

新入生宿泊研修 参考パンフレット



玉野スポーツセンター

※研修の参考にぜひしてみてください。

新入生宿泊研修の目的

☆ 集団生活を通じて、集団の一員としての自覚

- ・ 他人に対する思いやりの精神を培い、友情を深め、集団の一員として自覚をもつ。
- ・ 集団活動、共同生活を通じて、教師と生徒、生徒相互の心の絆を深め、好ましい人間関係を築く。
- ・ センターの標語【マナー・ルール・クリーン】を理解し、研修活動を行う。
- ・ 集団行動を通じて、規律ある生活態度を育成するとともに、協調性を高める。

☆ 広大な自然環境の中での生活

- ・ 学校から離れ、広大な自然環境の中で、自然への大切さを認識し、保護の意欲を養う。
- ・ 普段の生活とは違い、不自由な生活に対して、仲間と一緒に困難を乗り越える。

**ぜひ宿泊研修を行って、
スムーズな学校生活をスタートさせましょう！！**

宿泊研修のスケジュール（晴れの場合）

1 日目

時間	活動（場所）	内容・備考
10:00	センター着	クラス写真 大体育館前の階段にて トイレ休憩
10:30	入所式 オリエンテーション（小体育館）	センター職員より説明
11:10	研修での目標 講話 等	学年団の担当教員 学校関係者 等
12:00	昼 食（センター内）	各自弁当持参 弁当ガラは、センターで捨てる
13:00～ 16:00	オリエンテーリング（深山公園） （小体育館で説明）	センター職員によるルール説明 荷物は小体育館に置いて 必要な物のみ持って出発 班ごとに出発（時間差あり） 教員は深山公園の担当スポットへ移動
16:00	入 室	
16:30	クラス活動 （クラスごとに活動部屋へ）	レクリエーション（クラスの出し物準備）
17:30 ～19:30	夕 食 ・ 入 浴 夕 食 17:30～ 男子 18:30～ 女子 入 浴 17:30～ 女子 18:30～ 男子	男女でローテーション 食堂⇒一度に240名まで席あり ※入浴について 大浴室 小浴室 女 子 A 組 17:30～17:55 B 組 C 組 18:00～18:25 D 組 男 子 A 組 18:35～19:00 B 組 C 組 19:05～19:30 D 組
20:00	レクリエーション（大体育館）	クラスごとに目標 出し物
21:30	諸連絡（研修室）	部屋長会議 しおりの確認 明日の変更点等確認 注意事項
22:00	消 灯	教員は明日の確認 順番に教員入浴

宿泊研修のスケジュール（晴れの場合）

2日目

時間	活動（場所）	内容・備考
6：30	起床	
6：45	朝のつどい	集合時間厳守 教員あいさつ後ラジオ体操
7：15	朝食	240名以上の場合は、 朝食と清掃のローテーション
7：45	清掃	しおり記載箇所の清掃
8：15	部屋点検	部屋長のみ部屋で待機 その他は大体育館へ移動 荷物も大体育館へ
8：45	校歌練習（大体育館）	
9：30～ 13：30	野外炊事（キャンプ場） 説明から片付けで 約3時間から4時間 ※クラス数により時間変動あり	荷物は大体育館
13：40	結果発表（大体育館）	・オリエンテーリング ・野外炊事 優秀クラスを発表する。 ※選考基準は、学校にて決定
14：00	退所式（大体育館）	
14：30	センター発	

宿泊研修のスケジュール（雨の場合）

1 日目

時間	活動（場所）	内容・備考
10:00	センター着	クラス写真 大体育館前の階段にて トイレ休憩
10:30	入所式 オリエンテーション（小体育館）	センター職員より説明
11:10	研修での目標 講話 等	学年団の担当教員 学校関係者 等
12:00	昼食（センター内）	各自弁当持参 弁当ガラは、センターで捨てる
13:00～ 16:00	オリエンテーリング（深山公園） （小体育館で説明） ※傘をさして決行可能	センター職員によるルール説明 荷物は小体育館に置いて 必要な物のみ持って出発 班ごとに出発（時間差あり） 教員は深山公園の担当スポットへ移動
16:00	入室	
16:30	クラス活動 （クラスごとに活動部屋へ）	レクリエーション（クラスの出し物準備）
17:30 ～19:30	夕食・入浴 夕食17:30～男子 18:30～女子 入浴17:30～女子 18:30～男子	男女でローテーション 食堂⇒一度に240名まで席あり ※入浴について 大浴室 小浴室 女子 A組 17:30～17:55 B組 C組 18:00～18:25 D組 男子 A組 18:35～19:00 B組 C組 19:05～19:30 D組
20:00	レクリエーション（大体育館）	クラスごとに目標 出し物
21:30	諸連絡（研修室）	部屋長会議 しおりの確認 明日の変更点等確認 注意事項
22:00	消灯	教員は明日の確認 順番に教員入浴

宿泊研修のスケジュール（雨の場合）

2日目

時間	活動（場所）	内容・備考
6：30	起床	
6：45	朝のつどい	集合時間厳守 教員あいさつ後ラジオ体操
7：15	朝食	240名以上の場合は、 朝食と清掃のローテーション
7：45	清掃	しおり記載箇所の清掃
8：15	部屋点検	部屋長のみ部屋で待機 その他は大体育館へ移動 荷物も大体育館へ
9：00～ 12：00	スポーツ大会（大体育館） ○長縄 ○ソフトバレー 等 ※内容については 事前打合せにて決定	1日目のオリエンテーリングと 入れ替えることも可能。
12：00	昼食	食堂
13：00	クラス対抗校歌合唱	審査員を選定
13：40	結果発表	・オリエンテーリング ・スポーツ大会 ・校歌合唱 優秀クラスを発表。 ※選考基準は、学校にて決定。
14：00	退所式（大体育館）	
14：30	センター発	

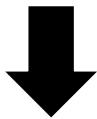
玉野スポーツセンター

オススメ 研修プログラム

オリエンテーリング

コース

玉野スポーツセンター



深山公園

徒歩片道20分で着きます



深山公園内に、写真のようなポイントが10箇所設置しています。
ポイントのアルファベットを探して班ごとに競うプログラムです。

○所要時間

2時間30分～3時間（途中に弁当時間込みなら4時間です）

○準備物

班に地図1枚、時計、タオル、水筒、帽子

○班員

8名程度（4名以上なら可）

○流れ

- ①オリエンテーリング説明（センター職員）15分
- ②救護班（教員方）が確認ポイントへ先に移動）1分～5分間隔
- ③スタート：班ごとに時間差をつけてスタート。約150分
- ④ゴール：所定の時間に班員全員で帰ってくる。

○注意事項

- ・班員が途中ではぐれたら失格になります。（ケガや病気等の理由を除く）
- ・設定時間より早すぎたり、遅くゴールした班は減点があります。

野外炊事（煮込みカレー）

キャンプ場

玉野スポーツセンターから徒歩10分



**自然の中で、みんなと協力して作ることは、不自由でも楽しく食事ができます。
協力の精神でチームワークを発揮し、親睦を深めよう！！**

○所要時間

3時間～4時間（班の数が多いほど、時間を要します。）

○準備物

班に1つ⇒軍手、新聞紙、うちわ、レジャーシート（班人数による）

ふきん（班に2枚）

○班員

8名程度

○事前準備

班内での役割（飯ごう係・カレー係・かまど係など）

○流れ

①野外炊事の説明（センター職員）15分

※説明は体育館もしくはキャンプ場（人数による）

②野外炊事用具セット・食材等班ごとに配布

③調理スタート

④出来上がった班から食べる。

⑤食べ終わった班から、片付けに移る。

⑥センター職員の点検を受けて合格した班から終了。

スポーツ大会

☆体育館内

- ・ソフトバレーボール
- ・長縄
- ・綱引き等

☆グラウンド

- ・サッカー
- ・運動会等



カプラ

☆センター準備できる物

- ・カプラ 9,000 ピース
- ・放送器具



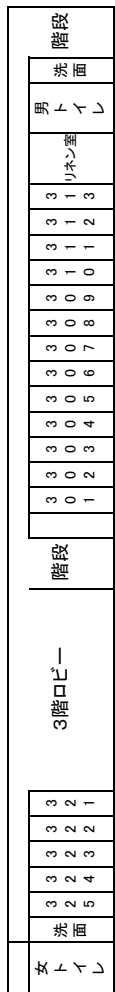
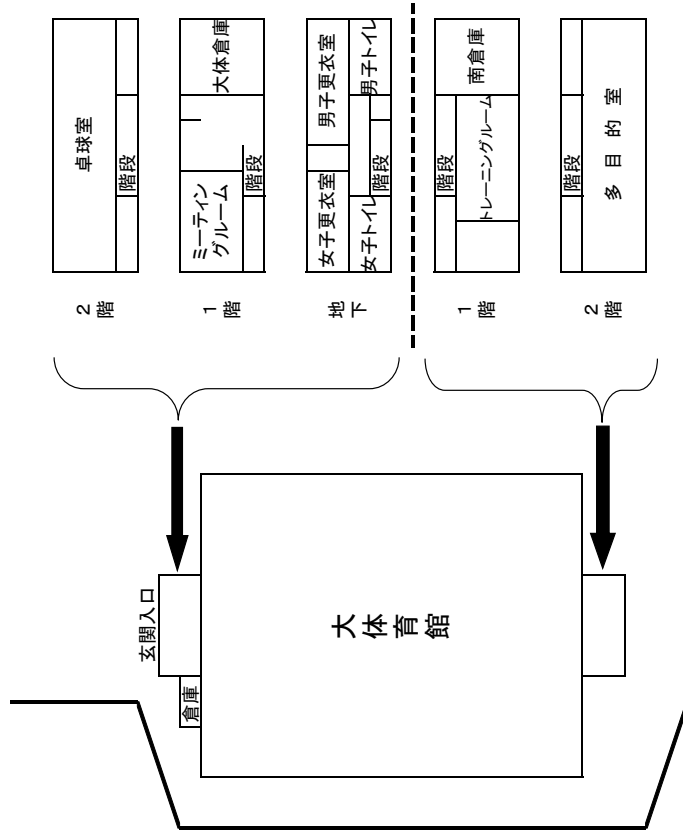
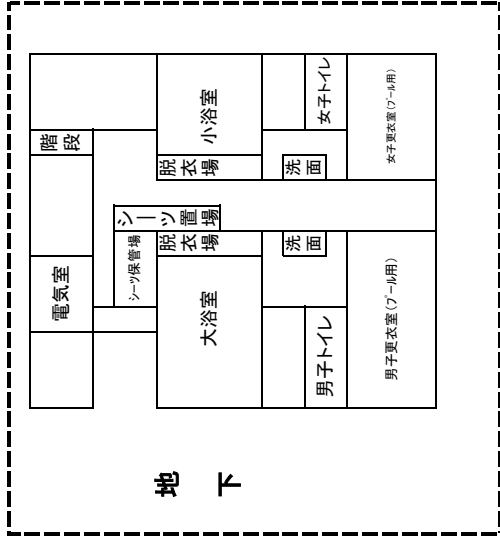
その他

☆キャンプファイヤー

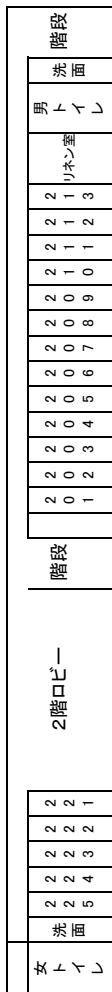
☆キャンドルサービス

※どちらも1ヶ月前からの要予約となります。

管理宿泊棟及び体育館平面図



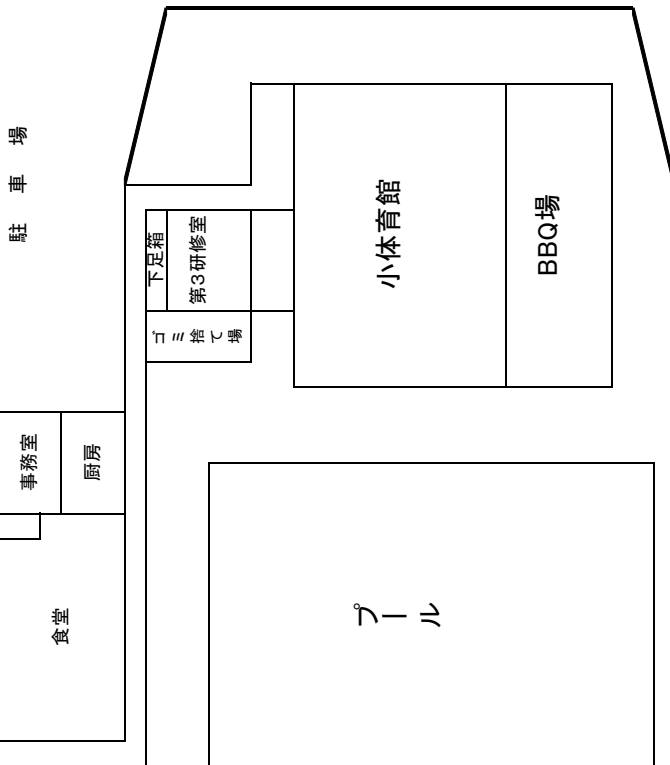
3F



2F



1F



施設の概要

令和6年4月1日

用地面積 500,000㎡

区域	施設名	面積	収容人数	備考
管理宿泊棟	宿泊利用	3,701.9㎡	最大368名宿泊利用可能	
	宿泊室=36部屋	8.3*3.5=29.05㎡	36部屋×8人=288人	
	指導員室=5部屋	8.3*3.5=29.05㎡	5部屋×4人=20人	
	救護室(談話室)=1部屋	6*3=18㎡		
	第1研修室	8.3*14=116.2㎡	64畳(40人)	
	第2研修室	6.3*14=88.2㎡	46畳(20人)	
屋内施設	第1研修室(研修利用)	8.3*14=116.2㎡	60人	
	第2研修室(研修利用)	6.3*14=88.2㎡	40人	
	第3研修室(研修利用)	16*9.5=152㎡	100人	
	食堂	14*16=224㎡	240人	
	大浴場(更衣室)	3.4*7=23.8㎡	6人	
	小浴場(更衣室)	2.8*7=19.6㎡	4人	
	大体育館	30*40=1,200㎡	300人	バスケット2面:バドミントン6面
	小体育館	19*27=513㎡	200人	バドミントン3面:卓球8面
	ミーティングルーム	7*8.5=59㎡	20人	
	卓球場	7*21=147㎡	10人	卓球2台
	多目的室	7*21=147㎡	20人	畳部7*15m
	トレーニングルーム	7*15=105㎡	8人	
屋外施設	陸上競技場	90*70≒6,300㎡	400人	400mトラック
	球技場	100*7≒7,000㎡	400人	サッカー2面
	テニスコート	人工芝1・クレー1	1コート8人	人工芝1・クレー1
	キャンプ場	12,000㎡	120人(団体研修時)	
	BBQ場	30*20=600㎡	40人(団体研修時)	
	プール	50m 8コース	同一時間帯利用は1団体とする。	
	オリエンテーリング	みやま公園	380人	

玉野スポーツセンター 施設使用料表

お問い合わせ、お申し込みは

(令和 6年 4月 1日 改正)

〒706-0001 岡山県玉野市田井2-4464-10 TEL(0863)31-0888 FAX(0863)31-0889

すべての料金は消費税を含んでいます

施設種別	利用区分	小学生・中学生	高校生	大学生・一般	備考	
宿泊室(団体利用)	宿泊料(1人)	1,890円	2,100円	2,730円	1室定員:8名 冷暖房料含む	
宿泊室(部屋単価)	宿泊料(1部屋)	5,600円			1室定員:1名~2名 冷暖房料含む	
陸上競技場/球技場	※区分利用	宿泊者専有利用	3,520円	3,520円	5,280円	
		照明料金 1時間	1,680円			
		日帰り専有利用	4,400円	4,400円	6,600円	
		照明料金 1時間	2,100円			
	1日料金	当日予約利用 個人料金	110円	110円	160円	
	1日料金	日帰り参加料金 1人	220円	220円	320円	宿泊者専有利用への参加
大体育館	※区分利用	宿泊者専有利用	5,370円	5,370円	8,050円	
		照明料金 1時間	全面 2,100円 半面 1,050円			
		日帰り専有利用	6,710円	6,710円	10,060円	
		照明料金 1時間	全面 2,620円 半面 1,310円			
	1日料金	当日予約利用 個人料金	210円	210円	320円	
	1日料金	日帰り参加料金 1人	220円	220円	320円	宿泊者専有利用への参加
小体育館	※区分利用	宿泊者専有利用	2,690円	2,690円	4,030円	平日卓球利用:1台/2時間630円
		照明料金 1時間	全面 1,050円 半面 530円			
		日帰り専有利用	3,360円	3,360円	5,030円	
		照明料金 1時間	全面 1,310円 半面 660円			
	1日料金	当日予約利用 個人料金	210円	210円	320円	
	1日料金	日帰り参加料金 1人	220円	220円	320円	宿泊者専有利用への参加
多目的室	時間利用(2時間)	1人	110円	110円	160円	専有利用はミーティングルーム料金
プール	※区分利用	1人	220円	220円	330円	一般営業対象
	時間利用	コース専有利用/1時間	550円			コース専有利用団体対象
テニスコート	時間利用(2時間)	クレー 1面	1,110円			
		人工芝 1面	1,350円			
卓球台	時間利用(2時間)	1台	630円			専有利用はミーティングルーム料金
トレーニングルーム	時間利用(2時間)	1人	280円			
キャンプ場・BBQ	※区分利用	1人	110円			キャンプ泊10名~対応
みやまオリエンテーリング	1日利用	1人	110円			
日帰り団体研修(施設使用料含む)	1日利用	1人	550円			全館専有利用
研修室	時間利用(1時間)	場所	大研修室(1・3研)	小研修室(2研)	ミーティングルーム	
		宿泊利用	950円	630円	330円	
		日帰り利用	1,890円	1,260円	660円	
		冷暖房費 1時間	1,580円	1,050円	400円	

※区分単位・・・AM(8:30~12:30) PM(12:30~17:00) 夜(17:00~21:00) キャンプ泊(21:00~8:30)

◎宿泊室:チェックイン15:00 チェックアウト10:00

◎障がい者は10%割引(宿泊・冷暖房・食事を除く)

◎器具使用料については別途徴収します。(裏面参照)

食費(1食)	朝食	昼食	夕食	カレー食材	カレー食材(米なし)	塩おにぎり(2個)
	550円	550円	990円	350円	280円	150円
弁当(1食)	竜田揚げ弁当	別注弁当(幕の内)	からマヨ丼	おにぎり弁当	お茶(600mlペット)	
	600円	600円	500円	300円	100円	