

Ⅳ 経費

1 宿泊に関する経費（消費税込）

(1) シーツ等洗濯料

シーツ・枕カバー	300円
シュラフ（寝袋）シーツ	150円

(2) 施設使用料（1人1泊あたり）

一般利用者のみ	810円
※青少年教育団体以外にかかります	

(3) ゲストルーム使用料（1室1回あたり）

洋室1～6号室	1,220円
---------	--------

2 食事に関する経費（消費税込）

(1) 食堂バイキング（確認書が発行されます） ※3歳未満は無料

区分	朝食	昼食	夕食	合計
3歳以上	390円	460円	530円	1,380円
小学生	500円	580円	710円	1,790円
中学生以上	510円	600円	720円	1,830円

2022年10月1日から
料金を改定し
ています。

食堂事務室・売店



営業時間 8:00～18:00

(2) 携行食 ※写真の内容と変わる場合があります。

	種別	単価	内容	受取時間
朝食用	パン弁当	540円	パン3・魚肉ソーセージ1・バナナ1・パックジュース1・チーズ1	前日17時～18時
昼食用	おにぎり単品	140円	梅 ※袋詰めなし	当日7時～12時
		160円	鮭 ※袋詰めなし	
	おにぎりセット	300円	梅・鮭・お手拭き ※袋詰めあり	
	おにぎり弁当2個	400円	梅1・鮭1・バナナ1・魚肉ソーセージ1	
	おにぎり弁当3個A	530円	梅2・鮭1・バナナ1・魚肉ソーセージ1	
	おにぎり弁当3個B	550円	梅1・鮭2・バナナ1・魚肉ソーセージ1	
	おにぎり弁当4個	640円	梅2・鮭2・バナナ1・魚肉ソーセージ1	
	パン弁当	540円	パン3・ソーセージ1・バナナ1・パックジュース1・チーズ1	
	折弁当	490円	ハンバーグ弁当、唐揚げ弁当、和風弁当	当日9時～12時
飲み物	500mL ペットボトル	150円	水、麦茶、緑茶、スポーツドリンク	当日7時～18時
	180g ゼリー飲料		エネルギー補給ゼリー	
	200mL パック飲料	110円	りんごジュース、緑茶	
100円		牛乳		
その他	菓子パン	120円	あんこ・いちごジャム・クリーム・チョコ&クリーム	当日7時～18時

パン弁当



おにぎり弁当



ハンバーグ弁当



からあげ弁当



和風弁当



(3) 情報交換会

プログラム上必要と認められた場合のみ、許可します（p18をご覧ください）。

メニュー・料金については、食堂（0255-82-4185）に直接お問い合わせください。

3 生活に関する経費（消費税込）

※食堂事務室で販売しています

品目	単位	金額	品目	単位	金額
使い捨て歯ブラシセット	1セット	50円	フェイスタオル	1枚	120円
洗濯用洗剤	1回分	30円	生理用ナプキン		値段等は当日ご確認ください

※各種お土産も販売しています。詳細は、食堂事務室にお問い合わせください。

4 活動に関する経費（消費税込）

(1) 指導員経費 ※依頼した指導員数に変更がある場合、利用日2週間前までにご連絡ください。

活動プログラム名	1グループの人数	1グループあたりの費用
妙高アドベンチャープログラム	12~16人	
源流探険		
森探険		
ハイキング（藤巻山）	8~10人	半日：8,400円 1日：16,800円
かんじき・スノーシューハイク		
スキー（アルペン・クロスカントリー）	10人	
ネイチャーゲーム	14~16人	
そば打ち	24人	8,400円
民話・昔話	40~100人	※そば打ちは別途見本用の材料費を負担していただく場合があります。
星座観察	20~30人	
炭焼き ※活動内容、時間によって費用が変わります。詳細は、自然の家事務室までお問合せください。	10人	16,800円~
陶芸 ※土曜日の依頼はできません	7~100人	8,400円 別途材料費 1,100円（1人分）

(2) スキーレンタル料金

各セット内容	半日	1日	2日	3日
歩くスキー（板・靴・ストック）	440円	660円	770円	880円
アルペンスキー（板・靴・ストック）	—	660円	1,100円	1,430円
ウェアセット（スキー等雪上活動用）	—	660円	1,100円	1,430円
小物セット（ニット帽、手袋、ゴーグル）	—	220円	330円	440円
スキー用ヘルメット	—	330円	440円	550円

○ 4日以上レンタルする場合、3日の料金を適用します。

○ 事前打合せや下見の際の各種レンタル料金については、スキー用品レンタル業者にお電話にてお問い合わせください。（p42~43 参照）

(3) 野外炊事など調理に関する諸経費 ※1セット8人分、そば打ちのみ4人分

献立	セット内容	金額
朝食セット①	米6合、卵16個、即席味噌汁8P、味付のり8枚、オレンジ2個	2,480円
朝食セット②	米6合、ウインナー16本、卵8個、即席味噌汁8P、オレンジ2個	2,480円
モーニングセット	バターロール16個、マーガリン8個、卵8個、ハム8枚、カップスープ8袋、オレンジ2個	2,480円
カートンドッグ	コッパン8本、ウインナー8本、キャベツ1/4玉、ケチャップ(マスタード付)8個 アルミホイル1 ※牛乳パック別途必要	2,480円
カレーライス	米6合、豚肉250g、ジャガイモ600g、玉ネギ800g、人参1本、カレールウ1箱、福神漬1袋	3,720円
豚汁	米6合、豚肉250g、ジャガイモ600g、人参1本、大根1/2本、玉ネギ800g 板こんにゃく1枚、長ネギ2本、豆腐2丁、味噌300g、和風だし1袋	3,720円
焼きそば	焼きそば麺2kg、豚肉250g、キャベツ1玉、ピーマン1袋、もやし1袋、焼きそばソース12袋、青のり8袋、わかめスープ8P	3,840円
豚鍋(ご飯)	米6合、豚バラスライス500g、キャベツ1/2玉、しいたけ1P、長ネギ2本、しめじ1P 人参1本、玉ネギ2個、関西つゆ300cc、だしパック1P	3,920円
豚鍋(うどん)	うどん6玉、豚バラスライス500g、キャベツ1/2玉、しいたけ1P、長ネギ2本、しめじ1P 人参1本、玉ネギ2個、関西つゆ300cc、だしパック1P	4,000円
うどん打ち	小麦粉中力粉500g×2袋、打ち粉150g、調理用食塩40g、長ネギ1本、つゆ16袋、わさび 唐辛子各8袋、ビニール袋2枚(45L)	1,960円
煮込みうどん	うどん8玉、豚肉250g、長ネギ2本、油揚げ2枚、うどんつゆ8袋	2,680円
野菜炒め	米6合、豚肉250g、キャベツ1玉、もやし2袋、人参1本、玉ネギ2個、ピーマン1袋	2,680円
スパゲッティ-ミートソース	スパゲッティ-1kg、ミートソース缶3缶、玉ネギ1個、わかめスープ8袋、オレンジ2個	3,000円
ライスピザ	米6合、トマトソース2袋、ピザ用チーズ100g、ピラフの素60g、ピーマン4個、ローリエ葉1枚 ベーコン120g、カップスープ8袋、ジャガイモ6個、青のり4袋	3,600円
ハンバーグ	米6合、レトルトハンバーグ8個、キャベツ1玉(ボイル用)、シーチキン1缶 わかめスープ8P、ドレッシング8P、オレンジ2個	3,600円
炊き込みご飯	米6合、炊き込みご飯の素2P、シーチキン1缶、キャベツ1玉(ボイル用)、即席味噌汁8P ドレッシング8P、オレンジ2個	3,600円
お好みセット	むし麺1kg、キャベツ1玉、もやし1袋、お好み焼きミックス2箱、豚コマ肉120g、豚バラ肉120g卵4個、 人参1本、カップスープ8人分、さざなみちらし1P 青のり・マヨネーズ・焼きそばソース・お好みソース各8個	4,160円
焼肉	米6合、豚肉1kg、玉ネギ2個、ピーマン1袋、もやし1袋、キャベツ1/2玉 即席味噌汁8P、焼肉のタレ1本	4,520円
バーベキュー	米6合、豚肩ロース肉1kg、ウインナー16本、玉ネギ2個、キャベツ1/2玉、なす2本 カットコーン8個、ピーマン1袋、もやし1袋、即席みそ汁8P、オレンジ2個、焼肉のタレ1本	5,560円
そば打ち(4人分)	そば粉350g、小麦粉150g、打ち粉100g、つゆ、キザミネギ1袋・ノリ・わさび・唐辛子各4袋	1,720円

- 端数人数用にハーフセットを注文することができます。金額は、1セットの半額です。
- お米については、炊いた状態での提供ができます。(1合140円、1人前120円)
- 野菜、お菓子等が追加注文できます。金額や受け取り方法は食堂にお問い合わせください。
- 油、醤油、塩等の調味料は食材庫に準備してあります。

(4) クラフトに関する教材費 活動当日の8時～18時に食堂事務室にて受取

①クラフト教材

	品目	単位	内容	金額
教材	森の壁掛け	1人分	木材、ヒートン、ひも、紙やすり	販売終了
	森のはがき	1人分	森のはがき、紙やすり、切手210円分(返品不可)	販売終了
	ひのきの壁掛け	1人分	木材、ヒートン、ひも、紙やすり	450円
	ひのきのはがき	1人分	ひのきのはがき、紙やすり、切手210円分(返品不可)	650円
	すかし葉(ひのき)	1人分	木材、ヒートン、ひも、紙やすり	450円
	小枝のモックン	1人分	目玉、ヒートン、ひも	70円
	マイスプーン	1本	スプーンの先	130円
	マイフォーク	1本	フォークの先	130円
	実物大星座シート	1セット	OHPシート、蓄光シール	350円
	連だこ(10連)	1セット	※マジックペン、のり等が別途必要	1,350円
	ピンブローチ	1人分	安全ピン(大・小)、ビーズ	200円
	紙飛行機(スカイスクリュウ)	1人分	※ボンドやペンチ・ハサミ・のりなど別途必要	360円
クラフト関連品	スプレーニス	1本	容量400ml(壁掛け約16枚分)	860円
	油性マジック	8色セット		1,000円
	水性マーカーペン	8色セット		1,680円
	木工用ボンド	1本		160円
	のり	1本		110円
	紙やすり	1枚	230mm×280mm #120	55円
	グルーガンの芯	1本		30円

※ 森の壁掛け・森のはがきは在庫切れのため現在販売しておりません。

②その他

	品目	単位	内容	金額
ろうそく		大1本	18cm 燃烧時間約4時間	85円
		中1本	17.5cm 燃烧時間約2時間20分	45円
		小1本	6cm 燃烧時間40分	20円
キャンプファイヤー用薪		フル	長薪32本、短薪2束、灯油4リットル	10,180円
		ハーフ	長薪16本、短薪1束、灯油2リットル	5,090円
野外炊事用薪		1束	約50cm×約30本 ※1束の中に焚付け用の細かい物も含む。	550円
研磨剤入りナイロンタワシ		1枚	15cm×23cm	200円
乾電池(単3)		4本		200円
指定ゴミ袋		1枚	70リットル	100円
食器用洗剤		1本		200円
クレンザー		1本		150円
食器用スポンジ		1個		200円
軍手		1人分		50円