



## 宿泊研修・合宿計画を立てる際の注意点

◎宿泊室の利用は、宿泊当日及び翌日の両日にわたり、参加者全員がセミナーパーク研修施設又は運動施設において研修することが必要です。(参加者一部の外出・外部研修不可)

なお、宿泊日当日のみの使用であっても、施設料金表の区分(午前、午後、昼間又は全日のいずれか)に沿った使用であれば、利用を可としています。

### 宿泊棟の利用

#### 一般宿泊室

2名1室で利用(空室がある時は1名1室可能。施設課に相談のこと。)  
宿泊室の鍵は、研修初日の正午から管理棟の受付で代表者にお渡しします  
宿泊室の利用時間は、研修初日の午後4時から終了日午前9時まで  
ただし、手荷物の搬入のみ、宿泊室の鍵を受け取られた正午以降可能

#### 講師宿泊室

外部講師のみ利用可能

#### 宿泊者が各自で用意していただくもの

・タオル ・洗面用具 ・着替え、パジャマ、寝間着 ・その他研修で使用する物

#### 宿泊棟出入口

門限は午後10時。玄関は、午後10時から翌日午前6時まで施錠  
管理棟への通路の出入口は午後10時50分から翌日午前7時30分まで施錠  
(午前6時以前に体操・ジョギングなどをされる予定がある場合は、前日に宿泊棟管理室に申し出ること)

#### 浴室

午後5時から午後10時30分まで利用可能  
ただし、入室時間は午後5時から午後10時まで  
また、午前6時30分から午前8時まではシャワーのみ利用可能  
(ボディーソープ、リンスインシャンプーは備えてあります)

共用部分(ロビー、談話室) 午後5時から午後10時50分まで利用可能(消灯は午後11時)

#### 飲酒・飲食・喫煙

宿泊棟内での  
飲酒、飲食、喫煙は禁止 (ただし、談話室…ジュース、茶菓子等  
ロビー…ジュース は可能)

#### 洗濯

ランドリー室に洗濯機及び乾燥機が設置(洗剤は各自で用意すること。)  
午後11時から翌日午前7時までは使用禁止

#### 来訪者などの宿泊室への入室禁止

ゴミは、全て持ち帰ること(ゴミ箱は、備えてありません)

### 食堂の利用時間

朝食 午前 7時30分～午前8時30分  
昼食 午前11時30分～午後1時30分  
夕食 午後 5時30分～午後7時30分

### 宿泊オリエンテーション実施のお願い

- ・宿泊棟、食堂の利用方法を周知していただくために、研修初日にオリエンテーションを必ず行ってください
- ・宿泊研修・合宿計画表にもオリエンテーションの実施時間を記入すること。
- ・オリエンテーションの内容については、「オリエンテーションの手引」を参照してください

### スポーツ関係の合宿で、カリキュラム上、宿泊棟での休憩が必要な場合

- ・午前6時から午後5時までの宿泊棟への出入口は「玄関」とする
- ・宿泊棟で仮眠をとる場合は、スポーツクラブハウスでシャワーを浴びて入室すること
- ・練習後、セミナーゾーン(建物全般)に入る時は、シューズなどの汚れをよく落として入室すること