

IV ネイパル砂川での生活について

1 標準生活時間

計画を立てる際の参考としてください。

6:30	7:30	8:30	8:45	9:00	12:00	13:00		17:15	18:30		22:00
起床・洗面	朝食	清掃・移動	部屋点検	研修活動	昼食	研修活動		夕食	研修活動等	就寝準備	消灯就寝
										入浴 19:00~ 22:00	

◎食事は、時間内に食べ終わるようお願いします。

2 活動

○それぞれの活動計画に従って進めてください。

○用具の貸し出しについては、団体の引率責任者が事務室に申し出てください。

3 「朝のつどい」「夕べのつどい」について

○「朝のつどい」「夕べのつどい」は、当所の主催では通常行っておりません。実施する場合は、団体ごとに独自に企画してください。

○「朝のつどい」「夕べのつどい」を行う場合は、場所の調整がありますので事前に職員に相談してください。ラジオ体操のCDやマイク等の貸出が可能です。あわせてご相談ください。

〈朝のつどいの例〉

- ①はじめのことは
- ②ラジオ体操
- ③目標発表（今日の活動で頑張ることなど）
- ④レクリエーションや歌
- ⑤連絡（注意事項、今日の活動の連絡など）
- ⑥終わりの言葉

〈夕べのつどいの例〉

- ①はじめのことは
- ②感想発表（1日の活動のふりかえりなど）
- ③レクリエーションや歌
- ④連絡（注意事項、今日の夜や明日の活動の連絡など）
- ⑤終わりの言葉



4 生活について

(1) 宿泊室

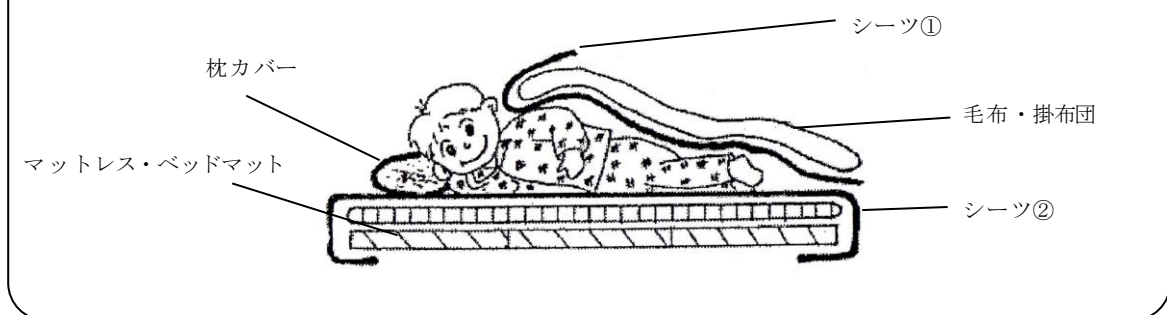
- ① 入室時に、宿泊室内の寝具や照明、時計、清掃用具の異常や不備等にお気づきになったら事務室に連絡してください。
- ② 室内の清掃、整理整頓、換気などに心がけてください。
- ③ 他の団体の宿泊室には、入らないでください。
- ④ 全員が宿泊室を出るときや就寝時は、節電にご協力ください。
- ⑤ 貴重品は、団体の責任のもと管理してください。
- ⑥ ドライヤーは宿泊室では使わず、洗面所でお使いください。(同時に2つまで使用可)
- ⑦ 寝具・ベッドの上では飲食をしないでください。
- ⑧ 部屋ごとに「ご利用のみなさまへ」(利用の手引き)が置いてあります。必ずお読みください。

(2) 寝具

- ① 16:00以降に、リネン室からシーツ・枕カバーをお取りください。
一人 シーツ2枚 ・枕カバー1枚
- ② 長期宿泊の場合は、2泊使用するたびにシーツ・枕カバーを取り替えてください。
- ③ 寝具の汚れに気づいたときは、団体の担当者を通じて事務室に連絡してください。
- ④ 使うとき(ベッドメイキング)

下のイラストのように、シーツとシーツの間に寝るようにしてください。

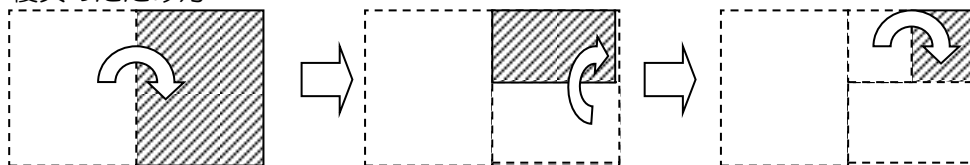
シーツ2枚と枕カバー1枚を必ず使ってください。



⑤ 片づけるとき

- 部屋により、寝具の収納場所が異なります。各部屋の写真を参考にしてください。
- シーツと枕カバーは1枚ずつたたんで、リネン室の棚の上に戻してください。
- 寝具のたたみ方(来た時よりも美しく!)
- 各ベッドのカーテンは、もとどおりに束ねてください。

※ 寝具のたたみ方



掛け布団はここまで(4つ折)

毛布はここまで(8つ折)

(3) ロビー

- ① 交流の場として自由にご利用ください。

*テレビ、遊具（囲碁・将棋・オセロ・お手玉・けん玉など）、図書コーナーがあります。自由にご利用ください。（21：30まで）ただし、遊具、図書については、部屋には持ち込まず、ロビーでご利用ください。

(4) 体育館

- ① 器具庫にあるスポーツ用具は、自由にご利用ください。
（事務室に保管している物もあります。テニポン・キンボールなど。）
- ② 活動後は、整理・整頓・清掃をお願いします。
- ③ 用具の破損があった場合は、指導者を通じて事務室に連絡してください。

(5) 研修室

- ① 活動プログラムにあわせて、利用団体が準備してご利用ください。
- ② 使用後は整理・整頓・清掃をお願いします。
（机・いすなどは、もとの位置に戻してください。）
- ③ 視聴覚機器については、事前に担当職員が説明いたします。

(6) 浴室

- ① 入浴時間は、原則として19：00～22：00までです。児童・生徒につきましては消灯の30分前までに入浴を終えるよう計画してください。
- ② 基本的には、入浴時間の割り振りはしませんので、浴室の利用状況を見ながら適時利用するようお願いいたします。ただし、利用者、団体等が混み合っている場合には、調整・割り振りさせていただくことがあります。
- ③ 男女浴室は、それぞれ20名程度が一度に入浴可能です。（シャワー10、脱衣棚24）
- ④ 入浴マナーや片付けの指導を、各団体で行ってください。
- ⑤ 石鹸、シャンプー、タオル、バスタオルなどは置いていませんので、団体でご用意ください。

(7) 食事・食堂

- ① 教育施設ですので、多くの青少年が利用します。きれいにお使いいただき、マナーを守っていただくようお願いします。
- ② すべてセルフサービスです。食器の片付け、いすの片付け、テーブルふきなどを含めて、衛生的に楽しく食事をおとりください。
- ③ 時間になりましたら、食堂にお入りください。

朝食	7：30～	8：30
昼食	12：00～	13：00
夕食	17：15～	18：30

時間内に食べ終わるよう協力をお願いします。
表示の時間は、食堂のあいている時間です。

- ④団体ごとに、指定されたテーブルで食事をしてください。
- ⑤テーブルを拭いた後は、テーブル上の物をカウンターに返却してください。
- ⑥アレルギーについては、D「食物アレルギー対応申出書」を提出の上、担当職員にご

相談ください。必要に応じて栄養士が直接ご相談するなどし、可能な限り対応します。

- ⑦原則として、食事時間に、弁当や食材を食堂へ持ち込むことは出来ません。弁当を持参して食べる場合は必ず事前に職員に連絡し、場所等の調整をしてください。

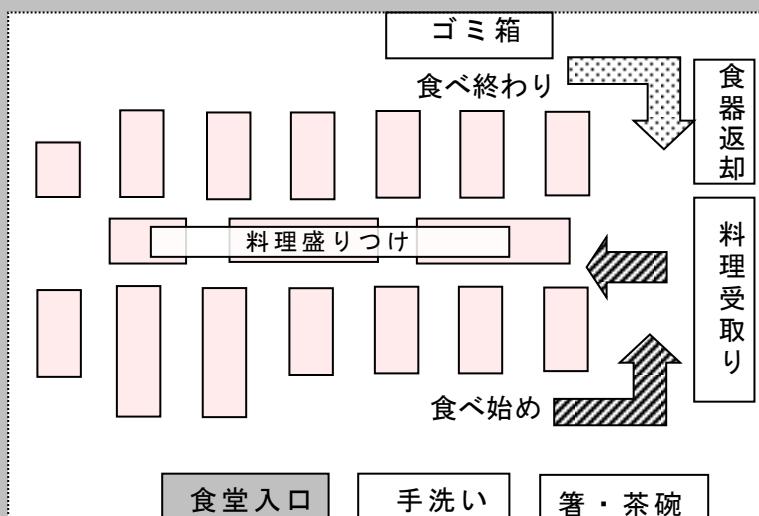
食堂の利用の仕方

1 食べ始めるとき

- ①入口から入り、手を洗う。
- ②お盆に箸や茶碗・お椀を取る。
- ③料理を盛りつける。又はカウンターで料理を受取る。

2 食べ終わったら

- ①食べ残しやゴミを所定のところに捨て、食器を返却する。
- ②座っていた場所のテーブルを拭き、テーブル上の物をカウンターに返却する。



ネイパルは教育施設です。
ルールやマナーを守って
きれいに使っていただくこ
とはもとより、

「こんにちは」
「いただきます」
「ごちそうさまでした」

のあいさつをしましょう。

(8) ゴミの処理

宿泊室のゴミは、廊下のゴミ箱に分別して入れてください。ペットボトル等の資源ゴミについては、水ですすいだあと、キャップを取りはずし、分別の種類にしたがって処理してください。

《分別の種類》

ペットボトル
ゆすいであら
ゴミ箱へ

あき缶
ゆすいであら
ゴミ箱へ

ビン
ゆすいであら
ゴミ箱へ

燃やせるごみ
紙類、木くず、
プラスチック類

燃やせないごみ
金属類、ガラス類
陶器類など

生ごみ
少量なら洗面所
のゴミ箱へ

* 野外炊飯等、ゴミが大量に出る場合はあらかじめゴミ袋（透明な袋）の用意をお願いします。袋詰め時は必ず分別し、種類ごとに当所のゴミステーションに直接搬入してください。食べ残し等の生ごみは、水をよく切ってから袋に入れてください。

* 持参したお弁当のゴミは、原則持ち帰りです。ただし、透明な袋に分別して袋詰めされている場合に限り、こちらで処理することができます。ゴミ袋の用意、分別及びゴミステーションへの搬入は、団体でお願いします。

(9) 宿泊室・活動場所の清掃

- ① 退所前に、簡単な清掃を行ってください。
- ② 各部屋にクリーナーがありますのでご利用ください。その他必要に応じて、バケツ・ぞうきん・ほうきなどが掃除ロッカーにありますのでご利用ください。
- ③ 利用最終日の8:45から下の項目についての点検があります。職員が部屋点検をしますので、準備ができましたら、事務室に連絡してください。
- ④ 活動で使用した場所の清掃、物品の整理整頓を必ず行ってください。
- ⑤ 施設・設備の破損があった場合は引率責任者の方が事務室に連絡してください。

【点検項目】

	項 目
1	床をきれいにしましたか。
2	布団や寝具はきちんと整理されていますか。
3	シーツ・枕カバーをリネン室に返却しましたか。
4	ベッドのカーテンはたばねてありますか。
5	ゴミ箱のゴミは、廊下のゴミ箱に分別して移しましたか。
6	設備の破損はありませんか。
7	忘れ物はありませんか。

(10) その他

- ① 館内はガム禁止です。
- ② 喫煙場所は食堂横のテラスです。その場所以外はすべて禁煙です。
- ③ 飲酒は原則認めていません。
- ④ 施設・設備を破損または紛失した場合は、速やかに事務室に連絡してください。
(場合によっては、弁償していただくことがあります。)
- ⑤ 利用者への電話の取次ぎは、緊急以外は行っておりません。用件を伺い、折り返し連絡を取るようにお伝えします。
- ⑥ 利用期間中の外出及び中途での到着・出発については、それぞれの団体で人数を把握し、事務室に連絡してください。
- ⑦ 寝具や蛍光灯、時計、清掃用具の異常や不備等でお気づきの点がありましたら、事務室に連絡してください。
- ⑧ 宿泊室をあけるときは、窓の施錠や節電にご協力ください。

(11) 料金の支払い

- ① 利用料(宿泊料)については、現金で事務室職員へお支払いください。
(玄関ロビーにて 9:10~17:00)
- ② 食事代・教材費については、原則として、現金で食堂業者(魚国)へお支払いください。後日銀行振込みを希望する方は、事前にご相談ください。
(玄関ロビーまたは食堂カウンターにて9:10~12:00、16:00~18:00)

5 健康・安全

(1) 利用前

- 参加者の健康状態は、十分に把握しておいてください。特に感染性疾患の疑いがある場合は、十分に留意してください。
- 必要のある方は常用薬を持参してください。
- 野外活動時などで必要な携行薬品・救急箱は、利用団体で用意してください。
- 重度の食物アレルギーのある方がいる場合は、事前にご相談ください。

(2) 利用期間中

- 傷病者が出た場合は、直ちに事務室へ連絡してください。
- 傷病者が病院にかかる場合の搬送は、各団体で行ってください。
- 夜間（17時30分から翌朝8時45分）に傷病者が出た場合は、直接「砂川市立病院」（0125-54-2131）に連絡をとるとともに、当所の警備員に状況を報告してください。
- 野外活動の際に、傷病者を館内に残す場合は、必ず責任者をつけてください。
- 事故が発生した場合は、昼間は職員に、夜間（17：30から翌朝8：45）は警備員に連絡してください。

(3) 災害時の対応について

- 万一のときに備え、利用初日に非常口・避難経路を必ず確認しておいてください。日中に火災や地震などの災害が発生した場合は、職員の指示に従い、引率責任者は自団体の掌握と安全確保に万全を期してください。
- 夜間に火災が発生した場合は、職員の指示に従い、引率責任者の判断で、安全確保を図って避難してください。

●砂川市立病院 0125-54-2131 ●消防署救急車 119

6 個人情報の取扱い

お問合せ、利用に係る個人情報は、関係法令および(一財)北海道子どもの国協会個人情報保護事務取扱要領により、厳重に管理し、法令等に定める場合を除き、ご本人の同意を得ることなく第三者に開示することはありません。

7 周辺の主な施設・連絡先一覧

施設名	連絡先
砂川警察署	(0125)54-0110
砂川消防署	(0125)54-2196
滝川保健所	(0125)24-6201
砂川市立病院	(0125)54-2131
北海道子どもの国	(0125)53-3319
砂川市総合体育館	(0125)54-2175
砂川B&G海洋センター	(0125)52-4809
滝川B&G海洋センター	(0125)23-4194
滝川ふれ愛の里	(0125)26-2000
滝川市美術自然史館	(0125)23-0502
砂川遊水地管理棟	(0125)52-3141
砂川市地域交流センター ゆう	(0125)54-3111