

★ 標準生活時間

時刻		
6:00	起床・洗面・着替えなど	
7:00	朝のつどい ①国旗・所旗掲揚 ②ラジオ体操	
7:40 ～ 9:00	<p style="text-align: center;">朝 食 (この間できめられた時間) 清掃・整頓 (シーツ・枕カバー返納) 清掃チェック (退所日の8:45以後)</p>	
	<p style="text-align: center;">午前の活動 (活動場所の片付け・清掃まで)</p>	
12:00 ～ 13:00	<p style="text-align: center;">昼 食 (この間できめられた時間)</p>	
	<p style="text-align: center;">午後の活動 (活動場所の片付け・清掃まで) ※海洋研修は、16:00まで(片付け含む)</p>	
16:30	団体連絡会(本館利用のみ) ※各団体の引率責任者(連絡担当者)は必ず出席してください。	
17:00	夕べのつどい ①国旗・所旗の降納 ②団体紹介 ③交流ゲームなど	
17:30 ～ 19:00	<p style="text-align: center;">夕 食 (この間できめられた時間)</p>	<p style="text-align: center;">入浴・シャワー (17:30～22:30)</p> <p style="text-align: center;">※利用者の男女比によって大・小浴場が 割り振られます。</p>
	<p style="text-align: center;">夜の活動 (活動場所の片付け・清掃まで)</p>	
22:30	活動終了・就寝準備	
23:00	消灯・就寝	

※活動計画上、やむをえず標準生活時間に合わせられない場合は、予めご相談ください。