

3 生活について

標準生活時間

標準生活時間とは、利用する団体同士がお互いに気持ちよく共同生活や活動ができるように交流の家が設定した生活時間のことです。この時間帯を基にして活動計画を作成ください。

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	朝のつどい <small>※令和7年度は休止</small>	クリーンアップタイム	朝食		研修活動	昼食		夕飯のつどい	夕食	入浴	就寝準備	
			退所点検						研修活動			

- 入退所の時間は、原則として9:00~16:00の間をお願いします。
- 物品の貸出・返却、活動内容や場所の確認は、事務室まで8:40~16:30の間をお願いします。
- 起床時間は6:30、就寝時間は22:30です。22:30以降は照明を消すので、お部屋で静かにお過ごしください。
- 館内は、22:00から翌朝6:30までの間、防犯上のために施錠します。この時間帯は、無断での出入りを禁止しています。
- 研修を実施するにあたり、やむを得ない事情があると当施設が認めた場合に限り、他の団体に影響を与えない範囲で研修活動時間外の活動など、特別な対応を行います。朝食、昼食、夕食の利用時間帯を変更することは、原則としてできません。
- 食事や入浴については、研修人数や活動時間を考慮し、混雑を避けるために入室時間を調整します。
- 浴室には、大浴室と中浴室が設けられています。女性と男性の利用については、ホームページに掲載している「調整プログラム」を確認ください。なお、利用者が少ないときは、大浴室と中浴室は男女入れ替え制となります。

つどいについて

朝のつどい (7:00~) ※令和7年度は休止します。	夕飯のつどい (17:10~)
体を動かし気持ちよく1日を始めます。	宿泊利用者同士の出会い・ふれあいの場。
〈場所〉 晴天時(夏期間): つどいの広場 冬期間・荒天時: 講堂(体育館)	〈場所〉 晴天時(夏期間): つどいの広場 冬期間・荒天時: 講堂(体育館)
〈内容〉 ①国旗・所旗の掲揚 ②ラジオ体操(ラジオ体操第1) ③各団体紹介スピーチ(所属団体の紹介、研修活動内容等を発表など) ④諸連絡	〈内容〉 ①国旗・所旗の降納 ②各団体紹介スピーチ(所属団体の紹介、研修活動内容等を発表など) ③諸連絡 ④職員スピーチやレクリエーション

- つどいは規則正しい生活の基準となります。宿泊利用者は全員が参加ください。※体調不良者や野外活動中の団体を除く。
- 開始前に団体ごとに整列してください。
- 団体をお願いする役割
 - ・ 司会進行: 1人。
 - ・ 旗係: 1~4人(国旗・所旗) ※担当団体は、事前にお知らせします。(「調整プログラム」参照)
 - ・ 団体紹介スピーチ: 1人以上。団体が人数や内容を決めてください。 ※1団体あたりスピーチの時間は1分程度。
- 天候により場所を変更するときは、館内放送でお知らせします。

夜間から翌朝までの対応について

- 職員は、夜間から翌朝まで(17:45~翌8:30)常駐しておりません。警備員が1人常駐していますが、施設内を巡回する際に事務室を離れることがあります。
- 事務室は22:00で施錠します。夜間緊急のときは警備員室(内線233)に連絡ください。
- 夜間に病気、けが、事故などの緊急事態が発生したときは、団体の代表者が医療機関に連絡したり、直接「119番」に通報して救急車を要請したりしてください。その後、速やかに警備員に連絡ください。
- 災害時の避難誘導については、地震や火災などの事態に備え、あらかじめ避難経路や避難方法を確認し、団体の代表者が適切に対応するようお願いいたします。