

部活動や勉強合宿の活動例

★1泊2日 天文部合宿の日程例

【1日目】

15:00 大滝げんきプラザ着
16:30 天体観測準備
17:30 夕食
18:30 入浴
19:30 天体観測準備
21:00 天体観測



0:30 片付け

1:00 就寝

【2日目】

6:30 起床

7:00 朝食（食堂）

9:00 大滝げんきプラザ発



★活動プログラムについて

○勉強合宿の利用について

- ・研修室で講義や授業ができます。
- ・談話室には、長机と座布団を出し放しにできるので、やりたいときにすぐに自主学习ができます。
- ・テレビのない、静かな環境で学習に集中できます。

○文化部の利用について

- ・研修室を利用する団体がほとんどです。（吹奏楽部、演劇部等）
- ・各研修室には、ガス暖房機が設置され、冬季も快適に活動できます。
- ・仲間づくり、懇親のための活動として、キャンプファイア（4月～10月）、バーベキュー等（4月～11月）をプログラムに加えることもできます。

○運動部の利用について

- ・最大で400人が同時に泊まれる大きな施設のため、複数校での合同合宿が可能です。日ごろの練習の成果を試合形式で試したり、他校の練習方法を参考にしたり、幅広い充実した活動ができます。
- ・仲間づくり、懇親のための活動として、キャンプファイア（4月～10月）、バーベキュー等（4月～11月）をプログラムに加えることもできます。



企業研修の活動例

★1泊2日の例①

【1日目】

12:00 大滝げんきプラザ着・入所式
13:00 研修（研修室）
14:00 林業体験（間伐・枝打ち・薪作り等）
16:00 屋外炊事（炊事場）
19:00 入浴
20:00 講義・研修（研修室）
23:00 消灯・就寝

【2日目】

6:00 起床
6:30 ランニング・ラジオ体操（多目的広場）
7:00 朝食（食堂）
8:00 清掃・点検
9:00 人間関係づくりアドベンチャー
（研修室）
12:00 昼食（食堂）
13:00 ワークショップ（研修室）
15:00 退所式・大滝げんきプラザ発

★1泊2日の例②

【1日目】

10:00 大滝げんきプラザ着・入所式
10:30 人間関係づくりアドベンチャー
（研修室）
12:00 昼食（食堂）
13:00 ウォークラリー（屋外）
17:30 夕食（食堂）
19:00 キャンプファイア（多目的広場）
21:00 入浴
23:00 消灯・就寝

【2日目】

6:00 起床
7:00 朝食（食堂）
8:00 清掃・点検
9:00 研修（研修室）
11:00 屋外炊事・昼食（炊事場）
13:00 研修（研修室）
15:00 退所式・大滝げんきプラザ発

★2泊3日の例

【1日目】

14:00 大滝げんきプラザ着・入所式
15:00 オリエンテーション（研修室）
16:00 屋外炊事（炊事場）
19:00 入浴
20:00 講義（研修室）
23:00 消灯・就寝

【2日目】

6:30 起床
6:45 ラジオ体操
7:00 朝食（食堂）
9:00 ハイキング（昼食は弁当）
15:00 人間関係づくりアドベンチャー（研修室）
17:30 夕食（食堂）
19:00 キャンドルファイア（体育館）
20:30 入浴
23:00 消灯・就寝

【3日目】

6:30 起床
6:45 ラジオ体操
7:00 朝食（食堂）
8:00 清掃・点検
9:00 チームディスカッション（研修室）
11:00 人文字撮影（多目的広場）
12:00 昼食（食堂）
13:00 退所式・大滝げんきプラザ発

