

いしかわ 合宿 & ゼミ ガイド



石川県



石川県観光PRマスコットキャラクター
「ひやくまんさん」

自然豊かで
施設が充実!!



Let's go to ISHIKAWA //

📷 観光? 🏠 体験? 🚗 ドライブ?

石川県の合宿はONもOFFも大充実!

みんなが満足できる合宿をするなら石川県へ!さまざまな要望に対応できる施設はもちろん歴史ある街並みや自然、旬のグルメまで、オフタイムの思い出作りにぴったりな環境も整っています。今年は石川県で納得、充実の合宿をしませんか。



芸術の都で腕と感性を磨く



バンド合宿
向きのスタジオがあるよ!



金沢市内の見どころめぐり

午前の練習が終わったら、まずは見どころが集まる金沢市中心部へ!



「ミュージアム・グリーンガイド」で3つ星獲得!



やっぱり定番 兼六園

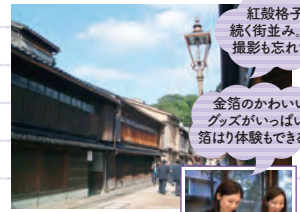
日本三名園の一つに数えられる日本庭園、金沢のシンボル。期間限定でライトアップも実施。

金沢城公園でなごむ

加賀百万石の城下町金沢。その中心にある金沢城公園は、重要文化財の遺構などがあり、敷地も広大。天気の良い季節は散策にぴったり。



友禅染め体験もできるよ!



紅殻格子が続く街並みが、記念撮影も忘れずに。

金箔のかわいいグッズがいっぱい! 箔はり体験もできるよ!

憧れの着付け体験

着物で散策ができるプランが人気。金沢の古い街並みをしっとり巡ろう!

情緒漂うひがし茶屋街

藩政時代から続く格式ある花街。艶っぽい雰囲気かと装に似合い。

町の中心部に藩政時代の街並みや兼六園、金沢21世紀美術館など新旧の文化がギュッと凝縮しています。すべて徒歩圏内という気軽さなので、練習時間を確保しながらしっかり思い出作りもできますよ!



水面越しの上下で人が出会えるスィミング・プール。

その外観から愛称は「まるびい」

現代アート空間 金沢21世紀美術館

エッジの効いた企画展が続々。無料ゾーンも充実の開かれた美術館。



赤福がすすいたら

金沢カレー

金沢のB級グルメ。黒いルーにキャベツの千切りが特徴!

アクセスガイド

東京→金沢

- 北陸新幹線かがやき (約2時間30分)
- 東海道新幹線ひかり (米原乗換え) - 特急しらさぎ (4時間14分)
- 練馬ICから上越経由で金沢東ICまで約455km (約6時間)

名古屋→金沢

- 東海道新幹線ひかり (米原乗換え) - 特急しらさぎ (約2時間30分)
- 名古屋ICから米原経由で金沢西ICまで約252km (約3時間)
- 名古屋ICから東海北陸道利用で金沢東ICまで約242km (約3時間)

大阪→金沢

- 特急サンダーバード (約2時間30分)
- 吹田ICから米原経由で金沢西ICまで約280km (約3時間20分)

観光のご案内

石川県の観光情報はコチラ ▶▶▶
石川県の観光スポット、イベント情報が満載!

ほっと石川

検索



集中して学び、 大自然でなごむ



普段はできない熱い議論ができるのも合宿のいいところ。
ガッツリ頭を使った後は、世界農業遺産に認定された能登の自然に癒されよう。一步外に出れば澄んだ空気と山と海が織りなす雄大な景色が迎えてくれる。

能登でドライブ

海辺でのランニングなど
軽いトレーニングをすませたら能登探検へGO！



魚介や干物など、
能登の特産品が
ずらり

能登名物 輪島朝市

能登といえば外せないのが輪島朝市。200を超える露店が軒を連ねる。



入口前には
無料の足湯が
あるよ！

名湯でさっぱり 和倉温泉総湯

開湯1200年を誇るまろやかな湯が評判。



能登の里山里海は
世界農業遺産に
認定されています

能登の原風景 白米千枚田

1000を超える小さな田んぼが海に
せり出すように幾何学模様になる。



「聖域の岬」珠洲岬

日本三大パワースポット。気流・海
流の交わる世界的にも珍しい地形。



千里浜なぎさドライブウェイ

車やバイクで砂浜を走れる日本唯
一のドライブウェイ。



能登のシンボル 見附島

その形から「軍艦島」とも呼ばれる。
夏は海水浴場としてもにぎわう。



海上観光 能登九十九湾遊覧船

日本百景にも選ばれている九十九湾
を船で巡る。所要時間は約40分。



のとじま水族館

能登島の人気スポット。ジンベエザメの
展示をはじめ、多彩なショーが楽しめる。

緑に囲まれ のびのびと学ぶ

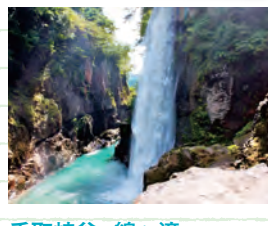
霊峰白山、雄大な手
取川、そして日本海と、
恵まれた自然に囲まれ
た白山エリア。日常から
離れ、大自然の開放
感に包まれての合宿・
研修こそ、スキルアップ
への近道かも！



白山白川郷ホワイトロード

白山国立公園内、全長33.3kmの絶景ド
ライブルート。大小7つの個性あふれる
滝めぐりや、原生林の中をトレッキ
ングなど、様々な楽しみ方ができる。

白山で リフレッシュ



手取峡谷・綿ヶ滝

四季折々の景色を楽しめる峡谷。
峡谷に落ちるダイナミックな滝
「綿ヶ滝」をすぐそばで見られる。

おだやかな自然の中に癒されよう



提供：白山手取川ジオパーク推進協議会

獅子吼高原

標高650mの獅子吼高原からは、山間地か
ら平野部に流れ出る手取川の流れと日本海
に向けて広がる手取川扇状地を一望できる。

加賀で 温泉街めぐり

体験や足湯に備えて
動きやすい服装で出かけよう。



深い緑と清流の かきせんけい 鶴仙渓

松尾芭蕉も愛した山中温泉街にある
渓谷。1kmにわたる遊歩道が整備さ
れ、四季折々の風景が心を和ませる。



伝統工芸に挑戦
加賀伝統工芸村 ゆのくにの森
九谷焼の絵付けや友禅の型染めな
ど50種類以上の伝統工芸体験が
楽しめます。



明治時代にタイムスリップ 山代温泉 古総湯

明治時代の総湯を復元した古総湯。
九谷焼タイルが使われた浴室で源
泉かけ流しの温泉が楽しめる。



片山津温泉街をそぞろ歩き
名物片山津バーガーの食べ比べや
晶子染め(泥染め)体験など楽しみ方
は様々。

憧れのコートと 名所を満喫



大規模な大会も開かれる体育館や
施設で、試合さながらの練習がで
きます。気分転換をするなら4つ
の温泉地が隣接する加賀温泉郷へ。
立ち寄り温泉でゆっくり体を休めたら、
コンディションアップも夢じゃない！



1 海が近い! 自然の中でプレーに集中!



鉢ヶ崎体育施設
 ・珠洲市営鉢ヶ崎テニスコート
 ・珠洲市営野球場
 ・珠洲市営多目的広場

申し込み ■ お問い合わせください
 利用時間 ■ 各施設により異なる
 休 館 日 ■ 月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始
 利用料金 ■ 詳しくはお問い合わせください

- ・ナイター設備
・オムコート
- ・1面、軟式、硬式
面積91.5m、センター120m
外野芝
- ・野球(軟式のみ) 1面
・ソフトボール 2面

珠洲市健民体育館
 珠洲市野々江町セ17-1
 TEL.0768-82-7831 (3施設とも)
 FAX.0768-82-7100

交通 ■ 珠洲鉢ヶ崎バス停徒歩5分



2 体育系はもちろん文化系合宿にも



輪島市門前健民体育館

申し込み ■ 利用日の1か月前から受付
 利用時間 ■ 9:00~21:30
 休 館 日 ■ 年末年始
 利用料金 ■ 100円/1時間(個人一般)
 820円/1時間(団体一般・半面)

- 1部屋(20名)
・ホワイトボード(黒板)
・PCプロジェクター
- 1館
ダンス
※体育館シューズ着用
- 2面
ゴールは
1組のみ

輪島市門前町清水7-1
 TEL.0768-42-1495
 FAX.0768-42-1495
 交通 ■ 穴水駅から車で30分



3 全天候型コートでプレーヤーをサポート



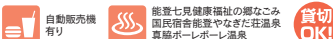
藤波運動公園
 (健民テニスコート・WAVEのと・ピアッツァ)

申し込み ■ 利用日の3か月前から受付
 利用時間 ■ 9:00~21:00
 休 館 日 ■ なし
 利用料金 ■ [健民テニスコート]
 1,100円/半日
 880円/1時間(ナイター・17時以降)
 [WAVEのと] 1,100円/時
 1,980円/時(17時以降)
 [ピアッツァ] 1,650円/時

- 1面・天然芝
・コートネット、コン
・フラッグ有り
- オムコート16面
オムコート4面(インドアード)
軟式、硬式、ナイター設備

■ 温水シャワー(有料)や、ロッカーも完備

鳳珠郡能登町藤波23-1-1
 TEL.0768-62-3884 FAX.0768-62-4444
 交通 ■ 健民テニスコート前バス停下車徒歩2分



4 競技から体力作りまで 夜間練習も可能



志賀町総合体育館

申し込み ■ 利用日の3か月前から受付
 利用時間 ■ 9:00~22:00(日曜・祝日9:00~17:30)
 休 館 日 ■ 毎週月曜日(祝日の場合翌平日)、年末年始
 利用料金 ■ [小体育室] 団体1,100円/時
 一般110円/1回、高校生以下50円/1回
 [2階アリーナ] 団体1,760円/時
 一般110円/1回、高校生以下50円/1回
 夜間(17時~)は利用料金が異なるため
 施設にお問い合わせください

- 1部屋(50名)
- 2面 2面 4面 4面

■ アリーナ(1,389㎡)、小体育館(506㎡)、卓球台4台、他コモンスペース有、トレーニング室(355㎡)、トレーニング設備多数有、ランニングロード(150m)、2階アリーナ観覧席外用

羽咋郡志賀町町への1番地1
 TEL.0767-32-3777 FAX.0767-32-4383
 交通 ■ 高浜バスターミナルから車で5分



5 各種コートのほかトレーニング機器も完備



七尾総合市民体育館

申し込み ■ 利用日の1か月前から受付
 利用時間 ■ 9:00~21:30(火~金)、9:00~17:00(土・日)
 休 館 日 ■ 月曜日、年末年始
 利用料金 ■ 当社HPにて

- 1室(20名)
- 2面 2面 10面 2面

■ 1階はアリーナ施設、2階はトレーニングルーム・ランニングルームになっています

七尾市小島町西部4番地
 TEL.0767-53-4242 FAX.0767-54-0693
 交通 ■ 「七尾美術館前」バス停下車徒歩1分



6 武道を極めるための恵まれた専用道場



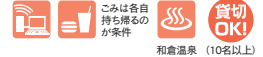
七尾市武道館

申し込み ■ 利用日の1か月前から受付
 利用時間 ■ 9:00~21:30(火~金)、9:00~17:00(土・日)
 休 館 日 ■ 月曜日、年末年始
 利用料金 ■ 当社HPにて

- 3面 剣道場にて
- 1部屋(20名)
- 2階
- 3面 近約10人立

剣道場、柔道場、弓道場は100名以上収容可能な大型施設です。

七尾市小島町西部5番地
 TEL.0767-52-7687 FAX.0767-54-0693
 交通 ■ 「七尾美術館前」バス停下車徒歩3分



7 豊かな自然に囲まれたフィールドは合宿や試合に最適



七尾市能登島グラウンド

- 1部屋(30名)
・ホワイトボード
・ロッカー室、シャワー室完備
- 人工芝2面
フットサルコート3面

人工芝グラウンドが2面あり、フットサル、テニスといったスポーツも楽しめます。

申し込み ■ お問い合わせください
 利用時間 ■ 8:00~18:00
 休 館 日 ■ 年末年始 ※グラウンド整備等休場日有
 利用料金 ■ サッカーコート平日:中学生以下2,000円/時
 高校生以下2,500円/時
 サッカーコート土日祝:中学生以下2,500円/時
 高校生以上3,000円/時

能登島グラウンド
 七尾市能登島向田町馬付谷内31番地1
 TEL.0767-62-0999 FAX.0767-62-0998
 交通 ■ JR和倉温泉駅から車で20分



8 七尾湾岸、絶景の中で楽しむ本格サッカー場・テニスコート・海洋スポーツ



七尾市和倉温泉運動公園

- 1部屋(30名)
・ホワイトボード
・ロッカー室、シャワー室完備
- 人工芝3面
フットサルコート2面

人工芝グラウンドが3面あり、移動式ネットを外して全面1面としても使用可能です。

また、クラブハウスにはシャワー室や多目的スペースも完備しておりミーティングするには最適です。



和倉温泉運動公園テニスコート

- 1部屋(30名)
・ホワイトボード
・ロッカー室、シャワー室完備
- 砂入り人工芝
テニスコート24面
ナイター設備

申し込み ■ 直接申し込み(電話受付:8:30~17:30)
 利用時間 ■ 6:00~21:00
 休 館 日 ■ 年末年始
 利用料金 ■ 一般 600円(1時間)
 高校生以下 300円(1時間)
 ※ナイター使用料 600円(1時間)



ヨットハーバー

利用料金 ■ 艇庫棟(艇庫)使用料:1艇につき1,000円
 (1月:5,000円、1年:50,000円)
 艇置場使用料:1艇につき800円
 (1月:4,000円、1年:40,000円)
 設備使用料(斜路、水道、シャワー):
 1艇につき500円
 緑地広場使用料:1㎡につき50円

和倉温泉多目的グラウンド
 七尾市石崎町子部32番地1
 TEL.0767-62-0999 FAX.0767-62-0998
 交通 ■ JR和倉温泉駅から車で5分

和倉温泉運動公園テニスコート
 七尾市石崎町泉台2
 TEL.0767-62-0909 FAX.0767-53-5191

- 1部屋(30名)
・ホワイトボード
・男女更衣室及シャワー完備
・斜路25m・緑地広場



ヨットハーバー
 七尾市和倉町2-13-1 和倉温泉観光会館1F
 TEL.0767-62-0900 FAX.0767-62-0901

9 県内随一の多目的型スポーツ公園 癒しや食も充実!



内灘町総合公園
 (ナダスタ・サイクリングターミナル)

申し込み ■ 利用日の1か月前から受付
 団体での合宿は利用日の6か月前から
 利用時間 ■ 8:00~22:00(12月~2月の冬期は屋外施設休業)
 休 館 日 ■ 毎月第1火曜日(祝日の場合は翌火曜日)、
 年末年始
 利用料金 ■ 詳しくはお問い合わせいただくか、
 HPにてご確認ください。

河北郡内灘町宇宮坂に1-3
 TEL.076-286-3766 FAX.076-286-5600
 交通 ■ 北陸鉄道浅野川線「内灘駅」から
 「金沢医科大学病院」バス停下車徒歩約10分
 車:金沢駅から約25分、
 北陸自動車道「金沢東IC」から約20分

その他、全天候型野外
 バーベキュー施設があります。
 (宿泊の際の夕食としてご利用可能)



- 1部屋(30名)
・ホワイトボード
・PCプロジェクター(スクリーン完備)
- 1部屋(30名)
- 屋内多目的広場にて使用可能

屋内多目的広場に制限を設けて使用可能



10 テニス、バレー、陸上などスポーツ系合宿ならおまかせ



津幡運動公園

申し込み ■ 利用日の3か月前から受付
 利用時間 ■ 8:30~21:30
 休館日 ■ 水曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始
 利用料金 ■ 詳しくはお問い合わせください

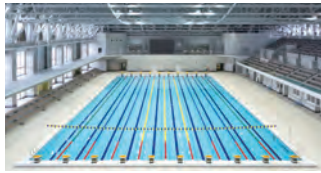
- 1部屋(48名) 黒板
- 400mトラック 跳躍投球設備 投てき競技設備
- 1面 1面 2面 2面 8面
- 10面 ナイター設備 (12月~3月使用不可)
- 1面・軟式・硬式・外野芝 ナイター設備 (12月~3月使用不可)

河北郡津幡町字竹橋90番地
 TEL.076-288-7201 FAX.076-288-7202
 交通 ■ JR中津幡駅から徒歩20分

緑あふれる静かな環境でスポーツが楽しめます。徒歩10分ほどで、道の駅(倶利伽羅源平の郷)竹橋口、宿泊施設の倶利伽羅荘があります。

体育館への持込禁止 倶利伽羅荘 貸切OK! (10名以上)

11 日本水泳連盟公認の充実した設備



金沢プール

申し込み ■ 専用利用は各種申込書にて申し込み
 TELまたはメールにてお問い合わせください
 利用時間 ■ 9:00~21:00
 休館日 ■ 毎週月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始
 利用料金 ■ 50mプール:2,200円(1レーン/1時間)
 飛び込みプール:6,600円(1時間)

- 2部屋(1室20名) ホットボード(黒板) PCプロジェクター(スクリーン完備)
- 20mプール(50mプール) 飛び込みプール(12m~3m使用不可)
- 大会開催、研修室、会議室

金沢市磯部町455番地
 TEL.076-251-3535 FAX.076-251-3536

交通 ■ 車:金沢駅から約10分、北陸自動車道「金沢東IC」から約5分
 最寄り駅:IRいしかわ鉄道「東金沢駅」から徒歩で約15分、
 北陸鉄道浅野川線「磯部駅」から徒歩で約15分
 ■ バス:JRバス「城北市民運動公園」行きに乗車
 城北市民運動公園(金沢プール前)下車

ゆめのゆ テルメ金沢 貸切OK! (10名以上)

12 多様なスポーツが楽しめる多彩な施設が集結



金沢市総合体育館

申し込み ■ 利用日の2か月前から受付
 利用時間 ■ 9:00~22:00
 休館日 ■ 年末年始
 利用料金 ■ 個人一般:210円/3時間(高以下:100円/3時間)
 ※団体料金は別途あり

- 会議室 3部屋(10~100名) ホットボード(黒板)
- 3面 3面 14面 18面
- 更衣室、個室シャワー室、車椅子用エレベーター

金沢市泉野出町3丁目8番1号
 TEL.076-247-0088 FAX.076-245-6466
 交通 ■ 泉丘高校前バス停下車徒歩3分

各競技面での貸切OK!

13 環境も重視したいよくばり合宿なら



北竜会館

申し込み ■ 利用日の3か月前から受付
 利用時間 ■ 9:00~21:00
 休館日 ■ 水・木曜日
 利用料金 ■ 9:00~12:00 4,600円/3時間
 13:00~16:00 4,600円/3時間
 17:00~21:00 5,600円/3時間

- 2面 2面 3面 6台
- 体育館27m×24m 会議室・研修室 3時間5,100円

白山市尾添又243
 TEL.076-256-7412
 交通 ■ JR松任駅から徒歩50分

貸切OK!

14 テニスがもっと好きになる高原の本格コート



一里野公園テニスコート

申し込み ■ 利用日の3か月前から受付
 利用時間 ■ 9:00~17:00
 休館日 ■ 水・木曜日、11月初旬~翌年5月前半
 利用料金 ■ 2時間 1コート 2,500円
 半日 1コート 4,600円
 1日 1コート 8,200円

高原のテニスコートで本格的なプレイを!
 コート前の「のだらろじ」には化粧室、更衣室、休憩室あり

白山市尾添り63
 TEL.076-256-7412 FAX.076-256-7414
 交通 ■ JR松任駅から徒歩50分

貸切OK!

15 石川県内最大級の広々ゲレンデ



白山一里野温泉スキー場

利用時間 ■ 平日8:30~17:00 土日祝8:00~17:00
 ※ナイター営業の日程、時間についてはお問い合わせください
 利用料金 ■ 大人リフト1日券 4,200円
 2日券 7,400円 半日券 3,100円
 ナイター券 2,000円/回数券 2,600円ほか

- レンタルスキー大人3,000円/日
- レンタルスキー/ボード大人4,000円/日
- スキー/スノーボードスクール有り

石川県内最大のゲレンデの広さと Gondola・リフトの基盤を誇るスキー場です。良質な雪質と広い斜面で上級者から初心者まで楽しめます。

白山市尾添り63
 TEL.076-256-7412
 交通 ■ JR松任駅、JR小松駅から徒歩で50分
 JR金沢駅から直行バスで90分

周辺に旅館・民宿あり 貸切不可

16 気持ちも引き締まる歴史ある大会開催の会場



能美市寺井体育館

申し込み ■ 利用日の3か月前から1週間前まで受付
 利用時間 ■ 8:30~21:30
 休館日 ■ 年末年始
 利用料金 ■ 【個人】一般200円/時、高校生以下100円/時
 【専用】(半面)一般1,040円/時、高校生以下520円/時
 (全面)一般2,080円/時、高校生以下1,040円/時
 ○照明使用の場合、次の金額が加算されます。
 (半面)400円/時 (全面)1,040円/時 ※市民は無料

- 2面 2面 6面
- 銃剣道競技の全国大会開催地です。

能美市寺井町ヨ150番地
 TEL.0761-58-5973 FAX.0761-58-5972
 交通 ■ 「寺井中央」バス停下車徒歩2分

車で3分の距離に能美市ふるさと交流研修センター「さしり」あり 戻口温泉 貸切OK! (10名以上)

17 ナイタープレーもできる県内最大級のコート



石川県戻口丘陵公園テニスコート

申し込み ■ 利用日の3か月前から受付
 利用時間 ■ 9:00~21:00
 休館日 ■ 年末年始
 利用料金 ■ 【専用】(1室につき)
 (屋外コート) 1,600円/時
 (屋内コート) 2,130円/時

屋内コートのみ予約料として1面・1時間あたり800円が別途必要です。また、ご利用3日前以降の予約取消は、予約料をキャンセル料といたします。
 【照明設備】専用 850円/面・時

能美市徳山町子1番地1
 TEL.0761-51-4166 FAX.0761-51-4902
 交通 ■ 「戻口丘陵公園口」バス停下車徒歩5分

- 屋外人工芝コート16面、屋外ハードコート2面、屋内ハードコート1面
- 軟式・硬式・ナイター設備
- うち、ナイター設備:屋外人工芝8面及び室内2面

車で3分の距離に宿泊施設(戻口温泉)あり 自動販売機あり 決められた場所での飲水可能 戻口温泉 貸切OK!

18 武道からダンス、会議まで幅広いシーンで活用できる



小松市武道館

申し込み ■ 利用日の3か月前から受付
 利用時間 ■ 平日・土 9:00~21:30
 日・祝日 9:00~17:00
 休館日 ■ 年末年始
 利用料金 ■ 7,500円/日
 詳しくはお問い合わせください

- 1部屋(36名) ホットボード(黒板)
- 1部屋(30名) 柔道・剣道の道具の貸出し無し
- 1面 3面 8台 3面 4面 少林等も可 969㎡ 9人立

小松市桜木町104番地3
 TEL.0761-22-1899 FAX.0761-22-1947
 交通 ■ JR小松駅から徒歩5分

自動販売機有 決められた場所のみ可 戻口温泉 貸切OK!

19 バラエティ豊かな施設と利便性の高さがポイント



小松運動公園

申し込み ■ 利用日の3か月前から受付
 利用時間 ■ 9:00~21:30
 休館日 ■ 年末年始
 利用料金 ■ 詳しくはお問い合わせください

- 3部屋(10~40名) ホットボード(黒板)
- 400mトラック 跳躍投球設備 投てき競技設備
- 1面 多目的健康広場
- 2面 7フットボール 8面 12台
- 2面 室内練習場2カ所あり
- 軟式・硬式・ナイター設備
- 外野芝・会議室2(開仕切り可)
- 人工芝 14面 ナイター設備有
- 合宿専用貸切OK

小松市末広町72番地
 TEL.0761-24-3074 FAX.0761-24-3019
 交通 ■ JR小松駅から徒歩5分

自動販売機有 決められた場所のみ可 兼津温泉 貸切OK!

20 カヌー競技で知られる自然のままの湯公園



木場湯公園

申し込み ■ お問い合わせください
 利用時間 ■ 公園センター 8:30~17:00
 休館日 ■ 年末年始
 利用料金 ■ 無料

- 研修室1部屋(40名)、ボランテールーム1部屋(10名)
- その他、休憩ホール50名程度(予約不可)
- ・ホワイトボード(黒板)・PCプロジェクター
- 2面 中央園地 多目的グラウンド
- 1面 北園地

小松市三谷町ら之部58
 TEL.0761-43-3106 FAX.0761-46-5445
 交通 ■ JR兼津駅から徒歩20分(南園地まで)

こみは各自持ち帰るのが条件 兼津温泉 兼津温泉 貸切OK!

21 海を見下ろす高台で心おきなく音楽三昧



のとふれあい文化センター

申し込み ■ 利用日の1か月前から受付
利用時間 ■ 9:00~22:00
休館日 ■ 年末年始
利用料金 ■ ご相談ください

- 3部屋(90名) ホワイトボード(黒板) PCプロジェクター
1ホール(舞台上:10~50名) 照明・音響・舞台・ピアノ・座席数600席 リハーサル室1部屋(最大50名)

周辺には民家等がありませんので、思いっきり練習できます。

- 館内併設にて宿舎あり
自動販売機あり 決められた場所でのみ飲食可能
貸切OK!

鳳珠郡六水町内浦5-28-3
TEL.0768-52-3401 FAX.0768-52-2205
交通 ■ のと里山空港から車で20分
のと鉄道六水駅から徒歩で20分

22 大ホールのステージは反響板あり!文化系・音楽系合宿に最適!



志賀町文化ホール

申し込み ■ 利用日の6か月前から3日前まで受付
(大ホールのみ1年前から14日前まで受付)
利用時間 ■ 9:00~22:00
休館日 ■ 年末年始
利用料金 ■ お問い合わせください

- 6部屋(12~70名)※部屋による PCプロジェクター(スクリーン完備) ホワイトボード・Wi-Fi・大型モニター
3部屋(10~70名) ※部屋による Wi-Fi
1部屋(舞台上40名) 照明・音響・舞台・ピアノ・座席数45席 楽屋2部屋
2部屋(200名または454名)※部屋による 照明・音響・ピアノ・座席 Wi-Fi

羽咋郡志賀町高浜町力の1番地1
TEL.0767-32-2111 FAX.0767-32-3011
交通 ■ 西山ICから車で約5分
高浜バスターミナルからしかバスで5分

- 近隣に宿泊施設あり(ホテル、民営ペンション、コテージ等)
飲食事前申請 自動販売機 有り
アパークション ロイヤルホテル 飯室 についての村能登半島
貸切OK!

研修施設

25 里山の自然に囲まれた、気づきと発想の「学校」



河愛の里キンシュレ

申し込み ■ お問い合わせください
利用時間 ■ 9:00~21:00
休館日 ■ 無し
利用料金 ■ 詳しくはお問い合わせください

- 和室4部屋
ラケット一式貸出
ラケット一式貸出
ポルタリング

里山の自然や文化を活かした体験プログラムがあり、山菜採りや米・野菜作りなど、普通の合宿では出会えない体験ができるのが魅力です。

河北郡津幡町下河合チ55
TEL.076-287-1086 FAX.076-287-1087
交通 ■ JR金沢駅から車で60分
IR津幡駅から車で30分

- 総部屋数11 80名まで宿泊可能
Wi-Fi
貸切OK!

26 金沢の情緒が残る環境で充実した研修を



石川県青少年総合研修センター

申し込み ■ 電話またはFAX、メールにて申し込み
利用時間 ■ 8:00~22:00
休館日 ■ 年末年始(12/29~1/3)
利用料金 ■ 使用会場により料金異なります(料金表を参照)
午前(9:00~12:00)
午後(13:00~17:00)
夜間(18:00~22:00)

- 15部屋 ホワイトボード・PCプロジェクター(スクリーン完備) マイク(※は有料)
研究室 研修会場 宿泊部 研修会場のみ飲食可
研究室のみ

金沢市常盤町212-1
TEL.076-252-0666 FAX.076-252-7177
交通 ■ 「鈴見台1丁目」バス停下車
車:駐車場有(120台駐車可)

27 活用自在のほっとなごめる空間



金沢湯涌創作の森

申し込み ■ 利用日の6か月前の月の初日から4日前の日まで
利用時間 ■ 9:00~21:00
休館日 ■ 火曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始
利用料金 ■ 110円~3時間(施設・時間帯により異なる)

- 4部屋(100名) ホワイトボード(黒板) PCプロジェクター・スクリーン
ピアノ・音響・照明機器、無線LAN配備
山家の懐かしい雰囲気を残した、地域色豊かな研修・宿泊施設や創作工房を備えています。

金沢市北袋町エ36番地
TEL.076-235-1116 FAX.076-235-1070
交通 ■ 創作の森前バス停下車徒歩5分

- 1,320円~2,200円(1室) 厨房使用要相談
自動販売機あり 受付・宿泊棟の一階にて飲食可
近郊に湯涌温泉あり
研修・宿泊施設のみ 貸切可

23 好きなことに打ち込めるアートスペース



金沢市民芸術村

申し込み ■ 利用日の6か月前から受付
利用時間 ■ 24時間
休館日 ■ 無し
利用料金 ■ 330円~/2時間(施設により異なる)
※使用前に全額前納、芸術目的に限る(事前審査あり)

- 3部屋(20㎡・14㎡・109㎡) ホワイトボード(黒板)
ミュージック工房:6部屋(21~240㎡) 照明・音響・壁面鏡
ドラムセット、グラッドピアノキーボード
1部屋(240㎡) マルチ工房、パフォーマンス スクエア
2部屋(62畳、22.5畳)
ミュージック工房:6部屋(21~240㎡) 照明・音響・ピアノ

金沢市大和町1-1
TEL.076-265-8300 FAX.076-265-8301
交通 ■ 「大豆田」バス停下車徒歩2分

24 使い勝手の良さが自慢



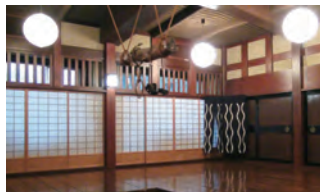
小松市民センター

申し込み ■ 大ホール・小ホール1年前のその日が属する月の初日から、それ以外3か月前
利用時間 ■ 9:00~22:00
休館日 ■ 毎週月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始
利用料金 ■ お問い合わせください

- セミナールーム(126名) ホワイトボード・プロジェクター
マルチタクト(50名) ゼミ/音楽
1室(100名) 楽屋(15名)
大ホール(最大1,000名)
小ホール(最大300名)
1室 天然光 1面(併用)
4面 壁紙、壁紙 7ヶ所 7ヶ所・7ヶ所

小松市大島町丙42番地3
TEL.0761-24-6101 FAX.0761-23-5811
交通 ■ JR小松駅から車で8分
小松ICから車で4分

28 のどかな里山で充実した時間を過ごそう



キゴムふれあい研修センター 青少年交流棟

申し込み ■ 利用日の1年前から受付
利用時間 ■ 9:00~21:00
休館日 ■ 月曜日(祝日の場合は翌平日)、年末年始
利用料金 ■ 日帰り利用:660円~/施設・時間帯により異なる
宿泊利用:30才以下 310円
31才以上 850円
シーツ料 250円

- 7部屋(18~100名) ホワイトボード(黒板)
PCプロジェクター・ピアノ・CDプレーヤー
視聴覚室(45名)・調理加工実習室(20名)・工芸実習室(35名)
2部屋(10畳・15畳) 2面 1面 4面
併設して宿泊施設あり

金沢市小豆沢町74
TEL.076-229-0583 FAX.076-229-3489
交通 ■ 「銀河の里キゴ山口」バス停下車徒歩5分

29 天然温泉が湧く研修・交流の里



白山里

申し込み ■ お問い合わせください
利用時間 ■ 10:00~20:00
休館日 ■ 木曜日(祝日は営業)
利用料金 ■ 研修室 1時間 2,000円
宿泊 8,000円~/1泊2食付
※宿泊研修割引制度あり

- PCプロジェクターあり
ホワイトボードあり
音響設備あり
6部屋(28名) 部屋のみ 有様
施設内 天然温泉
貸切不可

白山市瀬波子51-5
TEL.076-255-5998 FAX.076-255-5993
交通 ■ 「瀬波橋」バス停下車徒歩10分

30 奥山の自然を活かした体験宿泊施設



里山自然学校大杉みどりの里

申し込み ■ 電話による申し込み 8名以上利用可
利用時間 ■ 宿泊 8:40~(翌)16:30
日帰り 8:40~ 16:30
休館日 ■ 年末年始(12月29日~1月3日)
利用料金 ■ 園児 一般まで 区分有り
日帰り 100円~/200円
宿泊 200円~/1,300円
冷凍庫 100円/寝具300円/個人

- 3部屋(10~最大60名) PCプロジェクターあり
ホワイトボードあり
白山389m、登山道2か所
白山604m、登山道3か所
奥美山515m、登山道2箇所
16部屋(6名~16名) 宿泊定員200名

小松市大杉町198番地
TEL.0761-46-1812 FAX.0761-46-1811
URL:http://oosugi-midorinosato.jimdofree.com/
交通 ■ 小松駅から車で50分

31 旧校舎を活用した自然学校 里山の「知恵と技」を学ぶ



里山自然学校こまつ滝ヶ原

申し込み ■ お問い合わせください
利用時間 ■ 9:00~23:00
休館日 ■ 年末年始
利用料金 ■ 昼間(9:00~17:00)
一般(市内)2,000円/団体(8名~)、250円/個人(~7名)
一般(市外)4,000円/団体(8名~)、500円/個人(~7名)
夜間(18:00~23:00)
一般(市内)2,500円/団体(8名~)、350円/個人(~7名)
一般(市外)5,000円/団体(8名~)、700円/個人(~7名)

- 2部屋(10~20名) ホワイトボード(黒板)
調理室あり・小体育館あり
2部屋(10名) 1室(100名) 観音菩薩

小松市滝ヶ原町ウ20
TEL.090-5680-1548 FAX.0761-65-2436
URL http://satoyama-komatsu.com/
交通 ■ 粟津駅から車で15分

32 奥能登の里山里海に囲まれた体験宿泊施設



木ノ浦海岸に面したコテージからの眺めは抜群

珠州市折戸町赤部25番1
TEL.0768-86-2014 FAX.0768-86-2015
交通 ■のと里山空港から車で約1時間
金沢から車で約2時間半

木ノ浦ビレッジ

申し込み ■ 随時受付
利用時間 ■ 研修棟・工房利用(9:00~21:00)
コテージ宿泊(15:00~翌10:00)
休館日 ■ 無休(臨時休館あり)
利用料金 ■ 研修棟・工房 1,650円/時間(9:00~17:00)
3,300円/時間(17:00~21:00)
16,500円/全日
※コテージ最大6名様(1名/7,500円~)
ご宿泊いただけます。

2部屋(1室20名) ・ホワイトボード(黒板) ・PCプロジェクター
音響機器一式、会議用机、座卓、椅子40脚

1部屋(20名)

2部屋(1室20名)

2部屋(1室20名)

シカヤック5艇

貸切OK!

33 理想のスポーツ合宿地 必要施設が園内に凝縮



鳳珠郡能登町字布浦拓20-4
TEL.0768-72-0200 FAX.0768-72-0220
交通 ■「九ノ里」バス停下車徒歩1分
申し込み ■ 新年度分はその年の2月より受付開始、年度内はいつでも受付可能
利用時間 ■ 9:00~22:00(通年)
休館日 ■ 毎週月曜日、年末年始
利用料金 ■ 詳しくはお問い合わせください

内浦総合運動公園

・内浦体育館 ・内浦陸上競技場
・内浦第2体育館 ・内浦野球場
・内浦相撲場 ・内浦テニスコート

4部屋(30名) ・ホワイトボード(黒板)

1部屋(20名)

ダンス可 ※体育館シューズ着用
・トップダンス不可

400mトラック 跳躍競技設備
投てき競技設備

4面 砂入り人工芝コート
透水性

1面 2面 2面 7面 10台

1面 天然芝

コートは常設
ではありませんが
可能です

1面 軟式
・ナイター設備
・外野芝
・電光掲示スコアボード

1面

自動販売機あり
決められた場所
での飲食可能

貸切OK!

34 宿泊特典を活用してカシコク、お得に



鳳珠郡能登町字越坂11-51
TEL.0768-74-0051 FAX.0768-74-1370
交通 ■ 穴水駅から車で60分

ホテル のときんぷら

申し込み ■ 先着順
利用時間 ■ 9:00~21:00
休館日 ■ 年中無休
利用料金 ■ お問い合わせください

3部屋(150名) ・ホワイトボード(黒板)

1部屋(10名)

3面・硬式(うち1面は壁打ち)

2面 1面 4面 2台

宿泊の場合、体育施設等利用はすべて無料。お風呂は能登海洋深層水を利用。夜は21時45分まで、朝は6時から9時まで利用可能。食事は伊達焼きで能登の山海食材がごだんに楽しめます。

食事場所への
持ち込み不可

貸切OK!

35 テニスコート充実 体操専用の体育館も



小松市木場町3番地7
TEL.0761-43-0431 FAX.0761-43-0439
交通 ■ 粟津駅から車で10分

木場潟スポーツ研修センター

申し込み ■ 利用日の3か月前から受付
利用時間 ■ 9:00~21:30(日・祝は17:00まで)
休館日 ■ 年末年始
利用料金 ■ 体育館 200円/回(2時間)
テニスコート 200円/回(2時間)

1部屋(50名) ・ホワイトボード(黒板)

5部屋(4~15名)

■ 宿泊利用の場合、会議室は食事室、和室は宿泊室になります。

ハード3面、オムニ4面
軟式・硬式
ナイター設備

木場潟温泉
粟津温泉

貸切OK!

36 あらゆる活動に対応できる充実した設備が魅力



羽咋市柴垣町14-5-6
TEL.0767-22-3121 FAX.0767-22-3125
交通 ■ 羽咋駅から車で10分
のと里山海道柳田ICから
車で5分

国立能登青少年交流の家

11部屋(30~150名) ・ホワイトボード(黒板)

3部屋(4~30名)

2部屋(30名) ・照明・ピアノ
・ピアノがあるのは2室

1ホール(舞台上:100名)
・照明・音響・舞台
・ピアノ・座席数(300席)

1館(100名)
・照明・音響

2面 1面芝地

2面

2面 2面 6面 7台 1面 6面

2面・硬式
・ハードコート

10m
の深さ10m

室内温水
(5月~9月)

プール・池
カヌー
プール用:16艇、池用:16艇

貸切不可

申し込み ■ ホームページをご覧ください
利用時間 ■ 9:00~21:00(活動時間)
休館日 ■ 年末年始、所内整備日(月1回程度:不定期)
利用料金 ■ 施設使用料無料、シーツ等洗濯料300円
(その他、活動費及び食費がかかります)
利用者の皆様へ ■ 学校の宿泊はもちろんのこと、大学の合宿や企業の
研修などに最適です。

37 体育会系合宿の味方充実のスポーツ設備



能美市辰口町1-1
TEL.0761-51-6460 FAX.0761-51-6466
交通 ■ 北陸自動車道能美根上スマートICから
車で15分

能美市物見山運動公園

(総合体育館・野球場・プール・陸上競技場
・屋外テニスコート・多目的競技場・グラウンドゴルフ場)

天然芝

400mトラック 跳躍競技設備
投てき競技設備

2面 2面 6面 7台 1面 6面

4面 軟式・硬式
・ナイター設備

人口芝

その他、屋内多目的競技場(1,112m²)1面[人工芝]

1面 軟式・硬式
・ナイター設備
・外野芝

近6人立

屋外プール
(7月~8月)
25m²コース

アリーナ 1,470m²

近隣に宿泊施設あり
辰口温泉郷

公園内のみ
飲食可

貸切OK!

申し込み ■ お問い合わせください
利用時間 ■ 8:30~21:30
休館日 ■ 年末年始
利用料金 ■ 施設ごとに設定

38 練習から宿泊まで公園内に施設が集合



セミナーハウスあいりす
加賀市山田町1243番地
TEL.0761-73-5524 FAX.0761-73-5525

加賀市中央公園

セミナーハウスあいりす

5部屋(21~122名)
・ホワイトボード・PCプロジェクター(有料)
・大型ビデオプロジェクター

1部屋(20名) ・音響・ピアノ
・キータウンスペース・アンプ、ドラム

工作室・調理室・大ホールなどの設備も完備しており、
宿泊設備も整っております。

中央公園体育施設

400mトラック 跳躍競技設備
投てき競技設備

観客席5,300席、3,000mランニングコース

5面 3面 14面 28台

1面/冬期、雨天使用可能
三方を12mシヤッターにて
閉鎖可能、観客席1,500名

オムニコート10面
壁打ち練習コート1面

1面
背負98m、センター122m
メインスタンド1,797名

・屋外50mコース
・室内温水25m²コース
・飛び込みプール
・幼児用プール有り

周辺施設

※中央公園から車で約10分の距離に
武道館があります

山代温泉
片山温泉
山中温泉

貸切OK!

中央公園体育施設
テニスコート管理
TEL.0761-73-1220 FAX.0761-73-1282
管轄:テニスコート・相撲場・体育館
スポーツセンター管理
TEL.0761-73-3939 FAX.0761-73-1249
管轄:スポーツセンター・陸上競技・野球場
プール管理
TEL.0761-73-2259 FAX.0761-73-2313
交通 ■ JR加賀温泉駅から車で10分
申し込み ■ お問い合わせください
利用時間 ■ 各施設により異なる
休館日 ■ 年末年始
利用料金 ■ 各施設により異なる

施設のマーク

- 研修施設
- 研修室 (推奨人数)
[貸出可能備品:備え付け設備]
・ホワイトボード(黒板)
・PCプロジェクター
(スクリーン完備)
 - 和室・茶室
部屋数(推奨人数)
[貸出可能備品:備え付け設備]
・茶道道具セット
・華道道具(花器・剣山)
- 貸切OK! 施設貸切可
- 貸切不可 施設貸切不可

音楽施設

- スタジオ
部屋数(推奨人数)
[貸出可能備品:備え付け設備]
・照明・音響・舞台・楽面鏡
- 音楽室(室内楽から出来る施設)
部屋数(推奨人数)
[貸出可能備品:備え付け設備]
・照明・音響・ピアノ
- ホール(コンサートなどできる施設)
部屋数(推奨人数)
[貸出可能備品:備え付け設備]
・照明・音響・舞台・ピアノ・座席
- 体育館、廃校等 演奏または音を出しにくい環境
部屋数(推奨人数)
[貸出可能備品:備え付け設備]
・照明・音響・舞台・楽面鏡・ピアノ
・軽音楽器・ダンス
- その他音楽施設

スポーツ施設

- 陸上競技
- バレーボール
- バスケットボール
- バドミントン
- 卓球
- フットサル(体育館)
- ハンドボール(体育館)
- 体操競技
- サッカー
- ラグビー
- アメフト
- ハンドボール(グラウンド)
- ソフトボール
- フィールドゴール・人工芝・天然芝・土

- その他 体育館内施設
- 武道場・競技専用施設
- トレーニングルーム
- 柔道
- 剣道
- 相撲
- 空手

- テニス [詳しい情報]
・50mコース
・25mコース
・屋外・室内温水
・飛び込み台
- 野球 [詳しい情報]
・軟式・硬式
・ナイター設備
・外野芝
- 弓道
- アーチェリー
- スキー
- 登山

- 水泳 [詳しい情報]
・50mコース
・25mコース
・屋外・室内温水
・飛び込み台
- ヨット
- カヌー

施設情報

- 宿泊施設の保有
- 無線LAN
- 有線LAN
- 施設内での飲食・持込(飲み物・おかし)
- コンビニ(徒歩10分以内)
- 周辺温泉(車・公共交通で20分以内)

