

5.利用に当たっての事前準備

団体担当者が準備すること

- 利用団体票
- 入所時健康調査票
- 利用者一覧表（利用者名簿）
- 各種ダウンロード資料
(調整プログラム・宿泊室割当表・ぶなのお知らせ板・活動プログラム打合表)

交流の家HP (<http://sanbe.niye.go.jp/download.html>) からダウンロードしてください。

生活・活動に関して準備すること

- 活動ができる服装・装備
(帽子・長袖・長ズボン・運動靴・軍手など)
- 救急セット
- 着替え
- 名札
(団体名・名前が記入されたトレーニングウェアでも可)
- 雨具
- 懐中電灯
- 水筒
- 履き替え用シューズ
(体育館・テニスコート使用の場合)
- 洗面用具セット
(せっけん・シャンプー・タオル・はみがきセットなど)
- 医療機関に搬送用の車
(ない場合は、タクシーでの受診になります)
- ゴミ袋
※持ってきたものから出たゴミはお持ち帰りください。
- 弓道の的紙セット
- 保険証（コピー可）
- 体育館ラインテープ
- グラウンドの石灰

※せっけん・シャンプーの備え付けはありません。
 ※備え付けのドライヤーはありませんが、貸出用に3台ありますので事務室までお越しください。
 ※内服薬は常備しておりませんので、各団体でご用意ください。
 ※館内は土足です。入浴時にはスリッパがあると便利です。
 ※清掃の際、特に大きな団体は清掃用具が不足する場合があります。雑巾を持参し、使用してください。
 ※貴重品は各自で管理をお願いします。大浴室前と玄関ホールにコインロッカー（コインバック式）があります。
 ※当施設は標高600メートルの場所に位置しており、寒暖差が激しい場所です。衣服の調整ができるようご準備ください。
 ※冬期（11月～4月）は、宿泊室に暖房が入ります。ただし、研修活動中（9:00～17:00）、就寝時間中（22:30～6:30）は止まります。（暖房時間については気温の状況等により、調整することがあります。）

6.標準生活時間

6:30	7:00	7:20	7:40	9:00	12:00	13:20	17:10	17:30	19:00	22:00	22:30
起 床	朝 の つ と い	ク リ ン ア ッ プ タ イ ム	朝 食	研 修 活 動			タ バ の こ う い	夕 食	入 浴	就 寝 準 備	
								研 修 活 動			

- 入退所の時間は、原則として9:30～16:30の間をお願いします。
- 研修時間の確保等、研修実施上やむをえない事情があると当施設が認める場合は、他の団体に影響を及ぼさない範囲で、個別に対応することができますので、ご相談ください。ただし、原則として朝食、昼食、夕食等の利用時間帯を変更することはできません。
- 就寝時間に関わらず、宿泊棟でお過ごしの際は、周囲の迷惑とならないよう、ご配慮いただきますようお願いいたします。
- 入浴については、大浴室と中浴室があります。女性・男性別は“ぶなのお知らせ板”（食堂出口に設置）と各浴室前に毎日表示します。（少人数の場合は、人数により大浴室・中浴室どちらかのみに対応になる場合があります。）