

4 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快適に共同生活や活動が行えるよう、交流の家が定めた生活時間のことです。この時間帯を基準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年度以降休止中</small> | クリーンアップタイム | 朝食 | | 研修活動 | 昼食 | | タベのつどい | 夕食 | | 就寝準備 | 就寝 |
| | | | 退所点検 | 研修活動 | | 入浴 | | | | | | |
| | | | | 研修活動 | | 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。
- 物品の貸出や返却、活動内容や場所の確認は、**8:40~16:30** の間に事務室までお願いします。
- 起床時間は6:30、就寝時間は22:30です。22:30以降は照明を消灯するので、お部屋で静かにお過ごしください。
- 館内は防犯上のため、22:00から翌朝6:30まで施錠します。この時間帯の無断での出入りは禁止しています。
- 研修を実施する際に、当施設がやむを得ない事情と認められた場合に限り、他の団体に影響を与えない範囲で研修活動時間外の特別な対応を行うことがあります。ただし、朝食、昼食、夕食の利用時間帯の変更は、原則として対応できません。
- 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。
- 浴室は、大浴室と中浴室が設けられています。男女の利用については、ホームページに掲載している「調整プログラム」をご確認ください。また、利用者が少ないときは、大浴室と中浴室のどちらか一つの浴室を男女入れ替え制とします。

つどいについて

| 朝のつどい(7:00~) ※令和7年度以降休止中。 | タベのつどい(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、全員参加してください。 ※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は、以下のとおりです。
 - ・司会進行:1人
 - ・旗係:1~4人(国旗・所旗) ※担当団体は、事前に割り振りをしています。(「調整プログラム」参照)
 - ・団体紹介スピーチ(あいさつ):1人以上。人数や内容については、各団体で決めてください。 ※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。
- 夜間に病気やけが、事故など緊急事態が発生したときは、引率代表者が医療機関に連絡を取るか、直接「119番」に通報して救急車を要請してください。その後、速やかに警備員へご連絡ください。
- 地震や火災などの緊急事態に備え、事前に避難経路や避難方法を確認してください。
災害時の避難誘導については、引率代表者が適切できるよう準備を整えることをお願いします。

