

食堂に関するご案内

福岡県立英彦山青年の家
令和7年4月1日改定

事前打ち合わせ資料

	目次
食 事	1 食事に関するご案内
	2 料金一覧表
	3 野外調理メニュー
	4 食数等変更票
施 設	5 研修室・宿舎
	6 館内案内図
	7 避難経路・屋内消火器設置平面図
	8 寝具の準備と片付け・退所点検
	9 キャンプ場利用時のお願い
つ ど い	10 朝のつどい・夕べのつどい
	11 つどい司会進行マニュアル
そ の 他 資 料	12 保険関係資料
	13 野外活動実施届
	14 英彦山神宮をご利用の方へ（お願い）
	15 冷暖房の使用
	16 ドライヤースポット
	17 貸出物品一覧

1 食堂について

《営業時間》

朝 食	7:30～ 9:00
昼 食	12:00～13:30
夕 食	17:15～18:45

2 食堂の利用について

館内食は食堂利用人数によって、半定食形式（おかずのみ盛り付け）、またはセルフサービス形式での提供となります。

3 食物アレルギー対応食について

代表者（アレルギー対応担当者）が受取時に対象研修生とともに対応内容を確認してください。
食べられるものが極端に少ない場合は、食事の持込をお願いします。

4 食事数の変更とキャンセル料について

変更やキャンセルがある場合は、下記の期日までに青年の家へFAXまたはメールをお願いします。

	期日
食事数（館内食・弁当）の増加・減少	入所初日の7日前の16時まで ※長期休み期間は、入所初日の 10日前の16時まで
野外調理の食材数の増加・減少	
食事の種類の変更	
食事の全面取り消し	
食事の新規注文	入所初日の10日前の16時まで

※長期休み期間：4/26～5/6、7/19～8/31、12/20～12/27、3/20～4/5

（1/6～1/12までの利用団体は、12/26まで）

※期日を過ぎてからの食事数の変更やキャンセルはできませんので、ご了承ください。

5 夜食について

おにぎり	（1個）	受取時間は、第一食堂にて18:45まで （食事場所は研修室等になります。）
パ ン	（1袋）	

入所初日の7日前の16時（長期休み期間は10日前の16時）までに注文をお願いします。

6 飲み物について

食事中はお冷を提供しますが、活動時等の飲料については持ち込まれるか

入所初日の7日前の16時（長期休み期間は10日前の16時）までに注文をお願いします。

※持ち込みの飲料の保管場所として、食堂の冷蔵庫は使用できません。

本館1階ロビーに共用冷蔵（冷凍）庫がございますが、大量に保管することはできませんので、ご了承ください。

料金一覧表

令和7年4月1日改定
(すべて消費税込価格)

【館内食】

	朝 食	昼 食	夕 食
大 人	500円	720円	830円
小学生	440円	660円	770円
幼 児	330円	470円	530円

※幼児料金は、6才以下の未就学児に適用します。

【弁当】

品 目		料 金	
おにぎり弁当	2個入り	420円	お茶付きはすべて +110円がかかります
	3個入り	470円	
のり弁当		500円	
チキンカツ弁当		530円	
ミックス弁当		600円	

【ごはんの追加】

青年の家で提供されるごはん(炊きあがったもの)は、1食あたり約200gです。

追加分のごはん(炊きあがったもの)は、1食あたり+200gとなります。(追加分は料金が発生します)

追加注文は、ごはんのみとなっています。

のり弁当、チキンカツ弁当、ミックス弁当の追加分のごはんは、別容器に入れて提供します。

品 目		料 金
館内食	(+200g/1食)	110円
のり弁当		
チキンカツ弁当		
ミックス弁当		
野外調理(カレーライス)		

※入所初日の7日前の16時(長期休み期間は10日前の16時)までに事前注文が必要です。

【野外調理】

品目	料金	
野外調理メニュー		
ホットドッグ(2個)	550円	
カレーライス	620円	
ピザ	690円	
焼きマシュマロ(90g:20個程度)	280円	
その他		
薪	400円	
食堂調理依頼		
調理の一部食堂依頼 (炊飯、ピザを焼く工程など)	50円	1人1食 追加料金 がかかります
調理全て食堂依頼	100円	

【飲料・氷】

品 目		料 金
500mlペットボトル	水	130円
	麦茶(ラベルレス)	130円
	アクエリアス	160円
かちわり氷(1kg)		300円

※入所初日の7日前の16時(長期休み期間は10日前の16時)までに事前注文が必要です。

※夏季限定(7/19~8月末頃)で、アイスを食堂で販売しています。(数や種類に限りがあります。)

【夜食】

品 目	料 金
おにぎり (1個)	90円
パ ン (1袋)	150円

※入所初日の7日前の16時(長期休み期間は10日前の16時)までに事前注文が必要です。

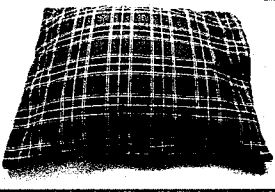
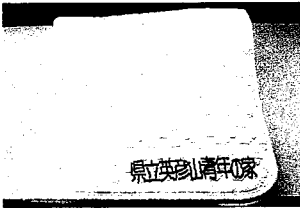
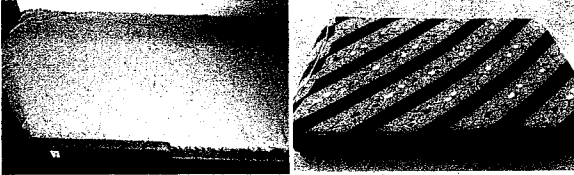
※おにぎりは大皿にて提供(つけもの付き)、お箸は取り分け用のみ付けます。

※パンの種類については、お問い合わせください。

【寝具類】

品目	料金
シーツ	300円 (※R7.6.1～:350円)
シーツ(寝袋用)	300円
寝具類を汚した場合のクリーニング代 (R7.4.1～)	
シーツ (マットレス用の青色のシーツを汚した場合/ 1枚単位で白色のシーツの交換が必要な場合)	170円
枕	1,120円
ベッドパット	1,210円
毛布	1,460円
マットレス	3,150円
敷布団	4,000円
掛け布団 / 羽毛布団	4,720円

※寝具を汚された場合は、一度水洗いをしていただき、事務室にお声がけください。
リネン庫(食堂の横)に、緑色の袋を置いてありますので、そちらに入れるようお願いいたします。
(シーツの返却カゴには入れないでください。)

《枕》	《ベッドパット》
	
《毛布》	《マットレス(中がスポンジのもの)》
	
《敷布団》	《掛け布団 / 羽毛布団》
	

野外調理メニュー

【ホットドッグ(2個)】

550円



- ・ホットドッグ用パン
- ・ウインナー
- ・スライスチーズ

【カレーライス】

620円



- ・精白米
- ・カレールー
- ・豚肉
- ・福神漬
- ・じゃがいも
- ・たまねぎ
- ・にんじん

【ピザ】

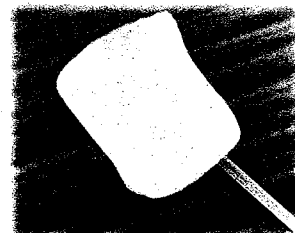
690円



- ・小麦粉(薄力粉、強力粉)
- ・ベーコン
- ・ピーマン
- ・ピザソース
- ・砂糖、塩、オリーブオイル
- ・コーン
- ・チーズ

【焼きマシュマロ(1袋)】

280円



- ・マシュマロ
- (1袋あたり90g・20個程度)

※竹串は含まれておりませんので、
団体でご準備ください。

※1人あたりの料金、材料を記載しています。(すべて消費税込み)

※野外調理は、アレルギー対応ができません。ご了承ください。

食数等変更票(FAX送信表)

※最終確定数をすべてご記入ください。(変更箇所以外も記入してください。)

送信日 月 日	送信先 福岡県立英彦山青年の家 FAX (0947) - 85 - 0103 E-mail: seinen-dantaiukeire@pref.fukuoka.lg.jp
------------	---

団体名			
担当者	TEL		
利用期間	令和 年 月 日() ~ 月 日() 【泊 日】		

◎館内食

※2泊3日以上の場合は、2枚目にご記入ください。
※運転手、カメラマン等も含めた数をご記入ください。

日付	食事数	朝食	昼食	夕食
	幼児			
	小学生			
	中学生以上			
	計			
日付	食事数	朝食	昼食	夕食
	幼児			
	小学生			
	中学生以上			
	計			
日付	食事数	朝食	昼食	夕食
	幼児			
	小学生			
	中学生以上			
	計			

◎シーツ数

【館内用】		人分
シーツ2枚、枕カバー1枚 350円		
【寝袋用】		人分
寝袋用シーツ1枚 300円		

※館内用シーツは、R7、9月末まで300円

◎飲料・水

品目	値段	個数
水(500ml)	130円	本
麦茶(500ml)	130円	本
アタエリアス(500ml)	160円	本
からわり米(1kg)	300円	つ

◎補食

品目	値段	個数
おにぎり(1個)	90円	個
パン(1個)	150円	個

◎弁当

※受取時刻は、原則朝食後(9時)または12時となっています。 ※お茶ありの場合は+110円かかります。

受取日	受取時刻	メニュー	お茶	個数	備考

◎野外炊飯

↑昼・タ いずれかに○

実施日	昼・タ	メニュー	班の数	総数(人)
	昼・タ		()人×()班 ()人×()班 ()人×()班	
	昼・タ		()人×()班 ()人×()班 ()人×()班	
	昼・タ		()人×()班 ()人×()班 ()人×()班	

※マシムロは約20人、ホットドッグは1人2個セットです。

◎その他

品目	値段	個数
薪(野外調理、キャンプ ファイヤー等で必要な 薪の総数を記入してく ださい)	400円	束

◎備考

※アレルギー対応食のキャンセルや、ごはんの追加等をされる場合は、備考欄にご記入ください。

--

・食数の変更がある場合は利用初日の7日前の16:00まで、長期休み期間(年末年始、夏休み等)の場合は10日前の16:00までにFAXまたはメールで送信してください。
※長期休み期間とは、4/26～5/6、7/19～8/31、12/20～12/27、3/20～4/5です。また、1/6～1/12の利用団体は12/26までに連絡をお願いします。
・こちらからお電話をおかけすることはありませんので、忘れずにご提出をお願い致します。ご提出がない場合は、事前打ち合わせ時に確認した人数となります。
・7日または10日を過ぎても食数の変更やキャンセルはできませんので、ご了承ください。
・アレルギー食をご希望の方がキャンセルされる場合は、備考欄にその旨をご記入いただくか、電話(0947-85-0101)に必ずご連絡ください。

研修室・宿舎

研修室	部屋名	定員
本館1階	オリエンテーションルーム(OTR)	54
本館2階	第1研修室	120
	第2研修室	54
	第3研修室	99
	第4研修室	42
	第5研修室	42
本館3階	第6研修室(隣:ミナミガベス)	フロア
	第7研修室	72
定員合計: 503名		

※各研修室机1台につき3人掛け

宿舎	部屋名	定員
本館2階	リーダー室1(洋室)	3
	2A-2～10(各8)	72
	2B-1～10(各8)	80
	リーダー室2(洋室)※	2
	わかすぎ(和室)※	18
本館3階	わかすぎ(和室)※	18
	おにすぎ(洋室)	2
	3A-1～10(各8)	80
	3B-1～10(各8)	80
	かえて・しゃくなげ(各4)	8

本館宿泊人数: 345名

多目的ホール1階	つりふね	6
	ひめしゃら	24
	ぶな	30
多目的ホール2階	うぐいす	10
	かつこう	12
	このはずく	42

多目的ホール宿泊人数: 124名

※リーダー室2は最大6名まで宿泊可能です。

※わかすぎは定員超過の場合のみ使用します。

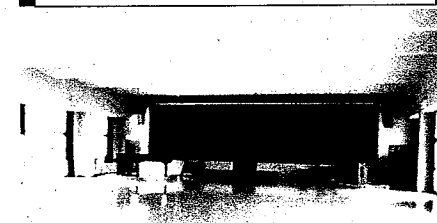
食堂	部屋名	定員
	第1食堂	152
	第2食堂	72
食堂利用人数: 224名		



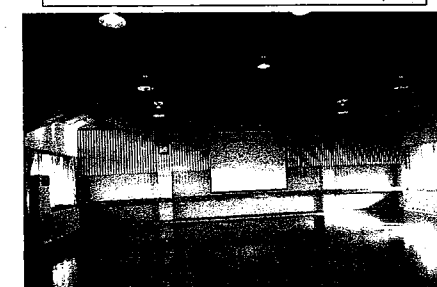
グラウンド: 東西約75m、南北約75m



体育館: 縦24.7m、横30.5m、定員400名

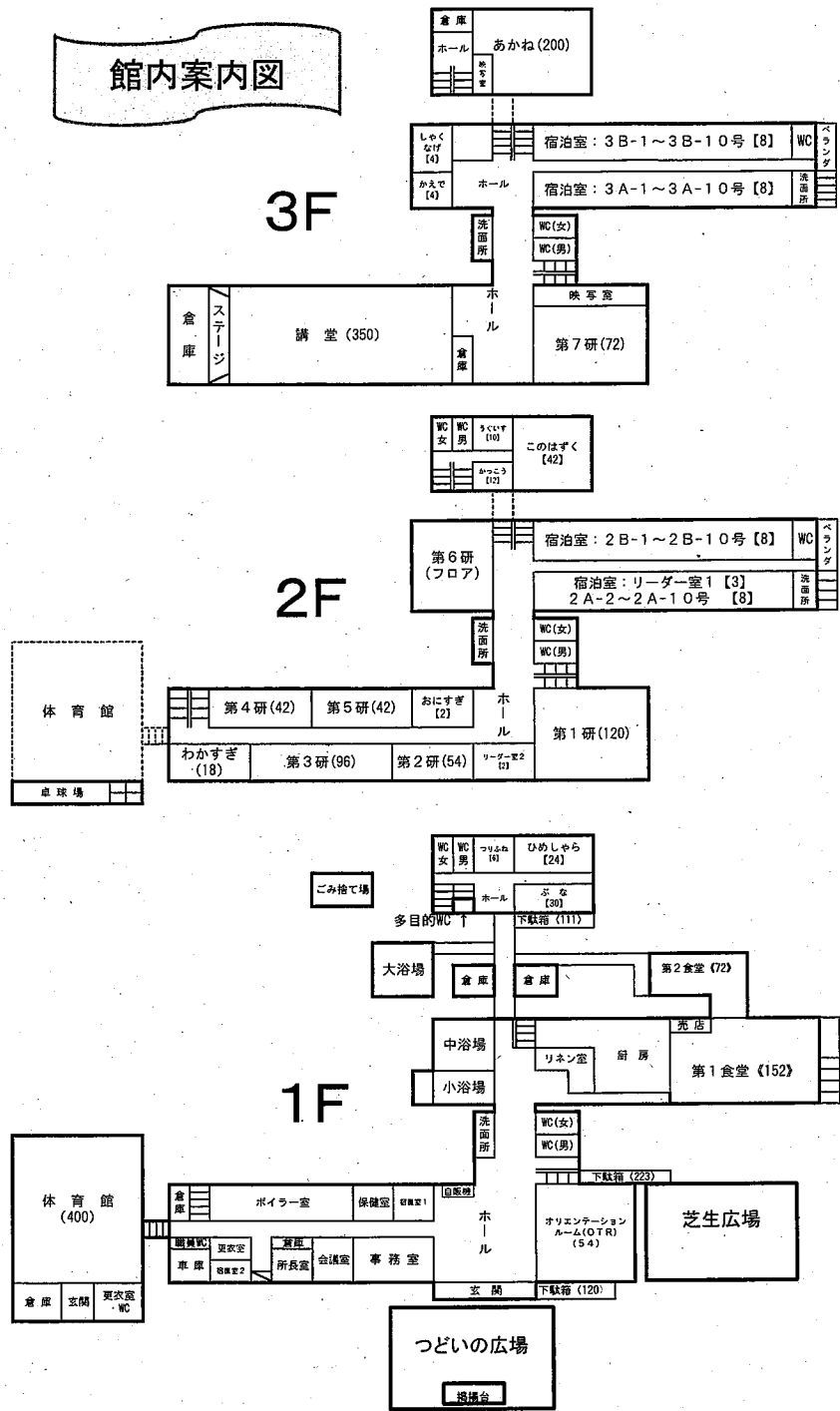


講堂: 縦26m、横14.8m、定員350名



あかね: 縦14.6m、横13m、定員200名

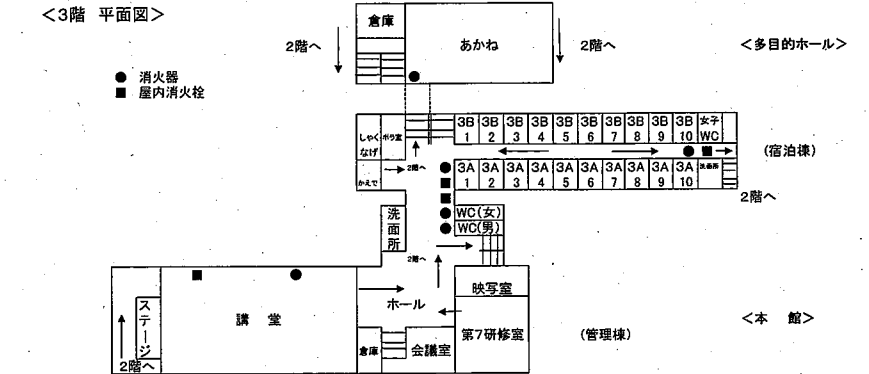
館内案内図



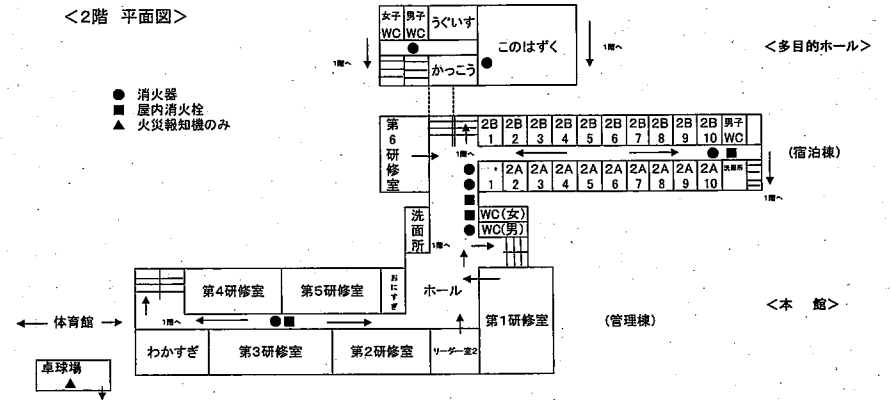
英彦山青年の家避難経路・屋内消火栓、消火器設置平面図

○第一次避難場所 つどいの広場(雨天時体育館) ○第二次避難場所 グラウンド

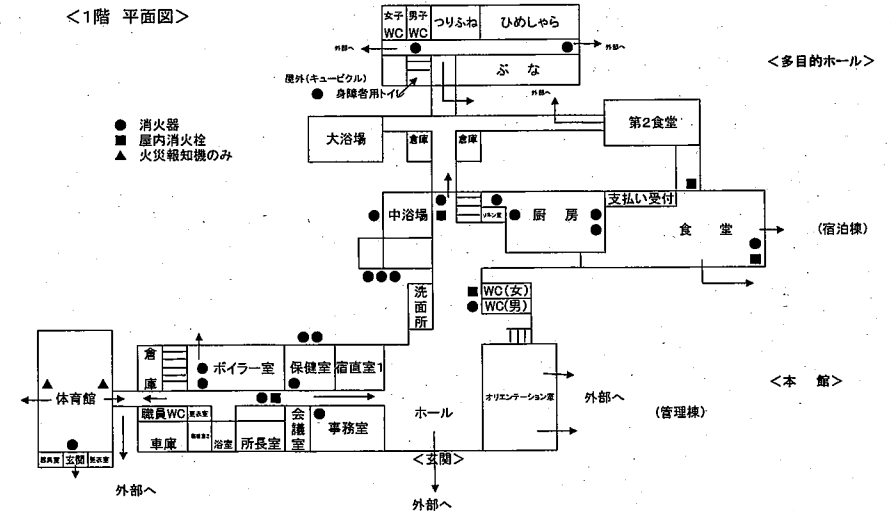
<3階 平面図>



＜2階 平面図＞



＜1階 平面図＞

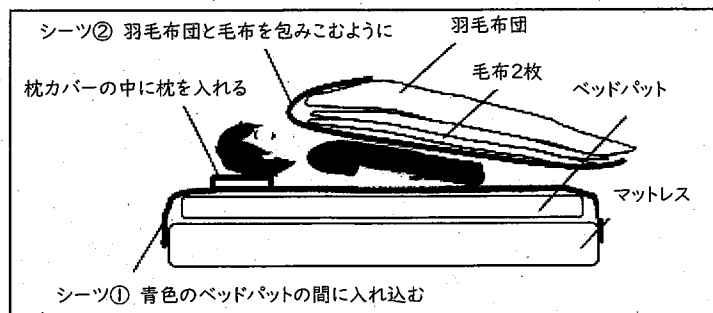


寝具の準備と片付け、退所点検について（本館用）

①寝具の準備

(1) シーツ、枕カバーをリネン庫室で受け取る。 1人：シーツ2枚、枕カバー1枚

(2) シーツ・布団の敷き方



②寝具の片付け

(1) シーツ・枕カバーを小さくたたみ、種類ごとに分けて、重ねてリネン庫室へ返します。

※たたみ方は決まっています。

(2) 羽毛布団・毛布は長い方を3回折りたたむ。



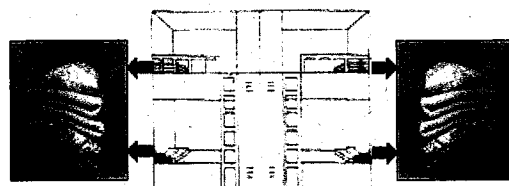
★覚え方★
なが長い方を先に折る！
＝
ナガサキ！

(3) 畳んだ寝具の重ね方

寝具は、下から、羽毛布団→毛布→枕の順に重ねます。

重ねた寝具は、外側に折り目を向け、部屋の壁側に
よせます。

図のようにきれいに重ねましょう。



～退所点検で確認するところ～

- ①寝具が正しいたたみ方で整理されているか。
- ②部屋が掃除されているか。(ごみやほこりが落ちていないか。)
- ③部屋のごみを手洗い場のごみ箱へ移しているか。
- ④ロッカー等にわずれものがないか。
- ⑤机はもとの位置にあるか。(窓の下に壁につける)
- ⑥窓に鍵がかかっているか。
- ⑦電気が消されているか。
- ⑧カーテンを開けているか。

退所点検は9:10～です。各部屋1名は残っておいてください。

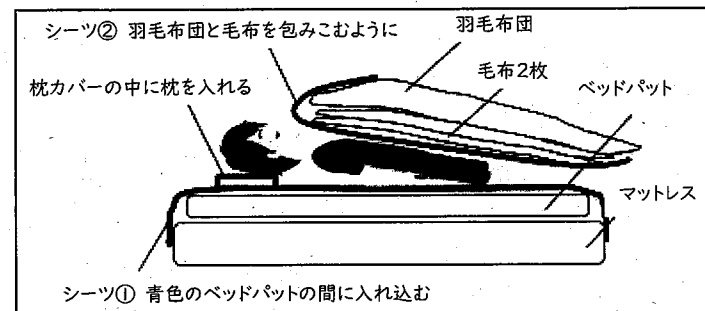
退所点検が終わったら、部屋の入口の戸は開けたままにして退室してください。

寝具の準備・片付けと退所点検について (多目的ホール用)

①寝具の準備

(1) シーツ、枕カバーをリネン庫室で受け取る。 1人：シーツ2枚、枕カバー1枚

(2) シーツ・布団の敷き方

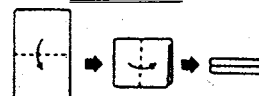


②寝具の片付け

(1) シーツ・枕カバーを小さくたたみ、種類ごとに分けて、重ねてリネン庫室へ返します。

※たたみ方は決まっています。

(2) 羽毛布団は長い方を2回折りたたむ。



毛布・ベッドパッドは長い方を3回折りたたむ。



～退所点検で確認するところ～

- ①寝具が正しいたたみ方で整理されているか。
- ②部屋が掃除されているか。(ごみやほこりが落ちていないか。)
- ③忘れ物がないか。
- ④カーテンを開け、窓を閉め、鍵がかかっているか。
- ⑤電気が消されているか。

退所点検は9:10～です。各部屋1名は残っておいてください。

退所点検が終わったら、部屋の入口の戸は開けたままにして退室してください。

★覚え方★
なが長い方を先に折る！
＝
ナガサキ！

キャンプ場利用時のお願い

入所時の確認

- ☐ 使用するバンガロー・テントサイトを確認してください。
- ☐ キャンプ場の各施設(トイレ、炊飯棟等)を確認してください。
- ☐ 寝具のシュラフと銀マットは、キャンプ場管理棟、毛布は大型バンガローで受け取ってください。
- ☐ 受け取った寝具の数を確認してください。
- ☐ 研修期間中のプログラムの確認、時間や場所の確認をしてください。
- ☐ 団体の代表者の方は、16:00から本館ミーティングスペースでの代表者会議に出席してください(入浴時間や退所点検等の確認を行います)。
- ☐ 冷蔵を必要とする食材は管理棟の冷蔵庫をご利用ください。
- ☐ コンセントはありません。

キャンプ場では

- ☐ キャンプ場に乗り入れができる車は、荷物の搬出入用のみとします。
※必ず事務室で、キャンプ場の「駐車許可証」を受け取ってください
- ☐ 火気の使用は、指定の場所(炊飯棟、営火場)でお願いします。
- ☐ 代表者は、研修者の健康確認をお願いします。
- ☐ 貴重品は団体で管理し、必要であれば本館のロッカーをご利用ください。
- ☐ 食堂で食材を注文された場合は、炊事道具をキャンプ場管理棟で貸し出します。
- ☐ 野外調理をするときは、「安全面」、「火の後始末」に注意して活動してください。
- ☐ 野外調理後の灰の始末については、青年の家職員へご連絡ください。
職員が消火の最終確認をします。
- ☐ ゴミは、燃えるゴミ、燃えないゴミ、ペットボトル、生ゴミに分別し、本館の指定場所に捨ててください(ゴミ袋は団体で用意してください)。
- ☐ 使った道具は、きちんと元の場所へ戻してください。炊事道具や食器等は、きれいに洗い、水気を拭いてから返却してください。(職員が点検をします)
- ☐ 非常の時は職員の指示に従ってください。
- ☐ 飲酒はできません。
- ☐ 野外調理、野外活動後は青年の家職員へご連絡ください。(0947-85-0101)



バンガロー・テントでは

- ☐ バンガロー内は、土足禁止です。
- ☐ バンガロー内での飲食・火気の使用はできません。
- ☐ 必ず戸締りをしてください。(風によりドアや窓が壊れることがあります)
- ☐ 他団体のバンガロー・テントには立ち入らないようにしてください。
- ☐ 他団体がいる場合は、声の大きさ等にご配慮下さい。
- ☐ 起床は6時30分、消灯は22時30分です。お互いに迷惑をかけないようにご注意ください。
- ☐ 電灯がありませんので、懐中電灯、ランタン等の準備をお願いします。
(ランタンの貸出はありますが、1つにつき単3電池3本の準備が必要です)

退所するときには

- ☐ 忘れ物がないか、確認をお願いします。
- ☐ 9時までには、退室をお願いします。
- ☐ バンガロー、炊事場の清掃をお願いします。
- ☐ シュラフと銀マットは、きれいに丸めて管理棟に返却してください。
- ☐ 毛布はきれいにたたんで大型バンガローに返却してください。
- ☐ シーツは、本館リネン庫(食堂入り口付近)に返却してください。
- ☐ 退所点検を受ける際、最低1名は、バンガローに残ってください。
- ☐ ゴミは、分別して指定の場所(本館ゴミ置き場)で捨ててください。
- ☐ 電子または紙アンケートに回答してください。
- ☐ 利用の手引きを事務室に返却してください。
- ☐ 薪代、食材費を食堂にて御精算の上、退所してください。

★キャンプ場の利用の仕方を確認して利用しましょう。

★次の方のためにきれいに使いましょう。



福岡県立英彦山青年の家

福岡県田川郡添田町大字英彦山 32-18

TEL: 0947-85-0101

FAX: 0947-85-0103

朝のつどい・タベのつどい

- 原則、全員参加です。
- つどいの広場で行います。(雨、強風、積雪などの場合は体育館または講堂)
- 並び方、団体紹介の順番は、当日の代表者会で決定します。
※事前打ち合わせで確認できている時には、事前にお伝えできる場合があります。
- つどいでは、初めて顔を合わせる団体がいる場合、各団体による団体紹介を行います。紹介の内容(活動の目的や内容、団体のよさなど)をあらかじめ考えておいてください。団体数が多く、食事の時間に影響が出る場合は、希望した団体のみ団体紹介を行います。

朝のつどい(7:15~)

- ・はじめの言葉
- ・国旗、県旗、所旗(、団体旗)の掲揚
- ・ラジオ体操第一
- ・団体紹介 ※朝のつどいから参加の団体がいた場合
- ・青年の家職員の話やレクリエーション等
- ・連絡事項
- ・おわりの言葉
- ・【終了後】団体ごとの諸連絡

タベのつどい(17:00~)

- ・はじめの言葉
- ・国旗、県旗、所旗(、団体旗)の降納
- ・団体紹介
- ・青年の家職員の話やレクリエーション等
- ・連絡事項
- ・おわりの言葉
- ・【終了後】団体ごとの諸連絡

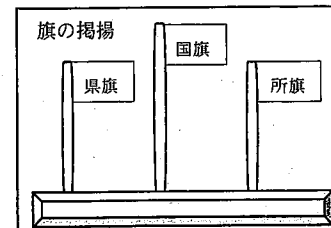


つどいの様子

「朝のつどい」司会・進行マニュアル

【朝のつどい】 7:15~

係
・司会者【青年の家職員 又は 団体代表者】
・(タベのつどいで未実施時) 団体紹介【各団体の代表】



司会の内容 ※旗担当(各旗に1~2名)は事前に練習をする

時間 (目安)	流れ	セリフ
7:15	①はじめの言葉	起立してください。()月()日()曜日、朝のつどいを始めます。 元氣よく朝のあいさつをしましょう。「おはようございます。」 (間をおいて) 私は、青年の家の() (名前)です。よろしくお願いします。
7:16	②旗の掲揚	まず、はじめに、国旗、県旗、所旗(、団体旗)の掲揚を行います。 旗担当の人は、前に出てきてください。 姿勢を正して旗に注目してください。帽子をかぶっている方は脱帽してください。 (注) 職員の合図で音楽が流れるので、旗に注目する。 音楽に合わせて旗担当の人は旗を揚げる。
7:18	③ラジオ体操	次は、ラジオ体操です。体操のできる隊形にひろがってください。 (注) 青年の家職員の合図で、ラジオ体操の音楽が流れる。 ありがとうございました。元の隊形にもどってください。 前から静かに座ってください。
	(団体紹介) ※ 朝のつどいから参加の団体がいた場合	これより各団体の紹介を行います。紹介をする団体はその場に立ち、他の団体のほうに体をむけてください。発表が終わりましたら大きな拍手をお願いします。 はじめに() (団体名)のみなさんお願いします。 …ありがとうございました。座ってください。 次に()のみなさんお願いします。 …ありがとうございました。座ってください。
7:23	④諸連絡	最後に青年の家の職員から連絡です。(食堂に行くときは、必ず手洗いと消毒をして下さい。など) ※職員がレクリエーション等を行う場合もある。
7:25	⑤おわりの言葉	以上で朝のつどいを終わります。 「起立。氣をつけ。(間)礼。」「ありがとうございました。」

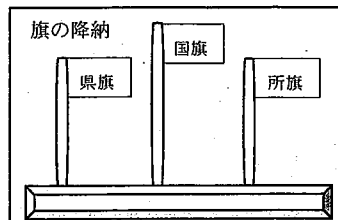
【終了後】団体ごとの諸連絡

「タベのつどい」司会・進行マニュアル

【タベのつどい】 17:00～

係

- ・司会者【青年の家職員 又は 団体代表者】
- ・（複数団体参加の場合）団体紹介【各団体の代表】



司会の内容 ※旗担当（各旗に1～2名）は事前に練習をする

時間 (目安)	流れ	セリフ
17:00	①はじめの言葉	起立してください。 ()月()日()曜日、タベのつどいを始めます。 ここ英彦山青年の家では、このタベのつどいを境にあいさつが「こんにちば」から「こんばんは」に変わります。元気にあいさつをしましょう。「こんばんは。」 (間をおいて) 私は、青年の家の() (名前)です。よろしくお願いします。
17:01	②旗の降納	まず、国旗、県旗、所旗(、団体旗)の降納を行います。 旗担当の人は、前に出てきてください。 姿勢を正して旗に注目してください。帽子をかぶっている方は脱帽してください。 (注) 青年の家職員の合図で音楽が流れるので、旗に注目する。 音楽に合わせて、旗を降ろす。地面に旗がつかないように注意する。
17:03	③団体紹介 ※複数団体の場合	これより各団体の紹介を行います。紹介をする団体はその場に立ち、他の団体のほうに体をむけてください。発表が終わりましたら大きな拍手をお願いします。 はじめに() (団体名)のみなさんをお願いします。 …ありがとうございました。座ってください。 次に()のみなさんをお願いします。 …ありがとうございました。座ってください。
17:08	④諸連絡	最後に青年の家の職員から連絡です。 ※職員がレクリエーション等を行う場合がある。
17:10	⑤おわりの言葉	以上でタベのつどいを終わります。 「起立。氣をつけ。(間)礼。」「ありがとうございました。」

保健関係資料

目次	
保健関係	健康・安全の手引き
	保健室からのお願い
	スズメバチに注意
	マダニに注意
	熱中症に気を付けよう
	ノロウイルスに注意
	豚熱ウイルスの拡大防止について(農林水産省)
	最寄りの医療機関一覧

健康・安全の手引き

英彦山青年の家 研修課

～事前の準備～

□研修生の健康状態の把握

健康面で気になる研修者には、事前に医師の判断・指導を受けさせてください。

※特別配慮することがある場合は、事前に職員へご連絡ください。

□防寒対策

平地との気温差は5～6℃あり、夏場においても朝夕は冷え込む場合があります。

□救急用品、生理用品等の持参

常用している薬のある研修者は、その薬を持参させてください。

□緊急車両の準備

救急車到着まで30分かかります。搬送経路の確認もしましょう。

□健康保険証の持参

医療機関を受診するためには保険証が必要です。

～野外活動準備～

□計画

□事前踏査の実施

～研修当日～



□非常口と避難経路の確認

□研修期間中の天候の確認（警報等の確認も行ってください）

※急な天候の変化（霧、雨）や、雷も考えられます。



～野外活動実施に向けての安全対策～

事前踏査のポイント

□コース、エリアの確認

（迷いそうな箇所等）



□時間の確認



□引率者の配置の確認



□緊急搬送経路

（駐車場の確認）



こんなところが危険

□動植物



□地理条件



□刃物・火



□計画不足（設定時間等）



服装・装備

□帽子



□長袖長ズボン（白色系の服）



※ハチ対策



□時計



□救急セット



救急セット例

□消毒薬



□絆創膏



□三角巾



□包帯



□ガーゼ



□サージカルテープ



□体温計



□ピンセット



□かゆみ止め



□ティッシュ



□ゴミ袋



□アルミシート



※防寒対策

保健室からのお願い

福岡県立英彦山青年の家 研修課

◆利用する前に・・・

宿泊を伴う研修では、過度の緊張と環境の変化により、体調を崩す研修者が多いようです。英彦山の気温は平地より約5℃低いといわれていますが、夏場になりますと直射日光が強くなり気温が高くなります。熱中症等にならないように予防をして下さい。

詳しくは別紙「熱中症に気を付けよう」をご覧ください。

また、冬場は体が冷えこみ、免疫力が低下しますので、体調を崩さないように注意して下さい。

◆研修者のけがや病気については、原則として研修団体持参の救急用品で対応をお願いします。

*保健室では、簡単な応急処置に必要な医薬品は準備していますが、医薬品による事故防止のため、内服薬は置いていませんので、団体の方で用意下さい。

◆冷蔵庫で保管する薬がある場合には、事前に青年の家職員にご連絡下さい。

◆保健室を利用する場合必ず事務室職員に声をかけ、代表者又は保健担当者が引率して下さい。

◆保健室利用する際は、「応急処置カード」に必要事項をご記入下さい。

◆病院受診が必要な場合は、事務室職員に声をかけて下さい。

また、「最寄りの医療機関一覧」も準備しています。

*病院への連絡は原則、団体の方で行って下さい。

*病院への搬送用の車輛は、団体の方で用意下さい。

*受診後お戻り次第、当所職員へご連絡下さい。

*診断結果をもとに研修団体への的確な指導・助言等や保健衛生面の見直しの参考とさせていただきますので、「医療受診結果報告書」に必要事項を記入して下さい。

◆「応急処置カード」、「医療機関受診結果報告書」は事務室及び保健室に用意しています。

◆AEDは事務室に設置しています。事前打合わせや入所の際に確認して下さい。

◆その他注意が必要なことについては、事前打合せ資料や利用の手引きに掲載していますので確認して下さい。

《注意》

天候の悪化で雷が発生することがあります。屋外での活動中に雷が発生した際は、木のそばを離れ、近くの建物内に入ってください。

逃げ込む場所がない時は、両足をそろえて前かがみの姿勢をとってください。



研修参加前には十分な
体調管理をして、楽しく有意義な
英彦山青年の家での生活を
送りましょう。



スズメバチに注意



英彦山青年の家 研修課

スズメバチに刺される一番危険な時期は、蜂の巣が最も発達し、蜂の数が増える7～10月（ピーク8月～9月）と言われています。英彦山でもスズメバチがいます。

野外での活動を行う際は、下記のことに注意してください。

「ガチガチ」という音は、
襲撃前の最後通告の合図！
すぐに離れましょう！

スズメバチから身を守る方法

○服装に注意・・・スズメバチは、黒く動くものに対して攻撃する習性があります。

→白色系の服装（長袖・長ズボン）で必ず帽子をかぶりましょう！！

○香りに注意・・・香水・整髪料などのなかには、スズメバチを興奮させるものがあります。

→香水・整髪料はひかえましょう！！

○ハチを刺激しない・・・手で払わずに、速やかにその場を離れてください。

→ハチに遭遇したら、騒がず体勢を低くしたまま、後ろにゆっくり下がりを！！

スズメバチに刺されたら

スズメバチに刺されると命に関わる強いショック症状をおこす可能性があります！

速やかにその場を離れ、早急に下記の処置をおこなってください。

- ① 針が残っていればすぐに抜く。
- ② 刺傷部のまわりを水で洗い流す。
- ③ 濡れタオル、氷などで冷却し、安静にする。
- ④ 刺傷部の軽い腫れや赤み程度であれば、処置後、団体で病院へ連れて行く。

ハチの毒は水に溶けるので、刺された部分を
指で強くつまむか、ポイズンリムーバーで毒
を絞りだしながら水で洗い流してください。
口で吸い出さないように注意！

次の症状が見られたら、すぐに救急車を要請してください！

《アナフィラキシーショック》

- 意識障害
- 呼吸困難
- 血圧低下（脈が弱い）

※命の危険があります！



要注意のアナフィラキシー症状・・・ショック状態へ移行する可能性があります。

（じんましん）
蕁麻疹・浮腫（おくみ）・嘔吐・下痢・腹痛・めまい・脱力感・しびれ・冷や汗

※過去にスズメバチに刺されたことがある人、アレルギー体質の人は、1時間以内（早ければ10分以内）に上記の症状が出現することが多いです。

※このような症状が見られた場合、自力歩行させずに早急に医療機関へ搬送してください。

ハチに刺されたときは、青年の家職員に至急お知らせください。

マダニに注意

英彦山青年の家 研修課

平成25年より、マダニを感染源とする感染症「重症熱性血小板減少症候群」の患者が日本国内において報告されており、死亡例も出ています。平成27年5月に福岡県でも初めての感染者が報告されています。すべてのマダニがウイルスを保有しているわけではありませんが、この英彦山においてもマダニは生息していますので、登山や散策等の野外活動を行う際には、特にご注意ください。

マダニの特徴

大きさ 3ミリ～4ミリ
吸血後 10ミリ～15ミリ

活動が盛んなのは
春～秋(3～11月)

かまれても痛みやかゆみを感じず、気づかないことが多い



野生動物のいる森林や草地などに多く生息

【重症熱性血小板減少症候群(SFTS)】

潜伏期間は6日～2週間。症状は原因不明の発熱(38度以上)、腹痛、嘔吐、下痢、食欲の低下などがあります。重症化すると、頭痛、筋肉痛、けいれん、せき、下血などが起こることもあります。

今のところ、有効なワクチンや治療薬はなく、対症療法が中心です。せきやくしやみからの飛まつ感染、空気感染はない。

英彦山で野外活動研修を行ったあと、6日～2週間で発熱等の症状があらわれた場合、医療機関で英彦山での研修を行ったことをお伝えください。

【感染しないためには】

- 野外活動の際には、長袖・長ズボンなどを着用し、肌を隠す。
- 帰着後は、肌や衣服にマダニがいないか確認する。



【かまれたときは・・・】

一度かみつくと強くくっつき、数日にわたって吸血するので、無理に取らずにそのまま皮膚科を受診してください。無理に引き抜くと、マダニの一部が体内に残って化膿する場合があります。



熱中症に気を付けよう

英彦山青年の家 研修課

運動をすると体に多くの熱が発生します。汗は体の熱を出し、体温を調節しています。暑いと多くの汗をかくため、失った水分と塩分を補給しないと体温は上がったままになります。この状態を放置しておくとならば、脳や心臓など重要な部分に障害をきたし命にかかわることがあります。

まずは予防！

1 こんなときは要注意！！

気温が高い日、湿度が高い日、急に暑くなった日、風がない日など
体育館には温湿度計を設置しています。活動前には必ず確認しましょう。

熱中症予防運動指針		
現在の危険度	WBGT 値 (℃)	行動指針
	31以上	運動は原則中止
注意	28～31	激しい運動は中止
警戒	25～28	積極的に休憩
注意	21～25	積極的に水分補給
	21未満	適宜水分補給

2 健康チェックをしっかりと！！

暑さへの耐性は個人差があり、肥満傾向の人、体力の低い人、暑さになれていない人、体調不良の人などは暑さへの耐性が弱い傾向にあります。1日の始まりには、必ず健康チェックを行いましょう。

疲労・発熱、下痢等の症状がある場合は、無理に運動をしないようにしましょう！

3 こまめな水分補給と休憩をとろう！！ 休憩は30分おきに！！

気温が高いと熱中症の危険が高まります。日陰など涼しい場所で休憩し体温を下げながら、活動しましょう。湿度・気温が高い場合、体育館などの室内においても熱中症になる可能性があるため、注意が必要です。

汗には、塩分も含まれているので、0.2%程度の食塩水を補給します。

市販のスポーツドリンク(多くは塩分濃度0.1～0.2%)・経口補水液等の準備をしておきましょう。



4 直射日光は帽子で避ける！！

暑いときは、軽装にして、素材も吸湿性や通気性のよいものを選びます。
屋外での活動では、必ず帽子を着用し、直射日光をさえぎりましょう。

熱中症が起ったら
涼しい場所に運び、
衣服を緩めて
寝かせましょう！

対処法

	熱けいれん	熱疲労	熱射病(重度)
症状	・顔が赤い ・手足のしびれ ・手足がつる(こむら返り) ・筋肉痛、筋肉の硬直	・顔面蒼白 ・全身倦怠感 ・脱力感 ・吐き気 ・頻脈 ・頭痛 ・めまい ・嘔吐	・意識障害あり ・手足の運動失調(足がもつれる、転倒、突然座り込むなど) ・言動が不自然 ・高体温 ・けいれん
対処	①生理食塩水の補給(0.9%食塩水) ②涼しい場所で安静にする。	①0.2%食塩水か、スポーツドリンクで塩分と水分の補給 ②足を高くし寝かせる ③手足を末端から中心に向かってマッサージ	①すぐに救急車の要請 ②積極的に身体を冷やす(水をかける、濡れタオルを当てあおぐ等) ③頸部・脇の下・足のつけ根などを氷で冷やす(体温を計りながら)

※回復した場合も、容態が急変することがあるので、運動は中止し、経過を観察しましょう！！

ノロウイルスに注意

英彦山青年の家 研修課

ノロウイルスは、乳幼児から高齢者まで幅広い年齢層で急性胃腸炎を引き起こし、特に冬季に流行します。感染力が非常に高く、少量のウイルスでも感染・発症するので、下記のことに気をつけて下さい。

ノロウイルスにかかったら？

体内にウイルスが入り、24～48時間以内に発症します。
主な症状は、下痢、吐き気、おう吐、腹痛、発熱です。



症状回復後も、
感染してから1週間程度は、ウイルスがふん便中に排出され続けます。

どうやって感染するの？

感染経路の一つとして、ノロウイルスを含むふん便やおう吐物を処理した後やノロウイルスがついた物を他の人が触れることで手についたウイルスが口から取り込まれ感染する場合があります。

ノロウイルスはこんなところにも・・・

手すり、水道の蛇口、ドアノブ、机、いす、引き出しの取っ手、ベッド周りなど、ノロウイルスはいろいろなところに付着します。また、とても軽いため、空中に浮遊することもあります。

感染を予防するには？

①正しい手洗い

ノロウイルスによる感染症は多くの場合、ウイルスに触れた人の手を介して感染が拡大します。感染の有無に関わらず手洗いを徹底させることが感染予防の基本です！

用便後、排泄物の処理の後、食事や野外調理の前には必ず手を洗うようにしましょう。



《手洗いのポイント》

◎石けんを使いましょう！

「10秒間のもみ洗いと15秒間の流水でのすすぎ」を2回繰り返すことで、ウイルスを約0.0001%まで減らすことができます。

◎正しい手洗いをしましょう！

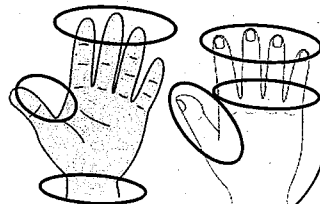
各手洗い場に正しい手洗いの方法を掲示しています。参考にしながら、きちんと手を洗いましょう。

◎こまめに手洗いをしましょう！

・トイレの後 ・食事の前 ・調理の前 ・嘔吐物処理をした後 など

◎汚れが残しやすいところ(★)を意識しながら洗いましょう！

★指先や指の間 ★手首 ★指の間 ★手のしわ ★親指のまわり



②正しい排泄物・おう吐物の処理

ノロウイルスに感染した人のふん便やおう吐物には、ノロウイルスが大量に含まれています。

ふん便やおう吐物の処理は、処理をする人自身への感染と、施設内への汚染防止を防ぐため適切な方法で迅速、確実に行う必要があります。

《おう吐したときは・・・》

青年の家職員に報告し、引率者の方が処理してください。消毒薬の準備等もありますのでおう吐した際はすぐに事務室にご連絡下さい。

おう吐した方は、他の研修生と離れて更衣等行うようにお願いします。

☆食堂でおう吐した場合

青年の家職員に連絡し、引率者が処理してください。食器は返却口には入れず、消毒をしておう吐物と一緒に廃棄するようお願いします。

☆トイレでおう吐した場合

流した後、青年の家職員に連絡し引率者が処理してください。

処理が終わるまで他の研修生が使用しないように「使用禁止」にします。

☆入浴

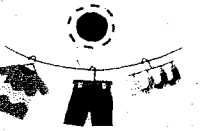
引率者の方は入浴前に十分洗うよう指導をお願いします。下痢やおう吐など症状がある場合は入浴を控えるか最後に入浴する等の配慮が必要です。

☆おう吐した寝具類の洗濯

おう吐物や排泄物がついた寝具や洋服は85℃以上の熱湯に

1分以上つけて消毒し、他の洗濯物とわけて洗濯します。

(消毒する際もレインコートかエプロン、マスク、手袋を着用してください)



《消毒液の作り方》※効果がなくなるので作り置きはしないでください。

☆ふん便やおう吐物が付着した床、衣類、トイレなどの消毒する場合

→濃度が 0.1% (1000ppm) の消毒液をつくります。

500mlのペットボトルに、ペットボトルのキャップ

2杯分のキッチンハイター (次亜塩素酸ナトリウム液)

をいれ、全体が500mlとなるように水を入れます。



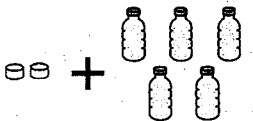
☆手すり、ドアノブ、水道の蛇口等直接手で触れる場所を消毒する場合

→濃度が 0.02% (200ppm) の消毒液をつくります。

2.5Lのペットボトルにペットボトルのキャップ

2杯分のキッチンハイター (次亜塩素酸ナトリウム液)

をいれ全体が2.5Lとなるように水を入れます。





野生いのししの間で豚熱という病気が広がっています。
人間に感染することはありませんが、
豚に感染して養豚業に大きな被害を与えます。
ウイルスを山林から持ち帰らないよう、ご協力をお願いします。

買ガール
イラスト：緑山のぼりる
Nobuhito Medoriyama

1
ウイルスは土にも含まれます。靴の泥は山で落としましょう。

2
いのししを誘引しないよう飲食物は捨てずに持ち帰りましょう。

3
家畜がいる施設に近寄らないようにしましょう。

4
いのししの死体を見つけたら管轄の自治体に連絡して下さい。

豚熱ウイルスの拡散防止にご協力をお願いします。

山林に立ち入る皆さまへ

最寄りの医療機関一覧

令和7年4月1日

病院名	診療科目 診療時間	住所 電話番号(0947)	車で 所要時間	害虫治療 ※スズメバチ・ムカデ についてはアナフィラキシーの注意	保険証
◆総合病院					
①田川市立病院	全 科 *受付時間 (月～金) 8:30 ～ 11:00 小児科(月～金) 18:00 ～ 21:30	田川市大字瑞 1700-2 44-2100	55分	まむし(血清)	原本のみ
②社会保険 田川病院	全 科 *受付時間 (月～土) 8:30 ～ 11:00 ※診療科により休診日等があるため、HP または電話で事前に確認	田川市上本町 10-18 44-0460	50分	まむし(血清) スズメバチ ムカデ	原本のみ
◆個人病院					
③柳瀬外科医院	外科・皮膚科・泌尿器科・ 肛門科 (月～金) 9:00 ～ 17:30 (土) 9:00 ～ 12:30	田川郡添田町添田 1409 82-0279	30分	まむし(血清) スズメバチ ムカデ マダニ	コピー可 (後日原本提出)
④宮城内科 胃腸科医院	内科・外科・消化器内科 (月・火・水・金) 9:00 ～ 18:00 (木・土) 9:00 ～ 12:30	田川郡添田町添田 1012-1 82-0008	30分	まむし(血清) スズメバチ	コピー可 (後日原本提出)
⑤川口医院	内科・循環器科 (月～金) 9:00 ～ 17:30 (土) 9:00 ～ 12:30	田川郡添田町添田 2093-3 82-0322	30分	×	コピー可 (後日原本提出)
⑥川崎町立病院	内科・外科・眼科・放射線科・ リハビリテーション科 (月～金) 9:00 ～ 17:00 (土) 9:00 ～ 12:30 ※診療科により休診日等があるため、電話で事前に確認	田川郡川崎町川崎 2430-1 73-2171	40分	×	コピー可 (後日原本提出)
⑦松本病院	内科・外科・整形外科・形成外科・ 脳神経外科・眼科 (月～金) 9:00 ～ 17:00 (土) 9:00 ～ 12:00 ※急患は、時間外でも診察可	田川郡川崎町川崎 1681-1 73-2138	40分	スズメバチ ムカデ	コピー可 (後日原本提出)
◆救急診療施設					
⑧田川地区 急患センター	内科・小児科(土・日・祝日のみ) 外科(日・祝日の昼の部のみ) (月～金) 19:00 ～ 20:30 (土) 18:00 ～ 22:30 (日・祝日) (昼の部) 9:00 ～ 11:30 13:00 ～ 16:30 (夜の部) 18:00 ～ 22:30	田川市大字伊田 2735-11 45-7199	55分	×	コピー可 (後日原本提出)
⑨飯塚病院 救命救急センター	内科・外科 (必要に応じ専門医に問い合わせ) (月～金) 16:30 ～ 22:30 (土・日・祝、当院休診日) 8:30 ～ 22:30	飯塚市芳雄町 3-83 (0948) 22-3800	70分	まむし(血清) マダニ スズメバチ ムカデ	原本のみ

※ 救急車要請・・・119

※ 受診可能医療機関案内(24時間)・・・救急医療情報センター #7119 又は 092-471-0099

※ 田川地区消防署 添田分署 0947-82-0500 田川地区消防署 0947-44-0650

詳しくは病院にお問い合わせください。



中央畜産会

農水省HP

<https://www.maff.go.jp/in/i/svounan/douei/cst/consumer.html>



野外活動実施届

福岡県立英彦山青年の家所長 殿

研修団体名

代表者名

野外活動に関する研修を、私の責任において下記の通り実施しますのでお届けいたします。
記

1 引率責任者			連絡先	-	-
2 日時(予定)	出 発	令和 年 月 日 ()	時 分		
	帰 着			時 分	
3 活動名 または内容					
4 コース または行先	(大まかな予定で構いません)				
5 荷物の 置き場所	(団体で責任をもって管理してください)				
6 参加人数	研修生 名	引率 名	合計 名		
7 本部			本部担当者 (連絡先)	(- -)	
8 残留者数	名 (うち指導者 名)	残留者研修内容			

※「野外活動実施届」は、活動開始前に事務室までに提出してください。
※内容が変更になった場合はお知らせください。
※帰着時には①報告欄の記入と、②事務室への報告をお願いします。

残留者の活動の準備をお願いします。

報告欄

出発時刻	時 分	帰着時刻	時 分
危険箇所 怪我等			
気づいたこと 感想等			

野外活動実施届(記入例)

○敷地外...提出が必要

(例)・登山

・散策

・フィールドビンゴ・フォトラリー等

×敷地内...提出の必要はない

(例)・野外調理

研修団体名

英彦山高等学校

代表者名

福岡彦太郎

野外活動に関する研修を、私の責任において下記の通り実施しますのでお届けいたします。
記

1 引率責任者	田川 花子		連絡先	090-0000-XXXX
2 日時(予定)	出 発	令和 年 4月 30日 (水)	9時 30分	
	帰 着			14時 00分
3 活動名 または内容	北岳登山			
4 コース または行先	(大まかな予定で構いません) 青年の家→高住神社→北岳→高住神社→青年の家			
5 荷物の 置き場所	オリエンテーション室 (団体で責任をもって管理してください)			
6 参加人数	研修生 200 名 (児童・生徒など)	引率 10 名	合計 210 名	
7 本部	オリエンテーション室	本部担当者 (連絡先)	添田 次郎 (080-XXXX-0000)	
8 残留者数	3名 (うち指導者 1名)	残留者研修内容	工作(自主)・学習 等	

※「野外活動実施届」は、活動開始前に事務室までに提出してください。
※内容が変更になった場合はお知らせください。
※帰着時には①報告欄の記入と、②事務室への報告をお願いします。

残留者の活動の準備をお願いします。

報告欄

出発時刻	10時 15分	帰着時刻	16時 00分
危険箇所 怪我等	望雲台を過ぎたあたりで、土砂崩れのような箇所が見られた。 下山の途中で2名足を捻挫した。 など		
気づいたこと 感想等	全員で登頂できてよかった。 生徒の励まし合う姿をたくさん見ることができた。 など		

英彦山神宮をご利用の方へ（お願い）

① 神宮への連絡

必ず、利用される前日までに英彦山神宮へご挨拶・ご連絡をお願いします。

〈TEL〉 0947-85-0001

② 利用マナー

他の参拝客等の妨げ・迷惑にならないように配慮をお願いします。

〈主な注意点〉

- ・境内を、長時間の待機場所にしない
 - ・手水（ちょうず）で遊ばない
 - ・笛や拡声器などで、大きな音や声を出さない
 - ・ゴミを捨てない
 - ・走らない
- など

③ その他 気になることがあれば、英彦山神宮に直接お尋ねください。

冷暖房の使用

1. 冷房について（実施…7月～9月）

室 名	運転時間	備 考
研修室	利用時間に合わせて運転 ～21:00まで	外気温が28℃以上の場合
講 堂	利用時間に合わせて運転 ～21:00まで	外気温が28℃以上の場合
宿泊室	原則 21:00～24:00	外気温が28℃以上の場合

2. 暖房について（実施…11月～3月）

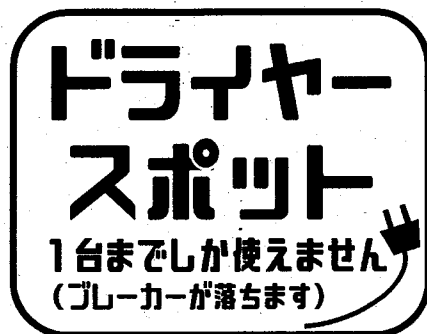
室 名	運転時間	備 考
研修室	利用時間に合わせて運転 ～21:00まで	外気温が10℃以下の場合
講 堂	利用時間に合わせて運転 ～21:00まで	外気温が10℃以下の場合
宿泊室	利用時間に合わせて運転 ～朝6時まで	外気温が10℃以下の場合

3. その他

- ・ 冷暖房をご希望の方は、事務室までご相談下さい。（一括管理のため）
- ・ 研修室（講堂を含む）と宿泊室の冷暖房は、同時に使用できません。
- ・ 電力に限りがあるため、全てのご希望に添えない場合もあります。
- ・ 室温等の状況次第では、運転時間を延ばすこともあります。

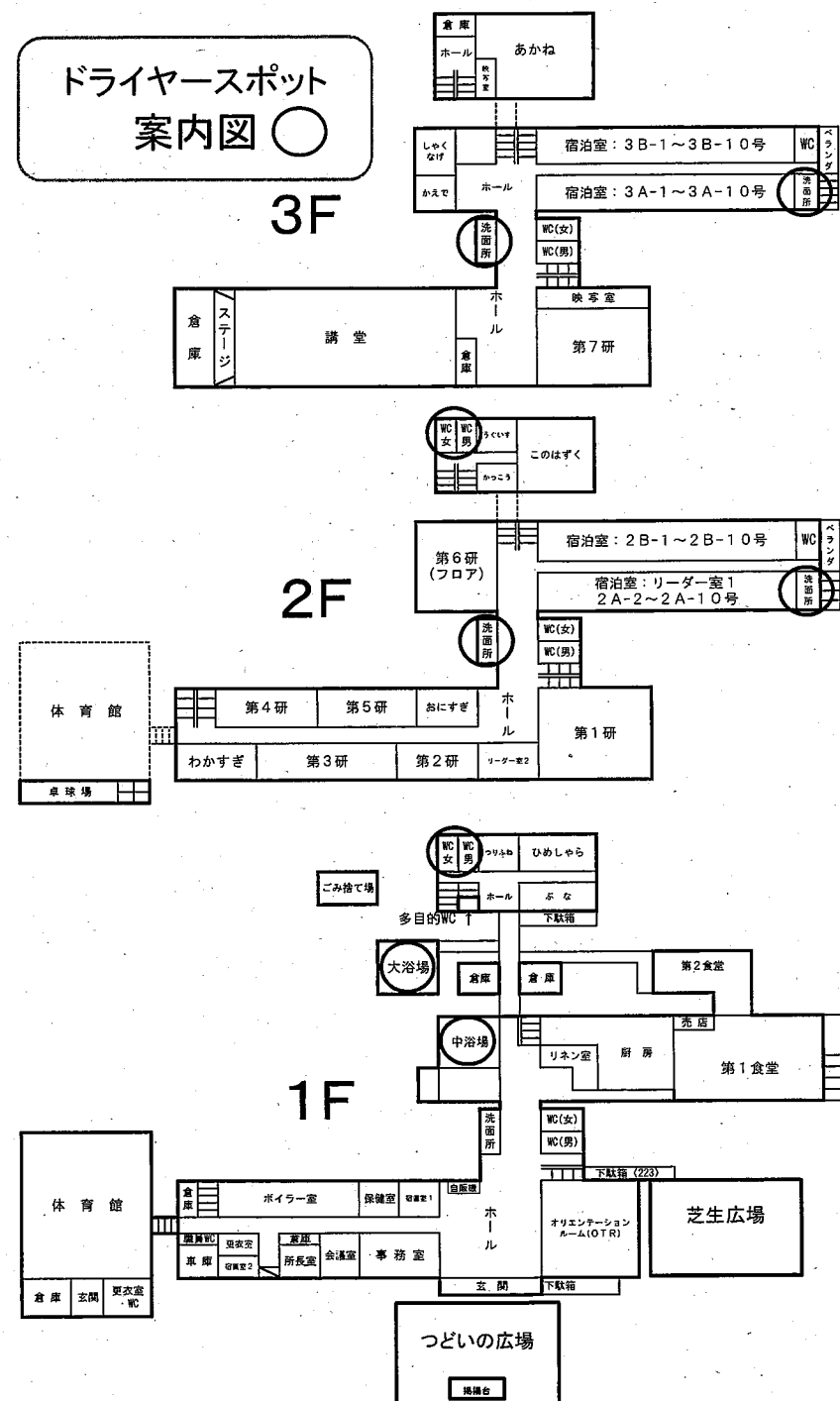
※ 宿泊料・施設使用料等を徴収していません。節電へのご理解、よろしくお願いします。

「ドライヤースポット」掲示場所一覧



棟	場所
本館 1 階	大浴場 1 台
	中浴場 1 台
本館 2 階	トイレ前 洗面所 1 台
	宿泊室奥 洗面所 1 台
本館 3 階	トイレ前 洗面所 1 台
	宿泊室奥 洗面所 1 台
多目的ホール 1 階	トイレ前洗面所 (男女合わせて) 1 台
多目的ホール 2 階	トイレ前洗面所 (男女合わせて) 1 台

- 上記「ドライヤースポット」の掲示がある場所のみ、ドライヤーを使用することができます。
- 1つのコンセントにつき、1台のドライヤーを使用することができます。
- 研修室の電気や、その他コンセントの使用がない場合の使用可能場所です。
- ドライヤー使用中にブレーカーが落ちた場合は、事務室の職員までお知らせください。
- 使用場所が足りない場合は事務室までご相談ください。(研修室コンセントの使用が可能か、お調べします)



貸出物品一覧

屋外倉庫

物 品		個 数
ソフトボール	バット	5
	ボール	16
	グローブ(右)	25
	〃 (左)	6
	キャッチャーミット	1
	〃 (ソフト用)	1
	〃 (左)	1
	キャッチャーマスク	7
ベース(1塁、2塁、3塁)		12
	ベース(本塁)	3
サッカー	ボール	4
雪そり	1人用	7
	2人用	42
綱引き	屋外用	1
ライン引き		2

乾倉庫

物 品		個 数
ランタン	単三電池3本使用	11
	単一電池3本使用	6
	単一電池4本使用	6
ファイヤースターター		40
のこぎり		68
グルーガン		32

体育館倉庫

物 品			個 数	
ボ ー ル	バスケットボール		12	
	ドッチボール		10	
	カラーボール(小)		78	
バレーボール	ボール(軟らかい含)		2	
	ネット		3	
	ボール		3セット	
バドミントン	ラケット		24	
	シャトル		8	
	ネット		2	
	ボール		2セット	
卓球	ラケット		14	
	ボール		6	
	卓球台		2	
	ネット		2	
ス ニ ョ ー ツ	インディアカシャトル		3	
	ドッチビー		5	
	ポツチャ		6セット	
	モルック		8セット	
なわとび	短		10	
	中		4	
	長		2	
輪投げ	輪		9	
	台		2	
フラフープ			37	
綱引き			1	
そ の 他	カラーコーン	小	18	
		大	8	
	マーカークーロン		18	
	メジャー		6	
	空気入れ		3	
	審判台		2	
	ビブス	黄	16	
		緑	3	
		ピンク	3	
		オレンジ	3	
		青	3	
		赤	15	
	得点板			3
	デジタルタイマー			1
	ドミノ			7セット