

研修計画表

記入例

沖縄県立石垣青少年の家

団体名 [○○○○(部名、会名など)]

責任者(名前を記入)

| 月日 | 第1日目 (7月 20日 ○曜日) | | 第2日目 (7月 21日 ○曜日) | | 第3日目 (7月 22日 ○曜日) | | 月日 |
|-------|--|-------|------------------------------------|---------|--|---------------------------------|-------|
| 時間 | 研修内容 | 場 所 | 研修内容 | 場 所 | 研修内容 | 場 所 | 時間 |
| 6:30 | | | (6:00 起床) | | (6:00 起床) | | 6:30 |
| 7:00 | | | 朝のつどい・体操 | ピロティ | 朝のつどい・体操 | ピロティ | 7:00 |
| 8:00 | | | 朝食 | 食堂 | 清掃 | 各場所 | 8:00 |
| 9:00 | | | (8:00 出発) | | 7:30 退所 | | 9:00 |
| 10:00 | 入所の際には、 10分程度のオリ エンテーション を入れて下さい。 | | | | | | 10:00 |
| 11:00 | | | 体育館、研修室などの 施設利用は、事前予約 が必要です。 | | | 退所の前に必ず 30分以上の清掃 を入れて下さい。 | 11:00 |
| 12:00 | (空港に11:45分着) | | | | | | 12:00 |
| 13:00 | (13:00 現地集合) | | (交流試合など) | | | | 13:00 |
| 14:00 | 入所オリエンテーション | | | 施設外での活動 | | | 14:00 |
| 15:00 | 練習 | 体育館 | | | 別紙(食事数申込書)を 食堂業者に提出し、調整 を行って下さい。 | | 15:00 |
| 16:00 | | | | | | | 16:00 |
| 17:00 | ミーティング | 第一研修室 | (17:00 戻り) | | | | 17:00 |
| 18:00 | | | 入浴 | 風呂場 | | | 18:00 |
| 19:00 | 夕食 | 食堂 | 夕食 | 食堂 | | | 19:00 |
| 20:00 | 入浴 | 風呂場 | 勉強会 | | | | 20:00 |
| 21:00 | ミーティング | 第一研修室 | ミーティング | 第一研修室 | | | 21:00 |
| 22:00 | 就寝準備 | | 就寝準備 | | 就寝準備 | | 22:00 |
| 22:30 | 消 灯 | | 消 灯 | | 消 灯 | | 22:30 |

- ※原則、基本的な生活の流れにそって計画を立てて下さい。入浴は他の団体と調整して入ります。
- ※入所の際にはオリエンテーションを10分間、退所の前には清掃を30分程度組んで下さい。
- ※消灯時間は団体を問わず原則22時30分です。厳守して下さい。
- ※食堂利用の場合は、団体にて食事数申込書で食堂業者へ直接申し込み下さい。