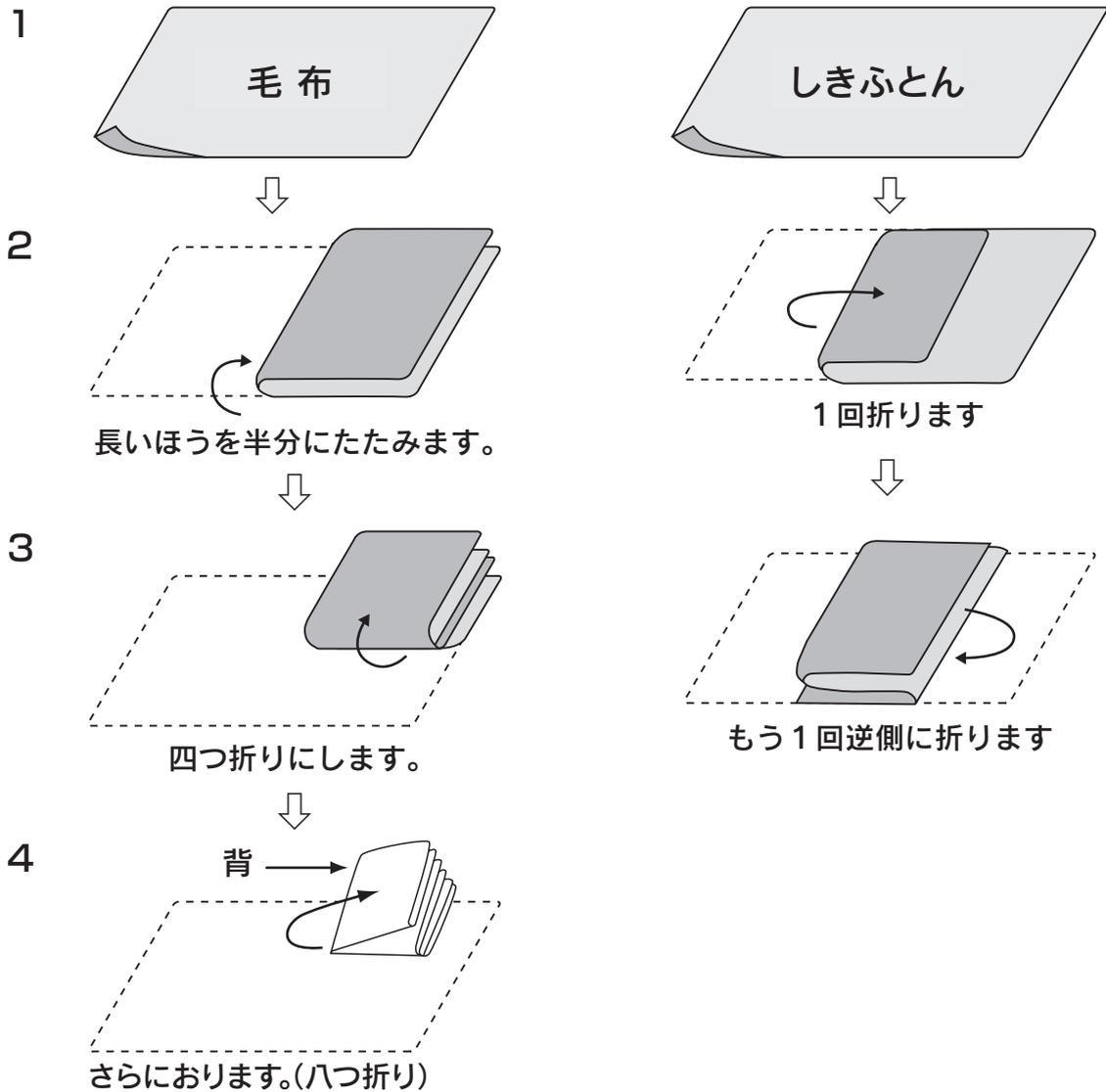
☆ 寝具類の整理については、次のようにしてください。



●押し入れへの収納の仕方（最初の状態をよく見ておきましょう。）

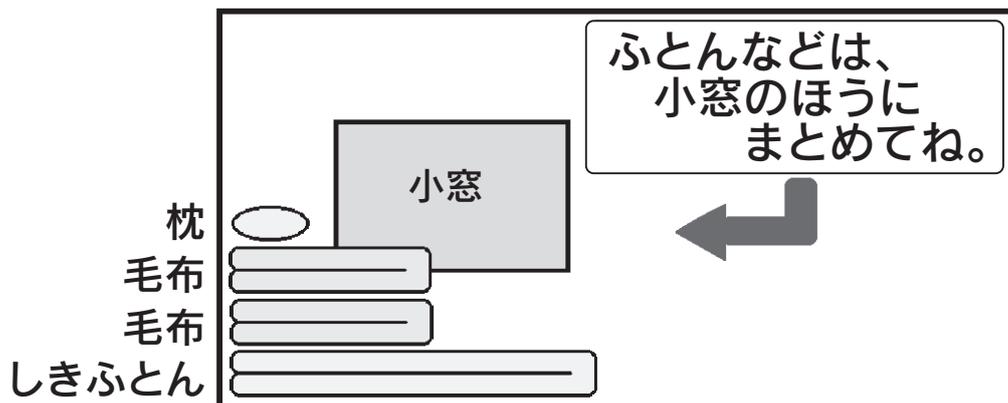


## 〈ロッジのふとんのたたみ方〉



毛布は3回たたむよ!!

## 〈ロッジのふとんの整理のしかた〉



## VI その他

### 1 打合せについて

(1) 到着時の代表者打合せ（於：事務室）

次の点について確認します。

- ① 利用人数（食数等を含む）
- ② 活動計画（全日程）
- ③ 部屋割り

※ 参加者名簿（しおりでも可）と利用料金確認書の提出をお願いします。

※ 自然の家での過ごし方等について簡単に説明します。

※ 食事の時間帯や出発日の荷物の置き場所について連絡します。



(2) 代表者打合せ

- ① 雨天などにより、その日の活動内容に変更がある場合は、所員が出勤後事務室で行います。変更がない場合には行いません。
- ② キャンプファイア・ボンファイアを実施する団体に対し、薪の受け渡しや事前説明を16時30分（於：野外活動センター）から行います。

### 2 シーツの受け取り・返納について

#### 本館の場合

(1) シーツの受け取り

- ① シーツは、宿泊する階のリネン室に団体ごとに表示し、準備してあります。
- ② 各団体の責任者が立ち会いのもとで、各部屋に運んでください。
- ③ 一人あたりの枚数は、シーツ2枚、枕カバー1枚です。
- ④ 枚数に不足がある場合は、青いかごの中にあるシーツで調整してください。

(2) シーツの返却

- ① 部屋ごとに1枚のシーツにすべてを包み込み、朝8時30分までにリネン室のコンテナの中へ返してください。
- ② 布団・毛布（11月～3月のみ）・枕をよごした場合は、持ってきてください。（事務室が閉まっている時は、オリエンテーションホール器具庫前に運び、ホワイトボードに部屋番号等の必要事項を記入する。）

#### ロッジ・テントの場合

(1) シーツの受け取りと返納は、どちらも「野外活動センター」で行います。



- (2) 枚数：ロッジ泊の場合は、本館と同じ（1人あたりシーツ2枚、枕カバー1枚）です。  
テント泊の場合は、シーツ1枚のみになります。
- (3) 布団・毛布・枕をよごした場合は、ロッジ内の目立つところに置くとともに、事務室に連絡してください。
- (4) シーツの返却は、1枚のシーツにすべてを包み込み、朝7時までに「野外活動センター」外のコンテナの中へ返してください。

### 3 活動用具の貸し出し・返納について

- (1) 活動用具を使用する場合は、事務室にて貸出簿に必要事項を記入の上、貸し出しとなります。活動中は、団体が責任をもって管理してください。また返却の際も、事務室に報告してください。
- (2) 視聴覚機器の操作は、各団体で行ってください。
- (3) 用具等を破損・紛失した場合は、必ず事務室に連絡してください。

### 4 携行品（活動に応じて準備してください）

#### ◎ 個人

- ・上履き ・着替え ・長靴 ・帽子 ・軍手 ・雨具 ・洗面用具
- ・パジャマ ・汗拭き ・タオル ・バスタオル（海浜活動のときは多めに）
- ・運動着 ・運動靴 ・健康保険証の写し ・その他、必要と思われる物  
（海浜活動は、靴をはいてください。つま先やかかたが出るはきものは禁止です。）

#### ◎ 団体

- ・救急医薬品 ・その他、独自の活動に必要な物 ・参加者名簿（しおりでも可）
- ・施設利用料金確認書

### 5 精算

お支払いいただく料金によって支払い先が異なります。

- (1) 事務室支払い
  - 施設利用料金、シーツクリーニング代、キャンプファイア・ボンファイア用薪代、釣りの仕掛け代、クラフト材料代
- (2) 食堂支払い
  - 食事代、野外炊飯代、弁当代、ジュース代
- (3) 精算時間

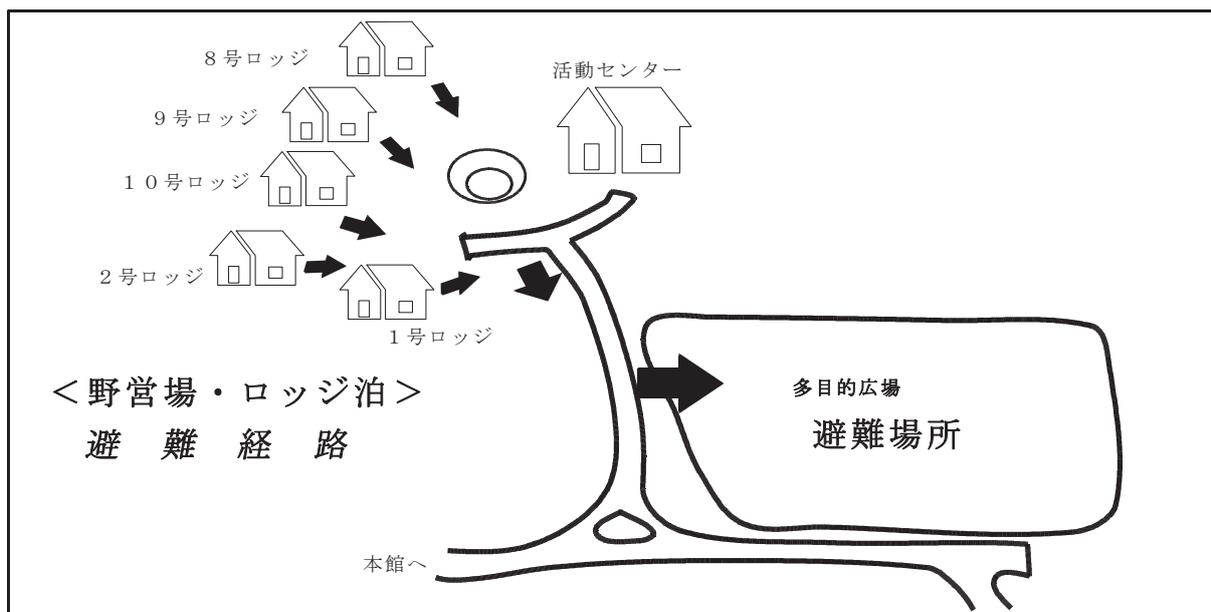
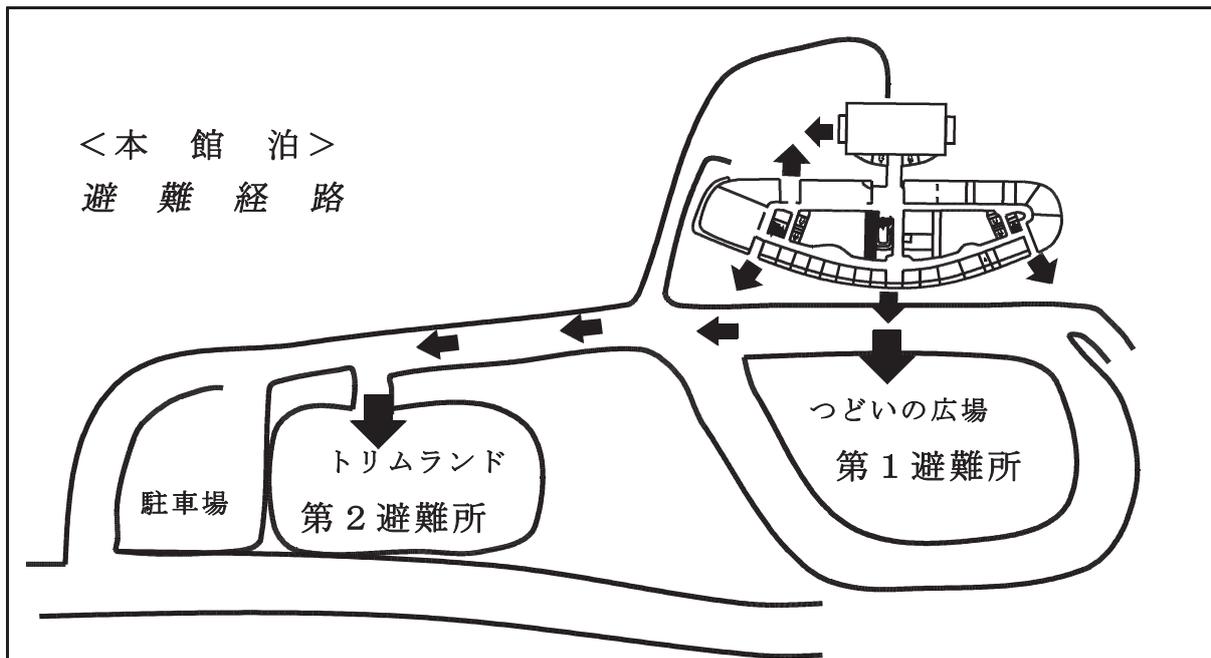
支払先 \ 形態	宿 泊	日 帰 り
事 務 室	出発日の朝 8時40分	受 付 時
食 堂	出発前日の夕食時 もしくは、出発日の朝食時	昼 食 時

※ 振込みの場合も請求書をお渡ししますので上記の時間にお越しください。

## 6 非常時の避難について

### (1) 本館・ロッジで活動・宿泊の場合

- ① 自然の家到着後、早いうちに非常口・避難経路の確認をしてください。
- ② 火災等により所員が避難の必要ありと判断した場合は、非常放送により連絡します。
- ③ 引率者は、指示に従って最寄りの非常口から利用者を避難させてください。
- ④ 避難場所は、本館泊の場合、つどいの広場（第1避難所）・トリムランド（第2避難所）となり、野営場ロッジ泊の場合は、多目的広場となります。
- ⑤ 避難終了後の人数確認・報告を必ずお願いします。





## (2) 海浜活動の場合

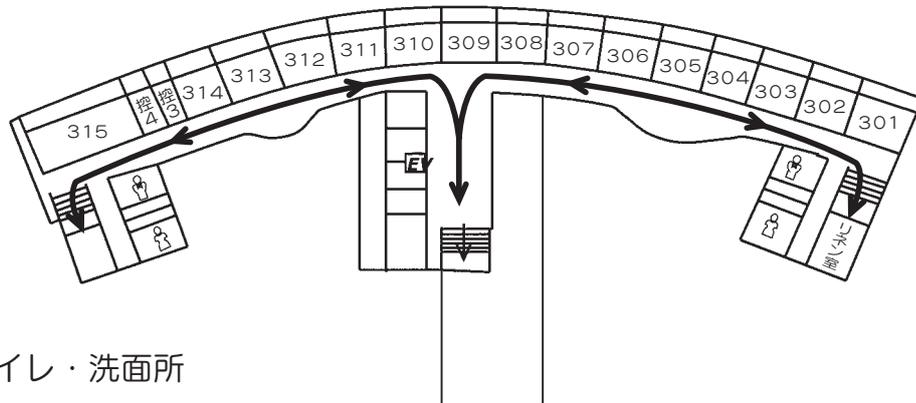
- ① 地震による津波が発生する可能性がある場合は、直ちに活動をやめ、海岸から離れて、遠くの高い所へ避難を開始してください。津波発生の場合は、海岸に設置されている防災行政無線により緊急放送があります。また、消防署の所員から連絡がある場合は、指示に従ってください。
- ② 地区の第一避難所として、四倉高等学校グラウンドが指定されています。引率者は途中交通事故に注意し、誘導指示に従い、利用者を避難させてください。舟戸海岸からは、高台の江之網集会所へ向かい津波情報を確認し、避難してください。
- ③ 第一避難所で安全を確認後、自然の家に戻ります。



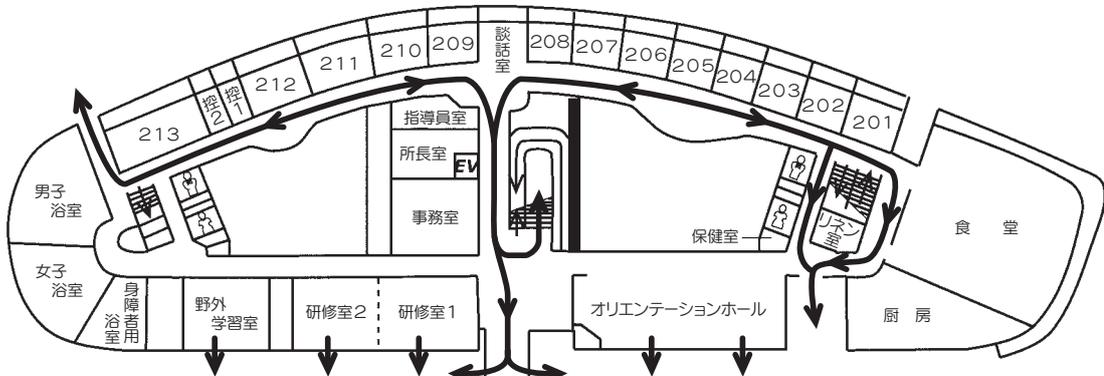
# <本館避難経路>

※太線(矢印)は、避難経路

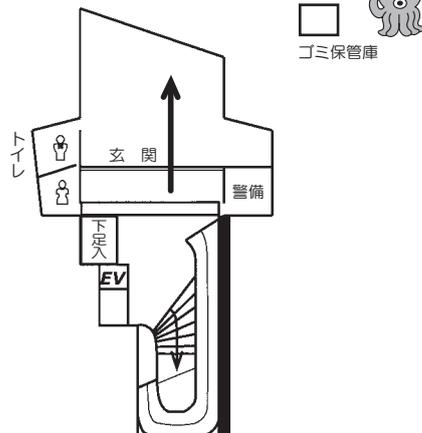
**3F**  
 宿泊室・トイレ・洗面所



**2F**  
 宿泊室・研修室・事務室  
 体育館・食堂・所長室  
 浴室・トイレ・洗面所  
 保健室



**1F**  
 玄関・ホール  
 下足入れ・トイレ



## 7 使用承認申請書等の提出について

- (1) 「使用承認申請書」「活動計画書」「食事注文書」「諸経費注文書」は、利用日の1か月前までに、必要事項を記入し提出してください。  
「宿泊者名簿」(しおり可)と「施設利用料金確認書」は、宿泊当日の受付時に提出してください。
- (2) 使用承認申請書の提出方法は、郵送・FAX・持参のいずれでも結構です。  
なお、原本は必ず、郵送又は、当日持参してください。
- (3) 「使用承認申請書」が当所に到着次第、内容を検討し、他団体と調整後、団体担当者の方に「使用承認書」を送付いたします。

## 8 食数の変更期限について

利用日以前の食数変更の連絡は、電話でお願いします。

本館食堂	★ 利用日前日の15時までにご連絡ください。
注文弁当	★ 利用日の3日前までにご連絡ください。
野外炊飯	★ メニューとセット数の変更は 野外炊飯実施日の3日前までにご連絡ください。 (例) 30日実施の変更は、27日までとなります。

## 9 駐車場利用のお願い

- (1) 利用者の車は、すべて「入口の大駐車場」(トリムランド脇)に駐車してください。
- (2) 国旗掲揚塔脇の駐車場は、身体障がい者用と緊急用(1団体1台分)としての利用となります。
- (3) 路上駐車  
子どもたちの安全確保及び所内での活動(マウンテンバイク、グラウンドゴルフ等)の妨げとなりますので、路上駐車は絶対にしないでください。

資料1 活動計画書（1泊2日）の例

利用月日(曜日)	7:30	9:00	12:00	13:30	17:30	19:00	20:30
	朝食	午前	昼食	午後	夕食	夜の活動	
例1 〇〇月〇〇日(〇〇)	(人数) 本館(〇〇) ロッジ( ) テント( )	10:30 到着 出合いのつどい レエンション 11:30 貸切バスで第四船泊へ	持参弁当 海を見ながら食べる。	13:30 いかだ乗り〇基 16:00 貸切バス 16:30 キャンプファイアの薪等受取 16:30 入浴	本館食 〇名	19:00 キャンプファイア 第〇営火場 衣装〇着用 トーフ〇本	
〇〇月〇〇日(〇〇)	(人数) 本館( ) ロッジ( ) テント( )	8:30 荷物移動 9:00 スコアレエンション	本館食 〇名	貝の壁飾り〇個 13:30 別れのつどい 14:00 出発		雨 キャンプファイア ろうそく〇本	
例2 〇〇月〇〇日(〇〇)	(人数) 本館( ) ロッジ(〇〇) テント( )	10:30 到着 出合いのつどい レエンション	持参弁当 野営場で食べる。	13:30 ニュースポーツ (種目:〇〇) 15:30 野外炊飯 〇班	野外炊飯 献立〇〇 〇セット とハーフ	雨 19:00 ナイトキング 〇班 提灯〇丁借用 自由交歓(ロッジ内で楽しく 過ごす)	
〇〇月〇〇日(〇〇)	(人数) 本館( ) ロッジ( ) テント( )	9:00 徒歩出発 9:30 舟戸 磯遊び・釣り〇班 しかけ〇個 釣竿〇本	注文弁当 〇コ 舟戸海岸へ 11:30 受取	13:30 別れのつどい 14:00 出発		雨	
例3 〇〇月〇〇日(〇〇)	(人数) 本館(〇〇) ロッジ( ) テント( )	11:00 到着 出合いのつどい レエンション	本館食 〇名	13:30 トリムランド 15:30 マウンテンバイク〇台	本館食 〇名	雨 19:00 キャンプファイア ろうそく〇本 衣装〇着用	
〇〇月〇〇日(〇〇)	(人数) 本館( ) ロッジ( ) テント( )	8:30 荷物移動 9:00 別れのつどい 9:15 出発 アグマリンへ		雨 ストーンアート〇個		雨	

・キャンプファイア・ロッジ泊・テント泊は、4月～10月まで  
 ・バス移動は、所バス(いわき海浜自然の家所有のバス)あるいは貸切バス(団体所有のバス)の別を明  
 記願います。  
 ・夜のクラフトはできません。  
 ・消灯は、22時です。21時50分までに、全員入浴を済ませるように計画してください。  
 ・また、施設をするので、22時から朝6時まで本館への出入りや車の出入りはできなくなります。  
 ・社会教育団体は「出合いのつどい」「別れのつどい」は行いません。

# 活動計画書（2泊3日）の例

利用月日(曜日)	7:30	9:00	12:00	13:30	17:30	19:00	20:30
	朝食	午前活動	昼食	午後の活動	夕食	夜の活動	
例1 〇〇月〇〇日(〇〇)	宿泊(人数) 本館( ) ロッジ(〇〇) テント( )	10:30 到着 出会いのつどい オリエンテーション  <b>雨</b>	持参弁当 野営場で食べる。	13:30 貝の壁飾り〇個 15:30 野外炊飯 〇班  <b>雨</b>	野外炊飯 献立〇〇 〇セットと ハーブ  <b>雨</b>	19:00 ナイトキング〇班 提灯〇丁借用 入浴	
〇〇月〇〇日(〇〇)	本館食 〇名	8:30 本館へ徒歩移動 9:00 海浜オリエンティング〇班  <b>雨</b> 室内ビゴ、オリエンティング	本館食 〇名	13:00 所バス移動 13:40 いかだ〇基 16:00 所バス移動  <b>雨</b> ニュースホーツ	本館食 〇名	19:00 キャンプ、ルファイ トーチ〇本 衣装〇着	
〇〇月〇〇日(〇〇)	本館食 〇名	8:30 荷物移動 9:00 徒歩出発 9:30 舟戸 磯遊び・釣り〇班 しかけ〇個 釣竿〇本  <b>雨</b> 海浜フロントパーク	注文弁当 〇コ 舟戸海岸へ 11:30 受取	13:30 別れのつどい 13:30 出発  <b>雨</b>			
例2 〇〇月〇〇日(〇〇)	本館食 〇名	10:00 アクマリン見学  <b>雨</b>	持参弁当 海を見ながら 食べる。	14:00 到着 出会い、オリエンテーション 15:00 海浜フロントパーク  <b>雨</b> 室内ビゴ、オリエンティング〇班	本館食 〇名	19:00 ナイト〇班 入浴	
〇〇月〇〇日(〇〇)	本館食 〇名	9:00 徒歩出発 9:30 舟戸 磯遊び・釣り〇班 しかけ〇個 釣竿〇本  <b>雨</b> 貝の壁飾り〇個	注文弁当 〇コ 舟戸海岸へ 11:30 受取	13:30 フォトリビング〇班 15:30 野外炊飯 〇班 16:30 キャンプ、ルファイの薪等受取  <b>雨</b> 海浜何でもチャンネル	野外炊飯 献立〇〇 〇セット	19:00 キャンプ、ルファイ 第〇営火場 衣装〇着借用 トーチ〇本	
〇〇月〇〇日(〇〇)	本館食 〇名	8:30 荷物移動 9:00 マウンテンバイク〇台  <b>雨</b> キーホルダー〇個	本館食 〇名	13:30 別れのつどい 14:00 出発  <b>雨</b>			

・キャンプファイア・ロジ泊・テント泊は、4月～10月まで  
 ・野外炊飯（雨天決行）は、4月～10月までの実施となります。  
 ・……点線の下に必ず雨天時の計画を記入してください。  
 ・遅くとも16時30分頃までには全員到着し、入所手続きができるように計画してください。  
 ・バス移動は、所バス（いわき海浜自然の家所有のバス）あるいは貸切バス（団体所有のバス）の別を明記願います。  
 ・夜のクラフトはできません。  
 ・消灯は、22時です。21時50分までに、全員入浴を済ませるように計画してください。  
 ・また、施設をするので、22時から朝6時まで本館への出入りや車の出入りはできません。  
 ・社会教育団体は「出会いのつどい」「別れのつどい」は行いません。

## 資料2 活動プログラム一覧

〈育てるち・か・ら〉

アドベンチャー		わくわくしながら課題に挑戦し、最後まで夢中になって取り組む
ネイチャー		自然の素晴らしさを知り、動植物や自然環境を大切にする
ハート		周りの友達だちと力を合わせて、目標を達成しようと努力する
ヘルス		ケガや病気に気をつけながら活動し、健康な心と体をつくる
イメージ		豊かな発想を生かして、表現する。また、身近にある道具を上手に使うことができる

項目	活動名	活動場所	活動内容	活動時間	育てるち・か・ら
A 野 外 活 動	冒険の森散策	冒険の森3	自然の森の周りに広がる「冒険の森」をそれぞれの体力に合わせてコースを設定し、自然の奥深さや眺めを堪能しながら歩く活動	1.5時間	
	ネイチャーラリー	冒険の森3	地図を頼りに班単位で行動し、途中課題を解決しながらゴールする活動	1.5～2時間	
	フィールドアスレチック	冒険の森3	冒険の森の中に設置された7つのアスレチックを体力に応じてクリアする活動	1.5時間	
	スコアオリエンテーリング	冒険の森3	地図を頼りに一定時間内に1つでも多くのポイントを探し、ポストの記号をチェックカードに写し取ってゴールするゲーム	2～3時間	
	ビンゴオリエンテーリング	冒険の森3	冒険の森にあるポイントを探し、ポストの記号をチェックカードに写しながら決められた時間内にいくつビンゴを作れるかを競うゲーム	2～3時間	
	海浜オリエンテーリング	本館周辺 野営場	ヒントを頼りに、班単位で行動し、敷地内に設置されているポストカードを見つけ出し、カードに書いてある問題を解いていくゲーム	2～3時間	
	フォトオリエンテーリング	本館周辺	班単位で行動し、写真と同じ場所を見つけるゲーム	1.5～2時間	
	フィールドビンゴオリエンテーリング	本館周辺	班単位でビンゴカードに記載されている自然の中にあるものを協力して見つけ出しビンゴを完成させるゲーム	1.5時間	
	動物オリエンテーリング	本館周辺	低学年向けのオリエンテーリングで、隠されたカードを探し、答えの動物の絵に○をつけるゲーム	1.5時間	
	野外炊飯	北・南炊飯場	みんなで役割を分担し、食事を作る（4月から10月までの活動）	3～3.5時間 (片付け含む)	
	アスレチック	トリムランド	遊具を利用して、楽しく体を動かす活動	1.5時間	
	ニュースポーツ（屋外編）	多目的広場	誰でも気軽にすぐ楽しむことの出来るスポーツ（ベタンク、グラウンドゴルフ、ディスクゴルフ、ターゲットバードゴルフ、モルック）	1.5時間	
	マウンテンバイク	多目的広場	多目的広場のマウンテンバイクコースに挑戦する活動	1～2時間	
	伝承遊び（屋外編）	つどいの広場 いこいの広場	昔から子どもたちに親しまれ伝えられてきた遊び（竹馬、ぼっくり）	1時間	
	ロープコース ※利用休止中	冒険の森1	立木に設定されたロープで作った種目（迷路他3種類）に1人あるいは2～5人で取り組む活動	1時間	
	ポイントオリエンテーリング ※利用休止中	冒険の森	地図とコースヒントを頼りに、15又は10個のポイントを回り、タイムを競うゲーム	2～2.5時間	
グリーンオリエンテーリング ※利用休止中	冒険の森	地図を頼りに決められたポイントとなる樹木を探し、資料の葉の形や樹皮を参考に樹木の名前を当てるゲームで、じっくりと樹木を観察する活動	1.5時間		

項目	活動名	活動場所	活動内容	活動時間	育てるちから
B 海 浜 活 動	磯遊び 	舟戸海岸	磯場を散策しながら、様々な水生生物を探し、観察する活動	2～3時間	
	貝がら拾い 	舟戸海岸	いわきの海を見つめながら、貝がら拾いや海岸散策をして大自然を体感する活動	0.5～1時間	
	魚釣り	舟戸海岸	釣り竿の正しい操作方法を覚え、磯場を中心に海釣り体験をする活動	2～3時間	
	いかだ乗り	第四船泊	いかだで、全員が協力して海に漕ぎ出す活動 ※事前に研修を受けた団体に限る	2～3時間	
	ボディボード	第四船泊	ボードの上で上半身をのせ、体重移動によってボードを操作し波乗りをする活動 ※事前に研修を受けた団体に限る	2時間	
	砂の芸術	四倉海岸	海岸の砂を利用して、班単位で協力しながら自由な発想で砂の造形物を作る活動	2～3時間	
	海岸ウォークラリー	四倉周辺	地図を頼りに班単位でコースを歩き、途中で課題を解決しながらゴールするゲーム	3時間	
	海岸サイクリング 	久之浜周辺	久之浜海岸に設けられたサイクリングコースをマウンテンバイクに乗って楽しむ活動	3時間	
C 室 内 活 動	室内ビンゴオリエンテーリング	本館内	本館内に設置されたカードを探し、記号を解答用紙に写し取り、時間内にいくつビンゴを作れるかを競うゲーム	フル 2時間 ミニ 1時間	
	フォトオリエンテーリング (室内編)	本館内	班単位で写真と同じ場所を探すゲーム	1～1.5時間	
	動物フォトオリエンテーリング	本館内	低学年向けのオリエンテーリングで、本館内に設置された動物のフィギュアを時間内にいくつ見つけられるかを競うゲーム	1時間	
	スポーツ	体育館 リインテ-ションホール	バスケットボール、バレーボール、バドミントン、ドッジボール、卓球等	1～1.5時間	
	ニュースポーツ (室内編)	体育館 リインテ-ションホール	ベタンク、ストラックアウト、輪投げ、縄跳び、フロアーカーリング、ドッジビー、フリーフロー (吹き矢)、スーパーキー	1～1.5時間	
	海浜何でもチャンピオン	体育館 リインテ-ションホール	いわき海浜自然の家独自のゲームで10種類の簡単なゲームを班単位で競うゲーム (箸で箸の種を皿から皿へ移すつばきさんちのお引越し、空き缶積み、サイコロ転がし等)	1～2時間	
	海浜フレンドパーク	体育館 リインテ-ションホール	1人では解決できないいくつかの課題を参加者がグループ内で協力し、クリアする集団解決型ゲーム	1～2時間	
	テーブルゲーム	研修室 リインテ-ションホール 宿泊部屋	囲碁、将棋、オセロ、ジェンガや様々なじゃんけんゲームなど、室内で行う活動	1～2時間	
	伝承遊び (室内編)	体育館等の室内	昔から子どもたちに親しまれ伝えられてきた遊び (おはじき、けん玉、だるま落とし等)	1～2時間	
D ナ イ ト 活 動	キャンプファイア	営火場	自然の中で焚き火を囲みながら、日常生活や学校生活では学ぶ機会の少ない火の神秘さを知り、敬虔な心を高めると共に、班や係をとおして協力することの大切さを学び、友情を深め仲間との楽しい思い出作りをする活動	1～1.5時間	
	ボンファイア	営火場	班ごとに焚き火を囲んで、1日の反省をしたり自由な語り合いをする活動	1～1.5時間	

項目	活動名	活動場所	活動内容	活動時間	育てるちから
D ナ イ ト 活 動	キャンドルファイア	体育館、刈込テニ スホール、野外学習室	暗い室内でろうそくの炎が揺れる中、ゲームや歌、ミニゲーム で楽しい思い出作りをする活動	1～1.5時間	
	ナイトハイキング	本館周辺	提灯を持って夜の敷地内を散策する活動	0.5～1.5時間	
	ナイトハント	本館周辺	懐中電灯を使い暗闇に隠れたカード（反射シート）を探し、カー ドに記された文字を集める。集めた文字を並びかえてキーワ ードを導き出すゲーム（星座コース、動物コースあり）	1～1.5時間	
	スターウォッチング	つどいの広場 いこいの広場	エリア内、つどいの広場、野営場などで星の観察をする活動	1時間	
E 創 作 活 動	海浜下敷き	野外学習室等	台紙に好きな絵を描き、オリジナルの下敷きを作る活動（材料 費50円）	1時間	
	しおり	野外学習室等	台紙に千代紙と切り絵を貼って、しおりを作る活動（材料費50 円）	1～1.5時間	
	飛ぶ輪っか	野外学習室等	プラ板をまるめ、作った輪に重りを付け、飛ばして遊ぶ活動（材 料費60円）	1～1.5時間	
	キーホルダー 	野外学習室等	プラ板に絵を描き、トースターで焼いた後ホルダーをつけ、キ ーホルダーを作る活動（材料費150円）	1～1.5時間	
	万華鏡 	野外学習室等	万華鏡を作製し、表面に絵を描いたり、装飾する活動（材料費 270円）	1～1.5時間	
	ペンダント	野外学習室等	やわらかい石を紙ヤスリで削り、ペンダントを作る（材料費 350円）	1.5時間	
	木彫るだー	野外学習室	木の枝などを削ったり、接着したりしてキーホルダーを作る活 動（材料費200円）	1～2時間	
	木製コースター	野外学習室	ベニヤ板を電動糸ノコギリで好きな形に切り取り、絵を描いて コースターを作る活動（材料費200円）	1～2時間	
	ストーンアート	野外学習室等	ベニヤ板の上に石を貼り付けて色を塗り、飾り物を作る活動（材 料費200円）	1～2時間	
	貝飾り	野外学習室等	貝に千代紙や模様紙を貼り、飾り物を創作する活動（材料費60 円）	1～2時間	
	貝の壁飾り 	野外学習室等	ベニヤ板に貝殻をデザインして貼り、壁飾りを作る活動（材料 費200円）	1～2時間	
	貝の絵ろうそく	野外学習室等	貝の表面に色を塗り、中に溶かしたろうそくを入れてろうそくを作 る活動（材料費150円）	1～2時間	
	草木染め（あかね染め）	野外学習室	植物（あかね）を煮出した液で、ハンダナを染める活動（材料 費350円）	1.5～2時間	
	草木染め（藍染め）	野外学習室	藍の染液で、ハンダナを染める活動（材料費350円）	1.5～2時間	
	すりガラスアート	野外学習室	ガラス製品に砂を吹き付け模様をつける活動（材料費600円） ※小学5年生以上	2時間	
七宝焼き	野外学習室	銅板の表面に七宝えのぐをぬり、焼き固め、様々な模様のペン ダントを製作する活動（材料費600円）※小学5年生以上	2～3時間		

項目	活動名	活動場所	活動内容	活動時間
F いわきの歴史・文化施設体験活動	いわき史跡めぐり	市内各所	国史跡の白水阿弥陀堂の庭園、甲塚古墳、中田横穴、根岸官衙（かんが）遺跡群などを見学し、文化財に親しむプログラム	2～3時間
	いわき市考古資料館		縄文時代から江戸時代までのいわきの歴史を学び、火おこし体験ができる	1.5時間
	いわき市アンモナイトセンター		いわき産の化石にふれ、楽しみながら化石や地層を学び、発掘体験ができる	1.5時間
	いわき市立草野心平記念文学館 いわき市草野心平生家		草野心平・吉野せい・猪狩満直などいわきの文学について、理解を深める	2時間
	いわき市暮らしの伝承郷		カヤぶきの古民家で昔遊び体験等を楽しみ、先人たちの知恵や技術・風習を学ぶ	1～2時間
	いわき市石炭化石館（ほるる）		常磐炭田の採掘の歴史と、市内で発掘された化石や、地球の歴史を物語る諸外国の化石資料を見学できる	1時間
	いわき市フラワーセンター		広い庭園や温室で四季折々の草花を観察し楽しむことができる	1.5時間
	いわき市勿来関文学歴史館		奥州三古関のひとつに数えられ、源義家が詠んだ詩の歌枕として有名な「勿来の関」に関わる和歌の世界を展示紹介している	1時間
	石森山		海底火山の隆起した様子や様々な植物を見ることの出来る石森山のトレッキングを楽しむ活動 ※実施にあたり自然の家の支援がないため、団体側での事前踏査が必要	2時間
G 震災・防災体験活動	地域防災交流センター久之浜・大久ふれあい館		震災による甚大な被害を受けた久之浜・大久地区の震災の経験・記憶・教訓を次の世代につなげ、防災の意識を向上してもらうことを目的とした施設であり、震災発生時の写真や避難所のレプリカを展示している	0.5時間
	いわき震災伝承みらい館		震災の記憶や教訓を伝承するため、震災関連資料の保存、展示をしている施設 語り部の講話をきくことができる	1時間
	（株）いわき市観光物産センター（いわき・ら・ミュウ）		ら・ら・ミュウの震災被害の状況や復旧・復興に向けた取り組みについての説明を聞くことができる	0.5時間
	アクアマリンふくしま		海の生き物や環境・水族館の仕事について学習や釣り体験などができる	1.5時間
	福島県水産海洋研究センター		福島県水産海洋研究センターが取り組んでいる調査や研究を通じて、福島県の水産業や豊かな海、放射線モニタリングなどを紹介する「公開講座」を実施している	0.5時間
H 連携 携	研修・講座等の会場	本館室内	各種講座、講演会、部活動の研修などの会場として可能。研修室は定員126名	要相談
	生涯学習の会場	本館室内	サークル、子供会、スポーツ少年団などの様々な行事に利用可能。研修室は定員126名	要相談
	連携事業	自然の家	自然の家と連携し事業を実施するプログラム。連携対象は公共施設及び、所が承認した団体等	要相談

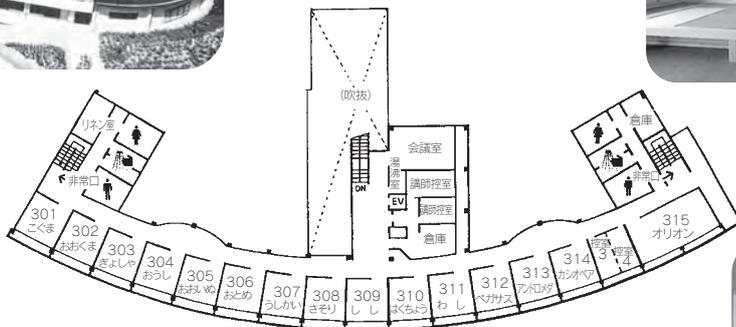
- 雨天時案に、「E創作活動」の草木染め、すりガラスアート、七宝焼きは選択できません。
- 「Fいわきの歴史・文化施設体験活動」「G震災・防災体験活動」の各施設のご予約・減免申請等は、各団体をお願いします。
- 傘マークのプログラムは、内容を追加するとより楽しい自然体験ができるプログラムです。
  - ・海岸サイクリング：サイクリングコースの久之浜海岸では貝拾いをすることもできます。
  - ・キーホルダー：自分で拾った葉っぱを写し取り、作成する葉っぱのキーホルダーを作ることができます。
  - ・貝の壁飾り、万華鏡：自分で海岸で拾った貝殻や葉っぱ、花びらを使って、作成することができます。

# 資料3 案内図

## 本館案内図



**3F**  
 宿泊室・会議室  
 講師室



宿泊室

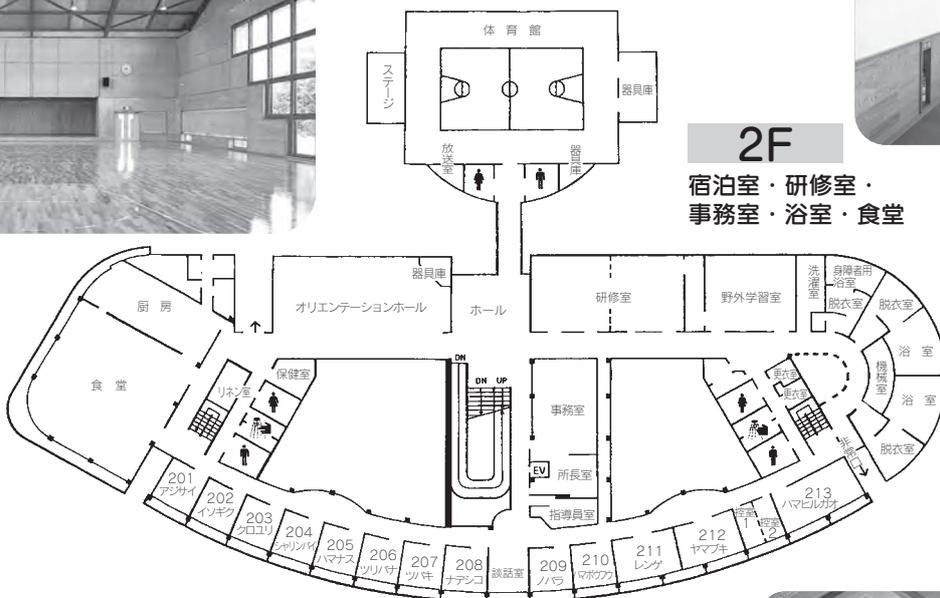


研修室



体育館

**2F**  
 宿泊室・研修室・  
 事務室・浴室・食堂



2階廊下



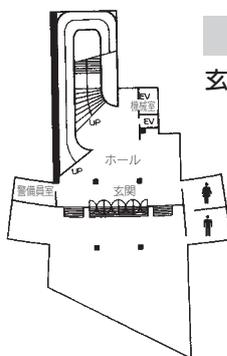
ガラスのさざ波

	収容定員
本館	300名
ロッジ	160名
テント	100名



食堂

**1F**  
 玄関・ホール



オリエンテーションホール



2階ホール



お風呂

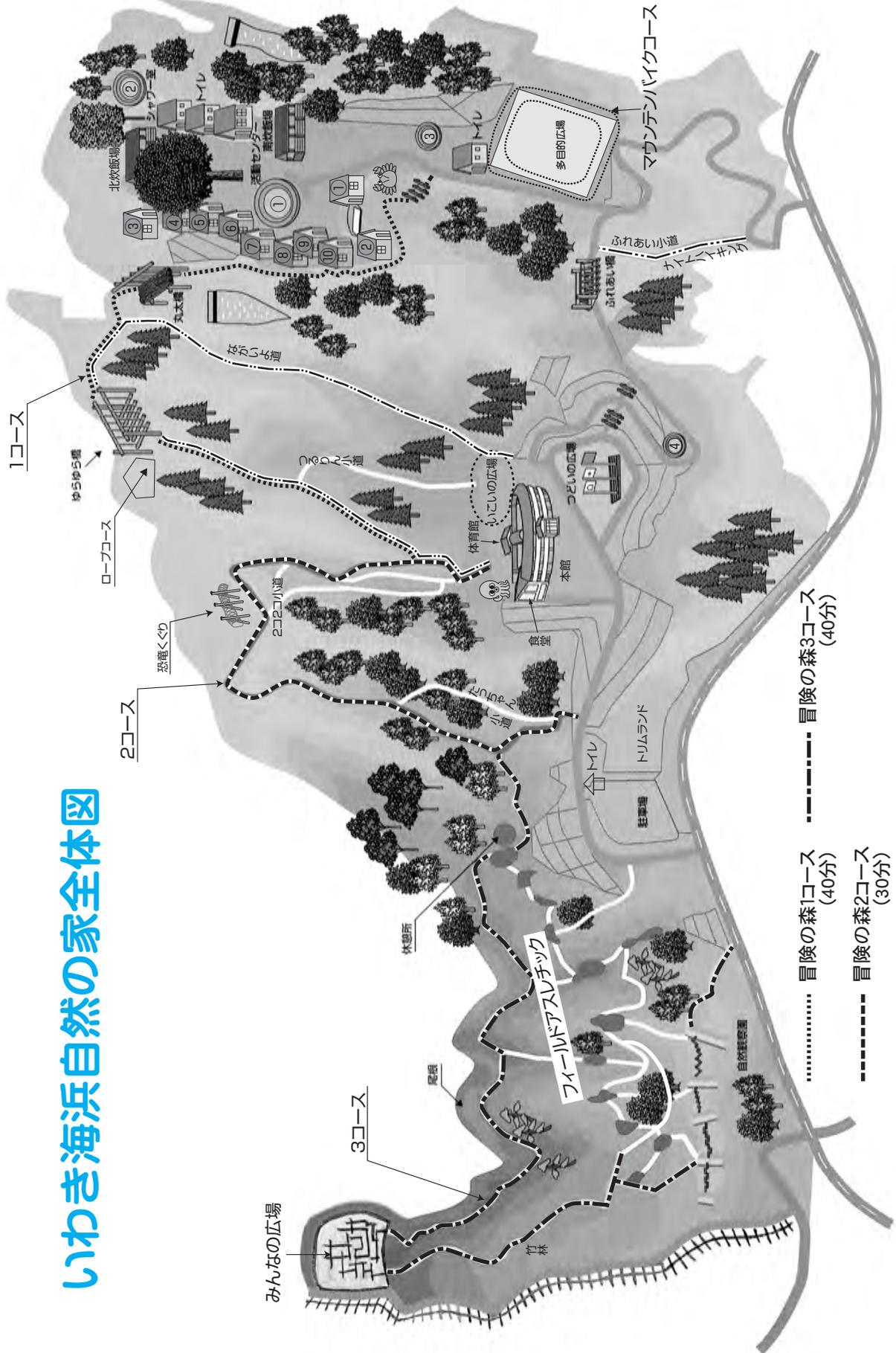
## 施設案内図



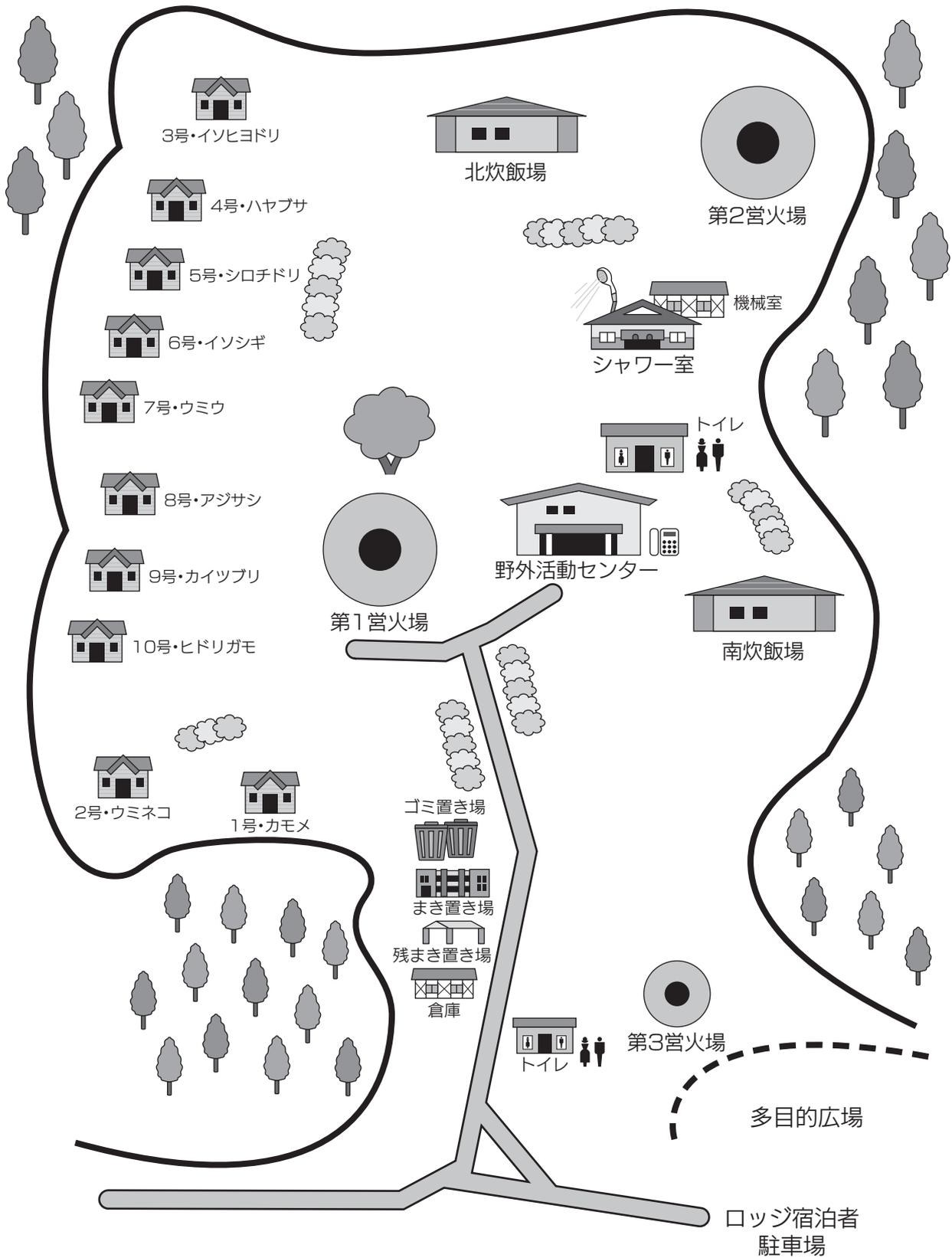
## 野 営 場



# いわき海浜自然の家全体図



# 野営場詳細図



# 海浜活動地図



## 移動時間

徒歩	本館 ⇄ 舟戸海岸	2.0 km (25分)	舟戸海岸 ⇄ 四倉海岸	1.5 km (25分)
	本館 ⇄ 四倉海岸・第四船泊	3.7 km (45分)	本館 ⇄ 野営場	750 m (10分)
バス	本館 ⇄ 波立海岸	1.6 km (10分)	本館 ⇄ 石森山	15.4 km (35分)
	本館 ⇄ 四倉海岸・第四船泊	3.4 km (15分)	本館 ⇄ 四ツ倉駅	3.5 km (15分)

## 資料4 医療機関案内

### <四倉地区>

- ①木村医院 約5分  
☎ 0246 (32) 2995
- ②西山眼科医院 約5分  
☎ 0246 (32) 3722
- ③菅波医院 約10分  
☎ 0246 (32) 7001
- ④額賀胃腸科内科医院 約5分  
☎ 0246 (32) 2839
- ⑤<sup>だいた</sup>大田皮フ科医院 約10分  
☎ 0246 (32) 2787
- ⑥長瀬内科胃腸科  
☎ 0246 (32) 3125
- ⑦佐藤歯科医院  
☎ 0246 (32) 5826

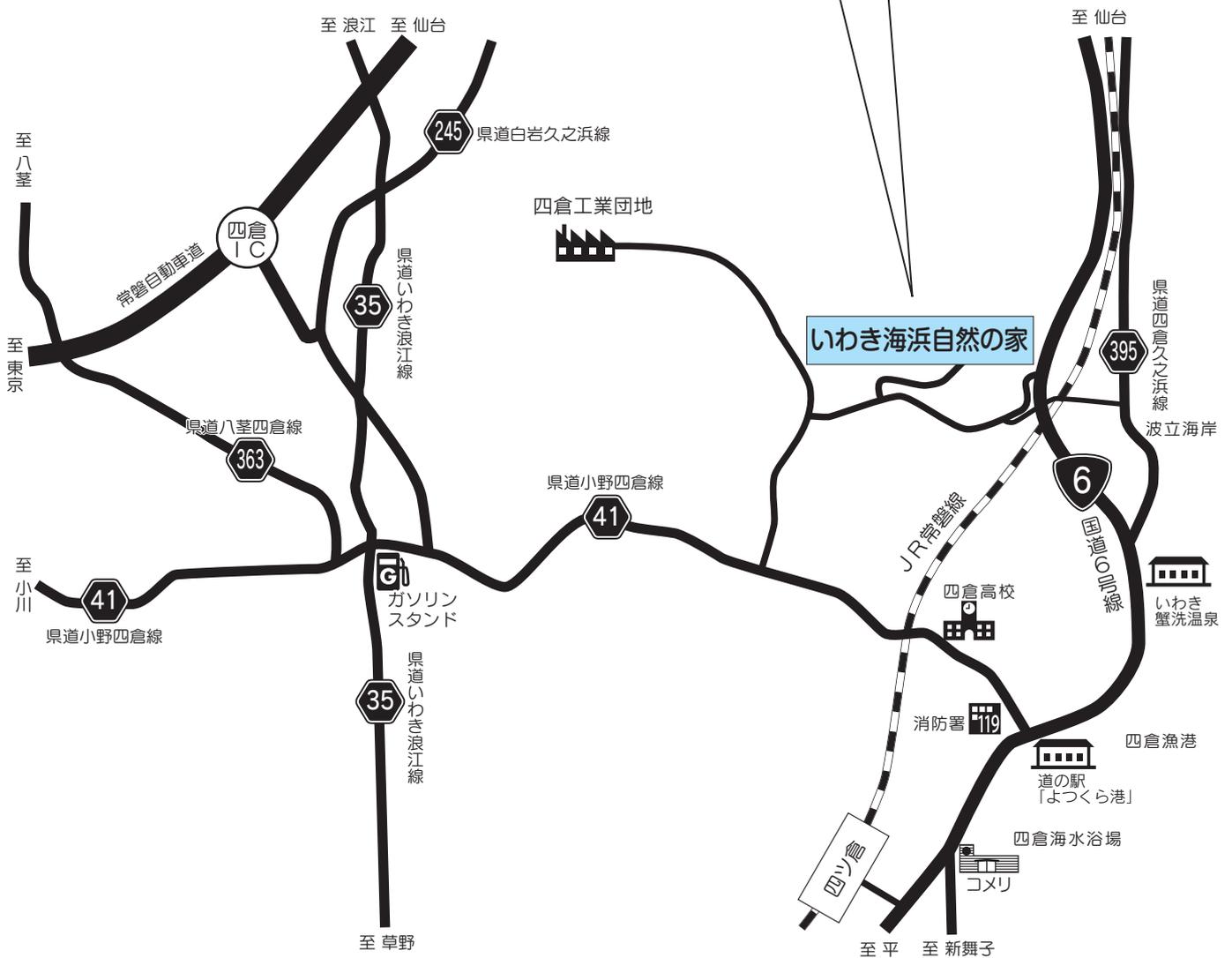
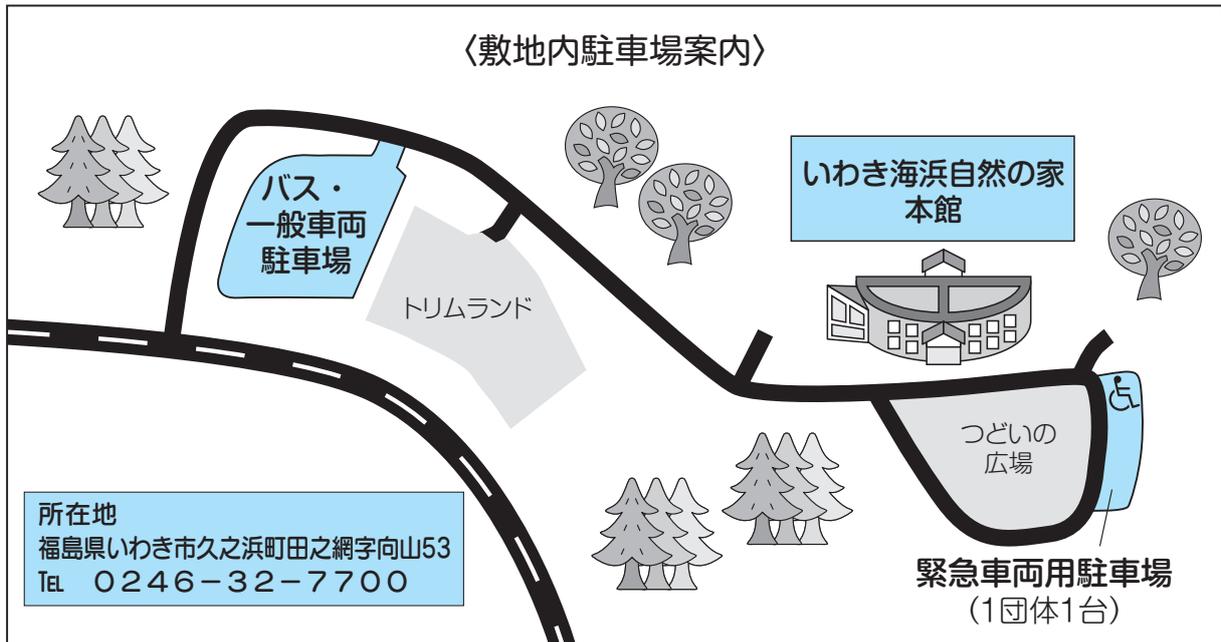


### <平地区>

- ⑧松村総合病院 約25分・12km  
☎ 0246 (23) 2161
- ⑨いわき市医療センター 約40分・18km  
(代) ☎ 0246 (26) 3151
- ⑩いわき市休日夜間急病診療所 約40分・18km  
夜間 ☎ 0246 (27) 1208 (発熱等)
- ⑪福島労災病院 約40分・18km  
☎ 0246 (26) 1111



## 資料5 交通案内



# 周辺マップ

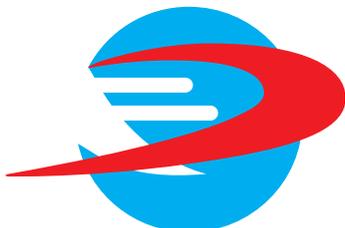


## 自動車での所用時間

- 常磐線いわき駅から.....30分
- 常磐線四ツ倉駅から.....5分
- 常磐自動車道いわき四倉インターから.....8分



## 所章



### 福島県いわき海浜自然の家所章

いわき海浜自然の家の象徴である「青い空」と「青い海」を水平線が分割し、空から海へ降り注ぐ真っ赤な太陽のエネルギーが、活気ある若々しさを表しています。また、白い雲が福島のFになっています。