

## 《宿泊にかかわって》

- ◆研修プログラムを必ず設定してください。内容等については研修担当にご相談ください。
- ◆**朝食・夕食は必ずお摂りください。**ただし、少人数の場合は提供できないことがあります。
- ◆宿泊部屋の清掃は必ず行ってください。
- ◆17:00まで入所してください。退所は原則9時以降（部屋点検は8:40以降）となります。

### 1 入所にあたって

入所時、以下のような流れでお願いします。

#### 自然の家に到着

原則、自家用車、バス等は一般駐車場に駐車してください。事務室に用事のある方や緊急搬送用車両のみ事務室前駐車場に駐車してください。

#### 入所受付

各団体の代表者の方は、まず事務室におこしください。  
以下の点について確認させていただきます。

- ①利用人数・食事数の確認、活動材料数等の変更の有無
- ②活動プログラムの変更の有無
- ③緊急時のための連絡先（携帯電話番号）
- ④代表者打ち合わせについて
- ⑤施設の規則や利用上の配慮事項
- ⑥諸経費の支払い時間について
- ⑦利用団体カード、アンケート等の記入依頼

この段階での食事数の変更はできませんのでご注意ください。変更に対応できるのは寝具利用数、活動材料数のみです。

#### であいのつどい

開会行事として「であいのつどい」の時間を必ず設定してください。  
各団体で企画・進行をお願いします。

- 例
- ①開会のことば
  - ②自然の家所長あいさつ
  - ③所員からの諸注意
  - ④閉会のことば

「であいのつどい」の中に②と③は必ず設定してください。  
③では、研修担当より利用上の注意事項を説明させていただきます。

#### シーツ類の受け取り（宿泊される場合のみ）

宿泊される場合は、シーツ貸し出し場所（リネン室前）に必要なシーツ類が準備されていますので、団体名の表示を確認のうえ、各自お持ちください。

※ベッドメイキングの説明が必要な場合は時間を設定してください。

- ◆館内泊 …………… 1人分 シーツ2枚+枕カバー1枚
- ◆テント泊 …………… 1人分 シュラフシート1枚

## 2 自然の家での生活・活動

自然の家では、計画した活動プログラムにそって生活・活動していただくこととなりますが、基本的には**各団体の指導者・引率者の方が中心となって指導・引率にあたってください**。なお、自然の家は社会教育施設ですので様々な**きまり**や**約束**があります。利用者全員に周知徹底を図り、**きまり**や**約束**を守り、他団体の迷惑にならないようご注意ください。

(1) 食事について ※施設運営上、少人数利用の場合は朝食・夕食が提供できないことがあります。

①館内食（食堂内）はセルフサービスです。配膳から後片づけまで各団体でお願いします。

配膳；カウンター右手前方より順にお取りください。

食事；調味料等は全員で順にお使いください。

片づけ；表示（種類別）にしたがってカウンターに返却してください。

②食堂では複数の団体が一緒に食事をします。座席は指定された場所に座ってください。

③食事・野外炊飯用食材・弁当の提供時刻は以下のとおりです。

食事内容	館内食	野外炊飯用食材	弁当※3
朝食※1	7:30	6:15~	提供なし
昼食	12:00	9:30~	9:00~ 13:00
夕食	17:30	14:30~※2	17:00~

弁当の提供場所は食堂内のカウンター付近です。団体名の表示を確認の上、団体ごとお持ちください。

※1 11~3月の冬期間は、朝食が7:45となります。

※2 活動内容により食事提供時刻に間に合わない場合は、事前にご相談ください。

夏季の野外炊飯用食材（肉）の提供時間は食品衛生上、調理直前でお願いいたします。

※3 昼食の弁当は、提供時刻を9:00~13:00の間で指定してください。

※4 食事時間については前後15分変更できる場合があります。

(2) 代表者打ち合わせへの参加

夜から翌朝にかけての活動について、確認したり活動時間の調整を図ったりするために、各団体の代表者による打ち合わせを行います。必ず参加してください。

◆時間 17:00~ 10分程度

◆場所 所長室

◆内容 ○食事や入浴の時間についての確認と調整  
○夜から翌朝にかけての活動についての確認と調整  
○夜間の緊急連絡、非常時の体制についての確認

(3) 入浴について

※施設運営上、10名未満の団体においてはシャワー対応となります。

ただし、他団体と合計10名以上となれば、大浴場の利用は可能となります。

①男女別の表示をよく確認のうえ、節水に心がけて利用してください。

②シャンプー・ボディシャンプーは備え付けてあります。

③入浴後は使用した洗面器をきちんと重ねて片付けてください。（椅子は重ねないでください。）

④脱衣所が汚れないように、身体をよく拭いてからあがるようにしてください。

⑤入浴時間は原則として19:30~21:00です。複数の団体が利用する場合は入浴時間を制限させていただく場合がございます。活動内容が入浴時間と合わない場合は、事前にご相談ください。

なお、安全上、浴室は22:10に施錠させていただきます。

⑥ドライヤーは所定の場所（脱衣所、各階洗面所において1つずつの使用）でお使いください。

#### (4) 清掃・ごみの処理

- ①活動終了時には、次に使う利用者のために、必ず活動場所の清掃をしてください。なお、館内泊の場合は原則として朝（7：00～）に宿泊部屋の清掃をしてください。
- ②清掃用具は各宿泊部屋にありますので、確認してください。
- ③利用者が持ち込んだものから出たごみは、持ち帰りをお願いします。
- ④宿泊部屋のごみ箱には可燃ごみのみ捨ててください。また、ごみ箱のごみは朝の清掃時に各団体が準備したごみ袋に捨ててください。

#### ＜ ご む の 処 理 方 法 ＞

活 動	ご む の 種 類	処 理 の 方 法
野外炊飯のごみ	生ごみ、食べ残し、紙類、アルミホイル、食品が付着したビニール（マヨネーズ等の袋）、わりばし、食品トレー、発砲スチロール、ポリ袋 等	各団体が準備した透明または半透明のごみ袋に入れて、当所のごみ収集所に出す。わりばしは、新聞紙にくるんで捨てる（ごみ袋が破れないように）。
自然の家から提供した弁当のごみ	食べ残し、醤油やソース等の袋、かざり類、容器とふた、わりばし 等	厨房から提供するごみ袋にいれ、当所のごみ収集所に出す。食べ残しは新聞紙にくるんでから捨てること。容器とふたは、種類ごとに重ねるなど、できるだけコンパクトにして袋に入れる。わりばしは、新聞紙にくるんで捨てる（ごみ袋が破れないように）。
	厨房から提供したペットボトル	ペットボトルと一緒に提供されるごみ袋に入れて、当所のごみ収集所に出す。（生ごみなどと分ける。）
クラフト活動のごみ	削りかす、木片、紙くず 等	各団体が準備したごみ袋にまとめるなどして、事務室わきのごみ箱に分別して捨てる。
宿泊棟のごみ	ほこり、紙くず、ちり紙 等	各部屋から出たごみは、各団体が準備したごみ袋にまとめ、当所のごみ収集所に運んでください。

#### (5) 健康・安全管理

- ①健康面で心配な利用者がある場合は、事前にご相談ください。また、アレルギー等で食事制限の必要がある場合は必ず事前に申し出てください。なお、除去食・代替食については限界があり、対応できかねる場合がございますので、ご了承ください。
- ②負傷者や発病者が発生し、保健室の利用が必要な場合は、直ちに事務室（内線12）まで連絡してください。夜間は舎監室（内線15）に連絡してください。
- ③体調不良者等が出た場合、保健室の利用も可能です。エアコンも設置されています。
- ④非常時の避難経路、避難場所等を必ず確認してください。なお、火災等により避難の必要が生じた場合は、緊急非常放送によりその旨を連絡します。落ち着いて放送の指示に従ってください。各団体の指導者・引率者は、利用者の避難・誘導にご協力ください。
- ⑤敷地内全面禁煙です。活動エリアもすべて禁煙です。ご協力をお願いします。
- ⑥衛生管理上、宿泊部屋での飲食は厳禁とさせていただきます。
- ⑦研修生入口は22：30に施錠します。それ以降の出入りはご遠慮ください。
- ⑧23：00に消灯していただきますようお願いいたします。

### 3 退所にあたって

清掃・シーツ類の返却（宿泊された場合のみ） ※返却は翌朝9：00までお願いします

宿泊された場合は、使用した部屋を清掃して所員の点検を必ず受けてください。（8：40以降）また使用したシーツは下記のようにして返却してください。

- ◆館内泊 …………… 部屋ごと緑色の袋に入れてリネン室前の返却場に返却する。
- ◆テント泊 …………… テント班ごと緑色の袋に入れてリネン室前の返却場に返却する。

利用料金等の支払い ※施設利用期間内9：00～15：00の間をお願いします

原則として現金でお支払いください。事務室にて庶務係が対応します。

利用団体カード、アンケート等の提出 ※退所前に必ず提出してください

わかれのつどい

閉会行事として「わかれのつどい」の時間を必ず設定してください。各団体で企画・進行をお願いします。

- 例
- ①開会のことば
  - ②自然の家所長あいさつ
  - ③閉会のことば

「わかれのつどい」の中に②は必ず設定してください。

#### ～自然の家での生活・活動例（1泊2日 | 館内泊の場合）～

##### < 1 日 目 >

時刻	活動内容
10：00	入所・であいのつどい
10：30	追跡ハイキング 等
12：00	昼食（持参弁当） ～13:00
13：00	フィールドアスレチック 等
14：00	野外炊飯準備
15：00	食材提供
16：30	夕食（野外炊飯） ～17:15
17：00	代表者打ち合わせ
17：15	後片付け
18：00	ベットメイキング
19：00	キャンプファイアー
20：30	入浴
21：30	ふりかえり・反省会
22：00	就寝

##### < 2 日 目 >

時刻	活動内容
6：00	起床・寝具整理
6：45	朝のつどい・体操
7：00	宿泊部屋の清掃
7：30	朝食（館内食） ～8:30
8：40	宿泊部屋点検
9：00	（昼食弁当受取）
9：10	追跡ハイキング （活動中に野外で昼食）
12：30	本館集合、片づけ、帰り支度
13：00	わかれのつどい・退所