# １６　自然の家での生活の心得

自然の家での生活にあたっては，生活の心得（案）を参考に「合宿のしおり」などを団体で作成し，児童生徒などが，自然の家の生活を自主性を持って送れるようにしてください。

|  |
| --- |
| 生活の心得（案）  １　生活について  　⑴　そうじ  　　ア　分担されたそうじ場所を，起床してから朝のつどいまでの間に行ってください。  　　　　 ※ 退所日は，特に念入りにそうじを行ってください。退所確認があります。  　　イ　研修室や体育館など，利用した場所は元のとおりに戻し，そうじしてください。  　　　　戸締りや消灯の確認も行ってください。  　　ウ　ゴミは，分別（可燃，不燃など）して，第１ゴミステーションに処分してください。  　　　　（ゴミ箱の中は空にしてください。）  　⑵　食事  　　ア　食堂に入る前に，必ず手を洗ってください。その後，食堂に入室したら消毒液で手の除菌を  　　　必ず行ってください。  　　イ　食事の配膳及び後片付けは，セルフサービスです。  　　　　（お茶は各テーブルに配置してあります。）  　　ウ　後片付けは，返却口が狭いため，各班でうつわごとにまとめて行ってください。  　　　　また，食器の返却が終わったら，テーブルを「ふきん」で拭き，床は「ぞうきん」で必ず  　　　拭き取ってください。「ふきん」は入口の横，「ぞうきん」は手洗い場裏にかけてあります。  　　エ　各食事の際に，水筒へお茶の補給を行うことができます。（事前の注文が必要）  　　　　補給を行う人は，水筒の中を水洗いした後，食堂入口付近に置いてあるヤカンから各自で  　　　水筒への補給をしてください。  　⑶　節電・節水  　　ア　利用した部屋を出る時は，照明と冷暖房のスイッチを切っているかを必ず確認してください。  　　イ　洗面の際は，水を流しっぱなしにしないでください。また，使用後は蛇口をしっかりしめて  　　　ください。  　⑷　入浴  　　ア　必ず体を洗ってから浴槽に入ってください。  　　イ　タオルを浴槽につけないでください。  　　ウ　浴室から出る時には，体をよく拭いて，脱衣場に水滴が落ちないようしてから出てください。  　　エ　イスや桶は，元の位置に片付けてください。  **◇ イスの片付け方　　　　　　　　　　　　　　◇ 桶の片付け方** |

|  |
| --- |
| ⑸　寝具の使い方と片付け方  　　ア　敷布団用のシーツ２枚とまくらカバー１枚を必ず使用して，ベッドメイキングを行って  　　　ください。  　　イ　ベッドメイキングと布団の後片付け方は，図と写真を参考に行ってください。    　　ウ　布団とシーツの後片付けを図と写真を参考に行ってください。  **◇ 宿泊棟１階和室の寝具の片付け方**  　　  **◇宿泊棟２階及び三角棟の寝具の片付け方** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ⑹　退所確認について（※ 退所時や活動終了後には，自然の家の職員による確認が行われます。）  　　　利用最終日の8：50以降に行います。確認する内容は次の通りです。  　　ア　寝具や備品等を元どおりに戻し，整頓されているか  　　イ　ベッド，押入れ，棚，冷蔵庫等に忘れ物はないか  　　ウ　電灯や冷暖房の電源が切られているか  　　エ　カーテンを結ぶ，ゴミを捨てているか　等  　　　　※ 晴天時は窓を開けてください。  　⑺　朝のつどい（4月～9月は7:20から，10月～3月は7:40から）  　　　夕べのつどい（16:40から）  　　　すべての利用団体が参加して，友情の広場（雨天時は体育館）で行います。  　　　朝のつどいと夕べのつどいとで進行や内容は少し違いますが，主に国旗・県旗等の掲  　　揚と降納，団体代表者の挨拶，自然の家職員による話やレクリエーション等です。  朝のつどいの内容　　　　　　　　　　夕べのつどいの内容    ① 国旗・県旗掲揚  ② ラジオ体操  ③ 団体代表者の挨拶  ④ 自然の家職員から  ① 国旗・県旗降納  ② 団体代表者の挨拶  ③ 自然の家職員から  　⑻　服装及び持参物について  　　ア　服装は，活動にふさわしいものを準備してください。安全に活動するために，長袖・長ズ  　　　ボンや帽子，履き慣れた運動靴などをお勧めします。  　　イ　持参物 | | |
|  | □　上履き（管理研修棟，体育館及び友情の広場は，土足禁止です。）  □　帽子，長袖，長ズボン（日よけ，防寒，植物との接触障害等を防ぐため。）  □　木綿製の作業用手袋（綿100％）  □　石鹸，シャンプー，歯ブラシ，タオル等  □　水筒と飲料水  □　懐中電灯（夜間，屋外で行う活動がない場合も。）  □　殺虫剤や虫除けのスプレーなど（キャンプ場を利用しない場合にも。）  □　その他の各活動に必要なもの |  |
| ※　活動ごとに準備物が異なります。「活動プログラム集」を参照してください。  　⑼　その他  　　ア　貴重品の管理は各自・各団体で行ってください。館内にあるコインロッカー（コインリター  　　　ン式）をご利用いただくこともできます。また，お部屋の鍵も貸出します。  　　イ　ドライヤーの使用は電気容量の関係上，各部屋１台でお願いします。  　　ウ　消灯時間を厳守するとともに，他団体に迷惑をかけない行動をしてください。  　　エ　敷地内は，指定場所以外禁煙です。管理研修棟北側の１ヵ所のみです。  　　オ　掃除区域等は，団体ごとに割り当てられます。入所時に確認してください。  　　カ　石鹸やシャンプー，ドライヤー等はありませんので各自・団体で持参してください。 | | |