

5. 生活について

(1) 標準生活時間について

- ① 標準生活時間とは、利用する団体どうしがお互いに気持ちよく生活や活動ができることを目的として設定した、一日の標準となる時間です。
- ② この標準生活時間に沿って研修計画を立てるようお願いします。
- ③ また、この時間に沿えない場合は、あらかじめご相談ください。

時 間	内 容
6:30 ~ 7:15	起床・洗面・清掃
7:15 ~ 7:30	朝のつどい
7:30 ~ 8:45	朝 食
9:00 ~ 12:00	活 動
12:00 ~ 13:00	昼 食
13:00 ~ 17:00	活 動
(16:50~)	つどい時の各係への説明（つどいの広場）
17:00 ~ 17:15	夕べのつどい
	夕 食
17:30 ~ 19:00	入 浴（本館：17:15 ~ 21:45） （別館：17:30 ~ 21:45）
19:00 ~ 21:45	活 動
21:45 ~ 22:30	就寝準備
22:30	消灯・就寝

○つどいについて

宿泊団体の皆様の交流を図ることを主なねらいとして、「つどい」を行います。活動優先のため、つどいに参加できない場合は、事前にお申し出ください。夕食に野外炊事を実施される団体は夕べのつどいは不参加となります。

なお、つどいの係については、事前に団体へお知らせいたします。

① 朝のつどい

ア. 時間 7時15分～

イ. 内容 国旗・所旗の掲揚、ラジオ体操、団体挨拶

ウ. 進行 当番団体

（国旗係2名、所旗係2名、号令係1名、鐘係2名（本館のみ）、司会1名）

エ. 場所 本館はつどいの広場（雨天時：プレイホール）、別館は別館広場（雨天時：別館大広間）
でそれぞれ別々実施

② 夕べのつどい

ア. 時間 17時00分～

イ. 内容 国旗・所旗の降納、団体挨拶

ウ. 進行 当番団体（国旗係2名、所旗係2名、号令係1名、鐘係2名、司会1名）

エ. 場所 すべての団体が本館つどいの広場（雨天時：プレイホール）で実施

(2) 持ち物について (●: 必須物 ○: 活動内容により必要な物)

① 団体で用意するもの

- 自家用車^{※1} (緊急搬送: けが・急病人の搬送の際に必要) ● 応急処置セット^{※2}
- 活動に必要なもの (諫早自然の家から貸出可能な物品については、ご相談ください。)

※1 病院等への移動は、各団体で対応願います。

※2 AED (自動体外式除細動器) は、本館・別館それぞれに設置しています。

② 個人で用意するもの

- タオル
- 洗面用具 (浴室には、ボディソープ・リンスインシャンプーが設置してあります)
- 洗濯用洗剤 (洗濯機・乾燥機は各宿泊棟に設置しており、無料でご利用いただけます)
- 体育館シューズ (プレイホール使用時のみ)
- 動きやすい衣服 (虫刺され予防のため、夏季も長袖・長ズボンが望ましい)
- 運動靴 (濡れた時や汚れた時など、替えの靴があると便利)
- 帽子 (熱中症や日焼けの予防と、ハチから頭を守るために必要)
- 雨具 (野外活動の場合は上半身・下半身別々のものが動きやすい。別館移動の場合は傘)
- 軍手
- その他
 - ・ 健康保険証 (コピー)
 - ・ 常備薬

※諫早自然の家は標高 480m の高地にあたるため、平地より気温が約 3℃ 低めです。特に秋から春の朝・晩は冷え込みますので、防寒対策を十分にとってください。

(3) ゴミの処理について

- ・ 持ち込まれた物から出たゴミは、すべて持ち帰ってください。
- ・ 売店で、可燃物 (プラスチック含む)、ペットボトル、カン、瓶のゴミ処理を有料で行っています。各種 1 袋をご購入いただき、レストラン中庭ゴミ置場倉庫までお持ちください。ただし、段ボールは不可です。
- ・ レストラン売店でご注文いただいた野外炊事などの食材や弁当については、ゴミ袋を無料でお渡ししています。

(4) 冷暖房について

宿泊室のエアコンは一括管理しております。使用にあたっては、節電にご協力ください。

(5) 情報交換会・懇親会 (飲酒) について

飲酒を含む情報交換会・懇親会を計画される場合は、次のことを厳守してください。

- ・ 情報交換会・懇親会を計画する際は、「利用申込書」に必ず記載してください。
- ・ 実施場所及び時間帯は、利用人数や他団体の日程等を勘案し、諫早自然の家が事前に指定します。
- ・ 未成年の飲酒や指定した時間及び場所以外での飲酒は、固くお断りします。
- ・ 宿泊棟、野外炊事場及びキャンプ村での飲酒はできません。
- ・ 泥酔や大声を出すなど、他団体に迷惑をかけるような行為は厳にお控えください。
- ・ ハンドルキーパーの確保
- ・ 自然の家売店では酒類の販売を行っていないので、飲み物については持ち込みをお願いいたします。食べ物については乾きものの持ち込みは可能ですが、それ以外については売店にオードブルの注文をお願いいたします。

(6) 清掃について

① 宿泊室の清掃

- ・ 宿泊した部屋は、次の宿泊者が気持ちよく利用できるようにきれいに清掃してください。清掃箇所はベッド、棚、畳、床、廊下・階段などです。清掃用具は、各宿泊室及び廊下に用意してあります。

② 引率責任者による最終確認

- ・ 引率責任者は、各宿泊室の最終確認を行ってください。

③ 荷物の移動

- ・ 荷物は、9:00 までに本館 2 階ロビーの「荷物置場」に移動してください。

④ 点検について

- ・ 出発日の朝に、自然の家職員が寝具や清掃状況の確認を行います。

④ 点検について

- ・ 出発日の朝に、自然の家職員が寝具や清掃状況の確認を行います。

⑤ 活動場所（学習室等）について

- ・ 使用した活動場所は、次の利用者が気持ちよく利用できるようにきれいに清掃してください。

(7) その他注意事項

- ・ 正門は、22:30～6:00 まで施錠します。
- ・ 所内の道路は、一方通行です。車でお越しの際はご注意ください。
- ・ 貴重品は、各団体で管理してください。本館 2 階ロビーにコインロッカー（100 円玉返却式）を用意していますので、ご利用ください。
- ・ 屋内はすべて禁煙です。喫煙は屋外の所定の場所のみで行ってください。
- ・ 打上げ花火は禁止しています。活動時の火の取扱いには十分に注意してください。
- ・ 所内の施設や設備・備品などを破損したり紛失した場合は、原則として修理費や購入代金の実費をご負担いただきますので、ご了承ください。
- ・ 緊急時を除いては、電話の取次ぎはしておりません。連絡事項は伝言にてお伝えします。
- ・ ペット（介助犬を除く）の同伴は、ご遠慮ください。