



1 基本生活時間について〔林間学校〕

当所では、以下の基本生活時間での研修生活をお願いしています。
ご利用のみなさんが気持ちよく生活するために時間をお守りください。

時刻	活動等	
(6:00~) 6:30	起床 (希望団体には起床の音楽をおかけします)	
6:30~ 6:45	寝具整理・洗面等 (最終日はシーツ・まくらカバーの返却を)	
6:45~ 7:00	朝のつどい (前庭のつどいの広場にて。荒天時は体育館)	
7:00~	清掃 (使用した箇所の清掃を、手順表に従って行ってください)	
7:30~ 8:30	朝食 (手洗いと消毒をしてから、しっかり食べましょう)	
9:00~12:00	午前の活動 (荒天時プログラムの準備も)	9:00 ↑ 入所 ↓ 退所 時間 ↓ 16:00
12:00~13:00	昼食 (野外炊事は後片付けの時間も設けて)	
13:30~16:30	午後の活動 (ゆとりのあるプログラムづくりを)	
17:00~17:15	夕べのつどい (つどいの広場や体育館にて。レク準備にあてることも)	
18:00~19:00	夕食 (セルフ方式です。盛りつけや片付けは各自でお願いします)	
19:00~21:30	夜の活動 (交流や親密さが増すプログラムを。終わりはしんみりと)	
	入浴 (マナーを守って入浴を。ドライヤーの使用には注意)	
21:30~22:00	就寝準備 (全員の衛生のため、シーツ・カバーは必ず使用してください)	
22:00 <厳守>	消灯・就寝 (全員の健康のため、就寝時間中は静かに休んでください)	

青少年自然の家には、たくさんの方が「集団で宿泊する」ことを通して、心や身体を鍛えたり、貴重な思い出を作ったりするために来ています。すべての人が、研修の目的を達成し、気持ちよく楽しく過ごせるように、次の3つのことを提案します。

- 1, お互いに「あいさつ」をしましょう。
- 2, よいと思ったことは、すすんで実行しましょう。
- 3, 感謝の気持ちを、ことばや行動で表しましょう。

