

銀河の里キゴ山(こども交流棟) ご利用のみなさんへ

当施設のご利用ありがとうございます。資料を確認し、事前指導等をお願いいたします。

令和8年3月1日

確認チェック	1 準備確認表			提出書類	利用人数調べ・宿泊者名簿・健康チェックカード・食物アレルギー連絡票
	子どもの持ち物	内履き・帽子・雨具・洗面入浴具・パジャマ・活動に必要な用具・虫除けスプレー・ゴミ袋等	お支払い①	宿泊使用料とシーツ代 ※入所の時	
	子どもの服装	登山、オリエンテーリング、肝試し、水ロケットは長ズボン・長袖(肌が出ないもの)	お支払い②	食費+薪・炭代 ※宿泊中に支払う場合 食堂に支払います	※裏面確認
	つどいの準備	司会・旗係・団体紹介・あいさつ ※裏面確認	持ち物	校旗・救急セット	
	生活班	生活班(1室最大8名・原則女子は1階)	野外炊飯 持ち物	キッチンペーパー ※台ふき、皿の水気取りに使用	
	活動班	活動班(1班6〜8人が活動しやすい)			
	役割分担	掃除場所の分担 生活班の係			

活動ごとの持ち物確認表(参考に)

カレー	台ふき 1班1枚 ふきん 1人1枚 綿の軍手(滑り止めのないもの)★ 係(かまど係、調理係、食器係を決める)	イワナつかみ	サンダル(歩けるもの)(軍手) 台ふき 1班1枚 ふきん 1人1枚
まきまきパン	軍手★ 台ふき 1班1枚 ふきん 1人1枚	登山 (引率は3人以上で)	水分(多めに)・敷物・軍手・雨合羽 〔三蛇ヶ滝コースの場合〕: 沢遊び用 シューズ(かかとが固定できるもの)
きもだめし	懐中電灯(班に1つ)※館内は不要		
オリエンテーリング	時計(班に1つ)		

係の仕事(参考に)

班長(室長)	整列、人数確認、活動のまとめ役	保健	健康状態の確認・風呂の整頓
生活	シーツの集配と返却、トイレのスリッパ整頓	食事	あいさつ、片付け(床、テーブル等)

2 生活について

(1) 一日の生活時間(1泊2日宿泊の場合)

1日目 朝(入所)〜夕

9:00	入所
9:10〜9:25	出会いのつどい
9:30〜	活動
12:00〜	昼食
13:30〜	活動
17:15〜17:35	タベのつどい
18:00〜	夕食
19:00〜	活動
21:00〜	就寝準備
22:00	就寝・消灯

2日目 朝〜昼(退所)

6:30	起床 洗面 ベッドの整理等
7:00〜7:20	朝のつどい
7:20〜7:40	そうじ
7:45〜	朝食
9:00〜	部屋の荷物はすべて移動させます。 部屋点検(各部屋のカードを参考に)
9:30〜13:00	活動(野外炊飯など)
13:30〜13:40	別れのつどい
14:00	退所

(2) 食事について

○洗面所で手を洗ってから、団体ごとにまとまって入ってください。
○食堂はセルフサービス方式です。 (片付け・掃除もよろしくお願いします。)
○食堂は180名程度利用可能です。
◎献立の材料はホームページに掲載してあります。アレルギー等の 食事に関するご相談は団体様でとりまとめて、当施設にご連絡を。

(3) 掃除について

○お持ち込みのゴミは団体で持ち帰ってください。
○掃除用具は掃除場近くに 있습니다。(モップ・ほうき等)
○ゴミはホール等のゴミ箱へ。(燃えるゴミ)
○引率者で点検をお願いします。

(4) 入浴(団体ごとに決められた時間を守ってください)

○20名程度が一度に入浴可能です。
○おけ・いすの整頓をお願いします。
○入浴時間は原則21:50までとなっております。 ※引率の方はご相談ください(23時施錠)。
○ボディーソープ、シャンプーは備え付けのものが 있습니다。
○浴室では、転倒の恐れがあるので走らない。
○浴室で体をしっかり拭いてから、脱衣場へ。
○ドライヤーは女子風呂の脱衣場と1F洗面所に1つずつあります。持ち込みはブレーカーが落ちるので禁止。

(5) その他

○飲食は食堂、ホール、談話室、プレールームでお願いします。
○大型冷蔵庫は食堂奥に設置してあります。 ご使用になる場合は記名とお声かけをお願いします。
○食堂には自動販売機を設置してあります。
○食中毒の恐れがあるため、原因となるような生もの等を持ち込まないようにご協力をお願いします。
○事前の健康管理(健康観察、生理指導等)をお願いします。

3 お帰りの際の確認

食費関係	(お支払い)もしくは(請求書受取)	忘れ物②	宿泊者の(内履き、帽子)
忘れ物①	冷蔵庫(指導員室・食堂)	ゴミ	持ち込んだもの(指導員室等)

4 料金について

		金額		支払い方法
		金沢市内の 中学生以下の 団体	その他	
宿泊料		無料	30歳以下310円 31歳以上850円	入所時 事務室にて現金で、お支払い (宿泊料とシーツ代は分けていただきます)
シーツ代		370円		
食事	朝食	540円		お帰りの日 食堂にて現金で、お支払い (食堂と相談し、後日銀行振り込みも可能) ※手数料は団体負担
	昼食	540円		
	夕食	790円		
	野外炊飯の薪(1束580円)・炭(1箱3キロ720円) ※薪、炭の必要数は、メニュー、班数などにより変動しますので、 打合せ時にご確認ください。			
プラネタリウム		無料	中学生以下310円(210円) 一般 520円(410円) ※()は20名以上	事務室にて現金で、お支払い 各目的室、ホールでつどいをを行う場合は、旗塚の

多目的室、ホールでつどいを行う場合は、旗係の仕事を省略or短縮します。

5 つどい(4種類)の持ち方について

出会いのつどい約10分

司会 (キゴ山職員) 旗係(3人) 団体代表あいさつ(1名程度)

	係の動き	司会(職員)
1 はじめのことば		ただいまより出会いのつどいを始めます。
2 旗の掲揚	旗係()()()	旗の掲揚を行います。旗係さんお願いします。
3 団体代表あいさつ	代表の子が前に出てくる。()	みなさんの代表の挨拶です。代表の人をお願いします。
4 所長あいさつ		次に所の代表職員が挨拶します。
5 おわりの言葉		これで出会いのつどいを終わります。
銀河の里の決まり		生活の決まりについて

タベのつどい約20分

司会 (団体) 団体紹介 (団体1名程度)

	係の動き	司会()
1 はじめのことば		ゆうべのつどいを始めます
2 団体紹介①	複数団体が宿泊する時のみ行います。	最初に〇〇小学校さんの団体紹介です。お願いします。
3 団体紹介②	団体紹介 ()	次に〇〇小学校さんの紹介です。お願いします。
4 ベッドメイキング		次はベッドメイキングについての説明です。 銀河の里職員の方お願いします。
5 おわりの言葉		タベのつどいを終わります 引率の方の話を聞きましょう。
各団体の連絡		

朝のつどい約15分

司会 (団体) ラジオ体操係(団体 人数はお任せ)

	係の動き	司会()
1 はじめのことば		朝のつどいを始めます
2 ラジオ体操	ラジオ係()()()	ラジオ体操係の人をお願いします。 体操ができるように広がりましょう。
3 所員の話		職員の方お願いします。
4 おわりの言葉		これで朝のつどいを終わります。
各団体の連絡		

別れのつどい約10分

司会 (キゴ山職員) 旗係(3人) 団体代表あいさつ(1名程度)

	係の動き	司会(職員)
1 はじめのことば		ただいまより、別れのつどいを始めます。
2 旗の降納	旗係()()()	旗の降納を行います。旗係さんお願いします。
3 団体代表あいさつ	代表の子が前に出てくる。()	代表の方の挨拶です。代表の人をお願いします。
4 所長あいさつ		所の代表職員が挨拶します。
5 おわりの言葉		これで別れのつどいを終わります。

※ タベ・朝のつどいを複数団体合同で行うことがあります。
司会は交互に担当します。

キゴ山ふれあい研修センター
こども交流棟
TEL:076-229-1141
FAX:076-229-2511