

生活について

(1) 標準生活時間

時間	活動例	説明
6:15	起床・清掃	最終日は宿泊室を清掃してください。
7:00	朝のつどい	「かんぼラジオ体操広場」で実施します。
7:15～8:45	朝食	団体ごとに時間帯を割当てします。 ※他団体と同時間帯に割振ることがあります。
8:40～	請求書発行	最終日は事務室でシーツ代等の請求書を渡します。
9:00～12:00	午前の活動	—
12:00～13:30	昼食	団体ごとに時間帯を割当てします。 ※他団体と同時間帯に割振ることがあります。
13:00～16:45	午後の活動	—
16:45～17:00	夕べのつどい	「かんぼラジオ体操広場」で実施します。
17:15～17:30	代表者打合せ	当日の宿泊に伴う確認を行います。 団体の代表者は参加してください。
17:45～19:30	夕食	団体ごとに時間帯を割当てします。 ※他団体と同時間帯に割振ることがあります。
17:30～22:00	入浴	団体ごとに時間帯を割当てします。 ※他団体と同時間帯に割振ることがあります。
18:00～22:00	夜の活動	体育館・総合研修館・武道館の活動は21:00までです。
22:30	消灯	—

令和5年10月1日より、部屋点検を休止し、「お部屋キレイチャレンジ」を実施します。

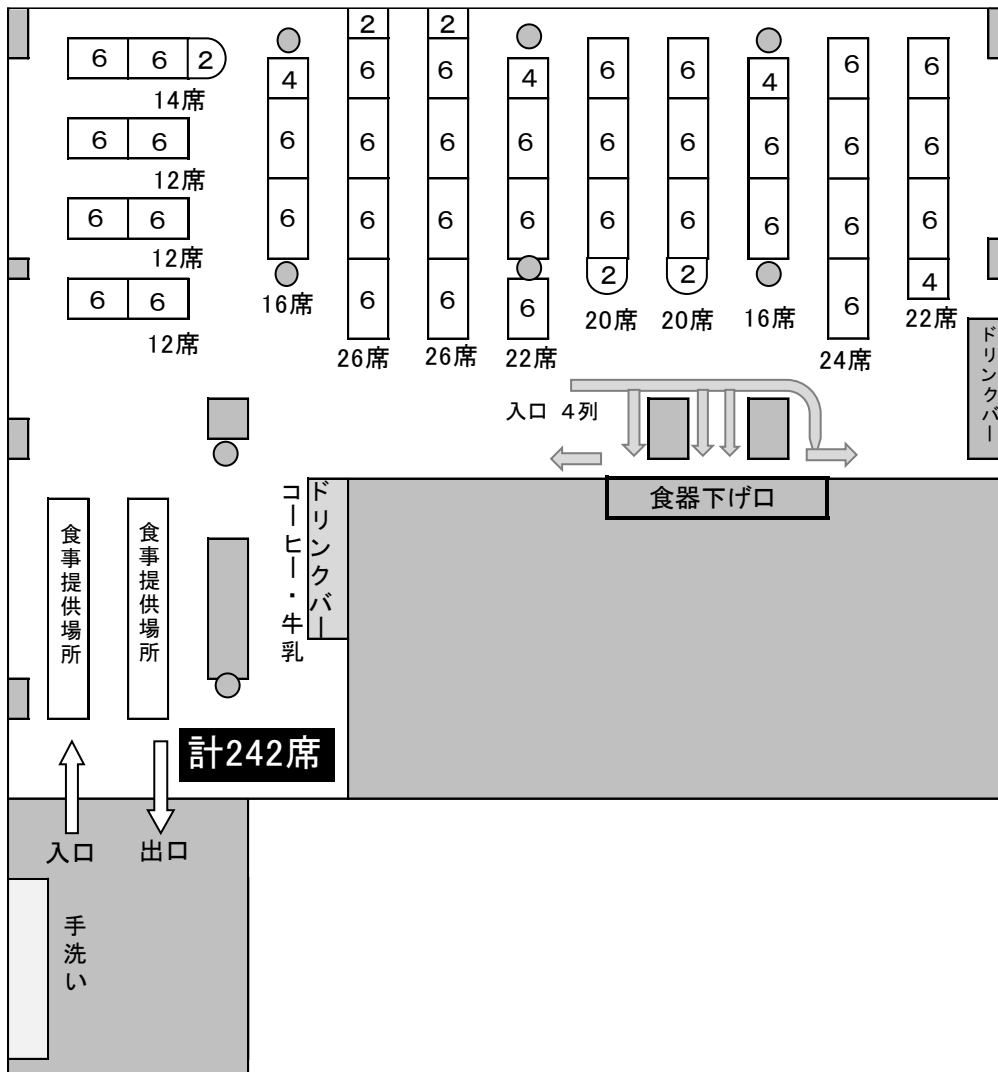
(2) 売店（会計窓口）

場所	本館2階
営業時間	8:30～17:00 ※利用受入れ数の状況により営業時間が変動することがあります。
販売物	飲料、菓子類、氷、生活用品、他

(3) 食堂

場所	本館 1 階西側
座席数	242 席
営業時間	朝食…7:15～8:45 昼食…12:00～13:30 夕食…17:45～19:30
提供形式	原則ビュッフェ形式 ※品目によっては個数制限があります。 ※利用人数が少ない場合は、盛付け食や食事の提供ができないことがあります。
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・アレルギー等の対応については、当施設ホームページ内の7大アレルギー表を参照のうえ、食物アレルギー事前確認表記入し、提出してください。 (相談窓口：コンパスグループ 0242-62-3534) ・食事後は備え付けの布巾でテーブルを拭き、椅子の整理をしてください。

○食堂配置図



(4) 入浴

種類	利用時間	人数 (目安)	設備
ばんだいの湯 (男)	17:30～ 22:00	50名	シャワー×21 貴重品ロッカー ドライヤー×3
いなわしろの湯 (女)		50名	シャワー×21 貴重品ロッカー ドライヤー×3
ひばらの湯		5名	シャワー×3
五色の湯 (バリアフリー浴室)		6名	シャワー×3 入浴者用車いす×2

- ・17時30分から22時の間で、団体ごとに割当てられた時間内に入浴してください。
- ・当日の宿泊者数により、利用時間の短縮や1つの浴室で対応する場合があります。
- ・すべての浴場にボディソープとリンスインシャンプーを備え付けてあります。
- ・ドライヤーは持込みができます。電気容量の関係上、宿泊室内では使用できません。宿泊棟の各洗面所で2台まで使用可能です。
- ・「五色の湯」の利用を希望する場合は、電子メール(bandai@niye.go.jp)にて事前に相談してください。

(5) 寝具の使い方

マットレスを3枚または2枚揃えて、その上に敷きパッドを敷きます。



敷きパッドの上にシーツを敷きます。



もう一枚のシーツを重ねます。



その上に掛け布団、毛布 (冬季のみ) を掛けます。



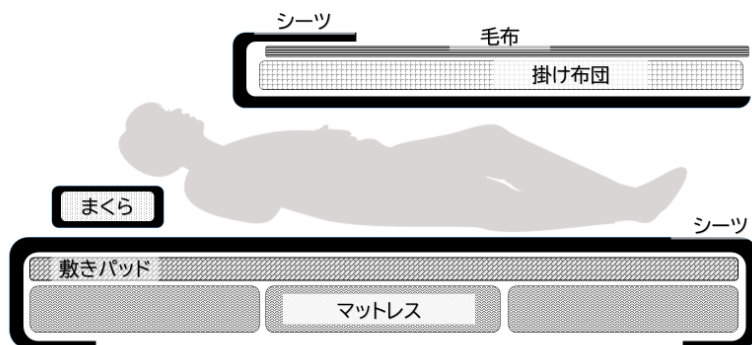
枕を枕カバーに入れます。



2枚敷いたシーツの上の1枚はえりの部分を折り返します。



シーツとシーツの間に入って寝ます



(6) ごみの処理

- ・ごみは原則持ち帰りとなりますが、当施設のごみ捨て場を利用することも可能です。利用の際には種類別に分別のうえ、45リットル程度の大きな袋を利用し、ごみをまとめてください。
- ・ごみ置き場は本館裏手にあります。詳細は館内配置図を確認してください。

(7) 持ち物

活動	団体で用意するもの	個人で用意するもの
共通	<ul style="list-style-type: none"> ・ 救急セット ・ ごみ袋（施設のごみ置き場を利用する場合） 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 洗面用具（タオル・歯ブラシ）
野外炊飯	<ul style="list-style-type: none"> ・ 点火用具 ・ 新聞紙 ・ クレンザー ・ スポンジ ・ 金たわし ・ 布巾 ・ 食器洗い用洗剤 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 軍手 （綿100%、滑り止めのゴム素材が付いていないもの） ・ 長袖、長ズボン
テント泊		<ul style="list-style-type: none"> ・ 懐中電灯 ・ 虫よけスプレー ・ シュラフ等寝具
キャンプファイヤー キャンプファイヤー キャンプファイヤー	<ul style="list-style-type: none"> ・ 点火用具 ・ 衣装 	
スポーツ	<ul style="list-style-type: none"> ・ 石灰（ラインカーは貸出し可能です） 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 上履き（屋内運動施設を使用する場合）

(8) その他

①施設について

- ・ 宿泊室内での飲食はできません。
- ・ 貴重品は宿泊棟に設置されているロッカー（無料）を利用してください。
- ・ 談話棟2階に有料の洗濯機と乾燥機があります。洗剤等は持参するか売店で購入してください。
- ・ 館内は土足可能です。なお、体育館、武道館、総合研修館は上履きが必要です。
スパイク靴や登山靴などは上履きに履き替えてください。

②飲酒・喫煙について

- ・ 施設内での飲酒については、割振られた場所及び時間内で行ってください。
- ・ 喫煙は喫煙所（利用者玄関裏手）のみ可能です。

③冷暖房について

- ・ 宿泊室の冷房については、気候や館内温度の状況により稼働します。
- ・ 暖房通気期間は気候等により変動しますが、原則12月～4月です。
稼働時間は以下のとおりです。

宿泊室	研修室
6:00～6:30/15:30～16:00/18:00～18:30/21:00～21:30	活動に応じて適宜

- ・ 研修室の暖房は、経費削減のため一定時間おきに稼働します。