



修養館 (旧別館)

自然の中で

出あい

学びあい

育てあい

語らい

研修・合宿

常陸太田市

西山研修所



西山研修所

室内の活動

※下記の活動すべてに指導員がつきます

キーホルダー作り 110円

プラスチックの板にマジックで絵を描いてオーブントースターで焼いたらオリジナルキーホルダーのできあがり。
対応人数：5人～100人 所要時間：1時間～1時間半
準備物：下絵にしたいものがあればご持参下さい。
サイズ…A4サイズの4分の1



紙粘土工作 150円

発想は無限大!好きな形や色にデザインしてオリジナルの作品を作ろう
対応人数：5人～100人
所要時間：30分～1時間
準備物：汚れてもいい服装、持ち帰り用の袋持参



ウッディメダル 110円

木の枝で作ったメダルに絵を描いて思い出に残るメダルを作ろう。
対応人数：5人～100人
所要時間：30分～1時間
準備物：筆記用具、書きたい言葉・絵があればご持参ください。



かご作り 200円

小学4年生から参加可能。紙テープを使ったかご作りです。紙テープを交互に編んでいくので、考える力がつきます。
対応人数：5人～50人
所要時間：1時間半～2時間半
準備物：特になし



切り絵 200円

小学校4年生から参加可能。細かい作業なので集中力がつきます。努力が必要ですができあがった作品は感動的です。
対応人数：5人～100人
所要時間：2時間～3時間
準備物：特になし



ぶんぶんゴマ 110円

穴を開けた木片に糸を通してまわして遊ぶ
対応人数：5人～100人
所要時間：30分～1時間
準備物：特になし



オリジナルエコバック 200円

キャンバス地のバッグにアクリル絵の具を使ってアレンジ
対応人数：5人～50人
所要時間：30分～1時間半
準備物：汚れてもいい服装



木の実のクラフト 150円

グルーガンで木の実を接着しておもちゃや置物を作ろう
対応人数：5人～30人
所要人数：1時間～1時間半
準備物：特になし



かさ袋ロケット 110円

かさ袋に好きな絵を書いて、パーツをつけたらロケットの完成。どうしたら遠くまで飛ばるか、みんな考えてみましょう。
対応人数：5～100名
所要時間30分～1時間半
準備物：特になし



竹細工 110円

1 うぐいす笛 110円

穴を開けた篠竹に、リードを付けて吹く。リードの位置で音の出が変わります。



2 水鉄砲 110円

竹の節に穴をあけ、篠竹のピストンを差しこみ放水する。竹筒とピストンが密閉してるのが大切です。



対応人数：5人～100人
所要時間：1時間～2時間
準備物：特になし

しおり作り 110円

カードサイズのラミネートシートに葉っぱや紙で作ったパーツをはさんで、おしゃれなしおりが作れます。
対応人数：5人～50人
所要時間：30分～2時間
準備物：特になし

しおりづくり



割りばし細工 110円

1 ガリガリとんぼ 110円

割箸の先にプロペラを付け、その割箸の切り込みを別の割箸で擦ると不思議なことにプロペラが回りだします。



2 プラコプター 110円

割箸に2枚の羽根を付け、ゴムで打ち上げると回転しながら落下します。



対応人数：5人～100人
所要時間：1時間～2時間
準備物：特になし

石の絵づけ 110円

近くの河原で拾ってきた石にアクリル絵の具で記念になる絵を書こう。(石はこちらで用意します)
対応人数：5人～100人
所要時間：1時間～1時間半
準備物：絵の具がついても構わない服装



屋外の活動

晴天・小雨実施可能

指導員がつきます

焼き板作り 200円

板を焼いてタワシで磨き、自分だけのオリジナルプレート（看板）を作ろう。

対応人数：5人～100人

所要時間：1時間～2時間

準備物：汚れてもいい服装、汚れてもいい帽子、軍手、マスク、筆記用具、持ち帰り用の袋持参



ケント紙飛行機 110円

型紙を切って割りばしに接着し、飛行機を作って飛ばそう。

参加人数：5人～100人

所要時間：1時間～1時間半

準備物：筆記用具



ペットボトルロケット 110円

ペットボトルを切ってロケットをつくり研修所特製の発射台で飛ばしてみよう。＊夏期がおすすめです。

対応人数：5人～60人

所要時間：1時間～1時間半

準備物：500mlのペットボトル3本、きれいな牛乳パック、濡れてもいい服装



ウォークラリー 無料

研修所の周りをクイズを解きながらハイキングして自然を楽しもう。60分と90分のコースが6種類、12コースあります。

対応人数：5人～制限なし 所要時間：1時間～2時間半

準備物：白っぽい動きやすい服装・帽子、履きなれた靴、飲み物、雨具、筆記用具



動物ウォークラリー 無料

研修所内にある動物の看板を探すゲームです。

全部見つけられるかな？

対応人数：5人～制限なし

所要時間：1時間

準備物：動きやすい服装・帽子、履きなれた靴



テント設営 宿泊費に含まれる

テント泊もできます。テント設営の指導も行いますのではじめての方でも大丈夫です。寝袋の貸出も行っています。

対応人数：5人～100人 テント20張

準備物：軍手



ドラム缶水風呂（夏場のみ）1台 500円

小学生までなら2人まで同時に入れるドラム缶風呂。全部で4台あります。実際の入浴の代わりにはありませんが、夏のプール代わりにいかがですか？

対応人数：5人～40人 所要時間：30分～1時間

準備物：水着、タオル、ビーチサンダル



夜の活動

晴天・小雨実施可能

雨天実施可能

キャンプファイヤー 4200円 (説明のみ)

大きな火を囲んで特別な夜の思い出をみんなで作りましょう。火の神の衣装やトーチも貸出しております。キャンプファイヤー中は各団体で進行をお願いします。

対応人数：5人～制限なし

所要時間：2時間



ボーンファイヤー 2100円 (説明のみ)

キャンプファイヤーの半分の量の薪で行うボーンファイヤーです。

幼稚園・保育園・子供会などの宿泊の際に行われることが多いです。

対応人数：5人～制限なし 所要時間：1時間



キャンドルファイヤー ろうそく1本 30円

ろうそくの灯りを見つめて特別な夜に仲間との絆を深めましょう。火の神の衣装等も貸出しております。雨天の際のキャンプファイヤーの代替えにもなります。進行は各団体でお願いします。

対応人数：5人～制限なし

所要時間：2時間

ナイトハイク 無料 (説明のみ)

暗闇の中には不思議がいっぱいです。普段は気づかない発見をすることができます。また、明かりのありがたさや友達がいる心強さも感じることができます。施設周辺を懐中電灯を使わず歩いてくるゲームです。

対応人数：5人～100人 所要時間：40分

準備物：懐中電灯（グループに1台）

室内の活動

※下記の活動すべてに指導員がつきます

キーホルダー作り 110円

プラスチックの板にマジックで絵を描いてオーブントースターで焼いたらオリジナルキーホルダーのできあがり。
対応人数：5人～100人 所要時間：1時間～1時間半
準備物：下絵にしたいものがあればご持参下さい。
サイズ…A4サイズの4分の1



紙粘土工作 150円

発想は無敵大!好きな形や色にデザインしてオリジナルの作品を作ろう
対応人数：5人～100人
所要時間：30分～1時間
準備物：汚れてもいい服装、持ち帰り用の袋持参



ウッディメダル 110円

木の枝で作ったメダルに絵を描いて思い出に残るメダルを作ろう。
対応人数：5人～100人
所要時間：30分～1時間
準備物：筆記用具、書きたい言葉・絵があればご持参ください。



かご作り 200円

小学4年生から参加可能。紙テープを使ったかご作りです。紙テープを交互に編んでいくので、考える力がつきます。
対応人数：5人～50人
所要時間：1時間半～2時間半
準備物：特になし



切り絵 200円

小学校4年生から参加可能。細かい作業なので集中力がつきます。努力が必要ですができあがった作品は感動的です。
対応人数：5人～100人
所要時間：2時間～3時間
準備物：特になし



ぶんぶんゴマ 110円

穴を開けた木片に糸を通してまわして遊ぶ
対応人数：5人～100人
所要時間：30分～1時間
準備物：特になし



オリジナルエコバック 200円

キャンバス地のバッグにアクリル絵の具を使ってアレンジ
対応人数：5人～50人
所要時間：30分～1時間半
準備物：汚れてもいい服装



木の実のクラフト 150円

グルーガンで木の実を接着しておもちゃや置物を作ろう
対応人数：5人～30人
所要人数：1時間～1時間半
準備物：特になし



かさ袋ロケット 110円

かさ袋に好きな絵を書いて、パーツをつけたらロケットの完成。どうしたら遠くまで飛ぶか、みんな考えてみましょう。
対応人数：5～100名
所要時間30分～1時間半
準備物：特になし



竹細工 110円

1 うぐいす笛 110円

穴を開けた篠竹に、リードを付けて吹く。リードの位置で音の出が変わります。



2 水鉄砲 110円

竹の節に穴をあけ、篠竹のピストンを差しこみ放水する。竹筒とピストンが密閉してるかが大切です。
対応人数：5人～100人
所要時間：1時間～2時間
準備物：特になし



しおり作り 110円

カードサイズのラミネートシートに葉っぱや紙で作ったパーツをはさんで、おしゃれなしおりが作れます。
対応人数：5人～50人
所要時間：30分～2時間
準備物：特になし



割りばし細工 110円

1 ガリガリとんぼ 110円

割箸の先にプロペラを付け、その割箸の切り込みを別の割箸で擦ると不思議なことにプロペラが回りだします。



2 プラコプター 110円

割箸に2枚の羽根を付け、ゴムで打ち上げると回転しながら落下します。
対応人数：5人～100人
所要時間：1時間～2時間
準備物：特になし



石の絵づけ 110円

近くの河原で拾ってきた石にアクリル絵の具で記念になる絵を書こう。(石はこちらで用意します)
対応人数：5人～100人
所要時間：1時間～1時間半
準備物：絵の具がついても構わない服装



西山研修所は、常陸太田市街西の丘、県立西山公園に接し、恵まれた自然環境の中にあります。里山の味わいととも、周辺には徳川光圀公（水戸黄門）ゆかりの西山荘をはじめとして史跡が豊富です。美しい自然との語らいの中で歴史を探りながら活動できる喜びは格別のものがあります。敷地内には樹齢300年余りの古杉が茂り、その樹間に点在する秋のしみはすばらしいものです。はるか東方に太平洋を、さらに紫峰筑波・那須連山を望める環境は、生涯学習の場として最適です。

新しい自分をみっめよう

- 静かな環境の出あいの中で、自分を見つめよう。
- 集団生活の体験を育てあい、実践しよう
- 語らいを通して、いっそう親しさを深めよう。

利用案内

利用対象者

- 研修を目的とする5名以上の団体
- 児童生徒、青年及び成人
- 生涯学習教室、企業、公共団体等
- その他、当所管理者が認めた団体、グループ

利用料金

※価格はすべて税込

● 使用料

区分	宿泊 (1人1泊につき)	日帰り (1人につき)	常陸太田市民 7割宿泊
幼児(未就学児)	無料	無料	無料
小・中学生・教員 (学校行事)	250円	無料	
小・中学生(一般利用)	500円	50円	250円
高校以上学生・教員 (学校行事)	1,000円	100円	
高校以上学生(一般利用)	1,000円	100円	500円
特別支援学校生徒・教員	無料	無料	
大人	1,500円	200円	1,000円

備考

※幼稚園・保育園教員、カメラマン、バス運転手は1,500円
 ※障害者手帳、療育手帳をお持ちの方、その付添いの方1名無料

● 野外炊飯(1人前)

カレーライス	420円	鉄板焼きAごはん (肉・野菜)◎	1,000円
ナンカレー	420円	鉄板焼きA焼そば (肉・野菜)◎	1,100円
カレーうどん	480円	鉄板焼きBごはん (肉・野菜・魚介類)◎	1,200円
焼そば◎	420円	鉄板焼きB焼そば (肉・野菜・魚介類)◎	1,300円
けんちん・かきあげうどん	480円	ピザ◎	580円
冷やしたぬきうどん	420円	パンとスープ作り (30人まで)	480円
豚汁・おにぎり	360円	食材持込・まき代	50円

◎のついているものは、+100円でオニオンスープがつけられます。

利用申込み

- 8月の宿泊・日帰り利用のみ1年前の同日8:30よりご予約が可能です。8月を除く5月～11月までは利用する年の2月～ご予約が可能です。その他の月は、お気軽にご連絡ください。
- 電話等で当所へ申し込み、お問い合わせ下さい。
(研修目的、利用日時、男女別人数、責任者氏名、連絡先等)
- 利用団体、責任者は事前打ち合わせに来所して下さい。(1ヶ月前まで)

● 食費(1人前)

朝食	350円	400円	
昼食	450円	500円	550円
夕食	600円	700円	850円

● ジュース等料金

菓子パン(あん・ジャム・クリーム・チョコ)	120円	バックジュース(アップル、オレンジ、パイ)	120円
牛乳・コーヒー牛乳(200ml)	110円	袋菓子	100～300円
スポーツドリンク(500mlPET)	120円	お茶(500mlPET)	120円

● 創作・体験活動

焼き板	200円	クラフトテープカゴ作り	200円
ケント紙飛行機	110円	ウッディメダル	110円
ペットボトルロケット	110円	しおり作り	110円
ウォークラリー	無料	木の実のクラフト	150円
動物ウォークラリー	無料	ふんぶんゴマ	110円
石の絵づけ	110円	オリジナルエコバック	200円
キーホルダー	110円	ガリガリとんぼ	110円
切り絵	200円	かさ袋ロケット	110円
うぐいす笛(竹細工)・水鉄砲(竹細工)	110円	坐禅	お礼 (3000円・菓子折り)
プラコプター(割りばし細工)・ガリガリとんぼ(割りばし細工)	110円	キャンプファイヤー	4,200円
紙粘土工作	150円	ボーンファイヤー	2,100円
		キャンドルファイヤー	1本 30円



野外炊飯



焼そば作り



キャンプファイヤー



うぐいす笛



カレー作り



うどん作り



切り絵



焼き板「表札づくり」

施設案内

- 本館
 - 大広間 (和室104畳) (定員100名)
 - 第2研修室 (定員30名)
 - 第2指導員室 (定員6名)
- 新館
 - 第1研修室 (定員60名)
 - 宿泊室(16室) (定員128名)
 - ホール①～④ (定員各32名)
 - 第1指導員室 (定員4名)
 - 大食堂 (148脚)
- 修養館(旧別館)
 - 講堂(約150㎡) (定員80名)
 - 和室(3室) (定員20名)
- 広場
 - 野外活動
 - 野外炊はん場
 - テントサイト (20張まで)
- 駐車場 (36台程度)

本館 大広間



新館 研修室



新館 ベッドルーム



新館 食堂 148席



研修所へのアクセス

◆ 水戸方面から：常磐自動車道那珂IC下車（常陸太田方面へ約25分）
 ◆ 日立方面から：常磐自動車道日立南太田IC下車（常陸太田方面へ約20分）



常陸太田市西山研修所

指定管理者・有限会社クリーンエース

〒313-0041 常陸太田市稲木町1699番地の8
 TEL: 0294-72-0359 FAX: 0294-72-0349
 HP: www.ho-nishiken.jp mail: info@ho-nishiken.jp
 ※営業時間: 8:30～17:30 (月曜休所日)