

ふくしま自治研修センター

# 研修のしおり

(平成31年4月1日現在)

## 1 研修生の皆さんへ

- ◆この『しおり』は研修を充実させ、快適で規律ある生活を送るためのルールや心得を記載したものです。
- ◆研修は『税金』で実施しています。公務であることを十分に意識して取り組んでください。
- ◆[<http://www.f-jichiken.or.jp/>]にて、『研修案内』及び最新の情報をご確認ください。

## 2 研修の事前準備

- (1) 仕事の整理 ○研修に集中できるよう、事前に仕事の整理を済ませてください。
- (2) 取り次ぎ ○研修生への連絡等は、食堂・教室前に掲示してお知らせします。  
○取り次ぎは緊急時に限ります。その旨を職場や家族等にお伝えください。
- (3) 体調管理 ○集団感染防止のため、感染症（インフルエンザ、ノロウイルス等）の疑いがある場合は、受講を辞退してください。  
○入所後、体調に異常が生じた場合は、無理をせず、早急に申し出てください。

### (4) 携行品

- ①健康保険証（共済組合員証） ②筆記用具 ③指示された事前課題、図書、資料等
- ④「研修のしおり」（本紙） ⑤洗面用具、タオル類、着替え等

※空調設備について ・体感温度に個人差があるため、季節を問わず、防寒対策等をお願いします。  
・空調設備は、維持管理上、夜間停止します。（原則、消灯後から翌朝まで）

- ⑥名 刺 ○宿泊室の入室者表示として使用します。お持ちで無い方は台紙をお配りします。
- ⑦運 動 靴 ○体育館・フィットネスコーナーを利用するには『上履き』が必要です。
- ⑧そ の 他
  - ・センター内にATMはありません。給食以外の飲食（懇親会を含む）は個人負担となるため、現金が必要です。なお、事故防止の観点から、持参する額は必要最小限にしてください。
  - ・**酒類の持込は一切認めません。**
  - ・無線LANがコミュニティホール周辺で利用できます。（宿泊室は不可）

○備品 ・宿泊室：ハンガー×4、スリッパ、靴べら、扇風機、掃除機  
※テレビ、時計、タオル、ティッシュはありません。  
・浴室：リンスインシャンプー、ボディーソープ、ドライヤー  
・舎監室：（貸出）タオルケット、毛布、湯たんぽ、加湿器、布団クリーナー、  
アイロン、低めの枕、うがい用コップ ※コップ以外、数に限りがあります。  
・洗面所：洗濯機、乾燥機（各箇所に1台、計4台） ※洗剤はご持参ください。

- (5) 受講時の服装 ○開講式（クールビズ期間を除く）及び指定された講義は、正装してください。  
○その他の講義は、公務として講師に失礼のない服装で受講してください。  
(運動着（Tシャツ・トレーナー）、短パン、ジーンズ、スリッパ等は厳禁)

## (6) 宿 泊 等

①研修中は、原則としてセンターに宿泊となります。2人1部屋が基本です。

○体調等、やむを得ない理由により1人部屋を希望する場合は、事前に所属団体の研修担当課を通じてご相談ください。

②育児・介護等、やむを得ない理由により、外出・外泊が必要な場合は、事前に所属団体の研修担当課に申し出て、所定の申請をしてください。

③外出は、徒歩により、所定時間までに帰ることができる範囲に限ります。

○外出可能時間は【6：00～19：00】（6～8月は【5：00～19：00】）です。

※センター前のコンビニエンスストアに行く場合に限り【21：30】まで可能。

## 3 受 付

(1) 受付時間 【10：00～10：25】（講座によって異なる場合があるためご確認ください。）

○遅れる場合は、センター教務部に必ず連絡してください。 **TEL 024-593-5712**

(2) 受付等

①正面玄関ロビーに掲示された名簿でクラスを確認してください。

②クラス毎の受付カウンターにて、資料・名札等を受領し、クラス名簿でグループ・宿泊室番号を確認してください。

③キーボックスから所定のルームキーを1個取り、宿泊室へ移動してください。

なお、開講式まで時間が無い場合は直接、会場へ移動してください。

④宿泊室入口に入室者表示として名刺を掲示してください。

⑤必ず、避難経路を確認してください。

⑥センター内での快適で規律ある生活のために、宿泊室（デスク上）に備え付けの「ようこそ研修センターへ」を必ず読んでください。

⑦開講式5分前には、名札を着用の上、次の物を持参し、会場に着席してください。

◆『受領した資料』『筆記用具』『指示された事前課題・図書・資料等』『研修のしおり（本紙）』

## 4 食 事

(1) 給食制です。名札が食券の代わりとなります（給食費は、各所属団体から納入されます）。

(2) 食物アレルギーのある方は、研修の一週間前までに、センター教務部にご相談ください。

※研修開始後では対応できない可能性があります。 **TEL 024-593-5712**

## 5 研修の心得

(1) 就寝時と入浴時以外は、名札を着用してください。

(2) やむを得ない理由により、欠席、遅刻、早退又は外出・外泊の必要が生じた場合は、クラス担当職員又は舎監に相談し、指示を受けてください。

(3) 教室等での飲食は原則禁止ですが、水分補給は行ってください（飲料は机の上に置かないでください）。

(4) 研修中、携帯電話は音が鳴らないよう設定してください。

(5) 飲酒・喫煙（電気加熱式タバコ等も含む）は、指定場所と時間を守ってください。

(6) 研修中、円滑な研修運営のため、当番制で役割をお願いします。

(7) 研修生活中に事故があった場合は、速やかにセンター職員又は舎監に報告してください。また、公務上の災害として補償対象となる場合があるため、所属団体に確認してください。

(8) 次のいずれかに該当するときは、退所を命ずることがあります。

- ① 正当な理由が無く研修に出席しないとき。 ② 所長の定める規律に違反し改める見込みがないとき。  
③ 心身の故障のため研修に堪えられないとき（インフルエンザ・ノロウィルス等感染症を含む）。

(9) 規律違反・迷惑行為については、報告書を提出させ、所属団体の研修担当課に通知します。

## 6 生活の日課

宿 泊 室 の 清 掃	～ 8:40	清掃、寝具の整理、ごみ捨て等。
朝 食	7:30～ 8:30	
ク ラ ス ミ ー テ ィ ン グ	8:50～ 9:00	
研 修	9:00～17:00	研修により時間は変更となる場合があります。
昼 食	12:00～13:00	研修により時間は変更となる場合があります。
ク ラ ス ミ ー テ ィ ン グ	17:00～17:15	
夕 食	17:30～19:30	
入 浴	17:30～23:00	朝【6:00～8:30】はシャワーのみ利用可能。
消 灯	～23:30（厳守）	デスクスタンドを除く。

## 7 施設利用時間

演習室・教室の夜間開放	～23:00	事務室、舎監へ申込みが必要。
図書室・パソコン教室	6:00～23:00	パソコンの使用は使用簿へ記入。 飲食物の持ち込みは禁止。
体育館等運動施設	6:00～21:30	事務室、舎監へ申込みが必要。 体育館移動時、外履き（靴）着用のこと。
談話室	6:00～23:00	禁酒禁煙。3階『海』は女性専用。 研修時間中は、昼休みのみ利用可能。
洗濯機・乾燥機	6:00～23:00	3階、4階、各2台ずつ、計4台設置。
自動販売機	終日	食堂前、2階ラウンジ、3階、4階に設置。 ※酒類自販機は食堂内に設置。【17:30～20:30】 （新規採用職員研修は【～19:30】です）
食堂	17:30～21:00	食事の時間は、上記生活日課のとおり。 懇親会、歓談等利用可能。
上天の間		懇親会のみ利用可能。

◆懇親会の詳細については、食堂に相談してください。

◆施設利用の詳細については、各部屋に備え付け「ようこそ研修センターへ」を参照。

## 8 飲酒可能な場所・時間

食 堂	17:30～21:00
上 天 の 間	

◆左記以外は全館禁酒です。  
（新規採用職員研修は【～20:00】です）

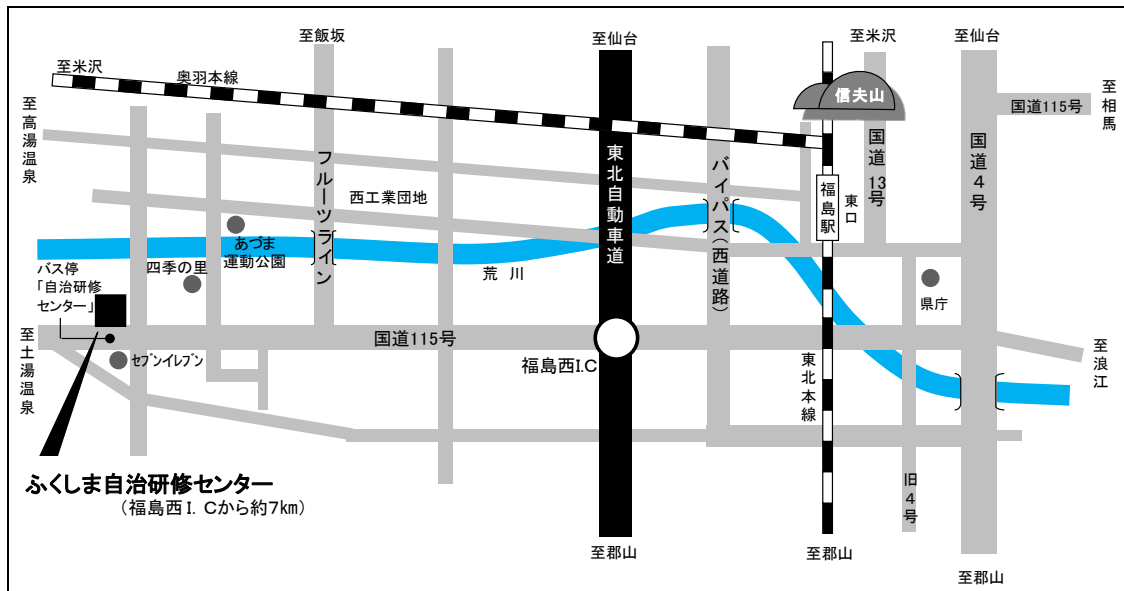
## 9 喫煙可能な場所・時間

1階	コミュニティホールの外	6:00~21:30
	事務室の外	8:30~17:15
2階	大講義室の外	8:30~23:00

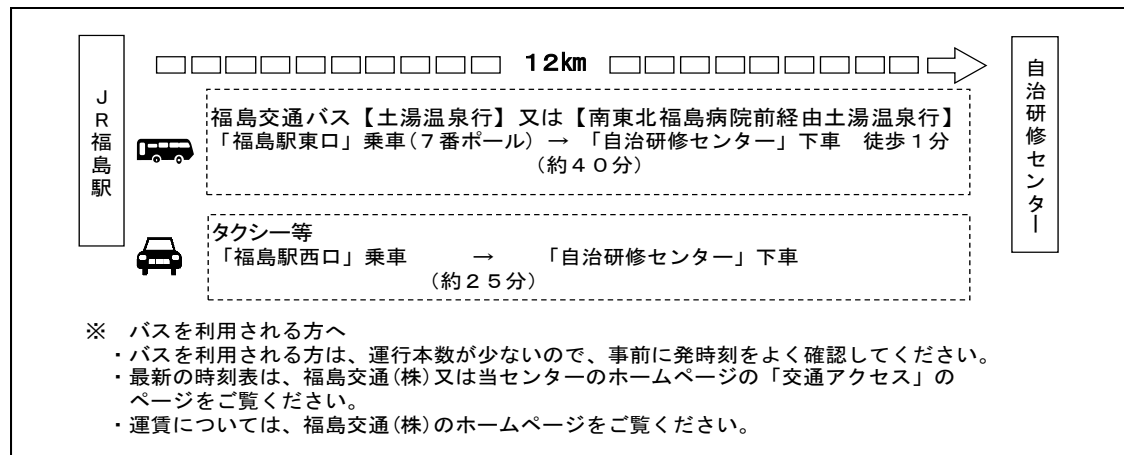
◆左記以外は全敷地内禁煙です。

※指定場所・時間外での『飲酒』『喫煙』は規律違反となります。

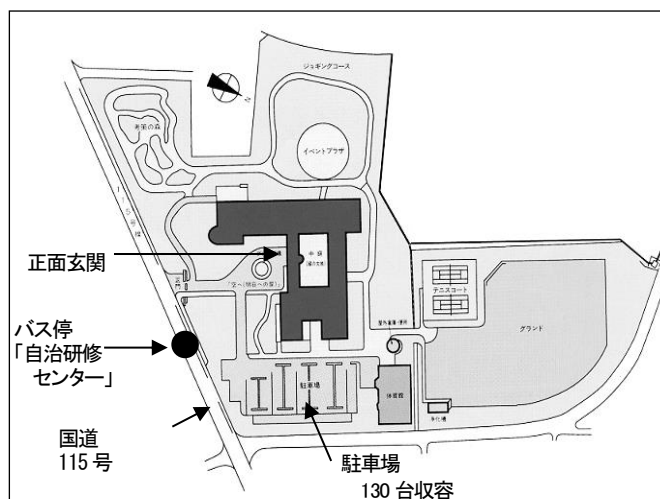
## ◆ 案内図 ◆



## ◆ 交通機関 ◆



## ◆ 施設の配置図(駐車場等) ◆



公益財団法人  
ふくしま自治研修センター  
〒960-2156  
福島市荒井字地蔵原乙15番の1

TEL 024(593)5711(総務部)  
024(593)5712・5713(教務部)  
024(563)7283(政策支援部)

FAX 024(593)5714  
URL <http://www.f-jichiken.or.jp/>  
E-mail: [kyomu@f-jichiken.or.jp](mailto:kyomu@f-jichiken.or.jp)