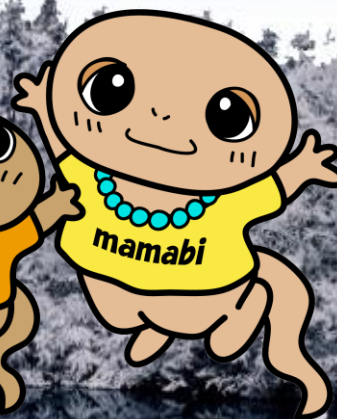
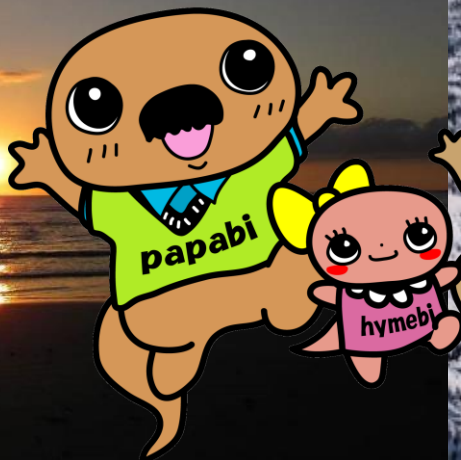
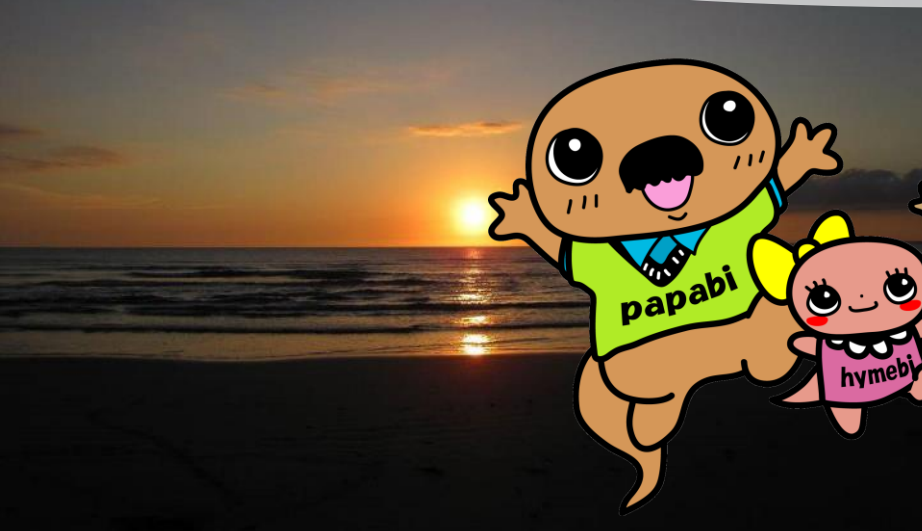


ようこそ
自然豊かな



National NOTO Youth Friendship Center

国立能登青少年交流の家



はじめに

大切にしたい



あじとかき

あ

あいさつ

笑顔でたくさんの人とあいさつをしましょう

じ

時間を守る

10分前行動、5分前集合を心がけましょう



か

環境について考えよう

ごみの持ち帰り、省エネを意識した生活をしましょう

き

来たときよりも美しく



交流の家での生活時間

一日の終わり

♪ 就寝 22:30 ♪



一日のはじまり

♪ 起床 6:00 ♪

ET (イブニングタイム)

夕方 17:00

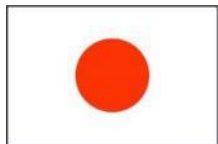
FT (フレッシュタイム)

朝 7:00

※ラジオ体操を行います

◆ 国旗・所旗の掲揚・降納

◇ 団体紹介や活動の感想
簡単な交流



食堂の使い方【バイキング方式】



- 手荷物を持ち込みません
- 入口で手洗いをしましょう



一方通行

- ① トレーを取る
- ② おはし・お皿を取る
- ③ おかず・ごはん・スープなどを順番に盛りつける
- ④ 最後にスプーンを取る



- 座席は奥から詰めて座りましょう
- 混雑しているときは
ゆずり合って座ってね

食堂の使い方【バイキング方式】

食べ残しが出ないように自分が
食べられる量を盛り付けましょう

食事時間の目安

(席に着いてから)

□朝食 → 20分

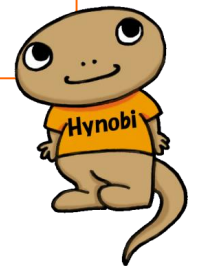
□昼食・夕食 → 30分

※次の団体が待っています。

食べ終わったら、テーブルごとに片付けましょう。



みんなで楽しく♪いただきます



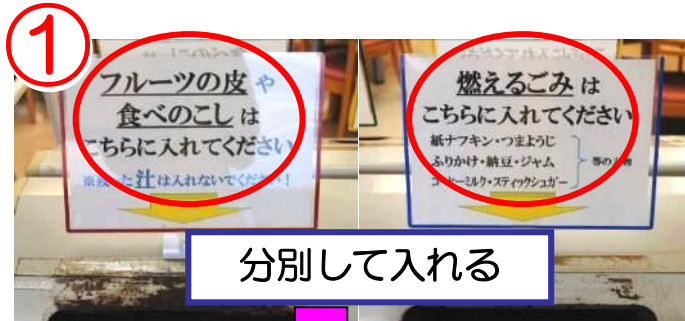
食堂の使い方【バイキング方式】

● 食べ終わったら、テーブルを「ふきん」でふいてから食器を返却します



「ふきん」は食堂中央に

【返却方法】



- ◆ シャワーで食器を簡単に洗って洗濯槽に静かに入れる
- ◆ 間かくをあけて並びましょう。

入浴について 入口・浴室の使い方

- 入浴時間 割振りあり (施錠23:30)
- かけ湯をしてから浴槽へ
- 入浴時間を守りましょう



◆ 使い終わったおけといすは、もとの場所に戻しましょう

入浴について 脱衣所の使い方

●浴室内で体をふいてからあがりましょう

※床がぬれたら、モップでふきましょう

●洗面台をきれいに使いましょう

※髪の毛や水は、ペーパーでふき取りましょう

●ドライヤーは備え付けのものを使い、フックにかけてもどしましょう

※部屋では使えません

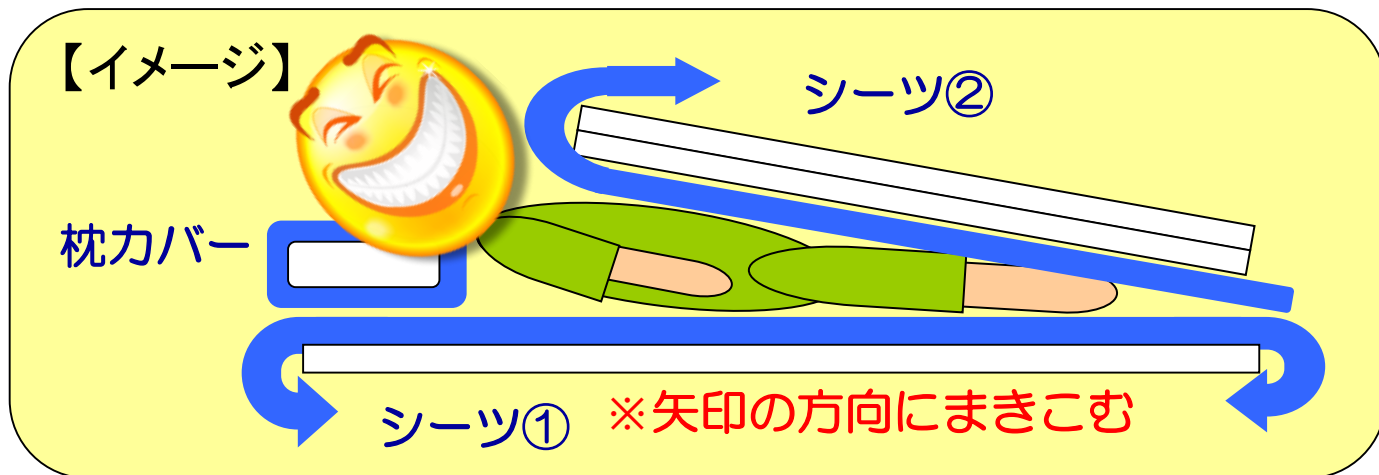
**忘れ物をしないように
最後に確認しましょう！**

事務室前に「落し物コーナー」があります



宿舎について シーツの使い方

- シーツ2枚と枕カバー1枚
- シーツとシーツの間に入ります



- ◆ 『シーツコーナー』（B棟の階段下）から持っていきます（団体の標示あり）

※ シーツをまとめているビニールひもは、専用のごみ箱に入れてください。



宿舎について シーツの返却

- シーツと枕カバーを分けて返却
- 最終日にシーツ返却コーナーへ

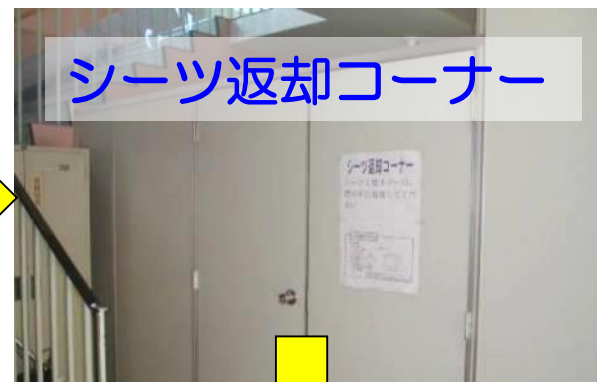
3泊したら
交換する



シーツは1枚を広げ
2つ折りにする



約5名分のシーツを入れ、
風呂敷のように包む



枕カバーは
かるくたたみ、
部屋ごとにまとめる

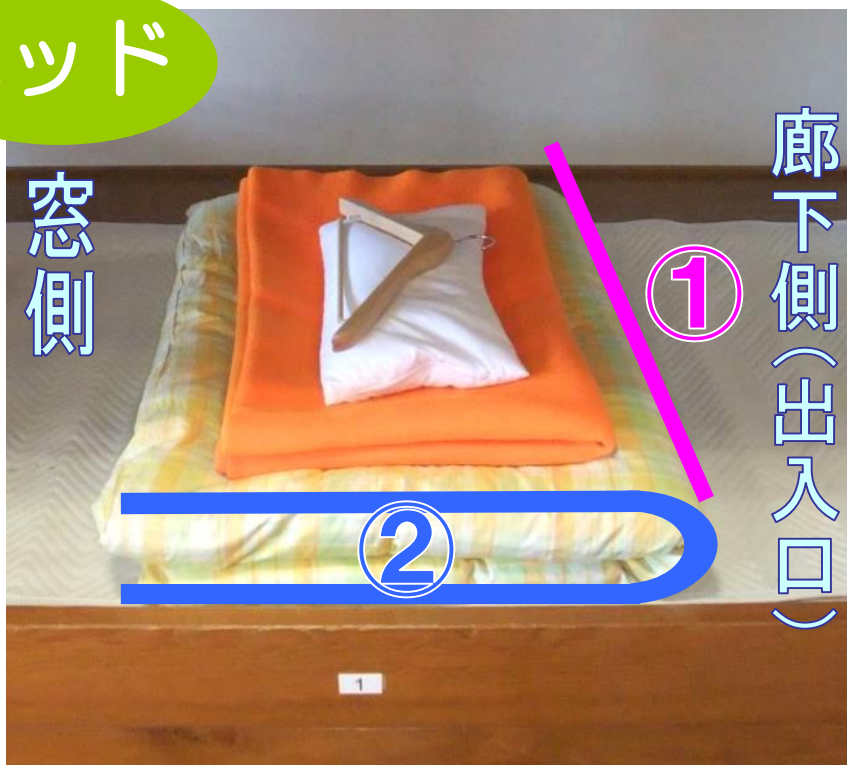
枕カバー

宿舎について

寝具のたたみ方

- 布団はもとのようにもどします
- たたみ方と向きをそろえます

ベッド



★①の折り目が廊下側、
②の折り目が手前にくる
ように置く

★ハンガーは枕の上に置く

向きをそろえて、中央に置く

宿舎について

寝具のたたみ方

- 布団はもとのようにもどします
- たたみ方と向きをそろえます

押入れ



★敷布団は内側におり込んで
三つ折にする

★①の折り目が手前にくるように
置く



宿舎について

宿舎点検



- 8時40分から職員による確認を行います
(1室1名程度の立会いをお願いします)

確認のポイント

1. 忘れ物がないか
2. カーテンが開けてあるか
3. 窓を開けて換気をしているか(荒天時は閉める)
4. エアコンのスイッチが『OFF』になっているか
- ⑤. ふとん・毛布・枕・ハンガーが整理されているか
- ⑥. 押し入れのふとんなどが整理されているか
7. 清掃が行き届いているか

次の人が気持ちよく
使えるかな？

来たときよりも美しく



清掃について

●清掃時間 6:00~8:40

●清掃場所 宿舎棟と割り当て区域

●床・畳・冷暖房機器の周り・廊下・出入口
ほうきやモップで、来たときよりも美しく

最後

ごみを掃除機ですいとる

※掃除機で吸えないごみはごみ箱へ

モップ
ほうき
ちりとり
掃除機



●ベッドの上
ガムテープで、きれいに!

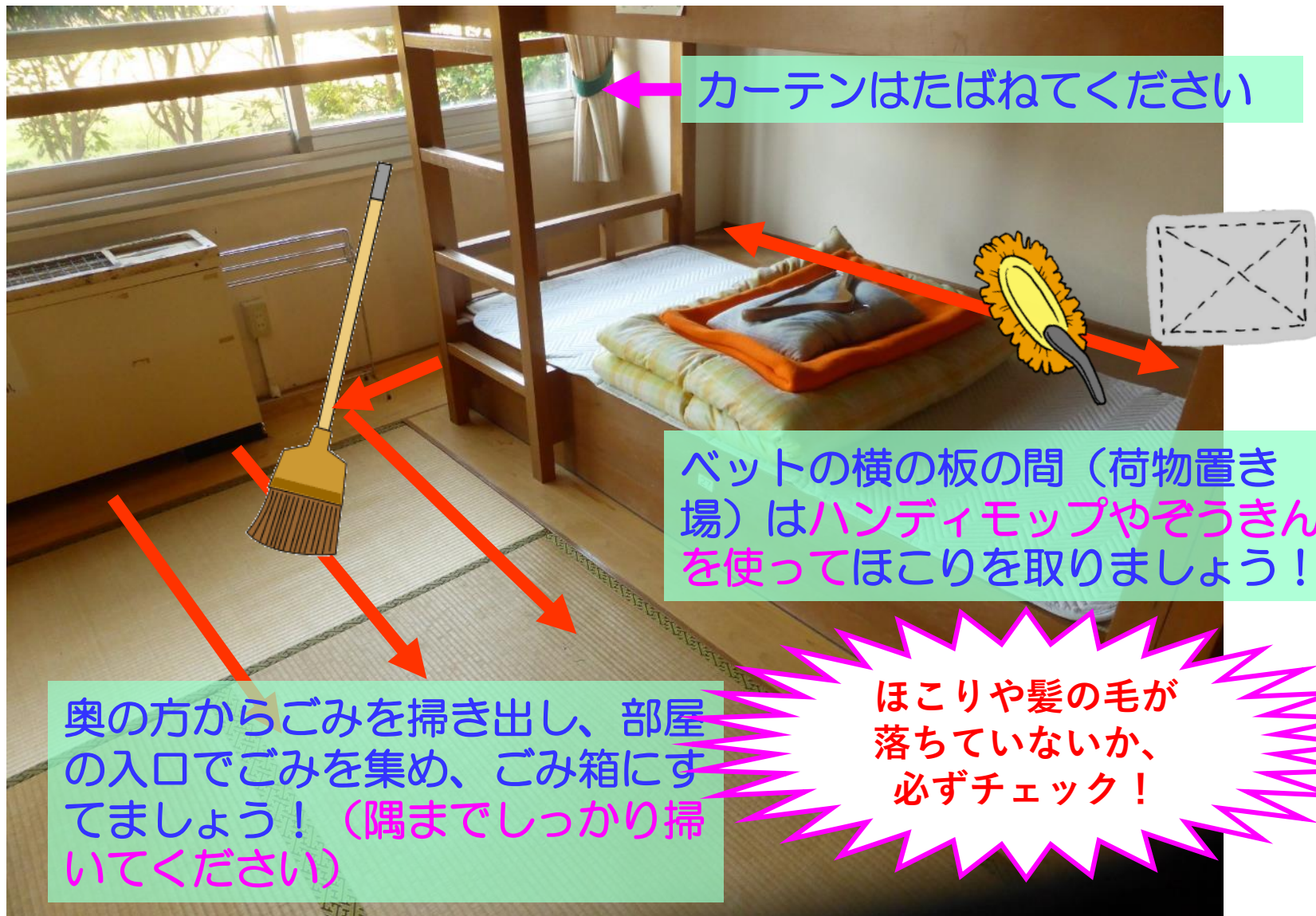
●トイレ
水を流さずに掃き掃除のみ。
※汚物入れがいっぱいになったら袋を
交換して事務室まで



掃除で出た
ちり・ほこりのみ

清掃について

部屋の掃除の仕方



研修場所について

- 使用後は清掃・整理整頓を
- 清掃後「研修室等確認カード」を提出



◆掃除で出たごみは廊下のごみ箱へ

ごみ袋がいっぱいになっていたら事務室まで

◆移動した机・イスはもとの形まっすぐに並べましょう

交流の家からのお願い

① **非常口・避難経路**（**宿舎・研修室に掲示**）の**確認**

② **宿舎での飲食**について

災害時避難場所：**グラウンド**

可能…水分補給（水・お茶に限る）

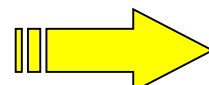
※ベッド・布団の上では絶対に飲まないこと！

注意！

（その他の飲食は談話コーナーなど決められた場所で）

③ **こまめに「手洗い・手指の消毒・うがい」**

④ **宿舎のドアの開け閉めは静かに**



両開きのスライドドア

⑤ **使用した場所の清掃・整理整頓**

⑥ **貴重品の管理は自己責任で**

（B宿舎奥とD宿舎手前にロッカー設置）

⑦ **野外活動から帰ったら、玄関で靴の汚れを落とす**

（靴を履き替えるか、玄関横の水道で靴の裏をよく洗う）

⑧ **館内は、夜の12時に全て施錠**



交流の家からのお願い

引率者・保護者
おとなの方へ



- ◆コピー・両替は食堂売店へ
- ◆喫煙は決められた場所で
(D宿舎談話コーナー横のみ 扉は必ず閉めてください)
- ◆引率者ミーティングは23時30分完全終了
- ◆食堂・お風呂での指導と点検をお願いします

みんなが、安全に気持ちよくすごせるように…
ご協力よろしくお願いします。

国立能登青少年交流の家



能登で素敵な出会いと

素敵な思い出ができますように…

職員一同応援しています。