

令和6年度

まんだらめ

一般利用の手引き



秋田市太平山自然学習センター

1 利用にあたって

1 申し込みする際に

(1) 利用できる学校・団体・家族

- ①教育活動の一環としての研修を目的とした学校(学校教育法で規定する学校)
- ②生涯学習の推進を図ることを目的とした団体・家族

なお、次の学校、団体、家族(以下団体と表現)の利用はお断りします。

- ・上の①②のいずれにも合致しない団体
- ・公的秩序に反する団体
- ・実態が不明瞭な団体
- ・きまりやマナーを守れない団体

(2) 利用上の留意事項

①生活態度

- ・公共のマナーに沿った行動をお願いします。
- ・起床、消灯時刻等、当センターの生活時間を守ってください。

②研修内容・計画

- ・太平山周辺の自然のすばらしさを実感できる活動プログラムを勧めます。
- ・ねらいが達成できるよう、それぞれの団体で研修計画を立案してください。
- ・研修する際は団体の自主的な活動を基本としています。

③食事について

- ・アレルギー等で、通常の食事で不都合がある場合は、「食事に関する連絡票」を提出してください。利用団体・家庭と当センターとの打ち合わせのもとに対応します。

④施設、用具の利用

- ・施設、用具は大切に扱ってください。
- ・使用後は清掃、整頓をしてください。

⑤禁酒、禁煙

- ・敷地内は禁酒、禁煙です。

⑥その他

- ・留意事項を遵守できない場合は、退館していただくことがあります。
- ・活動中の様子を撮影した写真やビデオを当センターのホームページやポスター、実践集録などに使用することがありますので、ご了解ください。
- ・申し込み等で知り得た個人情報については、厳重に管理します。

(3) 休館日

- 第2・4月曜日(月曜日が休日の場合は、翌日火曜日が休館日となります。)
- 年末年始(12月29日～1月3日)
- * 休館日の前日は宿泊できません。

2 利用当日までの流れ

- ・提出書類はホームページ(一般利用・利用申込手順)からダウンロードできます。
(「使用許可申請書」以外)
- ・変更はすべて書面をお願いします。(FAX可、E-mail可)
- ・市内の小・中学校の教育利用以外(2月1日以降の申込)は、すべて一般団体扱いとなります。

	宿泊利用	日帰り利用	備 考
	<p>電話で申し込んでください。 利用開始日の属する年度の前年度2月1日から利用開始日の2週間前まで申し込みできます。</p>	<p>電話で申し込んでください。 利用日の3か月前から使用当日まで申し込みできます。 ただし、食事を注文する場合は2週間前までをお願いします。</p>	<p>日程調整や活動例、講師の紹介等、相談に応じます</p>
	<p>利用日の2週間前までに事前打ち合わせします。 (センターに向いてまたは電話、FAX、E-mailで)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日程、活動プログラムについて ・食事について ・現地下見について 等 		<p>アレルギーがあり通常の食事で不都合な場合は早めに相談ください。 * 食事に関する連絡票の提出が必要です。</p>
利用日の2週間前 (必着)	<ul style="list-style-type: none"> ●活動計画書 ●食事等注文票 ●配膳配置図 ●用具貸出票 ●木材注文票 ●宿泊者名簿(当日可)等 <p>を提出してください。 (FAX・E-mail可)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●活動計画書 ●用具貸出票 <p>(●食事等注文票) (●配膳配置図) を提出してください。 (FAX・E-mail可)</p>	
	<p>必要に応じて</p> <ul style="list-style-type: none"> ●外部講師との打ち合わせ ●提出物の訂正版の再提出 		<p>活動計画書、食事等注文票、木材注文票、宿泊者名簿をもとに料金を算定し、事前に使用料試算表をお届けします。</p>
利用日の3日前	<ul style="list-style-type: none"> ●食事数変更 <p>利用日の3日前12:00(その日が休館日の場合は前日の17:00)以降のキャンセルは食事代の半額をキャンセル料としていただきます。 (当日キャンセル分は全額)</p>		
利用当日	<ul style="list-style-type: none"> ●入所時打ち合わせ(活動全般・食事関係) ●使用許可申請書記入 ●宿泊者名簿提出(宿泊使用の場合) ●支払い等 		

3 料金・支払い方法

※以下の料金はすべて税込みの金額です。

(1) 宿泊使用料金

- ① 宿泊使用できる時間は、入所日の10:00～退所日の9:00です。
- ② 宿泊使用料は**事務室へ支払い**をしてください。
- ③ 宿泊使用者が入所日の10:00以前及び退所日の9:00以降に施設を使用する場合は、(2)の日帰り使用料金がかかります。

宿泊の種類	区分		部屋・テント代	使用料	備考
宿泊室	宿泊者	一般	1人1泊につき	2,600円	全施設使用可能
		小・中学生		1,300円	
	日帰り者*	一般	(10:00～21:00)	340円	
		小・中学生		170円	
テント	宿泊者		1張1泊につき	1,800円	大屋根広場・炊事棟使用可能
	日帰り者*	一般	(10:00～21:00)	110円	
		小・中学生		50円	
	浴室		小学生以上1人1回につき	150円	

*日帰り者とは、宿泊者とともに施設を使用する人のことです。

(2) 日帰り使用料金

- ① 日帰り使用できる時間は9:00～18:00です。
- ② 日帰り使用料は**事務室へ支払い**をしてください。

施設の種類	区分	単位	使用料	備考
本館	宿泊室	4人部屋	200円	
		11人部屋	200円	
		12人部屋	200円	
		18人部屋	300円	
	研修スペース		1時間につき	1,200円
	食堂		900円	食事を注文する場合、使用料はかかりません
大屋根研修棟	大屋根広場		1,800円	
	ワークショップ		750円	
	炊事棟		450円	A棟・B棟各1棟につき

(3) 食事代・シーツクリーニング代

- ① 食事代、シーツクリーニング代は**食堂業者へ支払い**をしてください。

	区分	代金	備考
基本食	朝食	朝食お膳	650円
		昼食お膳	650円
	昼食	カレーライス	550円
		野外炊飯	550円
	夕食	夕食お膳	960円
		カレーライス	816円
	野外炊飯	816円	
シーツクリーニング代		242円	館内用、シュラフ用1人分につき

*その他のメニュー等についても相談に応じます。

4 利用の実際

(1) 標準生活時間(宿泊)

以下の時間にそって活動してください。
プログラムの都合等で時間を変更したい場合は事前にご相談ください。

食事	朝食	7:00 ~ 8:00	左記の時間内に食事をとるようにしてください。
	昼食	12:00 ~ 13:00	
	夕食	17:30 ~ 18:30	
入所		10:00 ~	入所時に、オリエンテーションがあります。
入浴		20:00 ~ 21:45	
消灯		~ 22:00	館内の電気が消えます(常夜灯、室内灯のぞく)。
起床		~ 6:30	早く目が覚めた方は静かにお願いします。
退室		~ 8:40	片付け・清掃を終え、部屋を空けます。
部屋点検		8:40 ~	各部屋の責任者と所員で最終点検をします。

※宿泊利用者は、入所時にオリエンテーション(20分程度)の時間をとるようにお願いします。

※入所日の10:00以前及び退所日の9:00以降に施設を使用する場合は、日帰り使用料金がかかります。

(2) 入浴について

- ① 浴場は男女それぞれ約30名の入浴が可能です。(シャワー各15個、脱衣棚各42カ所)
- ② ボディシャンプー、シャンプー、ドライヤーは完備しています。
- ③ 入浴時のマナーを守り、片付けや忘れ物等の確認をしてください。
- ④ 「13 けやき」「14 さつき」の部屋に宿泊の方は、備え付けのユニットバスを利用できます。
- ⑤ 早い時間の入浴を希望する場合は、事前に連絡してください。

(3) ごみの処理について

「まんたらめ」では宿泊室以外の場所にごみ箱を設置していません。出たごみを処理する場合は、分別してごみ置き場に出してください。ごみ袋の種類については問いません。

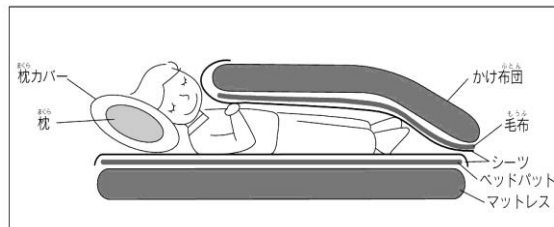
- 家庭ごみ
…半透明または透明な袋
- ペットボトル
…透明な袋(キャップをはずして)
- 缶類
…透明な袋
- 段ボール
…ひもで縛る
- 生ごみ
…半透明または透明な袋を二重に重ね屋外から生ごみ置き場へ



(4) 寝具について

ベッド（ふとん）メイキング

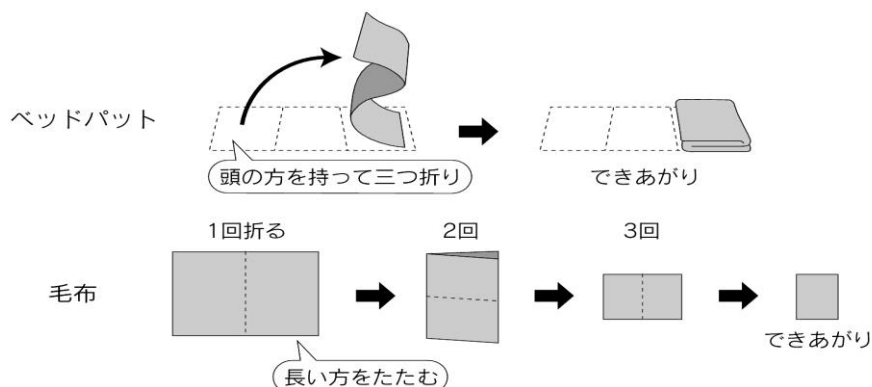
- ① シーツとまくらカバーをリネン室前から持ってくる。(シーツ1人2枚、まくらカバー1人1枚)
- ② ベッドパット(畳の場合は敷き布団)を敷く。
- ③ シーツを2枚重ねて敷く。
- ④ 毛布をかける。
- ⑤ 2枚しいたシーツの上の1枚を毛布に折り返す。
- ⑥ まくらをまくらカバーに入れる。
* シーツとシーツの間に入って寝る。



寝具の片付け方

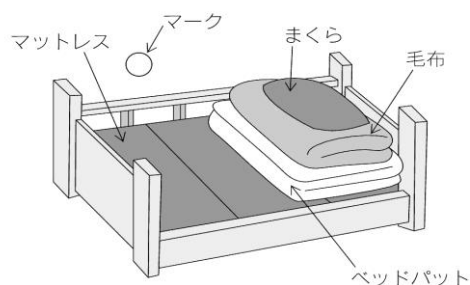
- ① シーツ、まくらカバーを丸めてそれぞれの返却袋に入れる。
- ② ベッドパットをたたむ。(三つ折り)
- ③ 毛布をたたむ。(3回折る)
- ④ ベッドパット、毛布、まくらの順に、向きをそろえて重ねる。
※畳で寝た場合は、押し入れから出したものを畳の上に整頓して置く。

たたみ方



置き方

- 寝具はカベの「○マーク」のない方(足元)に重ねる。
- 毛布は折り曲げた面を通路側に向けて置く。



次の利用者が気持ちよく利用できるようにお願いします。

(5) 清掃・退室 (~8:40)

- ① 清掃ロッカーから「ほうき」「ちりとり」を準備する。(各部屋2セットまで使えます。)
- ② 掃きそじをする。
- ③ ごみ箱のごみを、シーツ置き場の大きなごみ箱に捨てる。
- ④ ごみ箱と清掃用具をもとの場所へ返す。
- ⑤ 部屋に備え付けの「マニュアル」にしたがって部屋の点検をする。
※清掃後、責任者は部屋の点検をしてください。
- ⑥ 各部屋の責任者と所員で最終点検をする。(8:40~)

5 主な活動プログラムの実際

(1) 野外炊飯

① 炊事棟について

- 炊事棟は2棟あり、それぞれ「かまど」「流し」がついています。
- 6人がけのテーブルがそれぞれ21台設置されています。
- 雨天時は「大屋根広場」や「ワークショップ」を使用して炊飯を行うことができます。

② 野外炊飯のメニューについて

- 野菜は「カット済」「カットなし」から選べます。また、ご飯を食堂で炊いてもらうことができます。
- 食堂に材料を注文した場合は、食堂から食器類を借りることができます。(※事前に相談)

③ 食材の受け取り

- 食材は食堂で受け取ってください。(班ごとに分けてあります。)
- 食中毒防止のため、注文した食材に持参した食材を混ぜて調理することをご遠慮ください。

④ 用具の貸し出し

- 用具は炊事棟で貸し出します。(用具ごとに分けてあります。)
- 用具を受け取ったら数の確認と、カセットコンロの着火を点検してください。

⑤ ゴミの処理

- ごみ箱は炊事棟に準備されたバケツに、ごみ袋(70L以上がよい)をかぶせて使用してください。(燃えるごみは1枚、生ごみは2枚重ねで)
- ごみは分別して、本館北側にあるごみ置き場に置いてください。

クマがエサを求めて来る場合がありますので、ごみを捨てたり、埋めたりしないでください。

⑥ 用具の返却、後片付け

- 飯ごうは、中身をカラにしたら水を張り、コンロにかけて洗いやすくしてください。
- 炊事棟のものは炊事棟へ、食堂のものは食堂へ返却してください。
- 返却の際は職員が以下のことを点検します。
 - ・汚れをしっかりと落とし、水滴がなくなるまで拭いているか。(カビの発生防止)
 - ・流しや地面などにごみや残菜が落ちていないか。(カラス、クマ防止)
 - ・使った流しやテーブルは、拭かれているか。
- ※用具返却の際は、必ず職員の点検を受けてください。

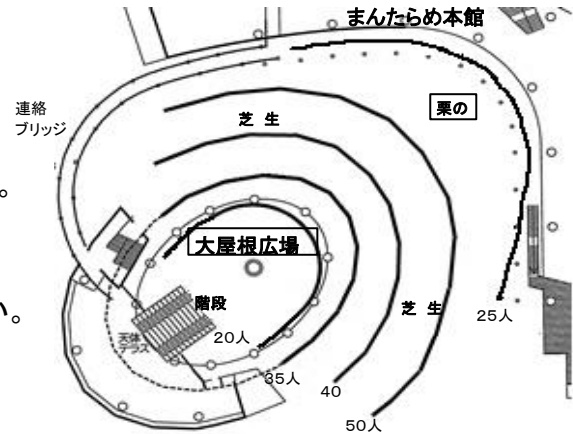
⑦ 用意するものについて

利用者が用意するもの	センターで貸し出しできるもの
●ふきん ●キッチンペーパー ●カセットボンベ ●ごみ袋(70L以上が便利) ●ハンドソープ 【必要に応じて】 ●炭 ●軍手 ●着火剤 ●食器類 ●スポンジ、たわし類 ●食器用洗剤類 ●焼き網	●調理器具(貸し出し用具参照) ●食器類(食材を注文した場合に食堂で貸し出し) ●三角コーナー ●ごみ用バケツ

(2) キャンプファイヤー

大屋根広場では、雨天時も実施できます。ただし、強風の場合は、中止または活動を制限させていただきます。

- ① 打ち合せについて
 - 準備の前に大屋根広場で行います。都合のよい時間を事前に連絡してください。
 - 会の流れ、準備、片付け、照明の点滅の仕方などについて打ち合せをします。
- ② 準備について
 - トーチ棒への灯油つけや場の設定をします。
 - 炉の中の薪の設置は職員が行います。
- ③ 運営、隊形について
 - トーチサービスは各校で隊形を工夫してください。
 - 右図を限界数と考え、安全を考慮してください。
- ④ 後片付けについて
 - 炉やトーチ棒の後片付けは翌朝に行ってください。
 - トーチ棒は翌朝に炊事棟A裏に運んでください。
 - 炉の中の燃え残りや灰を取り除いてください。
 - 大屋根広場の床を掃いてください。



⑤ 用意するものについて

利用者が用意するもの		センターで貸し出しできるもの	
●トーチ棒角材(1本) 190円	仲介可	●軍手(綿)	●放送機器(マイク、CDデッキ) ●ランタン ●消火用バケツ
●トーチ棒完成品(1本) 275円		●CD	
●薪(1カゴ) 1,500円		●着火用ライター	
●灯油(トーチ棒10本で1リットル程度)			
●衣装等団体で必要なもの			
●ランタン用電池(1台につき単1×4本)			

(3) キャンドルファイヤー

キャンドルファイヤーは研修スペースで実施します。

- ① 打ち合せについて
 - 準備の前に研修スペースで行います。都合のよい時間を事前に連絡してください。
 - 会の流れ、準備の仕方、片付けの仕方、照明の点滅の仕方などについて打ち合せをします。
- ② 準備について
 - ブルーシートを敷き、燭台や手持ち用燭台などを準備します。
- ③ 運営、隊形について
 - 全体構成は2部構成をおすすめします。(水銀灯の再点灯に時間がかかるため)
 - 研修スペースでは、120人程度で1つの大きな円をつくれます。(二重円可)
- ④ 後片付けについて
 - 使用後のろうそくはバケツに入れてください。
 - ブルーシートに付着したろうそくを取り除き、掃き掃除の後に畳んでください。
- ⑤ 用意するものについて

利用者が用意するもの		センターで貸し出しできるもの	
●手持ち用ろうそく(1.5号)	●CD	●放送機器(マイク、CDデッキ)	●燭台(大・小) ●手持ち用燭台 ●ランタン
●衣装等団体で必要なもの		●ブルーシート	
●ランタン用電池(1台につき単1×4本)		●大燭台用ろうそく	
●着火用ライター			

II 施設案内

1 施設概要

- ① 敷地面積 40,450㎡
- ② 建物全体面積 5,337㎡
(本館、大屋根研修棟、炊事棟2棟、乾燥室、物置3棟)
- ③ 宿泊定員
●本館宿泊室(17室) 188人
●キャンプ場テント(37張) 185人
- ④ その他
●回遊散策路 1周400m
●駐車場 35台

2 宿泊室について

1F

部屋	11 あじさい	12 うつぎ	13 けやき	14 さつき	15 しやくなげ	16 つつじ	17 つばき	18 ななかまど	19 ふじ
定員	11名	11名	4名	4名	11名	11名	11名	11名	18名
設備等	ベッド6台(2段ベッド) たたみ8帖		ベッド4台 バス・トイレ付 バリアフリー対応		ベッド6台(2段ベッド) たたみ8帖				たたみ 20帖

2F

部屋	21 うめ	22 かしわ	23 かえで	24 くり	25 さくら	26 すぎ	27 なら	28 まつ
定員	12名	12名	12名	12名	12名	12名	12名	12名
設備等	ベッド6台(ロフト式3段ベッド) たたみ7.5帖							

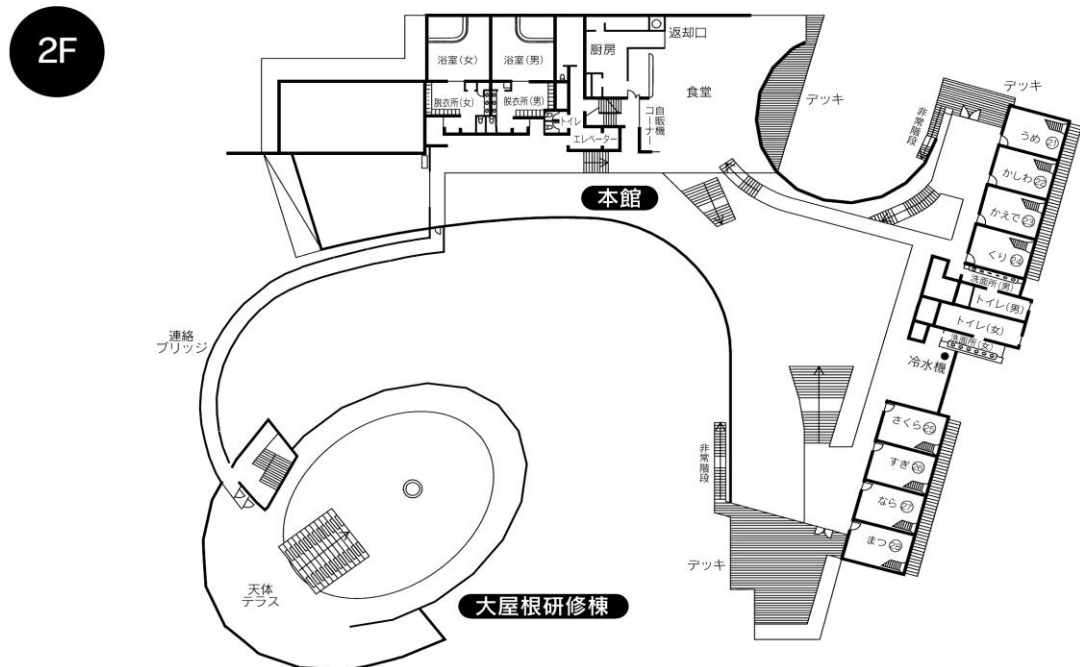
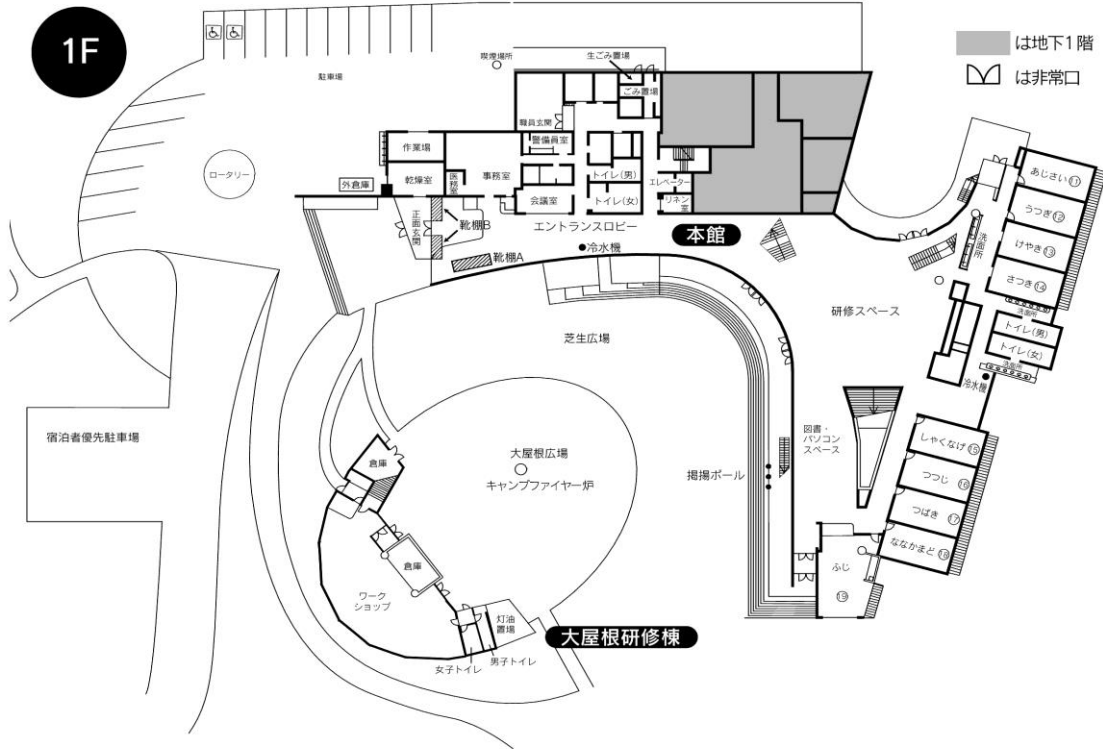
3 電話番号一覧

総合病院		
中通総合病院	833-1122	南通みその町3-15
秋田赤十字病院	829-5000	上北手猿田苗代沢222-1
秋田厚生医療センター	880-3000	飯島西袋1-1-1
市立秋田総合病院	823-4171	川元松丘町4-30
秋田大学附属病院	834-1111	広面字蓮沼44-2

周辺施設		
リゾート公園総合案内所	827-2270	テニスコート、トレーラーハウス、オートキャンプ場
森林学習館「きこりの宿」	827-2111	宿泊、温泉
クアドーム ザ・ブーン	827-2301	プール、温泉
太平山スキー場 オーバス	827-2221	
旭川ダム管理事務所	827-2040	
聖体奉仕会修道院	868-2139	マリア像見学

交通機関		
秋田中央交通	823-4411	路線バス、貸し切りバス
工藤興業(観光バス)	839-7575	貸し切りバス
秋田観光バス(秋田営業所)	881-1811	貸し切りバス
あさひタクシー	834-5555	注文専用
国際タクシー	835-5931	秋田駅東営業所

建物平面図



基本食

(未就学児用は量を少なくし100円引き)

1 食堂での食事

朝食(650円)	食 品 名
米 飯	精白米
味噌汁	木綿豆腐 わかめ 味噌 ほんだし
厚焼き卵	厚焼き卵
焼き魚	塩鮭
きんぴらごぼう	ごぼう 人参
金時豆	金時豆
サラダ	レタス
ソーセージ	ウインナーソーセージ
デザート	バナナ

昼食お膳(650円)	食 品 名
五目炒飯	精白米 グリンピース 五目炒飯の素
チキンコンソメスープ	チキンコンソメ クルトン
焼餃子	焼餃子
鶏唐揚げ	鶏唐揚げ
サラダ	レタス ポテトサラダ(マッシュポテト マヨネーズ)
デザート	フルーツゼリー(リンゴまたはブドウ)

昼食カレーライス(550円)	食 品 名
カレーライス	精白米 豚肉 たまねぎ 人参 カレールー 福神漬 バター 合挽肉 豚挽肉
ミニサラダ	レタス ポテトサラダ
デザート	フルーツゼリー(リンゴまたはブドウ)

夕食お膳(960円)	食 品 名
米 飯	精白米
味噌汁	大根 玉麩 味噌 ほんだし
ハンバーグ	ハンバーグ デミグラスソース オニオンソテー
ガロニ	フライドポテト 人参グラッセ
海老フライ	海老フライ キャノーラ油
サラダ	レタス マカロニサラダ
デザート	エクレア

夕食カレーライス(816円)	食 品 名
カレーライス	精白米 豚肉 たまねぎ 人参 カレールー 福神漬 バター 合挽肉 豚挽肉
ミニサラダ	レタス マカロニサラダ
豚ヒレカツ	豚ヒレカツ 中濃ソース キャノーラ油
デザート	エクレア

2 野外炊飯メニュー(夕食の場合、一部具材が増量されます。)

カレーセット	食 品 名
カレー材料 昼:550円 夜:816円(ジュース付)	精白米
	豚肉 たまねぎ 人参 じゃがいも カレールウ(固形) バター
	福神漬
	デザート:フルーツゼリー(リンゴまたはブドウ)

豚汁セット	食 品 名
豚汁材料 昼:550円 夜:816円(ジュース付)	精白米
	豚バラスライス 人参 ごぼう 大根 角コン 味噌 ほんだし
	デザート:フルーツゼリー(リンゴまたはブドウ)

焼きそばセット	食 品 名
焼きそば材料 昼:550円 夜:816円(ジュース無)	蒸し麺(夕食の場合、麺を25%増量します。)
	豚肉
	キャベツ 人参 モヤシ ピーマン
	焼きそばソース キャノーラ油
	紅生姜 青海苔
デザート:無し	

3 その他(主として登山・ハイキング用:10食以上から注文)

おにぎりセット(560円)	おにぎり2個(おかか、昆布佃煮) つけもの 鶏唐揚 お茶
---------------	------------------------------

特別食

1 食事・プログラム関係

種 別	料 金	備 考
ピザセット	770円	プログラム用食材提供(レシピ付)
	850円	プログラム用食材提供(レシピ付、生地発酵済)
きりたんぼ鍋セット	650円	調理済み
	540円	ごはん、プログラム用食材提供(具材、だし汁)
	570円	つぶしごはん、プログラム用食材提供(具材、だし汁)
	+10円	味噌たんぼ用味噌
うどん・そばセット	340円	粉持ち込みで、めんつゆ・具材・かきあげ注文の場合

2 補食関係

品 名	料 金	備 考
緑茶	100円	200ml 紙パック
爽健美茶	150円	500ml ペットボトル
	110円	280ml ペットボトル
アップルジュース	110円	200ml 紙パック
ぶどうジュース	110円	200ml 紙パック
アクエリアス	150円	500ml ペットボトル
パン類	140円	あんパン(1個)、マーラーカオ(2個入り)
	150円	メロンパン(1個)
バナナ	80円	1本