

# 研修計画表

沖縄県立石垣青少年の家

団体名〔

〕 責任者(

)

月日 時間	第1日目 ( 月 日 曜日)		第2日目 ( 月 日 曜日)		第3日目 ( 月 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	
6:30							6:30
7:00							7:00
8:00							8:00
9:00							9:00
10:00							10:00
11:00							11:00
12:00							12:00
13:00							13:00
14:00							14:00
15:00							15:00
16:00							16:00
17:00							17:00
18:00							18:00
19:00							19:00
20:00							20:00
21:00							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。