

名栗サマーキャンプ ～みんなで作る5日間～ 参加の手引き

令和4年8月1日(月)～5日(金)

埼玉県立名栗げんきプラザ主催「名栗サマーキャンプ～みんなで作る5日間～」にお申し込みいただき、ありがとうございます。キャンプをしながら、自分たちの「やりたい」ことを自分たちで計画し、実行してみましよう！大変なこともあるかもしれないけれど、それも一つの思い出。楽しい5日間にしましょう！

以下、参加の手引きをお読みいただき、当日までのご準備をお願いします。

1. 当日までの参加手続き

手続き期限：7月8日（金）まで

以下の①～③の手続きを上記期限までをお願いいたします。

①参加確認書の送付

「参加確認書」を名栗げんきプラザのホームページ（<http://www.naguri-genki.com>）よりダウンロードし、必要事項をご記入のうえ、郵送、FAXまたはE-Mailでご提出ください。

※参加同意書については署名・捺印の上、当日受付にてご提出ください。

※FAXの場合は送付後、確認の電話連絡をしてください。

※提出期限までに参加確認書のご提出と参加費のご入金を確認できない場合、キャンセル扱いとさせていただきます。

②参加費のお振込み

参加費 県内小学生：28,000円/人 県内中学生：28,500円/人

参加費 県外小学生：28,200円/人 県外中学生：28,700円/人

※宿泊費、食費3食（夕、朝、昼）、活動費、保険料を含みます。

下記の口座に参加費をお振込ください。

○ 郵便局で口座間送金される場合

郵便局ゆうちょ銀行（口座番号）10310-82896501

（口座名義）埼玉県立名栗げんきプラザ

○ 一般金融機関からゆうちょ銀行口座へお振込みされる場合

（金融機関）ゆうちょ銀行（店名）〇三八（ゼロサンハチ）

（店番）038（口座番号）普通 8289650

（口座名義）埼玉県立名栗げんきプラザ

※参加費の入金で発生する振込手数料は、ご負担ください。

※参加費の振り込みの際は、振り込み名義人の欄にイベント番号「15」と参加者氏名を入力してご入金ください。（例：「15 ナグリ タロウ」）

③食物アレルギーについて

食物アレルギーや食事制限のある方は、アレルギー対応申込書をご提出ください。詳しくは、本手引き内の『事業中の食事提供について』をご確認ください。

2. 集合・解散

○集合：8月1日（月）13：30 名栗げんきプラザ プレイホール（受付 13：00～）

※13：30からはじめのつどいを開始します。

○解散：8月5日（金）14：30 名栗げんきプラザ プレイホール

※電車をご利用の方は、本手引き内の『交通案内』を参照し、参加確認書の「交通手段」の欄にご記入ください。

※集合・解散の時間に遅れる場合は、あらかじめお電話でご連絡ください。

電話番号 042-979-1011（名栗げんきプラザ）

3. スケジュール（予定）

日程	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目
AM		朝食(食堂) グループチャレンジ	朝食(食堂) 選択プログラム	朝食(食堂) 選択プログラム	朝食(食堂) 片付けタイム クラフト
PM	受付 はじめのつどい 生活環境整える	昼食(食堂) 選択プログラム	昼食(食堂) 沢遊び	昼食(弁当) 選択プログラム	炊事(そうめん) ふりかえり おわりのつどい 解散
夜	炊事(カレー) 入浴 作戦会議	炊事(ホイル焼き) 入浴 作戦会議	夕食(食堂) 入浴 作戦会議	炊事(BBQ) CF 入浴	

※『選択プログラム』は、班で何をやるか話し合い、決定した内容で活動します。

※沢遊びは、横瀬川で遊ぶ予定です。水深は天候にもよりますが、約60cm程度です。

※当日の天候等の状況により、プログラムが変更になる場合があります。

4. 生活案内

○宿泊

- ・今回の主催事業では、宿泊場所はバンガロー泊となります。
- ・男女別に別れて宿泊します。

○浴室

- ・ボディソープ、シャンプーは常備しています。必要な方はお持ちください。
- ・備え付けのタオル・歯ブラシ等はありませんので、ご持参ください。

○気候

- ・当所は標高約600mの山間部に位置します。特に日没後～朝方は平地に比べ5℃前後気温が低くなるため、防寒着（ウインドブレーカーや羽織るものなど）をご用意ください。

○活動班について

- ・キャンプ中は常に、少人数（8人程度）の活動班に分かれて活動します。活動班ごとにカウンセラーと呼ばれる担当スタッフが付き、子ども達の生活のサポートを行います。
- ・初めて会った仲間との友情を育てることも、活動班に分ける大きなねらいの一つ。そのため原則として班編成に関しては、事前にこちらで決定させていただきます。

5. 保険について

万一キャンプ中に事故・ケガが発生した場合、当所で加入している保険の範囲内で対応させていただきます。

6. 名栗げんきプラザの新型コロナウイルスに関する対応について

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、主催事業の際には、以下のことを留意しながら実施いたします。参加者の皆さまにもお願いする点がございますので、ご一読ください。

○事業参加の基準

名栗げんきプラザの主催事業に参加するにあたって、下記の事項に該当する場合、原則として参加をお断りいたします。

- ・開催日の1週間以内に、参加者もしくは同居家族が発熱（37.5℃以上もしくは平熱プラス1℃以上）、咳、のどの痛み、倦怠感などの体調不良がある。
- ・開催日までに参加者もしくは同居家族が通う学校や幼稚園・保育園・職場が休校・休園・休業になっている場合。
- ・開催日までに参加者もしくは同居家族が通う学級（学年）や幼稚園・保育園のクラスが学級（学年）閉鎖になっている場合。

【事前】

- ・開催日の2週間前から体調確認（発熱、咳、倦怠感等）をお願いします（同居するご家族の方の体調にもご留意ください）。また、開催日の1週間前から、参加者は体調確認シートのご記入をお願いいたします。

【当日】

- ・当日の朝も起床時に検温をお願いいたします。
- ・受付時に体調確認シートの回収と検温を行います。
- ・活動中もマスク着用をお願いいたします。但し熱中症の危険性や登山や走るなどの活動の場合は、マスクを外して行うこともあります。
- ・送迎の方もマスク着用をお願いいたします。
- ・主に屋外での活動後・食事や調理の前には手洗い、手消毒をお願いいたします。
- ・入浴のある事業の場合には、10人程度の小グループでの利用となります。但し他団体の利用状況によって変わります。
- ・宿泊を伴う事業の場合には、朝・夕ご飯前に検温と体調確認にご協力ください。
→活動中に体調不良になられた場合、継続して参加することをお断りする場合がございます。

【事後】

- ・事業後、2週間以内に新型コロナウイルスの感染が疑われる場合には、名栗げんきプラザまでご連絡をお願いいたします。

○名栗げんきプラザとしての対策について

- ・職員も出勤前と退勤前の1日2回検温を行い、体調管理を行っております。
- ・職員も参加者の方と同様に、活動中はマスクを着用いたします。
- ・施設内や使用する備品については、消毒を徹底して行っております。

7. 交通案内

○自家用車

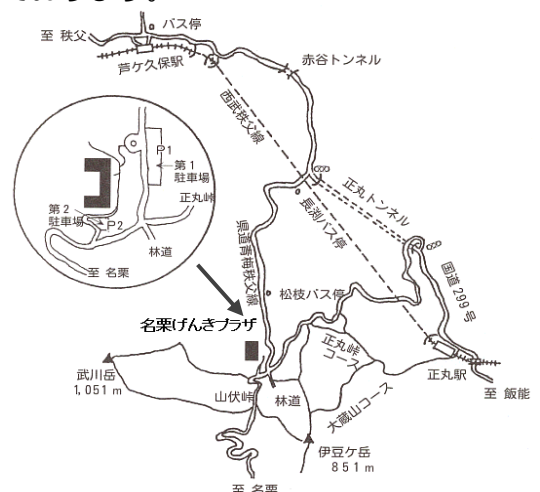
国道299号、正丸トンネル秩父側の信号を名栗・青梅方面へ曲がって約4km。

または県道53号、飯能市名栗方面から約30分。

※冬期（12月～3月頃）の朝晩は凍結が予想されます。

スタッドレスタイヤの着用をお勧めします。

実際の道路状況は、げんきプラザまでお問合せください。



○電車（西武秩父線） 芦ヶ久保駅下車
 電車をご利用の場合、駅からはタクシーでの移動となります。不明点などございましたら、名栗げんきプラザまで、お問い合わせください。

電車にて芦ヶ久保駅まで来られる方は、タクシーの利用に関して、下記をご確認の上、予めご了承ください。

●利用料金：片道タクシー1台（4人乗り）2,630円
 （芦ヶ久保駅⇄名栗げんきプラザ）

- ※乗り合いのため、利用者数によって1人あたりの料金は変動します。
- 前日までに利用者数から計算した料金をご連絡します。（10円未満は切り上げ）
- ※お支払い方法は、駅での集合解散時に、タクシー会社へ直接お支払いいただきます。
- ※当日遅刻する場合は、お電話でご連絡ください。その場合、タクシー料金は全額負担となります。

8. キャンセルについて

お申し込み後にキャンセルされる場合、下記のとおりキャンセル料が発生します。

日時	キャンセル料
1週間前（7/25）～3日前（7/29）の12時まで	参加費の10%
3日前（7/29）の12時～前日（7/31）の17時まで	参加費の50%
前日（7/31）の17時以降	参加費の100%

- ※参加費の返金で発生する振込手数料は下記の金額をご負担ください。
 （ゆうちょ銀行の場合：100円・その他の金融機関の場合：165円。
 ただし返金時に、金融機関で振込手数料が変更された場合は、それに準じます。）
- ※キャンセルされる方は、電話もしくはE-Mailでご連絡ください。ただし当日のキャンセル連絡についてはE-Mail等ではなく、必ずお電話でお願いいたします。
- ※キャンセル後、返金のある方は、当所ホームページの「キャンプ・イベントご案内」ページ内下部にあります、『返金手続き』をご確認ください。

9. 事業中の食事提供について

日程	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目
朝食		本館：食堂食 （Cメニュー）	本館：食堂食 （Aメニュー）	本館：食堂食 （Bメニュー）	本館：食堂食 （Cメニュー）
昼食		本館：食堂食 （Cメニュー）	本館：食堂食 （Aメニュー）	おにぎり弁当 （2個）	流しそうめん
夕食	野外炊事 カレー作り	野外炊事 ホイル焼き	本館：食堂食 （Aメニュー）	野外炊事 BBQ	

【アレルギー対応の一般的な流れ】

- ①食事メニューを確認し、アレルギー対応申込書をご提出ください。
- ②食堂担当者より対応確認の連絡をいたします。
- ③食堂からの回答内容の確認後、回答内容の承諾欄にご署名いただき、ご返送ください。

食事メニューの使用特定原材料及び特定原材料に準ずるものについては、下記の通りとなります。ご不明点はお気軽にお問い合わせください。また、野外炊事については、宿泊場所によって上記の様な内容を予定しています。野外炊事のアレルギー情報については、個別にお問い合わせください。

8月2日、5日：朝食

◆朝食C							
メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの					
ご飯							
味噌汁	合わせ味噌	大豆					
	かつおだし						
	なす						
	油揚げ	大豆					
さわらの照焼	さわら						
	照焼のタレ	小麦	大豆				
タコつみれ		小麦	卵	大豆	豚肉		
厚焼き玉子		卵	乳成分	小麦	大豆		
ブロッコリードレッシング和え	ブロッコリー						
	イタリアンドレッシング	大豆	りんご				
いんげん胡麻和え		小麦	乳成分	ごま	大豆		
乳酸菌飲料		乳成分					

8月2日：昼食

◆昼食C							
メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの					
すたっとうどん	うどん	小麦					
	合わせ味噌	大豆					
	だし	小麦	さば	大豆			
	きゅうり						
	ごま	ごま					
	蒸し鶏	卵	鶏肉	小麦	乳成分		
キャベツの千切り	キャベツ						
	イタリアンドレッシング	大豆	りんご				
揚げ豆腐	揚げ豆腐	小麦	さけ	大豆			
	甘酢タレ	小麦	大豆				

8月3日：朝食

◆朝食A							
メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの					
わかめご飯	ご飯						
	わかめご飯の素	ごま	大豆				
コーンスープ		乳成分	大豆	鶏肉			
ハムカツ	ハムカツ	小麦	卵	乳成分	大豆	豚肉	
	ソース	りんご					
ウインナー		豚肉	大豆	乳成分			
スクランブルエッグ	スクランブルエッグ	小麦	卵	乳成分	大豆		
	ケチャップ						
ブロッコリードレッシング和え	ブロッコリー						
	イタリアンドレッシング	大豆	りんご				
枝豆		大豆					
乳酸菌飲料		乳成分					

8月3日：昼食

◆昼食A							
メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの					
親子丼	ご飯						
	鶏肉	小麦	大豆	鶏肉			
	玉ねぎ						
	ふわとろ卵	卵	乳成分	小麦	大豆	鶏肉	
	調味液	小麦	さば	大豆			
	のり						
味噌汁	合わせ味噌	大豆					
	かつおだし						
	麩	小麦					
	ねぎ						
夏野菜サラダ	キャベツ						
	ズッキーニ						
	赤パプリカ						
	黄パプリカ						
	なす						
	シーザードレッシング	小麦	卵	乳成分	大豆	豚肉	ゼラチン

8月3日：夕食

◆夕食A							
メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの					
ご飯							
けんちん汁	合わせ味噌	大豆					
	かつおだし						
	ごま油	ごま					
	里芋						
	玉ねぎ						
	れんこん						
	ごぼう						
	人参						
	ねぎ						
麻婆なす	なす						
	豚肉	豚肉					
	マーボーソース	小麦	乳成分	牛肉	ごま	大豆	鶏肉
キャベツの千切り	キャベツ						
	サウザンドレッシング	卵	小麦	大豆	りんご		
焼売		小麦	乳成分	ごま	大豆	鶏肉	豚肉
コーンといんげんのおかかマヨ和え	コーン						
	いんげん						
	かつお節						
	マヨネーズ	卵	小麦	大豆	りんご		
	調味液	小麦	さば	大豆			
漬物	たくあん	小麦	大豆				
オレンジゼリー		オレンジ	ゼラチン	大豆			

8月4日：朝食

◆朝食B						
メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの				
ご飯						
味噌汁	合わせ味噌	大豆				
	かつおだし					
	わかめ					
	ねぎ					
さばの味噌煮		小麦	さば	大豆		
ミートボール		小麦	卵	ごま	大豆	鶏肉
オムレツ	卵	卵				
	人参					
	グリーンピース					
	調味液	卵	大豆			
	ケチャップ					
ブロッコリードレッシング和え	ブロッコリー					
	イタリアンドレッシング	大豆	りんご			
納豆		大豆	小麦	豚肉		
乳酸菌飲料		乳成分				

【野外炊事】

8月1日：夕食

カレーライス	カレールー	乳成分	小麦	鶏肉	豚肉	大豆	りんご
		牛肉	バナナ	やまいも			
	お米						
	豚肉	豚肉					
	玉ねぎ						
	人参						
	じゃがいも						
油	大豆						

8月2日：夕食

ホイル焼き	豚肉	豚肉					
	お米						
	キャベツ						
	もやし						
	しめじ						
	コーン						
	マーガリン	乳成分	大豆				
	めんつゆ	小麦	さば	大豆			

8月4日：夕食

バーベキュー (ご飯セット or 焼きそばセット)	豚肉	豚肉					
	お米 (ご飯セット)						
	玉ねぎ						
	キャベツ						
	もやし						
	なす						
	油	大豆					
	ウインナー	豚肉	大豆	乳成分	卵		
	焼き肉のタレ	小麦	大豆	りんご	ごま		
	麺・添付調味料 (焼きそばセット)	小麦	さけ	大豆	豚肉	りんご	

8月5日：昼食

流しそうめん (※かき揚げはオプションです)	ひやむぎ	小麦					
	めんつゆ	小麦	さば	大豆			
	ミニトマト						
	みかん缶						
	長ねぎ						
	七味唐辛子	ごま					
	※ かき揚げ	小麦	大豆	卵			

【お弁当】

8月4日：昼食

◆おにぎり弁当							
メニュー	使用食材	使用特定原材料及び特定原材料に準ずるもの					
鮭おにぎり		さけ					
昆布おにぎり		小麦	ごま	大豆			
おかかおにぎり		小麦	大豆				
たくあん		大豆	小麦				
鶏唐揚げ		小麦	ごま	大豆	鶏肉	注) 魚介類	
ウインナー		卵	牛肉	鶏肉	豚肉		
ブロッコリー							
※2個入りおにぎりは (鮭おにぎり・昆布おにぎり) になります。							
※3個入りおにぎりは (鮭おにぎり・昆布おにぎり・おかかおにぎり) になります。							
※おにぎりの種類変更は出来ません。							
※仕入れの都合により内容が一部変更になることがあります。							
注) 魚介類：無差別に捕獲したものをそのまま原材料に用いている等、どの種類の魚介類が入っているか把握できていない場合に表示されます。							

【その他】

・上記の他に、アイスやフルーツの提供を考えております。アレルギーをお持ちの方は、アレルギー個別対応申込書に必ずご記入ください。

10. 持ち物

- ・活動中、「自分のことは自分です」ことも目標の一つです。荷物の準備は、お子様と一緒にお願いします。
- ・持ち物には、必ず名前をお書きください。
- ・荷物は大きな荷物とデイパック（行動用）に分けてください。
- ・★印の物は、当日受付にお渡しください。
- ・漫画、携帯音楽プレーヤー、ゲーム、携帯電話等の持参はご遠慮ください。紛失等の責任は負いかねます。また、発見した場合、解散時までお預かりすることもございます。

【持ち物一覧】

	アイテム	持ち物	数量	備考
★		参加同意書	1枚	参加同意書をお読みいただき、原本に署名・捺印の上、当日ご持参ください。
		体調確認シート	1枚	事業の2週間前から体調確認を行い、1週間前から記入して、当日ご持参ください。
		常備薬	日数分	名前、服用（使用）方法、服用（使用）日時を明記し、ご持参ください。
大きな荷物 リュックやスポーツバック		上履き	1足	所内で使用します。学校でお使いの物などをお持ちください。
		着替え	泊数分 +予備	シャツ、ズボンなど日常使用している物で構いません。森の中での活動となります。虫除けや草木からの傷から肌を守るために、薄手の前開きのシャツなど、着脱可能なものがオススメです。※雨天でも屋外で活動をします。予備の着替えをご用意ください。
		野外炊事用の 長袖・長ズボン	1組	野外炊事では火を扱います。肌が露出しない、薄手の長袖シャツやジーンズなどの難燃性（綿製）のものをご用意ください。
		下着	泊数分 +予備	日常使用している物（パンツ、肌着、靴下など）。
		靴下	泊数分 +予備	日常使用している物（パンツ、肌着、靴下など）。
		沢遊び用：水靴	1足	沢遊びをするときに使います。スポーツサンダルやクロックスタイプは、ご遠慮ください。
		沢遊び用：靴下	1足	沢遊びをするときに使います（靴下がないと靴ずれを起こします）
		沢遊び用：水着	1組	学校で使っているものでも構いません。
		沢遊び用： 速乾性Tシャツ	1組	水着の上に速乾性Tシャツを着用します。スクール水着（トランクスタイプではないもの）の場合は、ポリエステル製などの速乾性生地のハーフパンツを履くと擦り傷防止になります。また、肌の露出はケガや日焼けの原因になります。タイツやラッシュガードの着用をおすすめします。
		沢遊び用：ゴーグル	1つ	沢遊び時にあると便利です。
		防寒着	1着	長袖のシャツや薄手のジャージ、ジャンパーなど。
		パジャマ	1着	Tシャツ・長ズボン。学校のジャージなどをお持ちください。
		タオル	数枚	入浴用1～2枚、汗ふき用3枚、沢用1枚程度。
		入浴セット	1つ	ボディソープ・シャンプー/リンスは備え付けのものが、ございます。個別に必要な方はお持ちください。1つの袋にまとめておくとう便利です。
		歯磨きセット	1つ	歯ブラシ、ハミガキ粉、コップ。
		ビニール袋	5枚程度	荷物整理や汚れ物入れとして。大きめのもの。
		ハンカチ・ちり紙	1組	取り出しやすい所に入れてください。
デイパック （行動用）		筆記用具	1セット	鉛筆、消しゴム程度。
		帽子	1つ	つばのあるもの。熱中症の予防にもなります。
		雨具	1着	上下が分かれているセパレートタイプで、通気性のあるものが最適です。
		軍手	1双	滑り止めのない、綿製のもの。
		レジャーシート	1枚	食事の他、活動にも使用します。
		虫除けシート・リングなど	適宜	自然の中での活動になります。肌に合うものをご用意ください。※虫除けスプレーは、周りのお友達が吸い込む可能性がありますので、ご遠慮ください。
		日焼け止め	適宜	肌に合うもの。日焼けを防止します。

	ビニール袋	2枚	汚れた物、濡れた物、使用済みの衣類等を入れます。レジ袋でも結構です。
	水筒	1つ	保温性・保冷性のあるものが最適です。
	懐中電灯	1つ	夜間の行動で非常時用に必要となります。ヘッドライト、手持ちのライトどちらでも可。予備電池をお持ちください。

11. 服装について

- 野外での活動は楽しいことばかりではなく、危険なこと（虫さされ、やけど、擦り傷、切り傷）もあります。できるだけ肌が露出しない服装（帽子、長ズボン、くるぶしが隠れる靴下、くつ）のご準備をお願いしております。ただし活動や天候、気温によっては、熱中症の危険性もありますので、軽装にすることもあります。気温にあわせて着脱できるような服装をおすすめいたします。
- 靴は履きなれたものをご用意ください。
- 野外炊事では火を扱います。肌が露出しない、薄手の長袖や長ズボンをご用意ください。
- 黒い服や、香りの強いもの（制汗スプレーなど）の使用は、ハチに刺されやすくなりますので控えてください。

12. その他

- 天候等によって持ち物や活動を変更する場合や、積雪や大雨による道路状況のお知らせなど、本手引きの内容から変更になる場合は、実施前日の17時までに当所ホームページの『新着情報』にお知らせいたします。荒天予報の場合は、当所ホームページをご確認ください。
- 事業を実施するにあたって取得した個人情報（事業運営や広報（施設のチラシ・パンフレットや埼玉県広報）・Webサイト・ブログなどに使用させていただき、目的以外の使用はいたしません。また、「個人情報の保護に関する法律」を遵守し、適切な取り扱いをいたします。写真・ビデオ等を広報に使用することにおいて、ご都合が悪い場合には「参加確認書」の【スタッフへの希望】欄に記入してください。

※ご質問やご不安な点がございましたら、042-979-1011【担当：大瀧・藤井】までご連絡ください。

スタッフ一同、皆様に会えることを楽しみにしています！

【問合せ先】埼玉県立名栗げんきプラザ 〒357-0111 飯能市上名栗 1289-2
TEL:042(979)1011 FAX:042(979)1013 メール:naguri@tokyu-com.co.jp