

# 親子で体験

## ～旬の料理に挑戦！&プラネタリウムコンサート～ 参加の手引き

令和5年3月18日(土)-3月19日(日)

埼玉県立名栗げんきプラザ主催「親子で体験～旬の料理に挑戦！&プラネタリウムコンサート～」にお申し込みいただき、ありがとうございます。春の野菜はビタミンや食物繊維が豊富なものが多く、また、新陳代謝を促進する働きがあるものもたくさんあります。そんな春野菜を使って、自然をいっぱい感じられる名栗げんきプラザで料理を堪能しましょう！また、名栗げんきプラザのプラネタリウムを使用したコンサートを開催します。名栗の星を見ながら音楽を楽しみましょう♪



ゲスト：栗林琢也さん（助演：加藤希さん）



音楽家。作曲を夏田昌和、峰村澄子、湯浅譲二各氏に師事。  
子供のためのピアノ教室や障がい者支援の場で、音を楽しむ活動を展開。  
歌手の加藤希とのユニット「カルミナ」で童謡のアレンジやオリジナル歌を作っている。

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： 2月24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

**埼玉県内にお住まいの方**

大人 5,500円 小学生 5,000円 幼児 4,500円 3歳未満 500円

**埼玉県外にお住まいの方**

大人 5,910円 小学生 5,150円 幼児 4,500円 3歳未満 500円

※宿泊費、食費3食（夕、朝、昼）、活動費、保険料を含みます。

※3歳児～参加費が発生します。（2歳児以下 500円 保険料のみ）

●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) O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「35」と参加代表者の氏名を入力してご入金ください。(例:「35 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：3月18日(土) 13:00 名栗げんきプラザ プレイホール(受付 12:30~)  
※13:00よりはじめのつどいを開始します。

○解散：3月19日(日) 16:00 名栗げんきプラザ

※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)

3月18日(土)		3月19日(日)	
12:30	受付開始	6:30	起床
13:00	はじめのつどい	7:30	朝食
14:00	探検バッグ作り	8:45	退所点検
15:00	森探検	9:30	旬の野菜でクッキング 春キャベツのロールキャベツ 春タケノコのご飯
16:30	入室		
17:30	夕食		
19:00	プラネタリウムコンサート用 楽器作り	12:00	食事
		13:00	片付け
20:00	入浴・自由時間(食堂にて軽食有)	14:00	プラネタリウムコンサート
22:00	就寝	16:00	終了・アンケート

※1日目の入浴・自由時間には、自由参加の懇親会を予定しております。

※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

○宿泊に関して

- ・今回の主催事業では、本館宿泊室で家族ごとに宿泊をします。
- ・寝具は、部屋に備え付けの布団を使います。おねしょシートも複数枚用意はあります。必要な場合は、当日、担当者にお声かけください。

○浴室

- ・ボディークリーム、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。
- ・備え付けのドライヤーはありません。ご持参いただくと使用していただけますが、各宿泊室、浴室で1台ずつのご使用となります。
- ・入浴は男女に分かれて複数家族で入っていただきます。



## ○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（ダウンジャケット・フリースなど）をご用意ください。
- ・今回のキャンプでは野外炊事を行います。防寒着は燃えにくい素材をご用意ください。

## ○野外炊事について

- ・料理の分量の関係で複数家族の合同で調理する場合があります。食事は家族ごとでとっていただきます。

## 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いたします。

## 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。

**※ただし、今後の政府の見解によっては変更になるものもございます。**

### ○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、3 日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 4 km。

または県道 53 号、飯能市名栗方面から約 30 分。

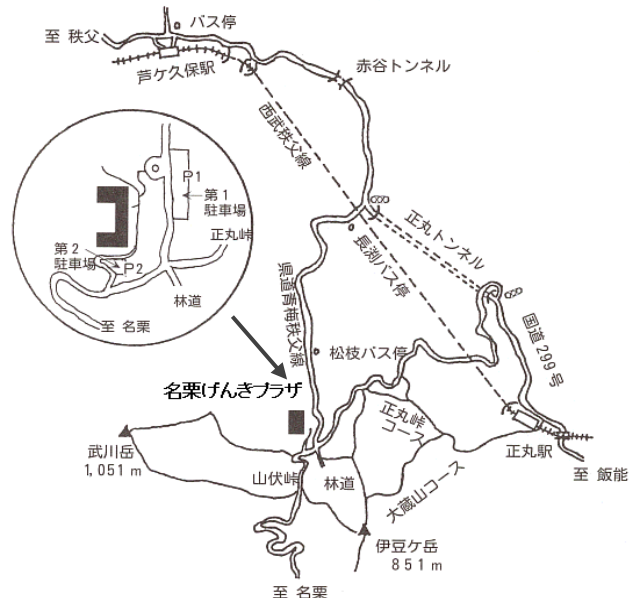
※冬期（12 月～3 月頃）の朝晩は凍結が予想されます。  
スタッドレスタイヤの着用をお勧めします。

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。参加されるご家族ごとにタクシー予約をお願いいたします。

星野タクシー 0120-454-022  
【片道タクシー1台（4人乗り）2,630円】



## 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（3/11）～3日前（3/15）の12時まで	参加費の10%
3日前（3/15）の12時～前日（3/17）の17時まで	参加費の50%
前日（3/17）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

	3月18日(土)	3月19日(日)
朝食		本館：食堂食 (Aメニュー)
昼食		野外炊事 ダッチオープン料理
夕食	本館：食堂食 (Cメニュー)	

### 【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、回答内容の許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。

3/18 (土) ◆夕食 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		
中華スープ	ねぎ	
	中華スープの素	小麦 乳成分 牛肉 ごま ゼラチン 大豆 鶏肉 豚肉
餃子		小麦 大豆 豚肉
餃子のタレ (小袋)	餃子のタレ (ラー油付)	小麦 大豆 (ごま)
キャベツの千切り	キャベツ	
	和風ドレッシング	小麦 大豆
具だくさんナムル	大豆もやし	大豆
	人参	
	ぜんまい	
	山せり	
	きくらげ	
	調味液	えび 小麦 ごま 大豆
かに玉風オムレツ	オムレツ	卵 大豆
	かにかま	えび かに 小麦 卵 大豆 豚肉
	餡	小麦 ごま 大豆 鶏肉 豚肉
漬物	たくあん	小麦 大豆
ぶどうゼリー		ゼラチン 大豆

3/19 (日) ◆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
ご飯		
味噌汁	かつおだし	
	合わせ味噌	大豆
	わかめ	
	ねぎ	
さばのレモングリル	さば	さば
	レモンオイル	
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	
ひじきの煮物		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
納豆		大豆 小麦 豚肉
乳酸菌飲料		乳成分

3/19◆昼食 野外炊事 (春キャベツのロールキャベツ・春タケノコのご飯)

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
春キャベツのロールキャベツ	春キャベツ	
	豚挽き肉	豚肉
	パン粉	
	牛乳	乳成分
	塩・コショウ	
	ハンバーグヘルパー (玉ねぎを炒めたもの)	小麦 卵 乳成分 大豆 鶏肉
	ウインナー	豚肉 大豆 乳成分
	人参・じゃがいも	

	ブロッコリー	
	コンソメ	乳成分 小麦 鶏肉 牛肉 大豆
春タケノコのご飯	ご飯	
	タケノコ水煮	
	油揚げ	大豆
	白だし	小麦 大豆
	薬味ねぎ	

## 10. 持ち物

- ・★印の物は、当日受付にお渡しください。

チェック	持ち物	備考
	★参加同意書	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	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。
	帽子	屋外での活動時に必要です。(防寒や怪我から守るため)
	着替え	宿泊日数分+予備の着替えをお持ちください。
	上履き	本館内で使用します。
	防寒着	夜間・早朝は冷え込むことがあります。ジャンパーやウィンドブレーカーなどの防寒着をご用意ください。
	軍手	アウトドアクッキングの際に使用します。 滑り止めが無く、純綿のものがおすすめです。
	雨具	上下セパレートのものがおすすです。 防寒具にもなります。
	パジャマ	備え付けのものはありません。
	タオル	備え付けのものはありません。
	歯ブラシ	備え付けのものはありません。
	水筒	水分補給用にお持ちください。
	マイカップ	飲み物等はこちらで用意いたします。
	懐中電灯	緊急避難用です。夜間の避難経路が山道になるため、ご準備ください。
	ビニール袋	レジ袋等が数枚あると生活面において便利です。
	マスク	感染症防止のためにご用意ください。(予備も含め)

※個人装備のご案内になります。

※その他、常備薬など個人で必要な物をご用意ください。

※備え付けの**ドライヤーは有りません**。必要な方はご持参ください。

## 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ススメいたします。
- ・靴は履きなれたものをご用意ください。
- ・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は事業運営や広報（施設のチラシ・パンフレットや埼玉県の広報）・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：浜田・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

