

# 名栗シニア自然塾づくり

## ①オクラの種まき&ミニ盆栽づくり

### 参加の手引き

令和7年4月18日（金）

この度は、埼玉県立名栗げんきプラザ主催「名栗シニア自然塾①オクラの種まき&ミニ盆栽づくり」にお申し込みいただきましてありがとうございます。名栗シニア自然塾の1回目はプランターにオクラの種をまきます。プランターは家に持ち帰り、家でオクラを育ててもらいます。3回目のシニア自然塾のときに収穫したオクラを持ってきてもらい、皆さんで調理していただく予定です。午後は名栗げんきプラザの敷地内を歩いて実生の木の苗を探し、苔とともに小さな植木鉢に植えてミニ盆栽をつくります。

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： 4月5日（土）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。

#### ①参加確認書の提出

「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上、期限までに郵送、FAXまたはE-Mail（[naguri@tokyu-com.co.jp](mailto:naguri@tokyu-com.co.jp)）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

※参加費の振り込みの際は、振り込み名義人の欄にイベント番号「01」と参加者氏名を入力してご入金ください。（例：「01 ナグリ タロウ」）

参加費 **21,000円（1名）**

※参加費には、プログラム費用・保険料が含まれています。

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。



#### 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：4月18日（金）10:00 名栗げんきプラザ 玄関横のクラフトテーブル（受付 9:30～）

※10:00 よりはじめのつどいを開始します。

○解散：4月18日（金）15:00 名栗げんきプラザ

※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）

時間	内容
09:30	受付開始
10:00	はじめのつどい オクラの種まき
12:00	お昼ごはん（おにぎり弁当）
13:00	ミニ盆栽づくり
14:30	ふりかえり
15:00	解散

※小雨決行

※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. 活動案内

○気候

・当所は標高約 600m の山間部に位置します。特に平地に比べ気温が数度低いです。

## 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. 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。

第 1 駐車場（P1）もしくは、第 2 駐車場（P2）に駐車してください。第 2 駐車場の方が本館に近いです。

### ●電車（西武秩父線） 芦ヶ久保駅下車

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）2,940円

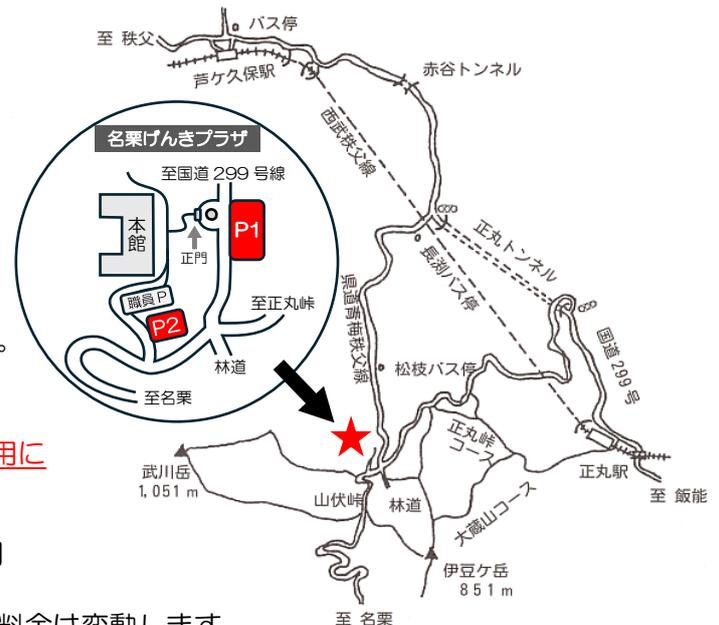
（芦ヶ久保駅⇔名栗げんきプラザ）

※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ください。

※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。



## 7. 事業中の食事提供について

	4月18日(金)
昼食	3個入りおにぎり弁当



### 【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食堂担当者にて対応を確認し、事業担当者から連絡をいたします。
- ③内容をご確認後、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。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。

### ◆4/18 昼食 3個入りおにぎり弁当

◆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		小麦	大豆			
鶏唐揚げ		小麦	ごま	大豆	鶏肉	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。						

## 8. 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、当日お持ちください。
	水筒	保温性保冷性のあるものが最適です。水やお茶などを入れてきてください。
	汚れてもいい服装	動きやすい恰好でお越しください。 化繊の物は熱で溶ける可能性があります。
	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、ダウンなどの防寒着をご用意ください。
	帽子	つばのあるものをお持ちください。熱中症の予防や頭の保護になります。
	軍手	綿製のものをご用意ください。
	マイコップ	割れにくいコップをご用意ください。
	雨具	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。
	上履き	本館に入るとき使います。

※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。

## 9. 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。
- 靴は履きなれたものをご用意ください。

## 10. その他

- 天候等によって持ち物や活動を変更する場合や、大雨や積雪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 時までには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。
- 親子・大人向け事業では、オンラインアルバムの公開はありません。各自写真撮影をする際は、他の参加者が写りこまないようご注意ください。

※ご質問やご不安な点がございましたら、042-979-1011【担当：井上・平野】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！



名栗げんきプラザの Facebook ページでは、イベント情報やイベントの様子などを発信中！  
こちらからご覧ください♪

【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](mailto:naguri@tokyu-com.co.jp)

指定管理者：名栗フィールズパートナーズ（構成法人：株式会社東急コミュニティー、NPO 法人国際自然大学校）