

# 佐世保青少年の天地 オリエンテーション



- 「本館・ロッジ棟」施設案内図・「施設での過ごし方」について \_\_\_\_\_ 1
- 「ケビン」の利用について \_\_\_\_\_ 2
- 「レストランつばき」の利用について \_\_\_\_\_ 3
- 「ベッドメイキング」・「寝具の利用方法」について \_\_\_\_\_ 4
- 「各所の清掃方法」 \_\_\_\_\_ 6
- 「浴室の清掃方法」 \_\_\_\_\_ 7
- 「ゴミ処理」の方法について \_\_\_\_\_ 8

# ◎「本館・ロッジ棟施設案内図」・「施設での過ごし方」について

## 本館施設案内図

**中庭 (緊急避難場所)**

- 浴室・洗面所・便所  
⇒『节水・節電』を心がけましょう！
- 浴室  
⇒東(3F)・西(2F)に分かれています。  
・男女の割り振りの確認  
・「节水」  
・浴室内は滑りやすいので注意！
- 宿泊室での過ごし方  
⇒「飲食禁止」…談話コーナーやエントランスホールで！  
「整頓・清掃」…次の団体の入所準備です★  
「冷房」…7～9月に利用できます。  
『設定温度』・『利用時間』などを守りましょう。  
※雨天時・霧の発生時には、窓の開閉に注意！
- 緊急事態(地震・火災など)時の一時避難場所です。  
各部屋から最も近い非常口の確認をしましょう★
- 指定喫煙場所
- 食堂での注意  
1. 入る前には手洗いうがい！  
2. 食べ物の持ち出し禁止  
※食堂内はセルフサービスです
- シート・枕カバーの受け取り  
⇒枚数を確認して、部屋に持って行きます。  
※必ず大人の方が確認を行ってください。  
●トイレットペーパーの補充  
⇒木の棚の下段に入っています。
- 下足棚が並んでいます  
⇒団体の名前が書いてある棚を利用しましょう。

## ◎ロッジ棟施設案内図

**2階**

宿泊室	宿泊室	宿泊室	宿泊室	リーダー室	リーダー室	宿泊室	宿泊室	宿泊室	宿泊室
L-1	L-2	L-3	L-4	1	2	L-6	L-7	L-8	L-9

**1階**

和室	厨房	マルチホール				厨房	和室
1	1					2	2

**★宿泊室での過ごし方**

- 宿泊室内飲食禁止⇒「マルチホール」・「和室」を利用してください
- シート・枕カバー⇒本館の「リネン室」から持ってきて使用します
- 冷房⇒7～9月に利用できます。『設定温度』や『利用時間』を守って利用しましょう♪
- ※雨天時・霧の発生時には窓の開閉に注意してください。

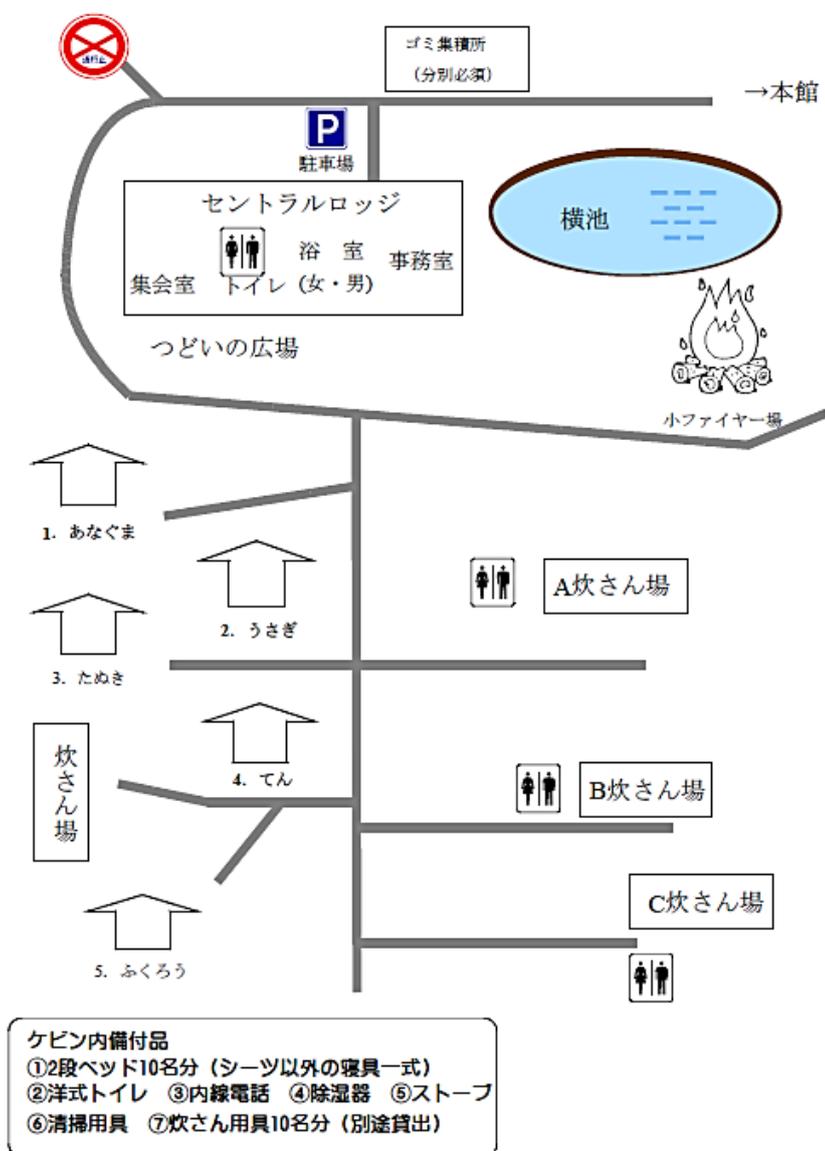
**★緊急時の避難場所⇒「プレイグラウンド」**  
宿泊室に入る際に、各自で緊急避難経路の確認をお願いします。

**★「厨房」・「和室」**  
⇒ロッジ棟利用者が利用することができます。  
使った後は必ず後片付けをお願いします★  
「ガス」を利用する場合は事務室に申し出てください。

**★浴室・洗面所**

- 「浴室」⇒大・小に分かれています。  
浴室内は滑りやすいので注意！！
- 「节水・節電」⇒限りある自然を大切にしましょう。

## ◎ 「ケビン」の利用について

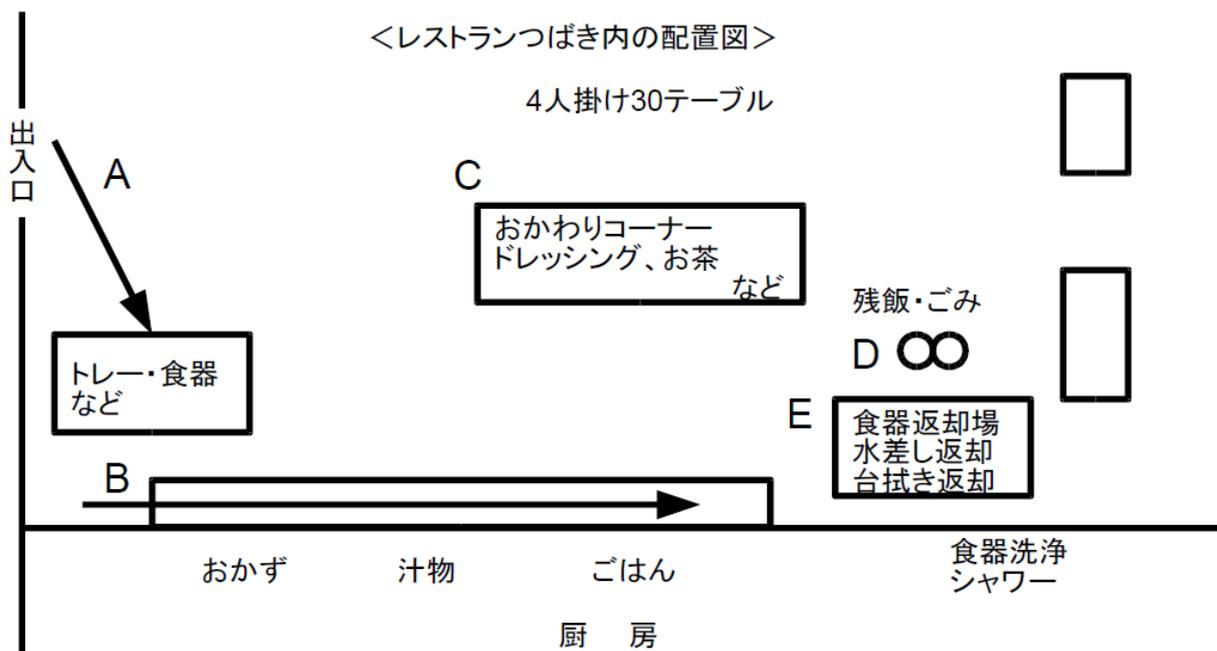


1. 本館にて受付
  - ・シーツ・枕カバーの受け取り
2. オリエンテーション
  - ・施設の案内
  - ・寝具の利用方法について
  - ・活動時間について
  - (他の利用者に迷惑を掛けないように)
  - ・清掃方法・ゴミの分別について
3. 各活動
  - ・貸出物等、必要に応じて貸出を行います。
  - 事務室におたずねください。
4. 入浴
  - ・「本館」の浴室をご利用ください。
  - ※浴室の割り振りは当日お伝えします。
5. 退所
  - ・所員の点検を受けて退所です。

### 【注 意】

- ・ケビンは「冷房」が設置されていません。(扇風機のみ)
- ・ストーブは各自ご利用ください。  
⇒炊さん活動等併せて、「消火」の確認は必ず行ってください。
- ・「入浴」は本館でのご案内になります。ご不便をおかけしますがよろしくお願いたします。
- ・「駐車場」⇒セントラルロッジをご利用ください  
(各ケビンの前に駐車することもできますが、車高には十分お気をつけください)

## ◎ 「レストランつばき」の利用について



※「レストランつばき」はセルフサービスになっています。配膳から後片付けを自分で行うシステムです。

### 【食事前】

- ・食堂入り口の蛇口で手を洗い、消毒を行ってから入ります。
- ・アレルギーのある人は、必ず名札を受け取ります。

### 【配膳】⇒ソーシャルディスタンスを心がけましょう

1. トレー(おぼん)を取り、はし・湯飲みをトレーの上のせる(A)
2. パイプの上を滑らせながら、おかず・ご飯・汁物を受け取る(やけどに注意!)(B)
3. 必要に応じてドリンク、飲料をつぐ(C)

### 【食事中】

- ・マナーを守り、他の利用者に迷惑を掛けないように心がけましょう。
- ・おかわりは節度を守って。食べ過ぎには注意しましょう。

### 【後片付け】

1. 食べ残しは指定の場所へ、分別して処理する(D)
2. 各自で食器置き場まで運ぶ(E)  
※各班で重ねないでください。
3. 水差しを使った場合は指定の場所へ戻す(E)  
卓上にある台ふきでテーブルを拭き、指定の場所に戻す(E)  
床周りに食べこぼしが無いか確認をし、退出する。

◎ 「ベッドメイキング」・「寝具の利用方法」について

## ベッドメイキングの方法

① ベッドパッドを敷きます



② シーツを敷きます

(必ず2つ折りで使いましょう)



③ 毛布を敷きます

(毛布の上にシーツを被せましょう)



⑥ 寒い日はお部屋にある  
掛け布団を使いましょう



⑤ 完成です

シーツの間に挟まって休めます



④ 枕カバーをつけます



## 掛け布団の片付け方

① 掛け布団を1回折ります



② もう一度折ります



③ くるくると丸めて完成です



使い終わったら、元の場所に  
きちんと片付けるようにしましょう



# 寝具のたたみ方①

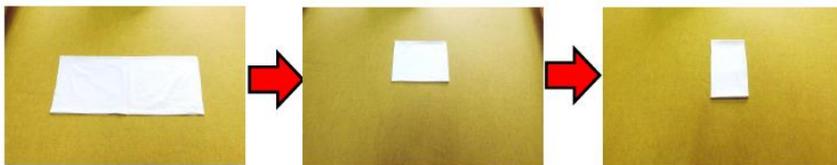
## ★シーツのたたみ方

- ①2つ折りの状態から ②半分に折ります ③もう一度同じ方向に折ります ④さらに同じ方向に折ります ⑤真ん中から半分に折り完成



## ★枕カバーのたたみ方

- ①広げた状態から ②半分に折ります ③もう一度半分に折り完成



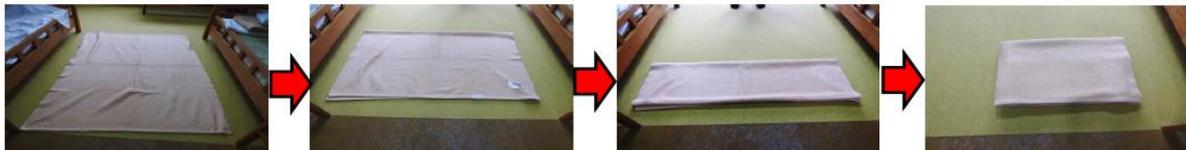
◎使い終わった枕カバーとシーツは  
リネン室前のかごに出してください



# 寝具のたたみ方②

## ★毛布のたたみ方

- ①広げた状態から ②半分に折ります ③もう一度同じ方向に折ります ④真ん中から半分に折り完成



◎ベッドパッド・毛布・枕の順番で置きます  
はしごがついていない方に寄せましょう

## ★ベッドパッドのたたみ方

- ①広げた状態から ②半分に折ります ③もう一度同じ方向に折り完成



もうふむちゅうい  
毛布の向きに注意!



# 各所の清掃方法

## ◎エントランスホール・玄関

清掃用具はコーナーのロッカーにあります

- ①清掃モップで磨きながらゴミ等を集める。
- ②下足棚等の清掃(ゴミ等を集め、ぞうきんで拭きとる)
- ③入り口は、砂等を集め、水モップを使って汚れを拭きとる。
- ④玄関も同様(汚れがひどい場合には、水を流しながらデッキブラシで洗う)

## ◎研 修 棟

清掃用具は研修棟入り口にあります

- ①清掃モップで磨きながらゴミ等を集める(但し、汚れがひどい場合には濡れぞうきんを使用する)
- ②机・椅子等の整理整頓。
- ③黒板の清掃(黒板の溝・黒板消し)
- ④ゴミ捨て。

## ◎廊下・談話コーナー・階段・マルチホール

清掃用具はコーナーのロッカーにあります

- ①清掃モップで磨きながらゴミ等を集める(但し、汚れがひどい場合には濡れぞうきんを使用する)
- ②掃除機を利用し、ゴミを吸い取る。
- ③階段は非常口の一番下まで行う。

## ◎ト イ レ

清掃用具はトイレ内にあります

- ①ほうきでゴミを集める。
- ②水モップで拭きとる。
- ③ゴミ・汚物の処理。
- ④ペーパーの補充。

## ◎洗 面 所

清掃用具は洗面所内にあります

- ①ほうきでゴミを集める。
- ②水モップで拭きとる。
- ③コップの整理



## ◎和 室(ロτζジ棟)

清掃用具は和室内にあります

- ①ほうきでゴミを集める。
- ②雑巾で拭きとる

- 1 次に使う人の気持ちを考えながら。
- 2 ゴミは分別し、透明のビニール袋に入れ、ゴミ集積場へ。

※水不足時は、この限りではありません。(天地からの指示があります)

# 浴室の清掃方法

<p>清掃時間</p>	<p>★夏時間(4月～9月) 7:15～7:45          日課表の清掃時間帯で行う          ★冬時間(10月～3月) 7:30～8:00</p>
<p>方法</p>	<p>1. 清掃開始と同時に、まず浴槽の栓を抜く          (大浴槽の場合には、起床と同時に抜く)</p> <p>2. 脱衣室</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①フロアの清掃</li> <li>②脱衣カゴの整頓</li> <li>③脱衣棚の清掃</li> <li>④トイレの清掃(汚物の処理・ペーパーの補充)</li> <li>⑤足拭きマットをハンガーに干す</li> </ul> <p>3. 浴槽</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①ブラシで清掃(最後に水で浴槽・ブラシを流す)</li> <li>②石けん箱の整理整頓</li> <li>③腰掛・洗面器の整頓(重ねずに互い違いに積む。下図参照)</li> </ul> <div data-bbox="563 1167 1153 1570" data-label="Image"> </div> <p>4. 下記事項も忘れずに</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①脱衣室・浴室内の戸締り</li> <li>②ゴミをまとめる</li> <li>③忘れ物がないか確認(拾得物は事務室まで)</li> <li>④清掃用具の整頓</li> </ul> <div data-bbox="1198 1653 1430 1868" data-label="Image"> </div> <p>※注意</p> <p>◎天地からの連絡が無い限りは、前日に浴槽の栓を抜かないように          (夜間は防火用水としての役目があります)</p>

## ◎ 「ゴミ処理」の方法について

1. 発泡スチロールは全てお持ち帰りください。
2. 上記以外は分別をして必ず透明の袋に入れて、ゴミ集積場へお持ちください。
  - 一般ゴミ袋  
紙類・汚物・清掃後のゴミ・割り箸など
  - 残飯袋  
生ゴミなど
  - 産業廃棄物袋  
ビニール(菓子袋含む)アルミホイル・弁当殻・プラスチック・カップ麺容器・  
ゴム製品
  - ペットボトル袋
  - 缶袋
  - ビン袋

### ● ゴミ集積場案内図

