

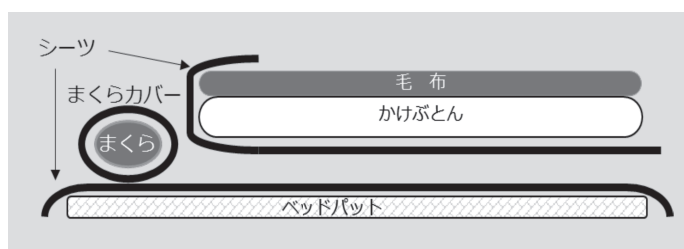
1 宿泊棟やロッジでの宿泊

- ◆宿泊室での飲食は禁止です。飲食は必ず指定の場所をお願いします。
- ◆館内は全面禁煙です。喫煙される場合は、必ず指定の喫煙場所をお願いします。
- ◆ご利用の部屋以外への出入りはご遠慮ください。
- ◆靴は指定の場所へ置いてください。
- ◆団体担当者の方は貴重品の管理について徹底をお願いします。
コインロッカーは事務室横と休憩室にあります。
紛失や盗難等については、当所では責任を負いかねます。
- ◆洗濯は、宿泊棟またはロッジにある洗濯機と乾燥機をご利用ください。
洗剤はご持参ください。食堂売店で販売もしています。

2 ベッドメイキング

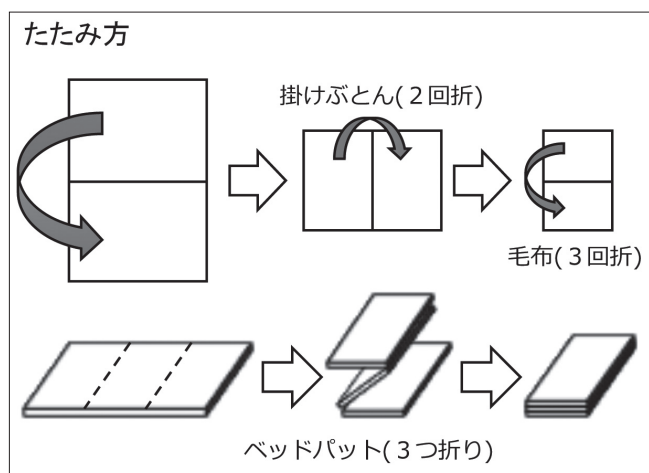
1 ベッドメイキング

- ◆シーツ 2 枚、まくらカバー 1 枚を
右図のようにセットしてください。
- ◆シーツとシーツの間に入って寝ます。



2 寝具の整理整頓

- ◆たたみ方: 掛けぶとん (2 回折)、毛布 (3 回折)、ベッドパット (3 つ折り) [左下図]
- ◆重ね方: 下から①ベッドパット②掛けぶとん③毛布④まくらの順で重ねる。[右下図]
- ◆置き方: 毛布と掛けぶとんの角を揃え、折り目を通路側、入口側に向ける。[右下図]
ふとんは、入口扉から遠い側の端に置く。



3 浴室の利用

1 宿泊棟・キャンプ場で宿泊の場合

- ◆場所：大浴室と小浴室
- ◆開場時間：夏時間（4月～9月）18：00～22：30
22：00～22：30は指導者の入浴時間（希望があれば申し出が必要）です。
冬時間（10月～3月）入浴時間は調整します。
- ◆本館宿泊の方が優先でご利用になれます。
- ◆入浴時間を事前に調整する場合があります。

2 ロッジで宿泊の場合

- ◆場所：ロッジ各個室
- ◆利用時間：17：00～22：00
- ◆給湯ボタンを押してからご利用ください。使用後は消し忘れにご注意ください。

4 清掃

1 宿泊棟

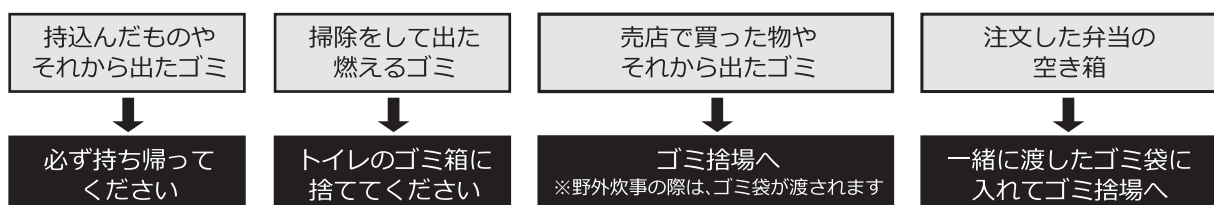
- ◆宿泊室の床、ベッドの下、畳の共用スペースの床、廊下、階段に掃除機をかける。
- ◆ベッドの手すり、棚をぞうきんで拭く。
- ◆トイレは備え付けの道具で便器を磨き、洗面所は鏡や洗面台をぞうきんで拭く。
- ◆カーテンを開けて、まとめる。

2 ロッジ

- ◆宿泊室の床、ベッドの下、共用スペースの床に掃除機をかける。
- ◆ベッドの手すり、棚をぞうきんで拭く。
- ◆浴室は浴槽、洗い場、壁を清掃し、脱衣かご、洗面器、いす等の整頓を行う。
- ◆トイレは備え付けの道具で便器を磨き、洗面所は鏡や洗面台をぞうきんで拭く。
- ◆カーテンを開けて、まとめる。

5 ゴミの処理

- ◆ゴミ袋は必ず室戸市指定のゴミ袋を使ってください。食堂で販売しています。
- ◆ゴミは食堂下駐車場のゴミ捨場（P26 参照）の銀色のかんぬきのかかった扉の中に捨ててください。



6 健康と安全

1 事前準備と利用中の保健指導

- ◆医薬品の提供は行っておりません。団体や利用者自身で予めご準備ください。
- ◆食物アレルギーのある利用者がいる場合は、食堂へ直接ご相談をお願いします。
- ◆利用期間中は、利用者の健康調査や保健指導を行い、ケガや病気の有無を報告してください。

2 負傷事故や疾病が発生した場合の対処

- ◆応急処置を行うとともに事務室（0887-23-2313※夜間 22 時以降 0887-23-0205）に連絡してください。
- ◆引率者（研修担当・保健担当）が付添い、事務室まで来てください。
- ◆医務室で静養する場合、団体の方が必ず付き添うようにしてください。
希望に応じて、医療機関等の情報提供を行います。

3 医療機関を受診する場合

- ◆受診に必要な準備（保険証・受診料・付添い・移送準備等）をしてください。
- ◆医療機関への移送は、団体の担当者が付添い、団体で用意した車で行ってください。
- ◆医療機関からの帰所後、受診結果を事務室へ報告してください。

4 保健設備等

事務室	AED自動体外式除細動器 4 台（海の活動時期【5～10 月】は 1 台）
医務室	ベッド 2 床・担架・松葉杖・体温計・氷のう・車椅子 2 台

5 近隣の医療機関

救急指定病院	田野病院 （車で約 40 分）	内科・外科・眼科・小児科 耳鼻咽喉科・小児神経科 皮膚科・脳神経外科 整形外科・循環器科など	住所：安芸郡田野町 1414-1 TEL：0887-38-7111
	高知県立あき総合病院 （車で約 60 分）	内科・外科・眼科・小児科 耳鼻咽喉科・皮膚科・ 循環器内科・消化器科 呼吸器内科・整形外科 泌尿器科・神経内科など	住所：安芸市宝永町 3-33 TEL：0888-34-3111
近隣の病院	むろとぴあ医院 （車で 30 分）	外科・内科・小児科 整形外科・消化器科	住所：室戸市浮津 60-1 TEL：0887-23-3993
	室戸中央病院 （車で 30 分）	内科	住所：室戸市室津 2273 TEL：0887-23-3311

7 主な貸出物品

■ 野外炊事

品 名	数 量
調理器具セット（8人用）	24 組
鉄板	20 枚
ダッチオープン	5 台

■ キャンプ用具

品 名	数 量
寝袋	50 個
ランタン（電池は団体持参）	10 個
たき火台	10 個

■ 運動用具（体育館）

品 名	数 量
卓球台・ネット・支柱	15 組
卓球用ラケット・ボール	10 組
卓球フェンス	72 枚
バレーボール得点ボード	2 台
バレーボール用ネット・支柱・アンテナ	2 組
バレーボール	2 個
バドミントン用ネット・支柱	3 組
バドミントンラケット・シャトル	6 組
移動式バスケットボール用ゴール	1 対
バスケットボール	5 個
フットサル用ゴール	2 対
サッカーボール	4 個
ストラックアウトボード・ボール	2 組
ドッジボール	5 個
ソフトバレーボール	2 個
ラグビーボール	5 個
ドッチビー	5 枚
フラフープ	15 個
綱引き用大縄	1 本
長縄（6m）	5 本
ベタンクセット（屋内）	4 組

■ 運動用具（屋外）

品 名	数 量
ベタンクセット（屋外）	16 組
ディスクゴルフセット （ゴールポスト5・ディスク12）	1 式
グランドゴルフ用具 （マット1・スティック3・ゴール1・ボール3）	9 組
ターゲットバードゴルフ （マット1・クラブ3・ゴール1・ボール3）	9 組

■ 自転車

品 名	数 量
おもしろ自転車（8種類程度あり）	15 台
一輪車	5 台
おもしろ自転車用ヘルメット	20 個
マウンテンバイク	25 台
マウンテンバイク用ヘルメット	25 個

■ 各種遊具

品 名	数 量
オセロ	1 個
チェス	1 個
X ロープバトル	5 セット
けん玉	25 個
お手玉	38 玉
羽子板（羽3個）	8 枚
トランプ	1 組
かるた	2 組
すごろく	3 セット

■ 視聴覚機器

品 名	数 量
ワイヤレスアンプ・マイク （アンプ1・マイク2）	3 組
C Dプレイヤー	1 台
液晶プロジェクター・スクリーン（移動式）	2 組
コードリール	5 台

■ その他

品 名	数 量
ホワイトボード（脚付き）	3 台
キャンドルファイア用燭台	3 台
星座早見	20 枚
天体望遠鏡	5 台
双眼鏡	20 台
コンパス	50 個
ストップウォッチ	10 個
トーンチャイムハンドベル	2 式
ギター	3 本
タンバリン	12 個
電子ピアノ	3 台
電気ポット	9 個
クーラーボックス	10 個
台車	2 台
巻き尺（100m）	1 本

8 その他

1 冷暖房

冷暖房の温度設定については、次のとおりです。

【夏季】28℃

【冬季】20℃

2 利用者への電話やFAX等の取り次ぎ

緊急時以外の電話やFAX等の取り次ぎはしていません。

3 郵便物や荷物の事前送付

◆利用団体宛郵便物は受け取っていません。

◆当所宛に荷物を送付する際は、必ず事前に電話連絡をしてください。

荷物の宛名には「国立室戸青少年自然の家・利用団体名・団体代表者名・利用日」を明記してください。

4 飲食物の持ち込み

◆食中毒防止のため、食材の持ち込みは原則として禁止です。

◆熱中症予防のための飲料持参は可能です。

5 飲酒

◆飲酒は可能ですが、飲酒できる時間と場所は限られています。

◆懇親会等で飲酒をご希望の場合は、必ず事前にご相談をお願いします。

◆迷惑となる行為がみられた場合、その場で退所していただく場合があります。

6 花火

手持ち花火に限り、決められた場所で実施することが可能です。

ご希望の場合は、事前にご相談をお願いします。