

Ⅲ 自然の家での生活について

国立花山青少年自然の家では下記のとおり標準生活時間を設けています。

ご利用の皆様には、この標準生活時間を参考にして活動計画を作成いただきます。

1 標準生活時間

6	30	7	15	30	8	9	10	11	12	13	30	14	15	16	20	17	30	18	30	19	20	21	50	22
		起床 清掃	朝のつどい 7:15 から		朝食			午前の活動		昼食			午後の活動			代表者 打合せ	夕べのつどい	夕食		夜の活動 18:30- 21:50 入浴				就寝

活動計画作成にかかる留意点

- (1) 原則として食事・入浴時間はこの時間内にお願いします。
 ② 夏休み期間中に限り、入浴時間は17時30分から21時50分までとなります。
- (2) 「朝のつどい」・「夕べのつどい」は、参加を原則としています。活動に支障のない限り参加していただきます。
- (3) 22時から翌朝6時30分までは館内を施錠しております。この時間は無断での出入りを禁止しております。
- (4) 起床時間は6時30分となっておりますので、起床時間前の清掃や他団体への迷惑になるような行動はお控えください。
- (5) ご利用いただいたお部屋は、出発日の10時までに、部屋の点検を受けるようにしてください。

2 生活の仕方

(1) 代表者打合せ

毎日16時20分から「事務室前ロビー」で各団体の代表者（引率者）による打合せを行います。必ず参加してください。

＜打合せ内容＞ ●活動内容、場所の確認 ●夜間の連絡体制 ●つどいの確認 ●非常時の体制
 ●食事、入浴時間の調整と確認 ●その他

(2) つどい（朝のつどい 7:15～、夕べのつどい 17:00～）

- ① 「つどいの広場」で行います（雨天時、冬期間はプレイホールで行います）。
- ② 職員の指導のもと、利用団体が主体的に行ってください。係の分担については、事前に割り振りをし連絡します。当番団体は、次の係を決めておいてください。

＜係＞司会者（1～2人）、旗係（国旗2人、所旗2人）

＜内容＞ ● 国旗、所旗の掲揚（降納） ● 団体紹介または活動紹介 ● 諸連絡

- ③ つどいの内容、整列の方法については「代表者打合せ」で確認します。
- ④ 活動プログラムの都合でつどいに参加できない場合は、利用調整時にご連絡ください。
- ⑤ つどいの進行表は手引きP37、P38にあります。
- ⑥ 校旗・団旗等を掲揚（降納）する場合は、つどいが始まる前に職員へお知らせください。なお、プレイホールで行う場合は、掲揚塔がありませんので、ご理解ください。

(3) 食 事

- ① 複数の団体が一緒に食堂を利用します。楽しい雰囲気の中で食事ができるようご協力ください。
食堂は、すべてセルフサービスです。
- ② 朝食、昼食、夕食のおかず類は、バイキング方式を取り入れています（バイキングはおかわり自由）。
- ③ 昼食は、麺類、丼類、カレーライスなどから自由に複数選択できます。
- ④ 座席は232席ですので、空いている席に奥から順に詰めて座ってください。混雑するときは、食事時間を割り振りすることもあります。
- ⑤ テーブルは基本8人掛けです。席を空けずにご利用ください。
⑤ 幼児用椅子は12脚あります。

●朝食（7:30～9:00）

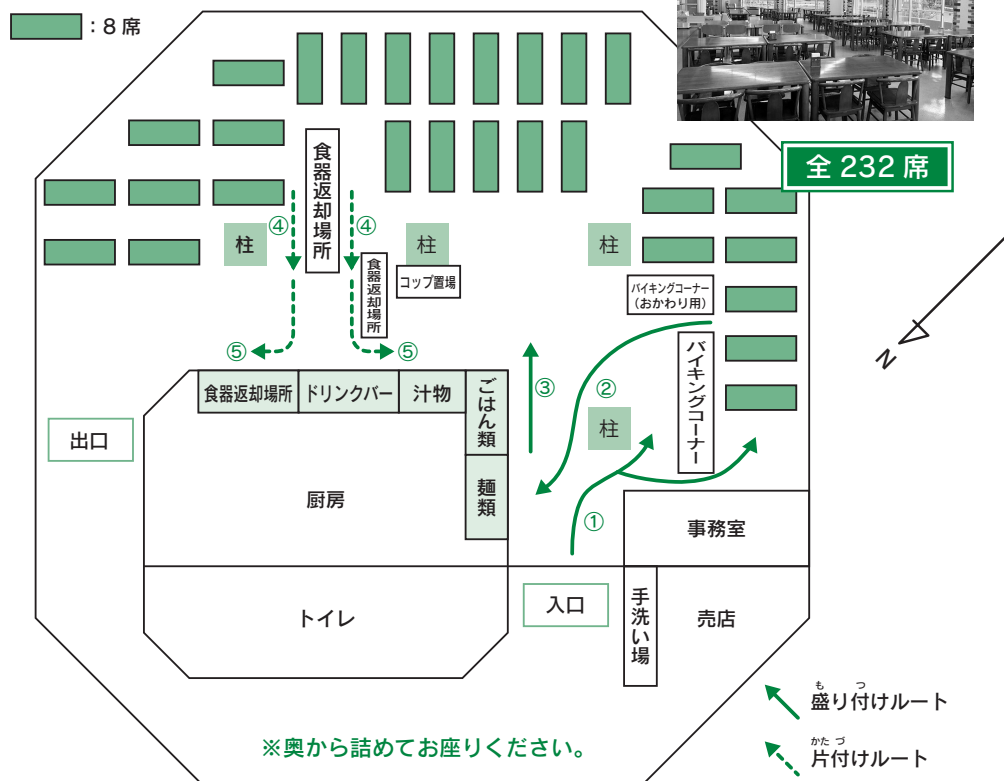
●昼食（12:00～13:30）

●夕食（17:30～19:00）

時間外でのお食事、休憩は
ご遠慮ください。

配 置 図

H29.12月現在



(4) 入 浴

- ① 男女別の表示を確認してください（男性：青のれん、女性：赤のれん）。
 - ② 入浴の際は、足下に注意し、飛び込みは絶対にしないでください。
 - ③ リンスインシャンプー、ボディソープを備え付けております。
 - ④ 脱衣場にヘアドライヤーは備え付けておりません。なおヘアドライヤーを持参する場合は、宿泊棟の洗面所でのみご使用をお願いします。
 - ⑤ 浴室に忘れ物がないようご注意ください。忘れ物があった場合は、浴室前のテーブルに置いておきます。
 - ⑥ 浴室は、「山の湯」（60人）、「花の湯」（40人）、「星の湯：バリアフリー」（4人）があります。「星の湯」の利用を希望する場合は、16時20分からの代表者打合せにてお申し出ください。
- 〔注〕入浴時間は、18時30分から21時50分までです。ただし、「夏休み期間中」は、17時30分から21時50分までです。当日の利用時間については、16時20分からの代表者打合せにて調整させていただきます。（P9）

浴 室



星の湯



脱衣場



(5) 飲食について

親睦や交流を目的とした飲食については、場所および時間を指定させていただきます。事前に懇親会等として利用申込書の活動プログラムに記入ください。懇親会等の時間は、19時30分から21時30分とさせていただきます。詳しくは、P33を参照ください。

また、**宿泊室での飲食は、衛生上の理由からご遠慮いただいております。**

(6) 清 掃

- ① 清掃範囲、清掃道具は、各部屋に表示してありますので、確認してください。
- ② 次に使う人のために、「来た時よりも美しく」をモットーにお願いします。

(7) ゴミ処理

- ① 持ち込んだものから出たゴミは、お持ち帰りください。（持ち帰りが原則です。）
- ② 生活や活動で出たゴミ・野外炊事や弁当のゴミ等は、分別収集にご協力ください。

[生活や活動中に出た
燃えるゴミ]

→ゴミ置き場（地階からのプレイホール入口付近）へ（P44 参照）

- ・少量の場合：そのまま燃えるゴミ置き場①に設置してあるゴミ箱へ
- ・大量の場合：指定のゴミ袋に入れてゴミ置き場①へ

[野外炊事・弁当]	→利用者玄関下の食堂のゴミ置き場へ（P44 参照） ＜食堂から配付されるゴミ袋を使用する＞ ・野外炊事の食材ゴミ（燃えるゴミ置き場①へ） ・弁当容器等のゴミ（燃えるゴミ置き場①へ） ・生ゴミ・残菜（ゴミ袋をポリバケツに入れたまま生ゴミ置き場へ） ・ペットボトル等（キャップとラベルを外して燃えるゴミ置き場①へ）
[売店・自動販売機]	→自動販売機に備え付けのゴミ箱へ（3種類のゴミ箱へ分別する。） ・アルミ缶・スチール缶 ・ペットボトル（そのままゴミ箱へ） ・紙類（アイスの包装）

③ 栗原市指定ゴミ袋は、食堂売店で購入できます（1 袋 30 円）。

※必ず栗原市指定のゴミ袋を使用してください。（各自治体のゴミ袋は不可）

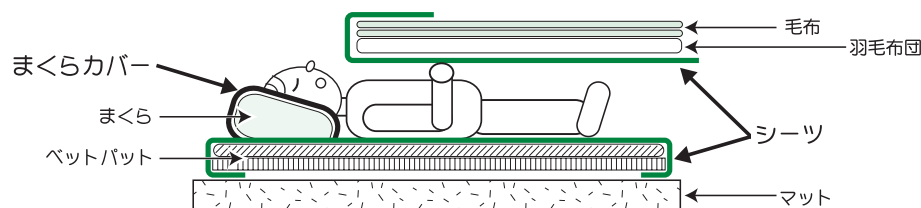
④ 食堂でご注文いただいた野外炊事・弁当については、ゴミ袋がついてきます（無料）。

(8) ベッドメイキング

① 枕を、枕カバーに入れる。

② ベッドパットの上にシーツ2枚を重ねて敷く。

③ 羽毛布団と残りの毛布をかけ、2枚敷いたシーツの1枚は、頭の部分を折り返し、シーツとシーツの間に寝る。



③ 気温によって毛布の枚数を調節してください。

ベッドパットの上に敷いて使うこともできます。羽毛布団の上に毛布をかけると保温性が高くおすすめです。

③ 夏休み期間中の寝具は、毛布が2枚となります。
(7月中旬～8月下旬)

(9) 健康および安全

① 利用前、利用中、利用後も健康状態の観察を行い、適切な指導をしてください。

② 健康等に心配な点がある場合は、事前にご相談ください。また、アレルギー体質等で食事についても心配がある方は、ご利用の1週間前までに自然の家食堂へご相談ください。

③ 専用の医薬品があれば、必ず持参してください。

④ けが人や急病人・事故等が発生した場合や途中で帰る場合は、すぐに事務室にご連絡ください。

⑤ 深夜における急病等の場合は、宿直者（内線23）に連絡、または直接事務室前の宿直室へお越しください。

⑥ 非常時の避難等

ア. 自然の家到着後、必ず非常口・緊急避難場所（P43、44）の確認をしてください。

イ. 火災等により、避難の必要があると判断した場合は、緊急非常全館放送によりその旨を連絡します。放送の指示に従って、緊急避難場所へ安全に避難してください。

(10) その他

- ① 火の取扱には十分注意してください。
- ② 館内は、すべて禁煙です。喫煙は館外に設置された指定の喫煙所をご利用ください。
- ③ 宿泊室は施錠できませんので、貴重品は盗難防止のため宿泊棟入口にある無料のコインロッカー（リターン式）をご利用ください。
- ④ 忘れ物については遺失物法に基づき処理させていただきます。
そのため、当施設ご利用の際には、お忘れ物がありませんようご注意くださいとともに、持ち物には必ずお名前の記入をお願いいたします。
- ⑤ 節水、節電等、省エネにご協力ください。
- ⑥ 館内の水道水は全て飲むことが可能です。
- ⑦ 館内の暖房期間は、11月1日から4月30日です。
宿泊室の通気時間は下記のとおりです。
 - ・ 朝 6時から9時
 - ・ 夕方 17時から22時なお、施設の利用状況により、通気時間が変更となる場合があります。
また、熱効率を上げるために17時以降はカーテンを閉めてください。
- ⑧ 設備や用具等を紛失・破損した場合は、原則として弁償となります。
- ⑨ 館内は上履きで活動してください。
- ⑩ ペットの同伴はご遠慮ください。

(11) 保険について

●賠償責任保険（レジャーサービス費用特約）

自然の家が施設で加入している保険があります。施設利用中でのけが等による入院・通院に対してお見舞金が出払われます。

⑧施設利用中（野外活動コース含む）のみが保険の対象ですので、自然の家までの往復途上の事故には適用されません。また、あくまでも見舞金程度のもので、団体での任意保険については別にご検討ください（重複しての加入でも問題ありません）。