

活動プログラム一覧

(別紙2)

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、プログラムの利用について制限を行います。
制限を行うプログラムは赤字にて表示しております。

ご利用できないプログラム

活動プログラム
グループワークゲーム
レクリエーション
キンボール
クラスマッチ ※グループ対抗のレクリエーションスポーツ

※クラスマッチについては、飛沫感染のリスクが低い活動であれば可能。

(例. バドミントン・テニス・卓球など)

◎指導を要するプログラムは、宿泊団体のみ実施できます。原則、日帰り団体は指導を要する活動プログラムの実施はできませんので、ご注意ください。

1 安全上必ず指導を要する活動プログラム【有料】

活動プログラム	定員	所要時間	備考
カヌー（平水） （2人1艇） ※小学5年生以上	肱川で実施（2人1艇で実施） カヌー艇庫まで車で片道約10分 カヌー名簿の提出必要（当日まで） 水温・風速・雷及びダム放流状況等で実施できない場合あり		
	①5~120名 ※バス送迎を含む	3時間	①バス送迎あり（座席間隔を空けた配置） 1便最大40名 ※3便まで実施可（最大120名）
	②5~200名 ※バス送迎を含む		②バス送迎あり（座席の相席が可能な団体） 1便最大65名程度 ※3便まで実施可（最大200名程度）
③5~240名 ※バス送迎を自主で実施する場合	③バス送迎を自主で行う場合1便最大80名 ※3便まで実施可（最大240名） ※バス送迎を自主で行う場合は打ち合わせを当交流の家と事前に行うこと		

マウンテンバイク ※小学5年生以上	10~40名	2~3時間	マウンテンバイクコース 1周1.1km 高低差約40m 雨天実施不可・団体引率者2名以上必要 ※マウンテンバイクは2時間以上を要するため、 90分の2交代不可※ ¹
スポーツクライミング ※小学3年生以上	5~40名	1.5~3時間	クライミング場 コース…高さ8m・3m 小雨実施可 定員を超える場合、90分の2交代実施可
カヌー (ロングツーリング) (1人1艇) ※高校生以上	10~50名	4~6時間	肱川で実施(1人1艇で実施) バス送迎あり カヌー運搬は団体で行うこと カヌー名簿の提出必要(当日まで) 水温・風速・雷及びダム放流状況等で実施できない場合あり 必ず平水でのカヌー活動・講義(無料)等の6時間以上(カヌー(平水)2回分)の受講が別途必要
竹細工 (スーパー竹とんぼ)	10~20名	2~3時間	※教材費要(1本110円)

※¹ 選択活動例：例:9:00~12:00でクライミングとニュースポーツを90分2交代で実施など

2 指導の有無を選択できる活動プログラム

活動プログラム	定員	所要時間	備考
エアロビクスダンス (身体の負荷が低い活動 に限定)	20~80名	1時間程度	実施場所：武道場・体育館・ホール
座 禅	20~240名	1~1.5時間	実施場所：武道場・体育館・ホール他 ※選択活動の1つとしては実施不可
茶 道	10~15名	1~2時間	茶菓子代別途必要 実施場所：武道館和室
自然観察	10~40名	1~2時間	実施場所：施設周辺(野外) ※小雨可 ※荒天時は研修室でネイチャースライドショー等を実施
天体観測 自主：望遠鏡等貸出可	10~40名	1~2時間	実施場所：自然環境館屋上・広場 ※荒天時は研修室でスライドショー等を実施
ウォークラリー	240名	2~3時間	2コース(5.4km・2.4km) 地図代1人1枚推奨 ※チェックポイントスタッフ2~5名推奨
オリエンテーリング (スコア)	240名	3時間	地図代1人1枚推奨

※研修指導員の都合により、ご希望に添えない場合があります。あらかじめご了承ください。

3 指導を無料で行う活動プログラム

活動プログラム	定員	所要時間	備考
ビジュアル オリエンテーリング	120名	2時間	施設周辺（野外）で実施
野外炊飯	60名程度	3～4時間	炊飯場3か所 別途教材費要（洗剤・液体クレンザー・薪代等）
うちわ作り	240名	2～3時間	別途教材費要（キット・洗濯のり）
ストーンアート	40名	2～3時間	別途教材費選択可（スプレーのり）石は、肱川で拾う等
折り紙建築	40名	1～2時間	別途教材費要（折り紙建築シート）
ティッシュデザイン	40名	1～2時間	別途教材費要（ラミネートとティッシュペーパー）
紙漉（かみすき）	40名	1～2時間	別途教材費要（紙すき用材）
和綴じノート作り	20名	2～3時間	別途教材費要（和紙・綴り糸）

4 自主活動プログラム ※引率者等に利用方法の説明を行います、直接指導依頼は承っておりません。

活動プログラム	定員	所要時間	備考
ユニカール（室内）	30名	1～2時間	6セット（子ども用2セット含む） 競技説明用DVD有
クubb	30名	1～2時間	5セット 競技説明用DVD有
フライングディスク ゴルフ	40名	1時間	常設9ホール・記録票・クリップボード貸出
フライングディスク アキュラシー	40名	1時間	2セット
ターゲットバード ゴルフ	36名	1～2時間	9ホール・記録票・クリップボード貸出
グラウンドゴルフ	48名	1～2時間	8ホール・記録票・クリップボード貸出
インディアカ	32名	1～2時間	4面（バドミントンコート・体育館） 簡易ネット2セット（武道場）・記録票・クリップボード貸出
ペタンク（室内）	60名	1～2時間	6セット
ポッチャ（室内）	36名	1～2時間	6セット
ドミノ（室内）	40名	1～2時間	ドミノ牌3セット（約5,000ピース）
カプラブロック(室内)	40名	1～2時間	10セット（10,000ピース）
Xロープバトル	80名	1～1.5時間	10セット 競技説明用DVD有
かるた a.ぼうずめくり b.百人一首	80名	1～3時間	武道館和室・研修室他 百人一首 20セット有

キャンプファイヤー	200名	2時間	別途教材費要（灯油・薪代・トーチ代） 手引書・CD・マイク・アンプ（音響機器）貸出可
キャンドルサービス	200名	2時間	別途教材費要（ろうそく持参可） 燭台・ろうそく台・ブルーシート他 手引書・CD・マイク・アンプ（音響機器）貸出可
OZUリンピック	200名	1.5～3時間	記録票・クリップボード貸出
館内動物ラリー （幼児・低学年対象）	40名以上	1時間	ビンゴカード・ルールシート・クリップボード貸出

施設設備一覧

(別紙3)

1 研修施設一覧表

	施設名	定員	付属設備等
本館	ラウンジ	15	TV・DVD・エアコン・絵本コーナー
	ホール (19m×24m)	110程度	ステージ・音響設備 (ワイヤレス2本・ピン2本・CD・DVD・MD・カセットテープ)・照明器具・グランドピアノ・プロジェクター・スクリーン・移動式ホワイトボード・燭台・長机・イス・エアコン 他
	オリエンテーションルーム	24	TV・DVD・BD・スクリーン・長机 (4人掛)・イス・教卓・黒板・エアコン
	21ルーム	30	スクリーン・TV・DVD・長机・イス・教卓・黒板・エアコン
	22ルーム	30	TV・DVD・長机・イス・教卓・黒板・エアコン
	23・24ルーム (間仕切りあり)	各16	教卓・黒板・移動式ホワイトボード・長机・イス・TV・エアコン
	視聴覚室	60	音響設備 (ワイヤレス・ピン・CD・DVD)・プロジェクター・スクリーン・OHC・教卓・ホワイトボード・長机・イス・エアコン 他
	本館和室	11	長机・寝具セット (15)・エアコン
	ミュージックルーム (13m×12m) ※絨毯敷き	39	アップライトピアノ・音響設備 (有線マイク・CD・MD・DVD) ウクレレ・ギター・キーボード・長机・イス・エアコン 他
	30ルーム	30	スクリーン・黒板・教卓・長机・イス・エアコン
	31・35・36ルーム	各30	黒板・教卓・長机・イス・エアコン
	32・33ルーム (間仕切りあり)	各16	黒板・教卓・移動式ホワイトボード・長机・イス・エアコン 他
	34ルーム (間仕切りあり)	60	黒板・教卓・プロジェクター・スクリーン・エアコン
	多目的ルーム ※絨毯敷き	15	(本館地階北出口外) 長机・イス・エアコン 他
武道・ 伝統文化館	武道館和室	16	折りたたみ式座卓・座布団・茶道関連道具 かるた等に利用可 寝具セット (20)・エアコン
	クラフト室	36	ホワイトボード・工作用机・工作用イス・エアコン
	武道場 (29.4m×24m)	175程度	簡易折りたたみステージ・音響機器・DVD・スクリーン・プロジェクター・ジェットヒーター・アップライトピアノ・柔道用畳・ユニカールセット・簡易ネット
	スポーツ研修室	24	TV・DVD・長机・イス・移動式ホワイトボード・エアコン
自然環境館	エコスタディールーム	24	各種実験器具・顕微鏡・エアコン
	メディアルーム	8	自然環境関連書籍・化石標本・岩石標本・エアコン
	シアタールーム ※絨毯敷き	25	エアコン・長机・イス・スクリーン・プロジェクター
	調理室	20	エアコン
	その他		※50mm屈折望遠鏡・200mm反射望遠鏡・双眼鏡等

貸出物品（事務室にて）

ホワイトボード（移動式）・マーカー・イレーザー・チョーク・黒板消し・レーザーポインター・ストップウォッチ・移動式音響機器・CD デッキ・各種コネクター（Mac 用映像端子はご準備ください）・移動式プロジェクター・スクリーン・ボール各種・長縄・綱引き・ドッチビー・ラケット各種（バドミントン・卓球・テニス・フリーテニス）・けん玉・オセロ・将棋・囲碁・ミュージックパッド・DVD ソフト各種・幼児用遊び道具（肱川の魚釣りゲーム） 他

2 宿泊施設

施設名	定員	室数	内訳等（宿泊可能人数）
1 F 東宿泊棟	57	10	洋室1室（2名）洋室2室（3名）和室3室（5~6名）和洋室4室（8名）
1 F 西宿泊棟	61	10	洋室1室（2名）洋室2室（3名）和室1室（5名）和洋室6室（8名）
2 F 東宿泊棟	49	16	洋室1室（2名）洋室14室（3名）和室1室（5名）
2 F 西宿泊棟	49	16	洋室1室（2名）洋室14室（3名）和室1室（5名）
キャンプセンター	27	5	【1階】男女トイレ・応接セット 【2階】大・小浴室 洗面所 洗濯機1台 乾燥機1台 和室1室（3名） 和室2室（4名）和室1室（6名）和室1室（10名）
スタッフルーム	6	1	和室（6名）長机 冷蔵庫
インストラクタールーム	2	1	洋室（2名）応接セット 冷蔵庫 TV
本館和室	11	2	和室1室（3名）和室1室（8名）
25R	6	1	和室1室（6名）
武道館和室	16	1	和室1室（16名）
講師室※	8	8	洋室1室（1名）TV バス・トイレ付き（武道伝統文化館3F）

※ 各宿泊室にはエアコンが付いています。

※ 指導者・講師用・原則、1団体1室のみ。バス運転手・写真館の方等は、ご遠慮ください。

3 生活関連施設

施設名	内容等
森のレストラン	ホール（98席）・サービスカウンター・コピー機（コイン式）
リフレッシュルーム	24名程度（本館3階）
浴場	大浴室（20名程度）・小浴室（10名程度）・講師浴室（5名程度）
多目的浴室	個室浴室（2室）
シャワー室	武道伝統文化館2F（男女各3室）※体育館は使用を禁止します。
洗濯場（宿泊棟1階西側外）	洗濯機（男女各5台）・乾燥機（男女各5台）
トイレ	本館・武道伝統文化館・宿泊棟・体育館・自然環境館・キャンプセンター・グラウンド・第2グラウンド・カヌー研修センター
多目的トイレ	本館 B1F・武道伝統文化館1F・宿泊棟2F（2）・体育館・自然環境館（2）・カヌー研修センター

4 野外活動施設

施設名	付属設備等
野外炊飯場	第 1 炊飯場 (かまど 16) ・第 2 炊飯場 (かまど 8) ・第 3 炊飯場 (かまど 12) ・野外 (簡易かまど 8)
食事棟	テーブル 2 1 (6～8人掛け)
営火場 (第 1 営火場)	キャンプファイヤー (100 名程度) ・電源・簡易照明
第 2 グラウンド(第 2 営火場)	キャンプファイヤー (200 名程度) ・電源・簡易照明
鶉ヶ森 (ときがもり)	東屋・遊具 (まつぼっくり館横)
カヌー研修センター	カヤック約 250 艇、冷凍庫

5 スポーツ施設

施設名	付属設備等	
グラウンド (65m×100m)	サッカー 1 面・ソフトボール 2 面	
体育館	体育館ホール (37.8m×27m) 定員：250 名程度	バレーコート 2 面・バスケットコート・ソフトテニスコート・ミニバスケットボールコート 2 面・バドミントンコート 4 面・フットサルコート・簡易折りたたみステージ・ジェットヒーター 他
	卓球場	卓球台 6 台
テニスコート	オムニコート 4 面・壁打ち 1 面	
武道場 (29.4m×24m)	剣道 2 面・柔道 2 面・柔道用畳	
マウンテンバイクコース	初級コース 1.1 k m	
フライングディスクゴルフコース	9 コース (インコース 4 ・アウトコース 5)	
クライミングウォール	高さ 8 m×幅 1 0 m ・高さ 3 m×幅 1 0 m	
ゴルフ場	高麗グリーン・ネットゲージ 2 基	