

新宿区立  
区民保養施設  
ハンドブック



新宿区では、区民の皆さまの健康回復・増進や余暇活動の充実等を目的として、「箱根つつじ荘」、「グリーンヒルハヶ岳」、「ヴィレッジ女神湖」の3つの保養施設を設置しています。

## ご利用にあたって

### (箱根つつじ荘・グリーンヒルハヶ岳)

「ヴィレッジ女神湖」の利用方法は P6 でご案内します。

#### 1 利用できる方

抽選への参加及び優先予約ができるのは、区民(区内在住)の方のみです。予約に空きがある場合は、区民以外の方も利用できます。

#### 2 利用期間

通年利用できます。ただし、施設整備等で休館する場合があります。休館日は、広報新宿(毎月25日号)、各施設ホームページ、受付窓口等でご案内します。

#### 3 利用回数・日数

連続宿泊回数	区民：5泊6日まで	区民以外：3泊4日まで
予約回数	区民：一月に2回まで	区民以外：一月に1回まで

ただし、空室があるときは、延泊が可能です。宿泊希望日の2日前から各施設で受け付けます。

#### 4 注意事項

- (1) 事前に申し出た身体障害者補助犬を除き、ペット等の持込みはできません。
- (2) 18歳未満の方のみの利用は、義務教育終了後の年齢15歳以上の方に限り可能としますが、その場合利用者全員の保護者の承諾書(書式は問いません)を必要とします。承諾書は利用当日施設に提出してください。
- (3) 施設内は、指定された喫煙コーナーを除き、客室も含め全面禁煙です。

# 利用申込みの流れ(箱根つつじ荘・グリーンヒルハヶ岳)

## 1 予約手続き

区  
民

### 1. 区民抽選予約

**受付期間** 利用希望日3か月前の月の1～10日(必着)\*  
※10日が区役所閉庁日の場合は前後しますので、別に配布している「予約受付日程表」をご覧ください。

**申込方法** 専用往復ハガキのみ  
※郵送または受付窓口を持参  
※年末年始(12/28～1/5)は2部屋まで

**結果通知** 利用希望日3か月前の月の18日頃  
※当落に関わらず返信ハガキで通知します。当選ハガキをもって予約が確定しますので、当選ハガキの予約内容をご確認ください。  
※当選ハガキは、施設ご利用当日にご持参ください。

★抽選終了後の空室情報は、受付窓口及び特別出張所のほか、以下のサイトでも確認できます。

URL : <https://shinjuku-hoyoshisetsu-yoyaku.kumin.tokyo/calendar-availability>



### 2. 区民優先予約

**予約開始日** 利用希望日の3か月前の月の21日  
**予約方法** インターネット、電話または受付窓口

区  
民  
以  
外

### 3. 一般予約

**予約開始日** 利用希望日の前月の1日  
**予約方法** インターネット、電話または受付窓口  
※利用希望日2日前以降は各施設で受付。

★ゴールデンウィーク・年末年始については、抽選受付期間及び予約開始日が利用希望日の4か月前(区民以外は2か月前)になる場合があります。

★施設の予約にあたっては、広報新宿(毎月25日号)や、以下のホームページをご確認ください。  
URL : [https://www.city.shinjuku.lg.jp/kanko/file02\\_05\\_00014.html](https://www.city.shinjuku.lg.jp/kanko/file02_05_00014.html)



## 2 予約案内書の発行

予約が完了したら、受付窓口で予約された場合はその場で、電話で予約された場合は郵送で予約案内書を発行します。なお、区民抽選予約の場合は、当選ハガキ、インターネット予約の場合は、予約完了のメール画面が予約案内書になります。

## 3 予約確認

利用日の1週間前を目途に、施設から予約内容確認のご連絡をいたします。

## 4 施設のご利用

チェックインの際、現地フロントに「当選ハガキ」または「予約案内書」を提示してください。区民利用の方は、本人確認書類<sup>(※)</sup>も提示してください。提示いただけない場合は区民以外料金となります。

宿泊料金及び附帯施設料金、入湯税、レストランでの飲料代、各種割引等は全て、チェックアウトの際に精算します。

### 予約の変更・取消

予約の変更等は、受付窓口・インターネット(利用日2日前以降は各施設のみ)で受け付けます。  
※キャンセル料が発生する場合があります。

### 利用申込み等の受付窓口

営業日時	月～金曜日(区役所閉庁日を除く) 9～17時	土・日・祝日 10～18時
受付窓口	新宿区保養施設受付 (新宿区役所本庁舎1階)	電話予約センター ※電話での受付のみ(株)日本旅行)
連絡先	電話：03-5273-3881 FAX：03-5285-5362	電話：03-5369-3902 ※12/29～1/3は休業します

### ■インターネット予約

URL <https://shinjuku-hoyoshisetsu-yoyaku.kumin.tokyo/>  
利用には、事前に利用者登録が必要です。



#### ※本人確認書類

対象：18歳以上の区民料金が適用される宿泊者全員

原則として、マイナンバーカード・運転免許証・資格確認書等の公的書類で、氏名及び住所の両方が確認できるもの。

## 箱根つつじ荘 抽選ハガキ記入例

申込代表者	フリガナ	ハコネ タロウ				
	氏名	箱根 太郎				
	住所	新宿区 歌舞伎町 1-4-1				
	連絡先	電話 03-XXXXX-0000				
第2代表者	氏名					
	住所	新宿区				
利用日	第1希望	4月 1日 から 1泊				
	第2希望	4月				
	第3希望	月				
希望客室	和室 (全24室) 定員5・6名	1室	洋室 (全6室) 定員2名	室	和室・洋室 どちらの部屋 でもよい	室
	合計				室	
人数		大人(13歳以上)		子ども(3~12歳)		合計人数
	区民	2名	1名			4名
	区民以外	1名		名		

代表者は新宿区民に限ります。

第2代表者は、同行する区民がいる場合に記載してください。

※当選後、第2代表者以外の代表者変更はできません。

希望される客室数をご記入ください。

※年末年始(12/28~1/5)は2部屋までです。

返信用ハガキの記載欄も必ずご記入ください。

# グリーンヒルハケ岳 抽選ハガキ記入例

申込代表者	フリガナ	ヤツガタケ ハナコ		
	氏名	ハケ岳 花子		
	住所	新宿区 歌舞伎町 1-4-1		
	連絡先	電話	03-XXXXXX-00	
第2代表者	氏名			
	住所	新宿区		
利用日	第一希望	8月24日から 2泊	<input checked="" type="checkbox"/> 新宿発バスツアー希望	
	第二希望	8月10日から 2泊	<input type="checkbox"/> 新宿発バスツアー希望	
			<input type="checkbox"/> 新宿発バスツアー希望	
希望客室	本館	和室	和洋室	※洋室
				1 室
		和洋室	室	室
		和洋室	室	室
		和洋室	室	室
		和洋室	室	室
		和洋室	室	室
		和洋室	室	室
		和洋室	室	室
		和洋室	室	室
合計				2 室
(*) バリアフリー対応の客室利用 (洋室のみ) について			<input checked="" type="checkbox"/> 希望する	
(上記で「希望する」を選択する場合) 抽選の結果、バリアフリー非対応の客室が当選した場合				
		<input checked="" type="checkbox"/> 予約を希望する	<input type="checkbox"/> 予約を辞退する	
人数		大人 (13歳以上)	子ども (7歳~12歳)	合計人数
	区民	名	名	名
	区民以外	名	名	名

代表者は、新宿区民に限ります。

バスツアーへの参加を希望される日程については、チェックを入れてください。

第2代表者は、同行する区民がいる場合に記載してください。  
※当選後、第2代表者以外への代表者変更はできません。

バリアフリー対応洋室の利用を希望される場合は、「希望する」にチェックを入れてください。

希望される客室数の合計をご記入ください。  
※年末年始(12/28~1/5)は2部屋までです。

当選した客室が、バリアフリー非対応であっても利用したい場合は「予約を希望する」、バリアフリー対応でなければ利用を希望されない場合は「予約を辞退する」に、チェックを入れてください。

ヴィレッジ女神湖は、区民の皆さまのリフレッシュや生涯学習活動や合宿などの団体利用にご活用いただくための施設です。

## ご利用にあたって (ヴィレッジ女神湖)

### ★ 利用できる方

区内に在住の方、在勤の方、それらの方と同行する方が利用できます。

### ★ 宿泊利用

#### 【ご利用までの流れ】

- 利用希望日の2ヵ月前の同日から2日前まで予約できます。
- インターネット予約のほか、受付窓口または電話で受け付けます。  
TEL 平日 03-5273-3881 土日祝 03-5369-3902  
URL : <https://shinjuku-hoyoshisetsu-yoyaku.kumin.tokyo/>
- 電話で予約した場合、予約案内書兼利用承認書が郵送されてきますので利用日当日にフロントにお持ちください。インターネット予約の場合は、予約完了メール画面をご提示ください。



#### 【空室情報】

- 受付窓口及び特別出張所のほか、以下のサイトでも確認できます。  
URL : <https://shinjuku-hoyoshisetsu-yoyaku.kumin.tokyo/calendar-availability>

### ★ 抽選期間のご利用

#### 【抽選について】

- 夏休み・年末年始・ゴールデンウィークは利用抽選を行います。
- 抽選の申込は3泊以内、1グループ5室までです。
- 受付期間内に専用はがきで申し込んでください。
- 専用はがきは受付窓口及び特別出張所で配布しています。
- 当選した方は、利用申請締切日までに利用申請をしてください。
- 抽選終了後の空き室は、通常どおりご利用いただけます。

### 抽選を行う期間等

利用の抽選を行う期間	夏休み	年末年始	ゴールデンウィーク
抽選申込み受付期間	7/15～8/31	12/20～1/5	4/25～5/10
抽選結果通知書の発行日	5/1	10/1	2/1
当選者の利用申請締切日	5/14	10/14	2/14

# ヴィレッジ女神湖 抽選ハガキ記入例

## 女神湖高原学園

### 利用抽選申込書 (最大3泊まで)

第1希望	5月	3日	から	2泊
第2希望	5月	6日	から	2泊
第3希望	5月	8日	から	
申込人員	大人 (13歳以上)	4人	南(区民)棟 4人部屋和室 希望室数	2室希望 (5室まで)
	子ども (3歳~12歳)	4人		
	計	8人		
※南(区民)棟が定員を超えた場合に、北(学校)棟を希望する方は北(学校)棟の希望部屋数も記入してください。				
北(学校)棟の利用 (該当の番号に「○」 をしてください)	① 希望する		北(学校)棟	2室希望 (5室まで)
	2 希望しない		(6人部屋和室)	

希望される客室数の合計を記入してください。

#### A 申請代表者名をご記入ください。

フリガナ 氏名	メガミコ ハナコ 女神湖 花子
住所	新宿区歌舞伎町 1-4-1
方書	(アパート・マンション名)
〒	160-0021
☎ (市外局番から)	03-0000-XXXX
利用者区分 (該当に○をしてください)	1 区内在住 ② 区内在勤

代表者は新宿区民に限ります。

#### B 申請代表者が在勤の場合のみご記入ください。

勤務先	名称	株式会社〇〇商事
	所在地	新宿区 大久保〇-〇-〇
	所属部・課・係	〇〇部 〇〇課 〇〇係
〒	160-072	↓ダイヤルインのない場合は内線を記入
☎	03-XXXX-0000	



中強羅区民保養所

# 箱根つつじ荘

〒 250-0408 神奈川県足柄下郡箱根町強羅 1320

☎ 0460-82-1144 FAX 0460-82-3218

HP アドレス : <https://www.hakone-tsutsujiso.jp/>



## アクセス

### 電車

新宿駅

小田急線  
ロマンスカー

箱根湯本

箱根登山鉄道

強 羅

※ケーブルカー

中強羅

※徒歩 7 分

### 自動車

新 宿

首都高速・  
東名高速道

厚木 IC

小田原厚木  
道路

小田原

国道一号線

湯 本

県道

強 羅

箱根つつじ荘

## 施設の概要

**客 室** 和室 (5, 6 人用) 24 室 洋室 (2 人用) 6 室  
全室トイレ付 (ウォシュレット完備)、無料 Wi-Fi 完備

**利用時間** チェックイン : 14 時から チェックアウト : 11 時まで

**食 事** 夕食 : 会席料理 朝食 : 和食・洋食から選択  
※アレルギー対応については、事前につつじ荘にご相談ください。

**風 呂** 大浴場・露天風呂 (源泉かけ流し)、  
家族風呂 (3 カ所)

**その他** 宴会場、カラオケ、娯楽室、喫茶、ランドリールーム  
キッズスペース、駐車場、車椅子・オストメイト対応トイレ、エレベータ有り  
(麻雀・囲碁・将棋・トランプの無料貸出しあり)  
※利用可能なクレジットカードは NICOS・VISA・Master・JCB・Diners Club・  
American Express です。

**特 典** ① 受付窓口で発行する割引証で、**小田急電鉄(株)の運賃が約 15%引**になります。  
(運賃のみ適用、特急料金は適用外です。)

② 往路のみ**強羅駅**からの**タクシーが無料**になります (登山ハイヤーまたは  
伊豆箱根交通のみ)。



## 利用料金等

### 1 宿泊料金／1名 (1泊2食付、消費税込) ※区民：本人確認書類を提示された方

利用形態		利用料金				
		区民		区民以外		
		平日	繁忙期 ※1・2	平日	繁忙期	
※1	※2					
大人	3名以上1室利用	5,700円	6,700円	8,400円	10,400円	11,400円
	2名1室利用	6,700円	7,700円	9,400円	11,400円	12,400円
	1名1室利用	7,700円	8,700円	10,400円	12,700円	14,000円
子ども(3～12歳)		4,300円	5,300円	6,000円	7,000円	7,500円

※中学生以上の方は、上記料金のほかに入湯税150円が別途かかります。

※12月31日～1月2日の宿泊は、特別料理代として、800円が別途かかります。

★3歳以上の未就学児で食事(夕食)を「キッズ・プレート」に変更する場合は子ども料金から600円割引となります。

※1 休前日・夏季

▶土曜日

▶休日にあたる金曜日

▶翌日が休日である日曜日

▶夏季7月21日～8月31日(お盆期間除く)

※2 GW・お盆・年末年始

▶GW(4月29日～5月5日)

▶お盆(8月11日～15日)

▶年末年始(12月28日～1月5日)

### 2 日帰り入浴料金／1回 (休憩含む、消費税込・入湯税別)

600円

※中学生以上の方は、入湯税50円が別途かかります。

### 3 割引制度

以下の手帳をお持ちの新宿区民の方は、年度内2泊まで利用料金が1/2となります(現地にて手帳の提示が必要です)。

- ・「身体障害者手帳」(1・2級)
- ・「愛の手帳」(1・2度)
- ・「精神障害者保健福祉手帳」(1級)

### 4 キャンセル料

キャンセルの申出が利用日の2日前以降の場合、以下のとおりキャンセル料がかかります。

大人：2,100円 子ども：1,800円

※ただし、団体(20名以上)の場合は、6日～3日前までのキャンセル申出についても、1人1泊1,000円のキャンセル料がかかります。

※12月31日、1月1日、1月2日の宿泊キャンセルは、大人・子どもともに800円増となります。

## 温泉

箱根つつじ荘の一番の自慢  
大涌谷源泉かけ流しの湯をお楽しみ  
ください。



## お部屋

和室・洋室とも庭園からの日差し  
で明るく開放的な寛ぎの空間です。



## お食事

季節ごとに素材を活かした  
旬の味覚をご堪能ください。



## 催事

毎月26日は「フロ(26)の日」  
楽しいイベントが盛りだくさん。



区民健康村

# グリーンヒル八ヶ岳

〒408-0036 山梨県北杜市長坂町中丸 1622

☎ 0551-32-7011 FAX 0551-32-7010

HP アドレス：http://www.kenkoumura.jp/



## 施設の概要

- 客室** 和室 (5,6 人用) 15 室  
和洋室 (5,6 人用) 6 室  
洋室 (2,3 人用) 5 室  
(内、バリアフリー対応 1 室)  
コテージ (4,6 人用) 5 室  
全室トイレ付(ウォシュレット完備)  
無料 Wi-Fi 完備

- 利用時間** チェックイン：14 時から  
チェックアウト：11 時まで

- 食事** 夕食：会席料理 朝食：バイキング形式  
※アレルギー対応については、事前にご相談ください。

- 風呂** 大浴場・露天風呂 (天然温泉)、サウナ

- その他** レストラン、宴会場、キッズスペース、バーデハウス (室内温水プール)、  
トレーニングルーム、アリーナ (体育館)、研修室、茶室、カラオケルーム、  
多目的グラウンド、テニスコート、キャンプ場ほか、エレベータ (本館)、  
車椅子・オストメイト対応トイレ (本館) (各種玩具、スポーツ用具等の貸出しあり)  
※宿泊者は長坂駅、小淵沢駅及び長坂・高根バス停から無料送迎バスがあります。  
(予約制のため、予約・問い合わせは直接施設にご連絡ください)  
※利用可能なクレジットカードは VISA・Master・JCB・Diners Club・American Express です。



# 利用料金等

## 1 宿泊料金／1名 (1泊2食付、消費税込) ※区民：本人確認書類を提示された方

利用する 部屋の 定員	一室当たり 人数 (子ども含む)	平日		繁忙期(※)						
				休前日 & 夏季		GW&お盆		年末年始		
		区民	区民 以外	区民	区民 以外	区民	区民 以外	区民	区民 以外	
本館	6名	5名以上	6,000円	9,100円	6,500円	10,600円	8,000円	13,100円	9,000円	14,100円
		2～4名	7,500円	10,600円	8,500円	12,600円	9,500円	14,600円	10,500円	15,600円
	5名	4名以上	6,000円	9,100円	6,500円	10,600円	8,000円	13,100円	9,000円	14,100円
		2～3名	7,500円	10,600円	8,500円	12,600円	9,500円	14,600円	10,500円	15,600円
2～3名	2～3名	7,500円	10,600円	8,500円	12,600円	9,500円	14,600円	10,500円	15,600円	
	1部屋を1名で 利用する場合	13,000円	16,100円	14,000円	18,700円	15,000円	21,700円	16,000円	21,700円	
コテージ	6名	5名以上	6,000円	9,100円	6,500円	10,600円	8,000円	13,100円	9,000円	14,100円
		2～4名			8,500円	12,600円	9,500円	14,600円	10,500円	15,600円
	4名	3名以上			6,500円	10,600円	8,000円	13,100円	9,000円	14,100円
		2名			8,500円	12,600円	9,500円	14,600円	10,500円	15,600円
子ども(3歳～12歳) 本館・コテージ共通		3,600円	5,100円	3,600円	5,100円	4,600円	6,600円	6,000円	8,000円	

- ※年齢12歳以上の方は、上記料金のほかに入湯税150円が別途かかります。  
※コテージの1名利用はできません。

※繁忙期について

- ▶休前日 ①土曜日  
②休日にあたる金曜日  
③翌日が休日である日曜日
- ▶GW 4月29日～5月5日
- ▶夏季 7月21日～8月24日  
(お盆を除く)
- ▶お盆 8月11日～8月15日
- ▶年末年始 12月31日～1月3日

## 2 キャンセル料

時期	種別	1週間前まで	6～3日前	2日前～前日	当日
平日及び 休前日・夏季	一般	なし	なし	50%	100%
	団体 (20名以上)				
GW・お盆及び 年末年始	一般		20%		
	団体 (20名以上)				

### 3 割引制度

障害者割引	「身体障害者手帳」(1・2級)、「愛の手帳」(1・2度)、「精神障害者保健福祉手帳」(1級)をお持ちの新宿区民の方は、年度内2泊まで利用料金が1/2となります(現地にて手帳の提示が必要です)。
平日連泊割引	平日料金で2日以上宿泊の場合、2泊目の利用料金が1名につき500円割引、3泊目以降割引額が1日200円ずつ加算されます。(例:3泊目700円、4泊目900円割引)
ファミリー割引	1部屋に2名以上の子どもがいる場合、2人目以降の子ども全員の利用料金が半額となります。
団体割引	団体(20名以上)で宿泊利用する場合、全員の利用料金の10%が割引となります。

### 4 付帯施設利用料金

施設名	区分	区 民		区民以外	
		大 人	子 ども	大 人	子 ども
日帰り入浴	1人1回	400円	200円	600円	300円
バーデハウス (温水プール)	1人1回	400円	200円	500円	250円
	1人1日	600円	300円	750円	380円
研修室	午前・午後・夜間	1,500円		1,800円	
茶室	午前・午後・夜間	500円		600円	
カラオケルーム	1室1時間	1,200円		1,500円	
アリーナ	1人1時間	100円		200円	
アリーナ(貸切)	2時間	1,500円		1,800円	
トレーニングルーム	1人1日	200円		300円	
ゲートボール場	1人2時間	100円		200円	
テニスコート	1面2時間	1,500円		1,800円	
多目的グラウンド(貸切)	早朝・午前・午後	1,000円		1,500円	
パターゴルフ場	—	無 料		無 料	
キャンプ場(4月~9月)	チェックイン~アウト	200円		300円	

- ★日帰り入浴で年齢12歳以上の方は、入湯税150円が別途かかります。
- ★日帰り入浴の利用時間は、13~19時(最終入場18時30分)です。
- ★多目的グラウンドは、貸切利用以外原則無料開放となります。
- ★トレーニングルームは15歳未満の方は利用できません(保護者同伴でも利用不可)。
- ★テニスコートの夜間照明料金は2時間1,000円です。
- ★区分のうち、早朝とは6~9時、午前は9~12時、午後は13~16時、夜間は17~21時です。  
※早朝利用の申し込みは、前日の21時までをお願いします。
- ★水着や自転車・テント等の貸出もあります(有料)。
- ★詳細・予約は直接現地へご連絡ください。

## お部屋



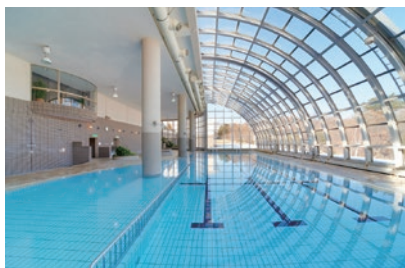
ゆったりとしたお部屋でおくつろぎください。和室、洋室、和洋室、バリアフリー対応のお部屋をご用意しています。

## お食事



夕食は地元甲州の素材を活かした会席料理をご用意しています。朝食はバイキング形式の健康朝食をお楽しみください。

## バーデハウス(プール)



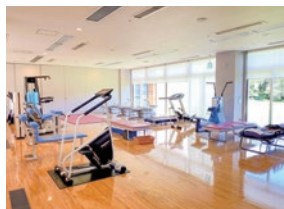
全長 20 m の温水プール、気泡湯、寝湯、打たせ湯など、水着で様々な温浴をお楽しみください。

## 大浴場



スポーツの後は良質な天然温泉の大浴場で疲労回復。サウナ、水風呂、打たせ湯を完備しています。

グリーンヒルハケ岳では、体育館、トレーニングルームなど充実した屋内設備と、広大な多目的グラウンドやテニスコートなどがあり、様々なスポーツを楽しめます。また、季節ごとにイベントを開催しています。ご家族やお友達同士で参加してみたいかがでしょうか。



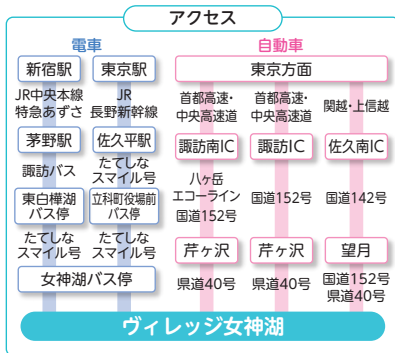
新宿区立女神湖高原学園

# ヴィレッジ女神湖

〒384-2309 長野県北佐久郡立科町大字芦田八ヶ野字赤沼平 994 番

☎ 0267-55-6100 FAX 0267-55-6833

HP アドレス : <http://www.megamiko.net>



## 施設の概要

**客室** 南 (区民) 棟 和室 (4名) 10室  
北 (学校) 棟 和室 (6名) 26室  
【共通】 テレビ・トイレ・洗面所・金庫  
【南棟のみ】 ウォシュレット・冷蔵庫、無料 Wi-Fi

**利用時間** チェックイン: 14時から チェックアウト: 10時まで

**食事** 夕食: 蓼科牛など地元食材を使用した四季料理 朝食: 和食

**風呂** 南 (区民) 棟: 中浴室 (2室)  
北 (学校) 棟: 大浴室 (4室)・小浴室 (4室)

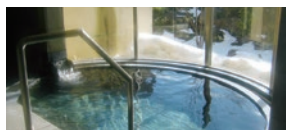
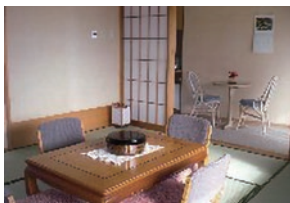
**その他** レストラン、学校用食堂、オリエンテーションホール、体育館、レクリエーションホール、カラオケルーム、キャンプファイヤー場、飯ごう炊さん場、屋外広場、車椅子・オストメイト対応トイレ、駐車場ほか

※各種スポーツ用具等の貸し出しあり (詳しくは施設におたずね下さい。)

※宿泊者には佐久平駅及び東白樺湖バス停から無料送迎を行っています。

※利用可能なクレジットカードは VISA・Master です。

また、QRコード決済として、PayPay をご利用いただけます。



## 利用料金等 (標準)

### 1 宿泊料金 / 1名 (1泊2食付、消費税込)

利用形態		南 (区民) 棟	北 (学校) 棟
6名1室利用	大人	—	3,700円
	子ども	—	2,800円
5名1室利用	大人	—	3,780円
	子ども	—	2,880円
4名1室利用	大人	4,050円	3,900円
	子ども	3,100円	3,000円
3名1室利用	大人	4,260円	4,100円
	子ども	3,310円	3,200円
2名1室利用	大人	4,700円	4,500円
	子ども	3,750円	3,600円
1名1室利用	大人	6,000円	5,700円
休憩 (10時~13時)	1人あたり	400円	

※ 大人は13歳以上、子どもは3歳から12歳までです。2歳以下は無料です。

※ 閑散期 (4月、6月、9月、10月、11月) の宿泊は、大人500円、子ども300円を割引します。

※ 身体障害者手帳 (1・2級) ・愛の手帳 (1・2度) ・精神障害者保健福祉手帳 (1級) をお持ちの方が利用される場合は、割引料金が適用されます。施設利用される際、手帳を提示してください。詳しくは施設にお問い合わせください。

### 2 附帯施設利用 (貸切)

附帯施設	1時間あたり
体育館	750円
レクリエーションホール	750円
オリエンテーションホール	750円
カラオケルーム	1,000円



区民棟客室



学校棟客室

### 3 キャンセル料

取消 (全部・一部) を行う場合は、申出日に応じてキャンセル料がかかります (右表)。

申出日	キャンセル料
利用日の2日前	25%
利用日の前日	75%
利用日の当日 (無断キャンセルを含む)	100%

## 自然豊かなふるさと体験プログラムのご紹介

緑あふれる立科で、四季折々の風景を満喫しながら様々な地元体験をお楽しみいただけるプログラムをご紹介します。

**【農業体験】**…団体用プラン 20名から

田植え (5月中旬～6月上旬) …手植えによる作付け体験  
リンゴ作業 (摘果5～6月)・葉つみ (9～10月)・収穫 (11月)  
トウモロコシ狩り (7月上旬～8月上旬) …収穫、試食

**【郷土料理体験】**…ご家族・グループプラン 4名から

そば打ち ……そばの麺打ちから食べるまで  
ほうとう作り…手作り味噌を使って  
おやき作り ……手軽にできる田舎のおやき

※一週間前にご予約が必要となります。詳しくは立科町役場産業振興課へお問い合わせください。



田植え体験



蕎麦打ち体験

## 地域の自然の特色を生かした体験プログラムのご紹介

山菜採り (5～6月)

蓼科山登山 (5～10月)

八島湿原トレッキング (6～9月)

星空観察会 (7～10月)

きのご狩り (9～10月)

スノーシュー・歩くスキー・そり遊び (12～3月)



蓼科山登山

## 立科町まるごと体験フィールドワーク

立科町は南北に長い形状をしており、北部の農村エリアには山間に広がる田園風景、中山道や芦田宿などの歴史を感じるスポットが、南部の高原エリアには蓼科山、女神湖、白樺湖などの自然豊かなスポットがあり、オールシーズンで楽しめる、魅力がたくさん詰まった町です。お越しの際には「立科うわさマップ」や「立科音声ガイドナビ」を活用し、街歩きをお楽しみください。(問い合わせは蓼科白樺高原観光協会・立科町商工会・立科町役場へ)



立科音声ガイドナビ

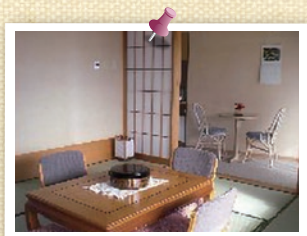
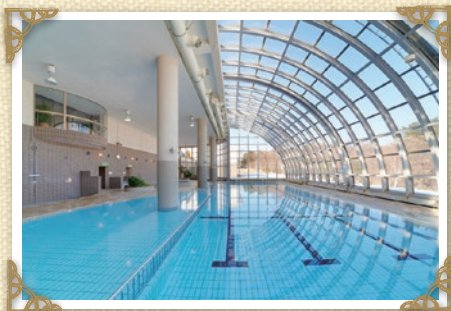


立科うわさマップ

## 各種団体様向けプラン (バス会社の手配から行程プランのご提案までお手伝いします)

近隣の観光名所巡り・地元での体験学習・施設内でのレクリエーション(アウトドアクッキングやキャンプファイヤーなど)など、様々なメニューのアレンジが可能です。

その他、スポーツサークル・ゼミ・趣味の会など、様々な団体の合宿や親睦旅行に最適です。詳しくはお問い合わせください。



## 受付窓口

新宿区役所 本庁舎1階  
新宿区保養施設受付

●月～金曜日(区役所閉庁日を除く)…9時～17時

TEL : 03-5273-3881

FAX : 03-5285-5362

●土・日・祝日…10時～18時

※電話での受付のみ(㈱日本旅行)

TEL : 03-5369-3902

(12/29～1/3は休業します)

●インターネット予約

URL : <https://shinjuku-hoyoshisetsu-yoyaku.kumin.tokyo/>

