

# 自然の家での生活

## 【守っていただきたい生活時間】

職員の活動支援時間	8:40~12:00、13:00~17:00
-----------	------------------------

活動等	時間	場所
出会い・別れのつどい オリエンテーション	8:40~12:00、13:00~17:00	ロビー、体育館、 研修室など
入浴	18:15~22:00	2F 男子 3F 女子
館内食 ※この時間内で食事	【朝食】 7:30~8:15	食堂
	【昼食】 12:00~13:00	
	【夕食】 17:30~18:15	
野外炊飯の食材受け取り ※携帯食等は、前日からお渡し可	【朝食】 6:30~	金峰、由良
	【昼食】 10:30~	
	【夕食】 15:30~	
弁当受け渡し	カップル弁当 11:30~	金峰、由良等
	登山弁当 8:00~	
	おにぎり 9:00~	
天体観測学習	時間等は、要相談	※P20 参照
夜間施錠（利用団体が館内泊のみの場合）	22:30~翌 6:00	正面玄関

### その他

自然の家バス	8:40~12:00、13:00~17:00	※P21 参照
飲酒を伴うミーティング	19:00~22:00	食堂のみ

## 【生活時間の例】

6:00	7:30	8:15	9:00	12:00	13:00	17:30	18:15	21:30	22:00
起床	朝食	活動準備	午前の活動	昼食	午後の活動	夕食	夜の活動	活動反省	就寝
清掃	休憩	備		休憩		休憩	入浴 18:15~22:00	就寝準備	寝