



宿泊室の使い方と退所点検の ポイントの説明



国立三瓶青少年交流の家

このスライド資料の目的

- 1 宿泊する部屋の使い方(寝床の準備と片付けなど)を知ること。
- 2 退所点検のポイントを知ること。



このスライド資料の流れ

1 はじめに

- ① みんなが気持ちよくすごすために交流の上で大切にしていること
- ② 部屋の使い方の注意点

2 シーツの準備と片付け

3 寝床、部屋の準備と片付け

- ①【和室編】
- ②【洋室編】
- ③【セミナーハウス編】

3 退所点検のポイント



1 はじめに



みんなが気持ちよくすごすために、
三瓶青少年交流の家で大切にしていること

あいさつ

をしよう

自分

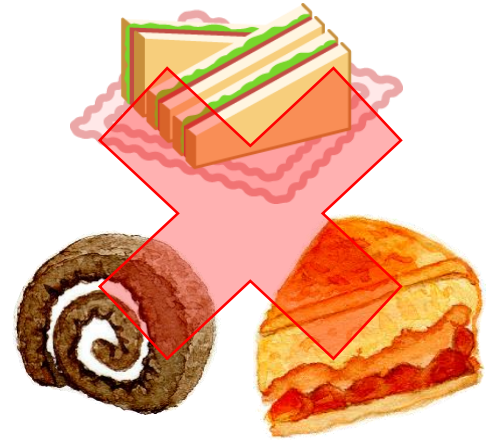
のことは
自分でしよう

時間

を守ろう

環境

にやさしく
しよう



宿泊室では飲食禁止



水分補給のみ可



せんめんじょ
洗面所



ドライヤーは
ここでつかえます

(2 だいまで)



しゅくはくしつ
宿泊室



ドライヤーは
つかわないでください
ブレーカーがおちます

2 シーツの準備と片付け



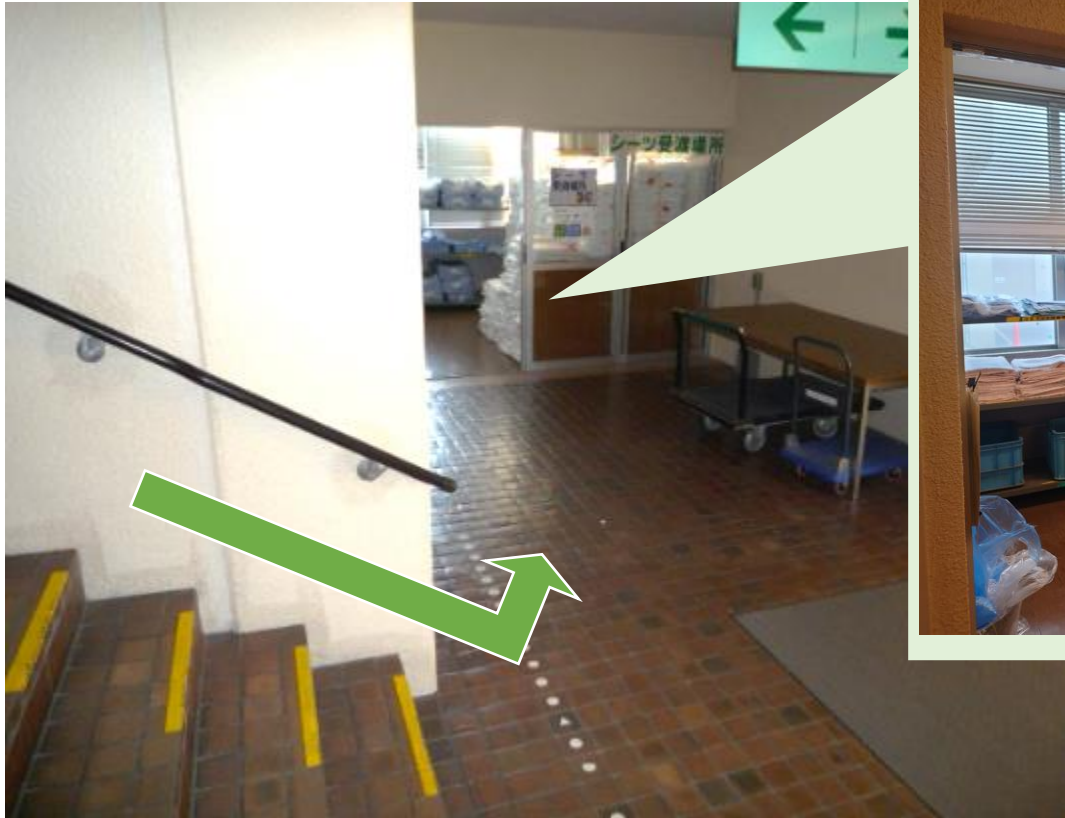
シーツの受け取り

まずはシーツをとりましょう



玄関

シーツ受渡場所



1につきシーツ **2** 枚、まくらカバー **1** 枚

シーツの片づけ





枕カバーはここに置かないで
枕カバーは専用のコシデナへ！
白い枕カバーは、シーツと
間違えやすいので注意！
枕カバーは専用のコシデナへ！

シーツ返却



① ② ③ ④

シーツ返却方法



① ② ③ ④

シーツ返却
赤と黒のたんで

この上にシーツを
置いてください。

この上にシーツを
置いてください。

この上にシーツを
置いてください。

この上にシーツを
置いてください。

奥の方から...

枕カバーはここに置かないで
枕カバー返却コンテナへ！
白い枕カバーは、シーツと
間違えやすいので注意！



元の大きさにたたんで…



シーツの返し方 良い例

次の人が返しやすいうように、奥の方から、元の大きさにたたんで…



枕カバーの返し方



次の人が返す時のお手本になるように…
みんなが気持ちよく使えるように…

3 寝床、部屋の準備と片付け



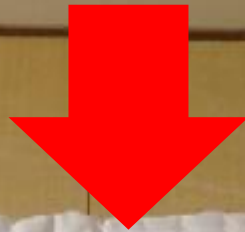
3 寝床、部屋の準備と片付け

①【和室編】



和室 寢床の準備

敷布団をしきます



シーツを1枚かけます



敷布団



シーツのふちを敷布団の
下に押しこみます



上にもう1枚シーツをかけます



2 枚目

1 枚目

枕カバー



掛け布団をかける



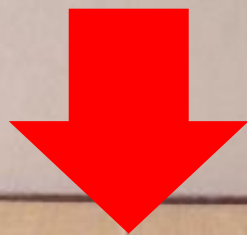
完成！

シーツ・枕カバーは必ず使いましょう！！

枕カバー

シーツの上を折り返して
布団の上にかぶせてください

敷布団の上に毛布をかけます



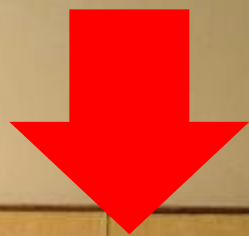
※毛布使用の場合

シーツを1枚かけます



※毛布使用の場合

掛け布団と毛布をかけます



※毛布使用の場合

完成！

シーツ・枕カバーは必ず使いましょう！！

枕カバー

シーツの上を折り返して
布団の上にかぶせてください

和室 片付けのポイント

枚数は
あっているか

4個

8枚

4枚

4個

8枚

4枚

4枚

布団の丸い方が
見えているか



押入れの中に入らないで



ふすまは右に寄せて

ぐるぐる巻き

毛布がある場合

和室 片付けのポイント

窓は開けておいて
ください（晴天時）

暖房器具のうしろ

確認

使った道具は
きちんと整頓

和室 片付けのポイント

避難経路・布団のたたみ方・ベッドメイキングの方法は扉の内側を参照



靴箱周りもきれいに！



クローゼットの中も確認！

3 寝床、部屋の準備と片付け

②【洋室編】



マットレスをずらします



洋室 寝床の準備

シーツをかけます

シーツのふちを
マットレスの下に
おしこみます



2枚目のシーツをかけます

2 枚目

1 枚目



完成！

シーツ・枕カバーは必ず使いましょう！！

枕カバー

シーツの上を折り返して
布団の上にかぶせてください

毛布をしき、
その上にシーツをかけます



※毛布使用の場合

2枚目のシーツの上に
掛け布団と毛布をかけます。

※毛布使用の場合



完成！

シーツ・枕カバーは必ず使いましょう！！

枕カバー



シーツの上を折り返して
布団の上にかぶせてください

洋室 片付けのポイント

**窓は開けておいて
ください（晴天時）**

使用中の部屋の様子

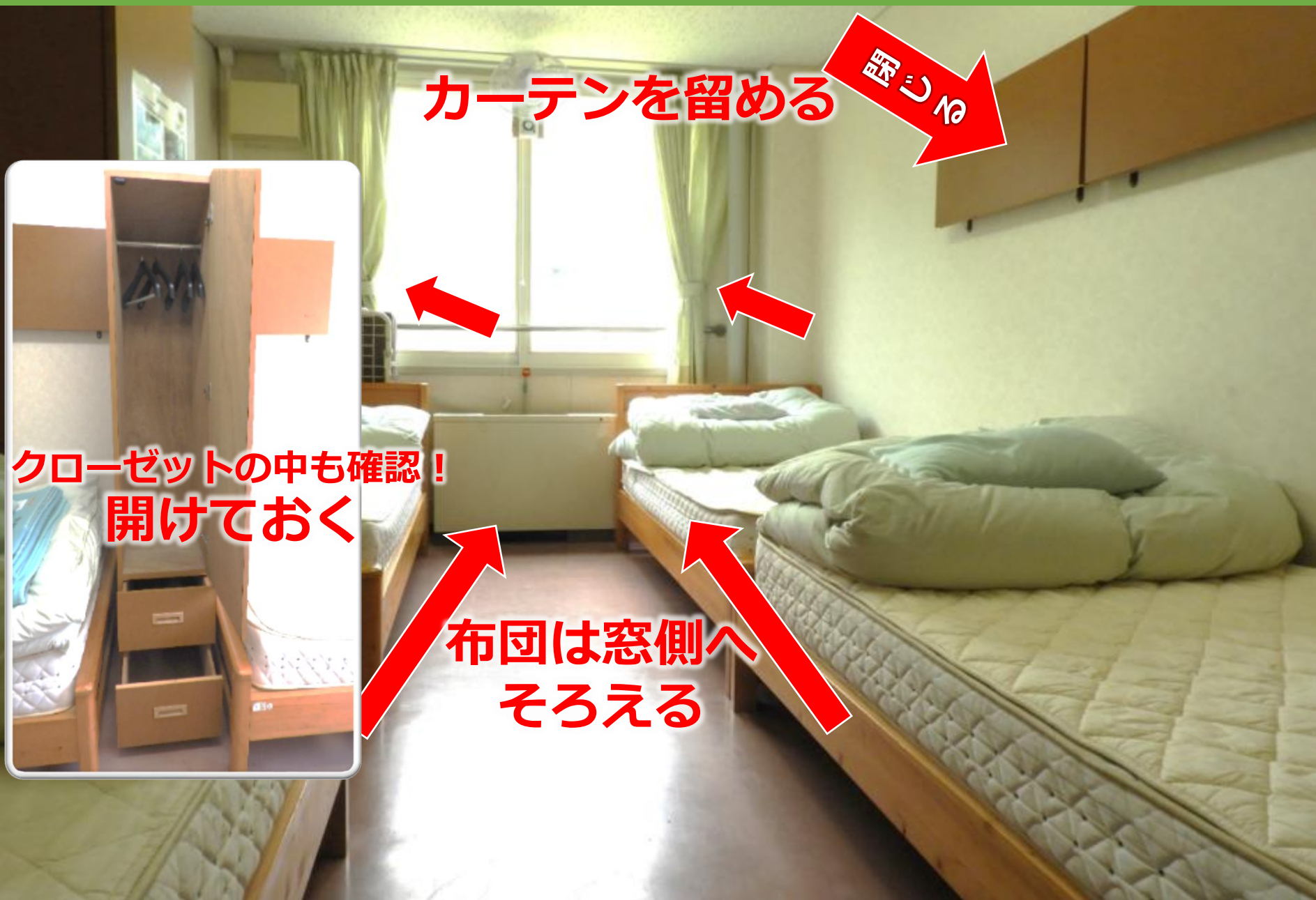
洋室 片付けのポイント

カーテンを留める

閉じる

クローゼットの中も確認！
開けておく

布団は窓側へ
そろえる



洋室 片付けのポイント

閉じろ

カーテンを留める

クローゼットの中も確認！
開けておく

布団は窓側へ
そろえる

※毛布がある場合



洋室 片付けのポイント

避難経路・布団のたたみ方・ベッドメイキングの方法は扉の内側を参照



洋室 ベットの片付け

交流の家でのふとんのたたみ方



やり直しになる例



良い例

洋室 ベットの片付け

交流の家でのふとんのたたみ方

※毛布がある場合



やり直しになる例



丸い方が
見えているかな

良い例

洋室 片付けのポイント

確認

暖房器具のうしろ



ベッドパッドのずれ

確認



モップでしっかり
ほこりをとります！

確認

ベッドの下



3 寝床、部屋の準備と片付け

③【セミナーハウス編】



セミナーハウス寝床の準備



※毛布がある場合



※毛布がある場合



寝床の準備の仕方は宿泊棟の和室と同じです。

セミナーハウス 部屋の片付け方

布団の丸い方が
見えているか

枚数は
あっているか



ぐるぐる巻き

4 退所点検のポイント



退所点検（退所日に実施）

職員が点検に行きます。

☆ **各部屋1人（または代表者1人）の立ち合い**をお願いします。

チェックすること

- ・ふとんのたたみ方が正しいかどうか。
- ・清掃が十分かどうか。

など

クリーンアップタイム（清掃） 毎朝7:20～7:40



部屋

ベッドの下も
しっかりと！



トイレ



廊下



談話室



階段



洗面所

来たときよりも美しく！！

ゴミは**掃除機**で吸い取りましょう



そうじ用具は
数を確認して
元場所へ



※掃除機は畳の上には上げないでください

・ 掃除機で吸い取れないごみ →

事務室横まで
お持ち下さい

共有スペースの清掃も忘れずに！

忘れ物にも
気をつけてね！

談話室の靴箱も忘れずに！

洗面所はきれいかな？

退所点検のポイント

【チェック項目】 ※和室の場合

- ☐ 部屋全体のそうじがしてある。
- ☐ 部屋の隅、出入口付近、靴箱にゴミ・ほこりが残っていない。
- ☐ 暖房の後ろや送風口に忘れ物やゴミ・ほこりが無い。
- ☐ 寝具の数を確認し、下図のように押入れに収納してある。
- ☐ 窓を閉め、カーテンは開けてベルトで束ねてある。
- ☐ ハンガーの数（布団組数×2本）がそろっている。
- ☐ 電灯・暖房スイッチが切ってある。

**退所点検チェックシートも
活用してさいごまで
やりきろう！**



さいごに...

研修の
成果が示す
あとしまっ

