

●生活体験⑤

就寝準備・片付け (動画あり)16 平和と公正を
すべての人に

概要

青少年山の家 of 寝具は、寝袋です。身体を休めて、翌日また健やかに活動できるように、過ごしやすい環境づくりを考えてみましょう

人数

・何人でも
※ 宿泊室は12名程度

対象

・誰でも

実施期間

・通年

所要時間

・15分～30分程度



活動場所

・宿泊棟

指導のねらい

- ・自身の過ごしやすい環境づくりを考えることで、日常生活全般に役立てることができる
- ・相互に方法を教え合うことで、主体的な対話を促す

活動のながれおよび留意点

【事前準備】

- ① 寝具の使用、片付けについて、事前学習をする
 - ※ 別紙1～3参照
 - ※ 出前授業で実演可能(事前申込必須)
- ② 利用する宿泊室を、当日までに把握しておく
 - ※ ホワイエの靴箱と、部屋番号は連動

【当日】

- ① シーツ・枕カバーを取りに行く
 - ※ リネン類は宿泊棟踊り場のリネンコーナーに用意しています。団体代表者はリネンコーナーから各宿泊棟にリネン類を移動し、配布をしてください
- ② 寝る位置を決める(密を避ける)
- ③ 寝具の準備をする
 - ※ 別紙1参照
- ④ 翌朝、使用した寝具をもとの状態に片付ける
 - ※ 別紙2～3参照

準備物品

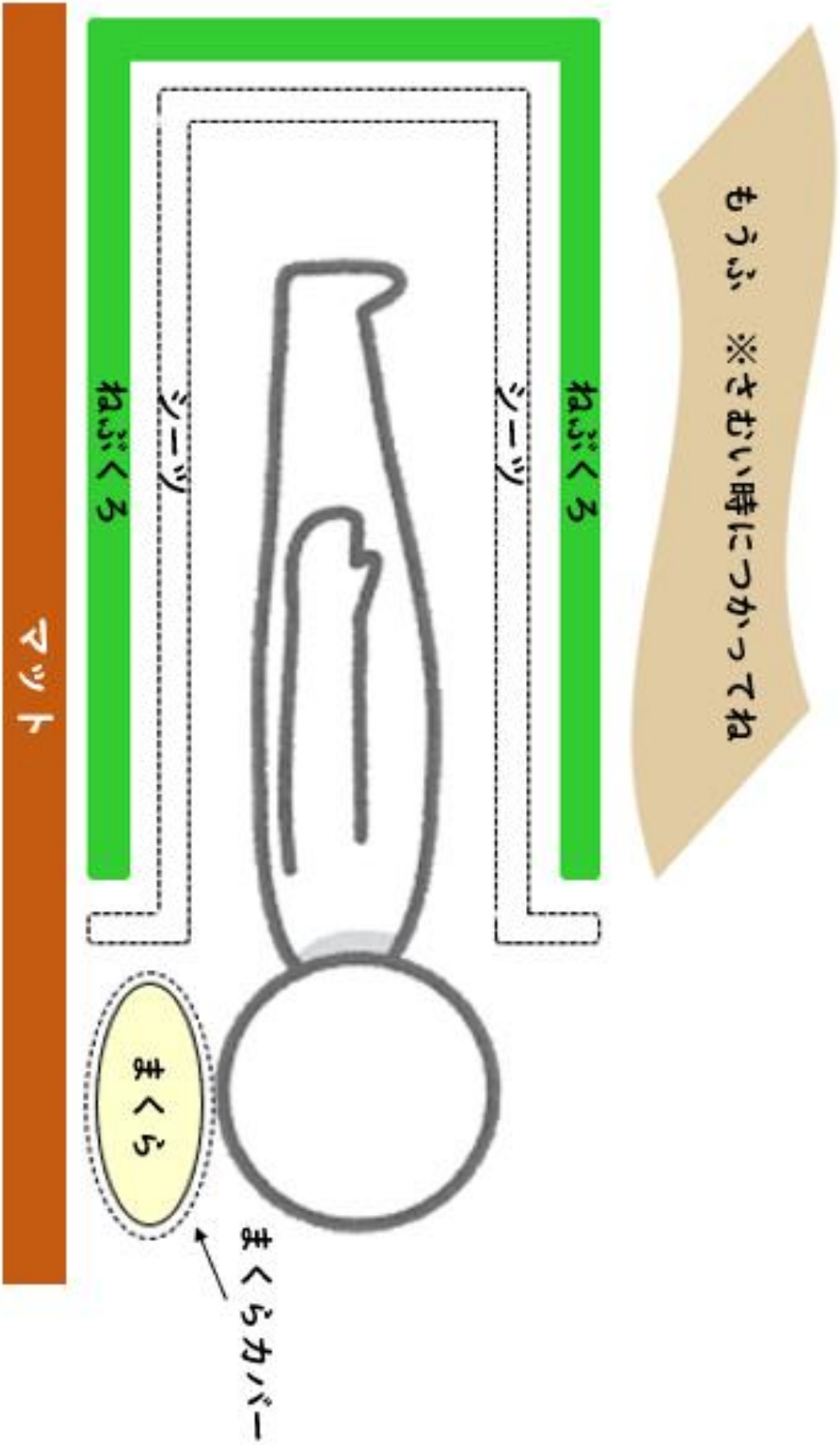
- 【山の家で貸出・購入可能なもの】
- ・寝袋、まくら、毛布、マット、
 - ・シーツ・枕カバー(洗濯代300円)
- 【団場で準備するもの】
- ・なし

備考

- ・枕は、ポリエステルを使用(そば殻不使用)

しんぐ じゅんび 寝具の準備

もうふ ※さびい時につかてね



寝具しんぐの片付けかたづ(下)した

しゃしん かたづ
写真のように片付けてね

まくら
6個

もうふ
6枚

ねぶくろ
6枚

マット
3枚



寝具しんぐの片付けかたづ(上)うえ

しゃしん
写真のように片付けてね

かたづ

かたづ

うえ

マット
3枚

