

# 日吉自然の家

## ガイドブック(一般用)

～実りある研修のために～



日吉自然の家と雲仙岳

### 日吉自然の家

〒851-0254  
長崎市飯香浦町3715番地

TEL (095) 824-5017  
FAX (095) 822-6291  
ホームページ <https://hiyoshi-shizen.jp/>  
E-mail [hiyosi-sizen@diamondstaff.co.jp](mailto:hiyosi-sizen@diamondstaff.co.jp)

【2025.4.1更新】

## 目 次

- P 1 利用日までの流れ、経費
- P 2 到着から活動開始まで、退所するまで
- P 3 プログラム作成にあたって
- P 4 自然の家でできる活動内容例、研修(活動)用具、申請書の記入について
- P 5 生活上の留意事項、携行品、その他
- P 6~7 食堂メニュー
- P 8 日吉自然の家で取り扱う物品一覧
- P 9 日吉自然の家 館内図 避難経路
- P 10 緊急時の対応について
- P 11 近隣公的機関及び病院連絡先

## 利用日までの流れ (宿泊利用団体の場合)

利用の目的を明確にして、勤務員と連絡を取りながら必要な手続きを済ませましょう

◆グループ、サークル、企業、学校、学級、部活動、子供会などの5名以上の宿泊・日帰り研修にご利用下さい。

※中学生以下の日帰り利用、高校生以下の宿泊利用は引率者がいないと利用できません。

◆3人以上の家族単位での利用もできます。

※ただし、人数次第では食事提供ができないことがあります。

予 約

- ◆ 電話でお願いします。
- ◆ 市内の方は、利用日の3か月前の月初め(原則1日)9:00から受け付けます。  
※長崎市外に在住の方(団体)は利用日2か月前の月初め9:00から受け付けます。  
(詳細については、お問い合わせください)

利用打合せ

- ◆ 予約申し込みが済み次第、代表者は来所し勤務員と打合せを行ってください。利用目的・内容・場所の調整。その時に必要な書類を配布します。  
(必要書類はホームページからダウンロードもできます)

申請書提出

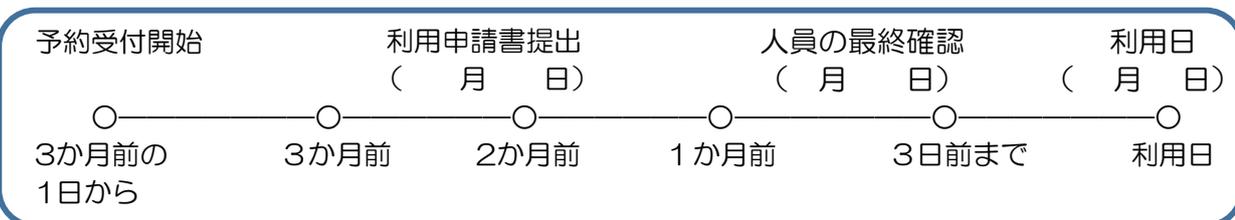
- ◆ 予約後速やかに(市内の方は2か月前まで)利用許可申請書を提出ください。アレルギー情報を忘れないでください。(郵送・Fax・E-mailも可能です)  
申請書内容に不備等がないかを確認し受付を完了します。  
※各団体は自然の家の性格や生活のきまり、携行品などについて参加者にご連絡ください。

人員の確認

- ◆ 人員の増減は、利用日の3日前の午前中までにご連絡ください。(食事数の変更ができない場合があります)。

入 所

- ◆ 事務室で入所手続き後、会計を済ませてください。



※ 日帰りの場合は、利用日の1か月前の予約で、2週間前までに申請書を提出していただくようになります。詳しくは、お問い合わせください。

## 経 費

施設利用料	1人/1泊2日	日帰り	
幼児・小・中学生	270円	無 料	
高校生	540円	無 料	
その 他	大学生・大人	1,084円	330円
	4歳未満	無 料	無 料

食 費 例(小学生以上)			
朝 食	昼 食	夕 食	合 計
510円	660円	880円	2,050円

詳細は食堂メニューを参照下さい。  
薪・炭代は別途薪代306円/1籠、七輪炭代204円/1台  
石窯使用は1,530円(薪代込)が必要

体育館利用料 (1時間当たり)	体育館全面利用	体育館半面利用	体育館全面照明	体育館半面照明
	313円	156円	209円	104円

※**宿泊の場合、1泊あたり1人100円の宿泊税をいただきます。**

※**宿泊の場合、シーツ代(153円/一人、3泊までは同じシーツで可)**をいただきます。

幼児(乳幼児)につきましては、お問い合わせください。体育館利用料(照明含む)は、発生しません。

○施設利用料の納入は、到着後に事務室でお願いします。

○食費は、退所までに食堂へ支払ってください。

○銀行振込をご希望の方は事前にご連絡ください。

## 到着から活動開始まで（宿泊の場合）

### 入所（受付）（10分）

- 必ず成人の引率責任者が必要です。  
（宿泊の場合高校生以下の生徒、児童だけでの利用はできません）
- 代表者は人員を確認後、勤務員と利用についての最終確認を行い、施設利用料を受領します。
- ◆確認事項
  - ①人員確認（申請書、利用者名、宿泊者、日帰り者簿等の確認）
  - ②研修内容・場所の確認(他団体との調整が必要な場合の時間設定)
  - ③宿泊室の確認
  - ④その他（入浴時間など）
- 部屋のカギが必要な際は、勤務員にお申し出ください。

### オリエンテーション（入所式）（20分）

- 全員指定された場所へ荷物を持って移動してください。
- オリエンテーションは、自然の家での生活をより快適に、より成果が上がるように方向付けするものです。全員そろって受けてください。（引率者も）
- ☆研修内容・場所の変更などの連絡や生活上の諸注意は、代表者が行ってください。

### 宿泊室へ移動

- 着替えなど、研修（活動）の準備をしましょう。
- ※シーツと枕カバーは、各階中央階段横ラックに準備しています。部屋ごとにお取りください。

### 研修（活動）開始

- ☆いよいよ皆さん方の時間です。自主的に、充実した研修（活動）を始めましょう。
- 日々の研修はタイムテーブルに沿って進めてください。
- ※活動内容として、営利を目的とした活動、政治的・宗教的活動、その他自然の家でのきまりを守っていただけない場合は、退所していただく場合があります。

## 退所するまで

1. 物品の返却①シーツ・枕カバーは、朝のつどい前に各階ラック横の緑袋に返却してください。  
（退所する日またはシーツ交換の日）  
②アンケートにご協力ください。  
③貸し出した物品は確実に返却してください。
2. 部屋の点検 **代表者は、責任をもって部屋の清掃、整理状況などを点検し、事務室までご連絡ください。代表者立会い(原則全員参加)の下、勤務員が寝具等の整理整頓、清掃状態の点検に参ります。**
3. 退所式 **代表者は人員を確認し、全員そろったら事務室にご連絡ください。研修を振り返ります。**

## 日帰り利用の場合

### 入所（受付）（10分）

- 代表者が人員の確認と料金の支払いを行います。  
（中学生以下は成人の引率者が必要です。）

### 研修開始

- 活動場所へ移動し研修を開始してください。

### 退所

- 予定の時間までに、活動場所の後片付け・清掃を終わらせます。

## プログラム作成にあたって

○日吉自然の家のタイムテーブルをもとにゆとりのあるプログラムを計画してください。

研修生も引率者も無理なく活動ができます。なお、時間帯の変更はご相談ください。

○宿泊利用の場合、入所は9：00から、退所は帰る日の16：30までが原則となります。

但し、学校の夏季休業中利用の場合は、入所15：00から、退所14：00までが原則です。

### 【日吉自然の家タイムテーブル】

時 間	研修（活動）内容	生 活 の 内 容
6:30	起 床 (寝具整理・洗面)	・当日退所する団体やシーツ交換の団体は、シーツ・枕カバーを各階ラック横の緑袋に返却してください。
7:00	朝のつどい (国旗等掲揚・体操等)	・国旗等の掲揚、ラジオ体操、諸連絡を行います。 (自主運営でも結構です。旗係・体操係数名) 【晴天時:グラウンド(つどいの広場) 雨天時:体育館】 ※12月～2月は7：20開始になります。
7:20	清 掃	・清掃分担の詳細は、別途資料をご覧ください。 部屋は雑巾での乾拭きをお願いします。
7:50	朝食・自由時間	・食事は給食の配膳方式です。片付けも団体でお願いします。
9:00	研修①(午前の活動)	・団体独自のプログラムで進めます。(宿泊室の戸締り、消灯)・研修(活動)用具の貸し出しを希望する団体は、開始前に事務室に申し出てください。 ※研修(活動)後は、次のことを確認して下さい。 ①使用した部屋の整理・整頓、清掃 ②戸締りや消灯・冷暖房を切ること ※退所日の団体は、研修時刻に間に合うよう部屋の片付けを済ませ、引率者が点検した後事務室に連絡ください。
12:00	昼食・自由時間	・朝食に準じて行ってください。
13:00	研修②(午後の活動)	・研修①に準じて行ってください。
16:30	夕飯のつどい (国旗降納・諸連絡) ※希望団体のみ	・国旗等の降納、団体紹介、活動紹介などを行います。 その後諸連絡等をします。 (自主運営をお願いしています。旗係数名)
17:30	夕食・自由時間	・朝食に準じて行ってください。 ・夜の活動の指導依頼がある場合は、夕飯のつどい前後に打合せを行います。
19:00	研修③及び入浴	・研修①・②に準じて行ってください。 研修室A・B 体育館の利用時間は21：00までです。 (複数団体で調整を行った場合は21：30まで。)
21:00	(夜の活動)	※複数団体いる場合は、夕食後からの入浴も可能です
21:00	入浴・自由時間 22時半まで(含む引率者)	・入浴はマナーを守り、時間厳守。最後の団体の方は、後片付けを写真に合わせて行い、終了の報告を事務室へお願いします。 ・個人研修(勉強等)は食堂及び、宿泊室をご利用ください。
22:00	小・中学生団体就寝準備	・代表者は人員を点検し、異常あれば事務室に届けてください。
22:30	小・中学生団体消灯・就寝 一般団体就寝準備	☆小・中学生団体の消灯・就寝時刻は22:30です。一般団体は、小・中学生団体がいる場合ご配慮ください。 ☆洗濯機・乾燥機の使用は22：30までです。
23:00	一般団体消灯・就寝	・代表者は団体の就寝状況を確認後、おやすみください。 ・消灯後の事故や非常事態の場合、代表者は直ちに宿直勤務員に報告し、指示を受けてください。

## 自然の家でできる活動内容例

<自然体験> 自然から学ぶ 仲間との協力・支え合い	ハイキング トレッキング	英彦山、こしき岩、網場金比羅岳、烽火山、茂木飯香浦海岸、ペンギン水族館 その他のコース
	野外活動・観察	各種スコアオリエンテーリング（長・短コース）、雨天用OL、ハンターゲーム、イニシアティブゲーム ナイトウォーク（長・短コース）、火おこし体験等 星空観察、野鳥観察、草花観察・採集等
<スポーツ・レクリエーション> 仲間とのふれあい・協力	交流交歓活動	ボンファイヤー、レクリエーション、百人一首
	室内・外活動	シャッフルボード、ペタンク、室内オリンピック、室内OL、ラダーゲッター、ドッジビー イニシアティブゲーム（問題解決型のアクティビティ）、 追跡ハイク、テント設営、テント泊、 バドミントン（3面）、バレーボール（2面）、 バスケットボール（1面）卓球台（2台）、スラックライン（2セット）
創作活動	ストーンアート、焼き杉、ハタづくり、プラホビー、木ホルダー、竹クラフト等	
炊事活動	カレー、焼きそば、焼肉、石窯ピザ、薪割体験、火おこし体験	

## 研修（活動）用具

- 視 聴 覚 ……テレビ、DVD・BDプレイヤー、プロジェクター
- 音 楽 ……CDプレイヤー、ポータブルアンプ
- ス ポ ー ツ …… バレー用具2面分、バスケットコート1面（リング調整可）、  
バドミントン用具3面分、卓球用具2台分、スラックライン用具、  
デジタルタイマー、得点板、審判台2台  
ニュースポーツ（シャッフルボード、室内・外ペタンク、ターゲットバードゴルフ）
- そ の 他 ……工作用具（ナイフ、のこ、はさみ、手袋）、マジック類、接着剤、  
炊事用具セット（幼児向けの包丁はありません。）

## 申請書の記入について（別途記入例を参考にしてください）

- 指導依頼がある場合は、その旨を申請書に記入してください。
- 野外活動を行う場合は、雨天時のプログラム（活動場所）も記入してください。
- 野外炊事を行う場合は、メニュー、班の数（1班あたり8～10名程度）を必ず記入してください。持込みでの炊事活動は、食材の管理上、原則禁止です。
- 焼肉の野外炊事は鉄板です。七輪の場合は網を利用します。  
（材料は、肉・キャベツ・玉ねぎ・にんじん・季節の野菜です）
- 野外炊事をする場合、ご飯を飯ごうで炊くか、炊飯器で炊くかを記入してください。
- 食事の人数（注文数）・開始時刻を記入し、変更する場合は3日前までに必ず報告ください。BBQの人数変更については、1週間前までにおねがいします。
- 交通手段を忘れずに書いてください。自家用車の台数が多い場合、制限させていただきます。
- 障がい者手帳や療育手帳を有する方が利用する場合、本人と随伴者（1名）の減免申請が可能。詳しくは自然の家勤務員にお尋ねください。

## 生活上の留意事項

- 日吉の約束・・・3つの「あ」「あいさつ、あとかたづけ、ありがとう」を社会生活の基礎として大切にしています。
  - ・「自分のことは自分です」
  - ・「周りの人、次に利用する人」のことを考えて行動する。
- プログラムの変更・・・変更がある場合は、早めに事務室にご連絡ください。
- 電話・・・携帯電話は天候や電話会社によってかかりにくいことがあります。緊急の場合は、事務室の電話をご利用ください。
- 呼出・・・研修（活動）時間中は緊急以外の呼び出しはできません。
- 遅刻、早退、外出・・・代表者を通じて、必ず事務室にご連絡ください。
- 病気・・・健康に異常がある場合は、早急に事務室に届けてください。
- 喫煙・・・自然の家は、多数の方々が利用される公共的な施設であるため、受動喫煙防止に努めています。喫煙場所をゴミ収集場所脇に設けておりますが、他の利用者がある場合はご遠慮ください。  
(改正健康増進法 H31.1.24による) (特に、未成年者が利用している場合は喫煙自体をご遠慮ください。) また、灰皿がないため喫煙される方は携帯灰皿を持参し、吸い殻は持ち帰るようお願い致します。
- 履物・・・館内（含体育館）は土足禁止です。自前の室内履きをご準備ください。
- 入浴・・・浴場には石けんはあります。シャンプーはありません。ドライヤーは貸し出しできます。
- 飲食・・・体育館（水分補給用の水を除く）並びに宿泊室及びリーダー室での飲食は厳禁です。（食堂は24時まで利用可能）  
(ガムは施設内厳禁です) 補食等の摂取は食堂をご利用ください。
- 掲示・・・団体独自の掲示物は、利用する研修室に限ります。その他の場所を利用する場合は、事務室にご相談ください。
- 遊具・・・使ったものの後始末をきちんとしましょう。

## 携行品

- 代表者は携行品について、全員に連絡してください。また、各自の携行品には、必ず記名を忘れないようお願いします。

### 【携行品の例】

- ①室内靴（体育館兼用可）【必須】
- ②洗面用具（シャンプー類、歯ブラシ等を含む）
- ③活動のしやすい服装（含む帽子）
- ④着替え（夏場、冬場の防寒、雨天対応用）
- ⑤筆記用具
- ⑥雨具（できれば上下別になったもの）
- ⑦個人が必要な薬（自然の家に内服薬は置いていません）

## その他

- 定期バス ○ 日吉自然の家への交通機関は、長崎バスの路線バス「飯香の浦」行きが利用できます。人員が多い場合(60名以上)は、乗車時間を分けてご利用ください。(必要な場合には直接長崎バスへご相談ください。)
- 冷蔵庫 ○ 食堂に冷蔵庫(4台、アレルギー対応用1台)を置いてありますのでご利用ください。ただし、生ものの持ち込みはご遠慮ください。
- 食事 ○ 食事人数の変更は、利用日の**3日前**まで可能です。早めにご連絡ください。焼肉の人数変更は、利用日の**1週間前**までにご連絡ください。

- 持ち込み ○ 飲食物の持ち込みはできますが、飲食は食堂のみです。室内での飲食は厳禁です。
- 水用の麦茶パックをご持参いただくと、容器があるので冷蔵庫を利用して冷やすことができます。事前あるいは当日勤務員へお伝えください。
- 花火をする場合は、事前にお知らせいただき、指定された場所をお願いします。ただし、打ち上げ花火・爆竹等危険なものや他人に迷惑のかかるものは厳禁です。また、水の準備・後片付けを確実にし、ゴミは各団体でお持ち帰りください。
- 持ち込んだゴミは、必ず各団体でお持ち帰りをお願いします。館内の自動販売機で購入したジュース等の空き缶・ペットボトルはロビーに備え付けてあるゴミ箱に捨ててください。
- (炊事活動) ○ 炊事活動で使用する食器等の拭き上げのために、キッチンペーパーがあると時間短縮につながります。
- 貴重品 ○ 貴重品は各団体で管理をお願いします。事務室に預けることもできます。中身をお確かめの上、各団体で事務室までご持参ください。
- 洗濯 ○ 洗濯機が4台・乾燥機が1台あります。ご利用の際は事務室にご連絡ください。洗剤等は各団体でご準備願います。
- Wi-fi ○ 研修に必要な場合、研修室Aで利用できます。(9時～22時) 申込書が必要です。
- けが等 ○ けが人などが出た時には、勤務員に連絡してください。簡単な処置をした後、必要な場合は病院などを紹介します。(P11参照)
- 薬 ○ 内服薬、塗り薬、防虫スプレーは、個人で準備してください。
- アレルギー ○ アレルギー連絡票にも記載していますが、「エピペン」等の薬をお持ちになる場合もその旨記載をお願い致します。また、アレルギーのある方への対応について、引率者間での周知徹底をお願い致します。自然の家勤務員もいただいた情報を共有し対応致します。特に食堂でのアレルギー食は、必ず代表者がお受け取り下さい。
- 飲酒 ○ 飲酒を伴う懇親会は、小・中学生を引率して利用される団体の方は、小・中学生の就寝後から、また、成人利用団体の方は、夜の研修終了後からです。開始と終了の連絡(片付けを含め24時まで)を事務室までお願いします。但し、大学生だけの利用団体へは飲酒をお断りします。飲食の場所は食堂だけです。終了後部屋での飲酒は厳に慎んでください。なお、飲酒後の入浴は禁止ですので、必ず懇親会前に入浴を済ませてください。

**食堂メニュー** 食事の内容については、直接食堂へお尋ね下さい。  
 (問い合わせ先：株式会社 Goo(グー) 電話・fax 095-822-7221)

メニューとして、  
 カレーライス、スパゲッティ、ハンバーグ、酢鶏、皿うどん等提供しています。  
 (代金をご確認ください)

【食費】(代金は直接食堂へ支払う→食堂不在の時は事務室金庫保管) R5. 5. 1現在

区 分	朝 食	昼 食	夕 食	3食合計
(1) 一般利用者	510円	660円	880円	2,050円
(2) 保育園・幼稚園での団体利用時	450円	570円	630円	1,650円
(3) 野外炊事食材費				
① カレー・焼きそば食材	—	660円	660円	—
② 焼肉(BBQ)食材		980円	980円	—
③ ピザ食材	—	650円	—	—

- 一般利用団体並びにスポーツ関係団体へは、料金増額の上で献立の変更や増量を受け付けています。
- 団体に合わせて弁当注文可能です。
- **朝食は、団体として和食・洋食のどちらかを選択してください。**
- 弁当の注文は、どの時間帯であっても650円～でお受けしています。(直接食堂へご注文ください。)

【食事メニュー例】

	献立1	献立2
朝食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ひじきと大豆の炒め煮</li> <li>・納豆</li> <li>・お弁当肉団子</li> <li>・卵焼き</li> <li>・ポテトサラダ</li> <li>・麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・テーブルパン、クロワッサン</li> <li>・ポタージュ</li> <li>・ほうれん草のソテー</li> <li>・ミニオムレツ</li> <li>・ポークソーセージ</li> <li>・マカロニサラダ</li> <li>・ジュース</li> </ul>
昼食 ※弁当の場合	<p>【のり弁当】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・のり</li> <li>・鶏のから揚げ</li> <li>・白身魚のフライ</li> <li>・竹輪の磯辺揚げ</li> <li>・金平ごぼう</li> <li>・かつお佃煮</li> <li>・卵焼き</li> <li>・南瓜サラダ</li> <li>・お茶（ペットボトル）</li> </ul>	<p>【そぼろ弁当】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・のり</li> <li>・鶏そぼろ</li> <li>・錦糸玉子</li> <li>・たこ焼き</li> <li>・メンチカツ</li> <li>・ごぼうサラダ</li> <li>・タコウィンナー</li> <li>・お茶（ペットボトル）</li> </ul>
夕食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・クリームシチュー</li> <li>・ハンバーグデミソース</li> <li>・キャベツのごまドレッシング</li> <li>・温野菜</li> <li>・エビフライ</li> <li>・タルタルソース</li> <li>・スパソテー</li> <li>・フライドポテト</li> <li>・フルーツポンチ</li> <li>・麦茶</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ご飯</li> <li>・トマトスープ</li> <li>・から揚げ</li> <li>・ナポリタン</li> <li>・ツナコーンサラダ</li> <li>・千切りキャベツ</li> <li>・ロールキャベツクリーム煮</li> <li>・スクランブルエッグ</li> <li>・杏仁豆腐（プリン）</li> <li>・麦茶</li> </ul>

※食物アレルギーがある場合は、事前にお知らせください。

※仕入れの状況により、食材が変わることがあります。

【野外炊事食材費】（薪代などの燃料代は含みません）

メニュー	食 材 一 覧
カレーライス	米100g・牛肉・ジャガイモ・玉ねぎ・にんじん ・カレールー（アレルギー対応用ルーがあります。）
焼きそば	牛肉・キャベツ・玉ねぎ・にんじん・もやし ・ちゃんぽん麺1玉（アレルギー対応→ビーフン）
焼 肉 （鉄板・七輪）	牛肉・キャベツ・玉ねぎ・にんじん・季節の野菜・たれ ※ 米ありの場合、米100g + 牛肉約120g / 1人 米なしの場合、牛肉約150g / 1人 （米は持参可能。飯ごう・炊飯器利用可能）
ピザ/1枚	ピザ生地、チーズ、コーン、ウィンナー、玉ねぎ・ソース

※薪代は、各班（かまど毎）306円

※炭代は、七輪1つにつき 204円

※石窯使用は、（薪代込）1,530円

○日吉自然の家で取り扱う物品一覧

費目(活動名)	保管場所	金額
薪代	炊事場倉庫 他	306円/1かまど
七輪 (炭代)	炊事場倉庫	204円/1台
ハタ作り (一銭バタセット)	準備室	204円/1人
木ホルダー (材木、ホルダー、紙やすり)	準備室	102円/1人
焼杉 (板・絵具・ボンド・薪)	ピロティ倉庫(板) 準備室(絵具・ブラシ等)	102円/1人
プラホビー (プラ板・マジック・チェーン)	準備室	51円/1人
ペットボトル水族館 (マジック、醤油さし、ナット)	準備室	31円/1人
ストーンアート (絵具、ラッカー)	準備室	21円/1人
シャボン玉	準備室	10円/1人
ネイチャークラフト	準備室	要相談
コピー	事務室	10円/1枚(白黒) 31円/1枚(カラー)
シーツ等クリーニング代	リネン室	153円/1人
たき火 (ボンファイヤー)	炊事場倉庫	1,224円 (306円×4束)

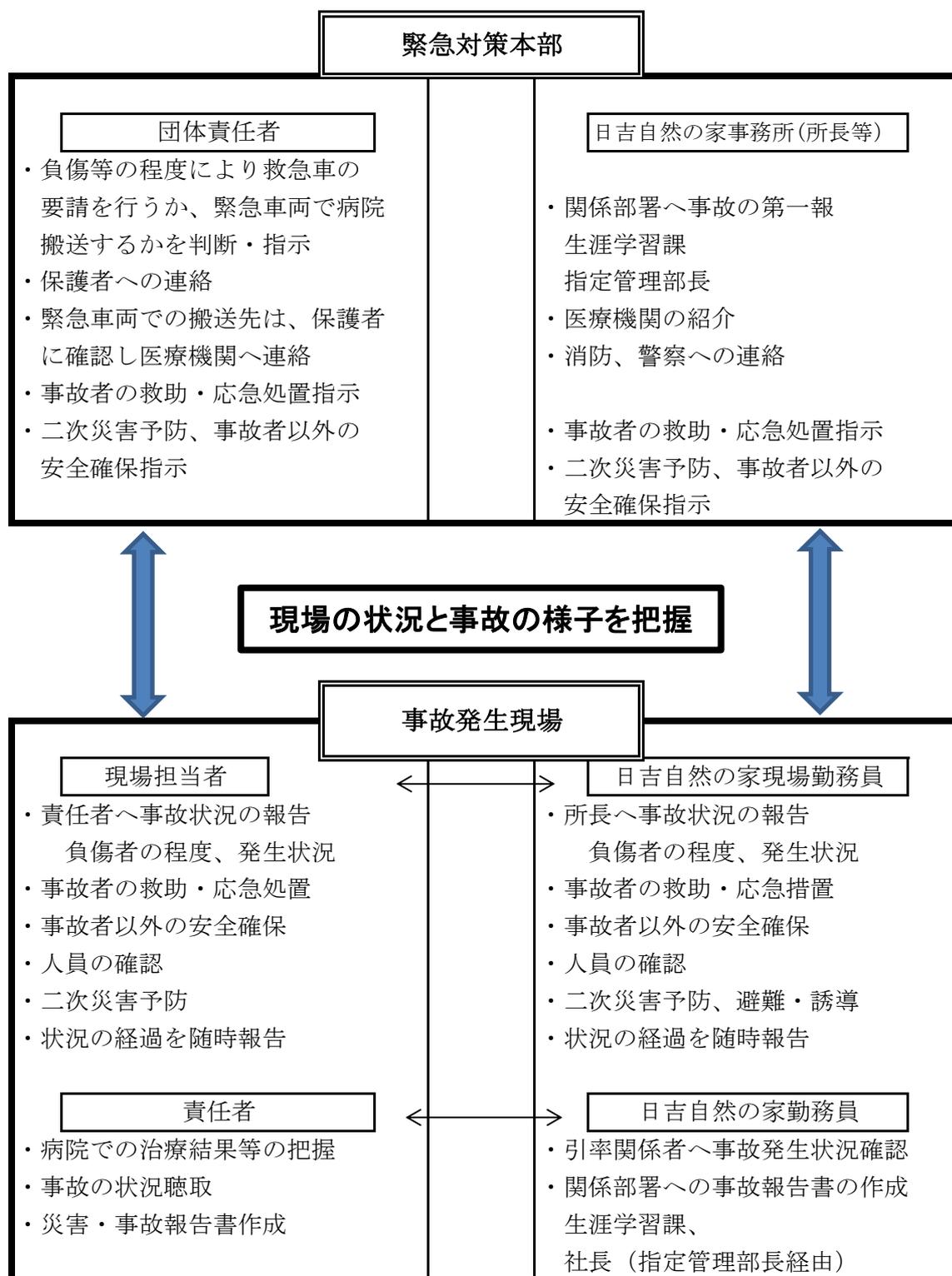
- その他活動する場合には、各団体の持ち込みとなります。
- また、ボンファイヤーは要相談となります。(実施条件あり。費用は利用相当の薪代)
- 日吉自然の家では、一般的なクラフト及び指導において「講師料」はいただきません。
- 長崎市の事業所用ゴミ袋は、1枚153円です。  
(持ち込まれたゴミは持ち帰りですが、事業所用ゴミ袋であれば捨てることができます。)

ひよし しぜんの家 館内図 避難経路



※避難場所→玄関を出た、上の駐車場

## 緊急時の対応について



\* 上記対応要領は、ケーススタディとして対応要領を整理したものである。  
状況により臨機応変な対応を行う。

(2) 主催・自主事業時の対応は、自然の家が利用団体責任者の要件も合わせて対応する。

## 近隣公的機関及び病院連絡先

※( )は日吉自然の家からの道のり・所要時間

機関名	対応懸案	電話番号	住所	備考
長崎警察署	不審者・遭難 等	822-0110	長崎市桶屋町	(もしくは110)
長崎市消防局	火災・救護 等	822-0119	長崎市興善町	(もしくは119)

病院名	専門科	電話番号	住所	診察時間
国立長崎病院 (5.8km、13分)	内科、小児科、外科、整形外科、 脳神経外科、リハビリテーション科	823-2261	長崎市桜木町 6番41号	平日 8:40~11:30
田上病院 (6.3km、15分)	内科、外科、整形外科、放射線 科、消化・呼吸・循環器科、リハ ビリテーション科	826-8186	長崎市田上 2丁目14-15	平日 9:00~12:00(土曜) 14:00~17:00
長崎みなと メディカルセンター (8.0km、18分)	内科(全般)、心臓内科、呼吸 器内・外科、眼科、	822-3251 050-7562- 0546 24h緊急ダイヤル	長崎市新地町 6-39	平日(月~金)の外来受付 8:30~11:00 急患は除く 時間外(17:30~8:30)
済生会病院 (7.5km、19分)	総合診療科、内科、呼吸器 科、消化器科、小児科、外科、 整形外科 等	826-9236	長崎市片淵 2丁目5-1	平日 (緊急は24時間) 8:30~11:30
秋山内科医院 (9.7km、22分)	内科、呼吸器科	836-0222	長崎市茂木町 1694	水・土曜日 9:00~12:00 月・火・木・金 9:00~17:30
山田医院 (9.4km、21分)	外科、整形外科、リハビリ科、肛 門科、胃腸科	836-1116	長崎市茂木町 76-7	月~金曜 9:00~12:00 月・火・木・金 13:30~17:30 土曜日9:00~13:30
右田医院 (10.3km、24分)	内科、循環器科、小児科	839-5100	長崎市堺1丁 目1-5	月~土 9:00~12:30 月・火・木・金 14:00~18:00
泉田外科 (10.1km、23分)	外科、消化器・胃腸科 整形外科、放射線科	838-2256	長崎市宿町36	月~土 9:00~12:30 月・火・木・金 14:00~18:00
今村たちばなベイク ニック(9.5km、22分)	内科、消化器内科、整形外科、 眼科、循環器内科	830-1188 050-7562- 0533 24h緊急ダイヤル	長崎市網場町 487-8	月~土 9:00~12:00 月~金 14:00~18:00

- 長崎市夜間急患センター ☎ 820-8699 長崎市栄町2番22号(長崎市医師会館1階) 8.0km
- シティーキャブ長崎(タクシー) 828-1010 長崎市彦見町18-15 18分
- 長崎バスサービスセンター 826-1112 (新地) / 848-5281(ココウォーク)
- (株)Goo(グー)日吉食堂部 822-7221 (Fax兼用)
- 長崎市教育委員会(市役所11階) 829-1191 長崎市魚の町4番1号
- ・生涯学習施設課 829-4930 //
- ・学校教育課 829-1195 // Fax 829-1298
- 日吉自然の家 824-5017 長崎市飯香浦町3715番地 Fax 822-6291

※上記病院は推薦ではなく、あくまでも近隣の病院紹介です。