

研修生活のご案内

このご案内は、研修を充実したものとするため、
研修所利用に当たっての準備や研修中の生活についてまとめたものです。

1. 受講前の準備・・・P.39
2. 入所について・・・P.39
3. 食事について・・・P.39
4. 受講について・・・P.40
5. 宿泊について・・・P.40
6. その他の施設について・・・P.41

<変更について>

※研修受講回数の変更生じた場合は、所属する団体の研修担当者を
経由、宿泊申込みの変更は受講者本人が自治研修所教務課へ早急
に連絡してください。

新潟県自治研修所 教務課

TEL:025-378-0521

1. 受講前の準備

- ・研修時の服装・・・公務員としての節度をわきまえた服装をお願いします。
(研修受講上必要のある場合を除き、作業着、過度にカジュアルな服装、サンダル履き等は避けてください。)
- ・筆記用具
- ・ひざ掛けなど体温調節できるもの・・・研修室内の気温が低下する場合がありますので、必要に応じてご用意ください。
※その他、各研修で必要なものは「研修実施通知」で確認してください。
- ・車イスを利用されている方、座席に関して希望がある方は事前にお知らせください。
- ・研修当日の朝に必ず検温をしていただき、発熱(概ね37.5度以上又は平熱より0.5度以上高い)や、咳がでるなどの風邪症状等がある場合は、上記連絡先に連絡の上、研修を欠席してください。

2. 入所について

研修を受講される方は、宿泊の有無にかかわらず、**親和寮の入口から入所の上、開始時刻の5分前までに**指定の研修室へお越しください。宿泊される方は、同入口で宿泊室の鍵をお受け取りください。

なお、**前日から宿泊する場合は、18時から22時の間に入所**してください。

(土曜・日曜・祝日は、食事・入浴・冷暖房がありません。)

※前泊日当日の緊急連絡(夜間17時15分～22時)は、自治研修所 TEL 025-261-1331 までお願いします。

3. 食事について

食堂営業がありませんので(令和3年3月末終了)、**昼食は各自でご用意**ください。

なお、食事場所は、食堂ホール、研修室(自席)、又は情報棟ラウンジとしますが、新型コロナウイルス感染防止のため、食事の際の会話や隣との距離等に注意願います。

また、自治研修所で宿泊する場合、**夕食・朝食も各自でご用意**ください。

食事場所は、食堂ホールのほか、親和寮各階ホール又は各宿泊室で食べてください。

飲食等で床や机を汚した場合は、各自で責任をもって清掃してください。

弁当の空き容器は、ゴミ箱に捨ててください。

■その他

飲酒ができる場所は、食堂ホールのみとします。新型コロナウイルス感染防止のため、飲酒の際の会話や隣との距離等に注意願います。



4. 受講について

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、研修中はマスクの着用を徹底し、手洗い、研修室入室時の手指消毒、咳エチケットにご協力をお願いします。



受講上の注意

- ・研修期間中は、持参した名札を着用してください。
- ・研修室受付の出欠確認表に毎日チェックを入れ、**研修開始の5分前**には研修室に入ってください。
- ・やむを得ない理由で欠席、遅刻、早退をする場合は「**欠席届**」を事務室に提出してください。ただし、欠席時間数によっては、修了とされない場合があります。
- ・携帯電話、スマートフォン、タブレット等は電源を切るかマナーモードに設定してください。なお、講義・演習中の通話は禁止としますが、やむを得ず通話の必要がある場合は、講師に申し出た上で退室し、研修の妨げとならない場所で通話してください。
- ・健康管理には十分注意し、具合が悪くなったときは事務室に連絡してください。



号令当番の役割

- 教務課指名により、号令当番をお願いします。
- 朝の講義開始時・昼休憩前の講義終了時・昼休憩後の講義開始時・夕方の講義終了時に「起立、礼」の号令をお願いします。



研修生への連絡

- ・研修期間中は、電話の取次ぎや口頭による伝言は行いません。連絡や伝言は、使用研修室の入口に掲示します。連絡用紙は確認後各自が処分してください。
- ・外部への連絡は各自の携帯電話、もしくは公衆電話を利用してください。公衆電話は、食堂前及び宿泊棟2階ホールにあります。



研修生へのお願い

- ・研修所内は**原則禁煙**です。喫煙室は食堂脇にあります。
- ・研修室の換気は休憩時間等を利用し行ってください。
- ・研修室内は、ペットボトルなどキャップ付の飲料のみ持ち込むことができます。それ以外の飲料の持込みは、原則禁止です。



マイボトル、蓋つきの缶、ペットボトルなど



フルトップタイプの缶コーヒーなど



ストロータイプの紙パックなど



紙コップ

- ※その他、困ったことや気になることが発生したら、その時点で研修担当者にお知らせください。研修担当者不在時は、事務室に連絡してください。

5. 宿泊について

新型コロナウイルス対策のため、2人用の部屋を現在ひとりの利用としています。

準備

●持参すべきもの

- ・石けん ・シャンプー ・タオル ・ドライヤー ・パジャマ ・着替え 等

※冬期間は冷えるので暖かい服装を用意してください。

●施設にあるもの

(1)寝具

- ・シーツ
 - ・毛布カバー
 - ・布団カバー
 - ・枕カバー
- 宿泊棟各階のリネン室に備えてありますので、各自取りに行ってください。

(2)その他

- ・アイロン
 - ・アンカ
 - ・電気スタンド
 - ・目覚まし時計
- 必要な方は舎監に申し出てください。ただし、数に限りがあります。

宿泊施設の利用について

【門限】22:00
【入浴】17:30～22:30
【消灯】23:00

各宿泊室内にある、「宿泊者へのご案内」に目を通し、寮のルールやマナーを守りましょう。

■外出	親和寮受付で外出簿に記入の上、受付に鍵を預けてください。
■外泊	当日の昼休みまでに事務室前のカウンターで外泊簿に記入の上、外出時に親和寮受付に鍵を預けてください。
■禁止事項	・宿泊棟内は、 禁煙・飲酒禁止 です。 ・22時以降の洗濯機の利用はご遠慮ください。
■冷暖房	冷暖房の運転は、通常午後11時までとしていますが、7～8月中は当日の気温に応じて、午前1時まで行います。
■注意事項	・宿泊室の鍵は一人1本ずつです。 ・宿泊室に備え付けてあるスリッパを履いたままで研修を受講しないでください。

退所

使用済みシーツ等	退所日の 8時50分 までにリネン室の所定の場所に戻してください。
宿泊室	忘れ物のないよう室内を点検し、ゴミは指定のゴミ箱に捨ててください。
鍵	8時50分 までに必ず鍵を親和寮受付に返却してください。(宿泊室は施錠しないこと)。
所持品	貴重品は必ず身に付け、それ以外の荷物は自家用車内に保管してください。なお、自家用車で来所していない方は、研修室に持参し各自で管理してください。

※夜間の緊急連絡は、親和寮1階受付舎監室までお願いします。 TEL 025-261-1331

6. その他の施設について

	施設名	場所	利用時間	利用方法
休憩	ラウンジ	情報棟2階	7:00～22:30	研修生の交流の場や打合せの場等としてご利用ください。
	ホール	宿泊棟各階	22:30まで	テレビがあります。
	談話室	宿泊棟各階	22:30まで	テレビ、囲碁、将棋があります。
	女子休養室	宿泊棟1階	22:30まで	禁煙・飲酒禁止です。
	男子休養室	共用厚生棟2階	8:30～17:15	禁煙・飲酒禁止です。
	喫煙室	共用厚生棟2階	22:30まで	喫煙室のルールに従ってください。
	図書室	研修棟1階	8:30～21:00	図書の貸し出しは図書室内の掲示事項に従ってください。
運動	運動用具室	宿泊棟1階	—	野球・バドミントン・テニス用具があります。
	屋内運動施設	消防学校訓練場	20:30まで	室内履きを着用してください(最長21:30まで可能です)。
	卓球台	宿泊棟3・4階	21:00まで	—
風呂	浴室	宿泊棟1階	17:30～22:30	40分毎の分散入浴としています。(①17:30～ ②18:10～ ③18:50～ ④19:30～ ⑤20:10～ ⑥21:10～ ⑦21:50～22:30) 石けん、シャンプー、リンス等は備え付けてありません。
	洗濯・物干し	宿泊棟1階	22:00まで	1階物干し場のほか、宿泊室の出窓に物干しロープがあります。 洗剤は備え付けてありません。
トイレ	車イス利用者専用	共用厚生棟2階 情報棟各階	終日	情報棟内には、3階を除き、17時15分以降アラームシステムが作動する箇所があります。進入禁止の表示がある場所には入らないでください。
	洋式	研修棟各階 情報棟各階 宿泊棟2～4階	終日	
その他	エレベーター	情報棟	8:30～17:15	17時15分以降は使用できません。

※研修所内は、**原則禁煙**です。指定の場所で喫煙してください。

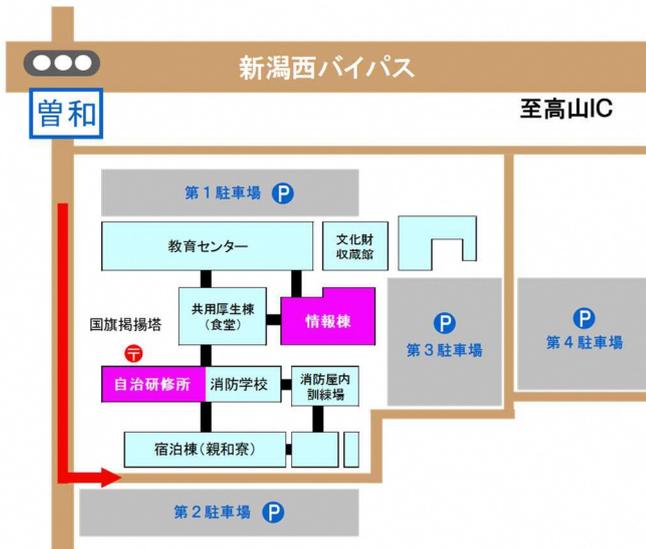
※研修所内は、食堂以外での飲酒は禁止です。

新潟県自治研修所 教務課

〒950-2144 新潟県新潟市西区曾和100番地1

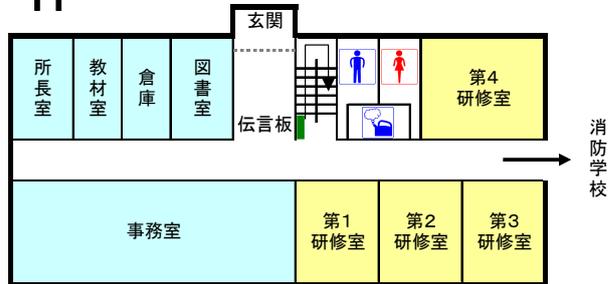
TEL:025-378-0521 FAX:025-378-0522 E-mail: niigata-kyoumuka@insource.co.jp

自治研修所館内のご案内

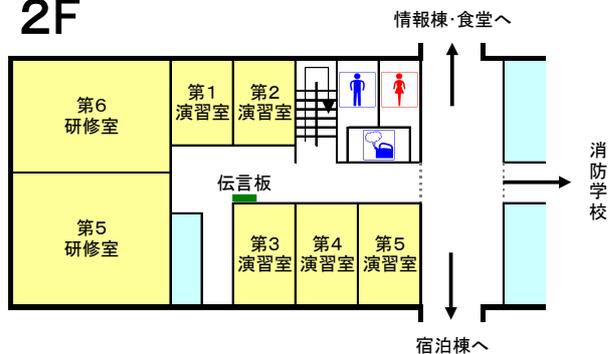


自治研修所平面図

1F

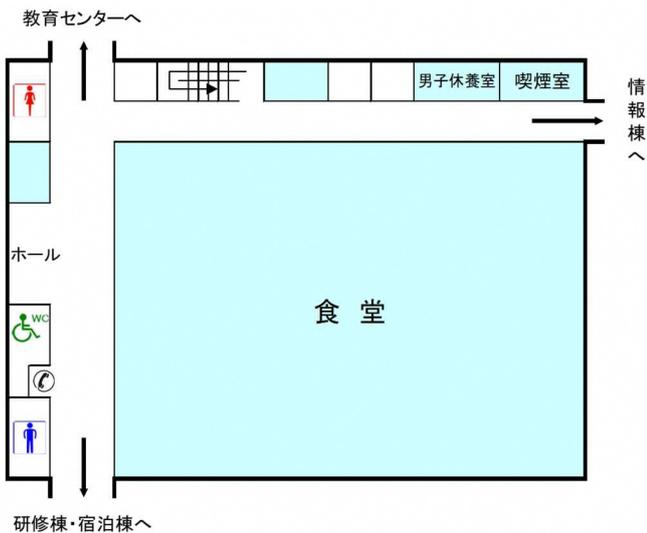


2F



食堂(共用厚生棟)平面図

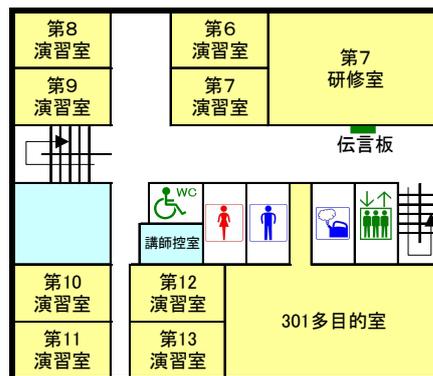
2F



- 公衆電話は、食堂前と親和寮2階ホールにあります。
- 飲み物の自動販売機は、各棟2階ホール、ラウンジにあります。

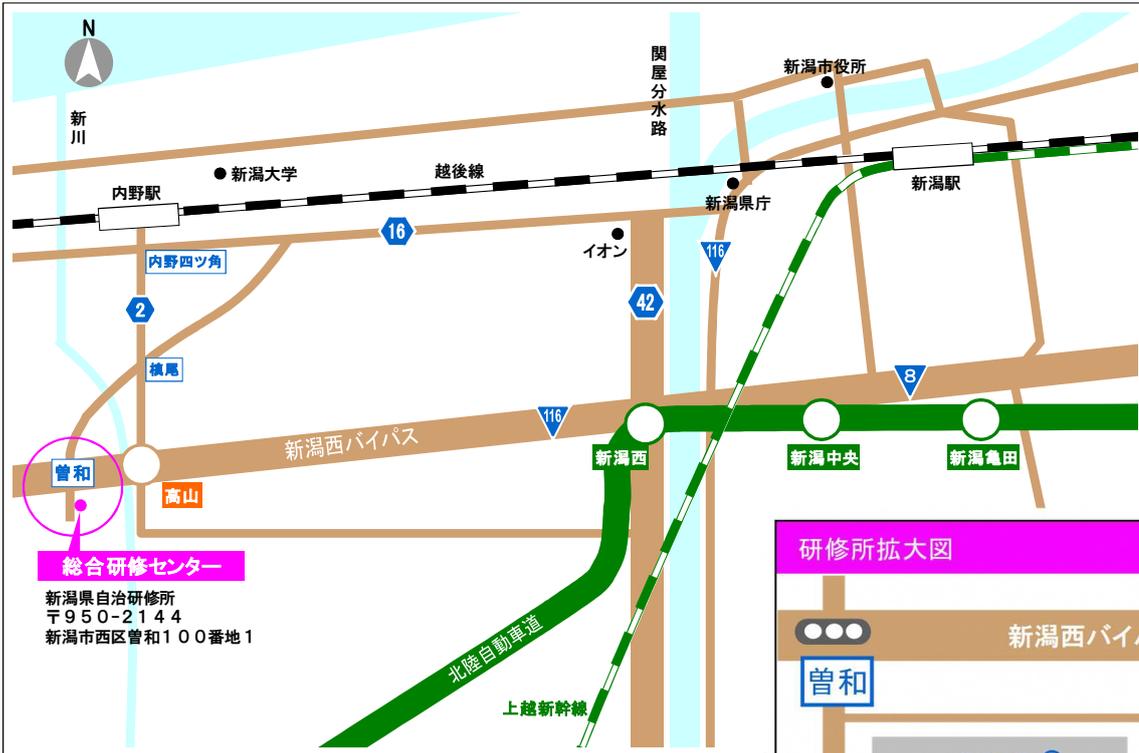
情報棟3階平面図

3F



- 情報棟は、食堂の右奥にあります。
- 情報棟内には、3階を除き、17時15分以降アラームシステムが作動する箇所があります。進入禁止の表示がある場所には入らないでください。
- 車イスの方は、エレベーターをご利用いただけます。(利用時間 8:30~17:15)

自治研修所までのご案内



アクセス

■ 電車（JR越後線）

新潟駅発⇒内野駅下車（約25分、240円）
 ※内野駅南口を出て正面を直進し、榎尾交差点を上越方面へ右折、西大通りを直進、曽和交差点まで徒歩20～25分程度

■ バス（新潟交通）

◎新潟駅前発（W1,W2系統）「内野営業所」行きに乗車
 「内野四ツ角」下車（約50分、520円）
 ◎青山発（W3系統）「内野営業所」行きに乗車
 「内野四ツ角」下車（約30分、370円）
 ◎青山発（W4系統）「内野営業所」行きに乗車
 「榎尾」下車（約25分、360円）
 ※「内野四ツ角」から榎尾交差点経由で徒歩20～23分程度
 「榎尾」から曽和交差点までは徒歩10～12分程度

■ タクシー

内野駅南口より約10分、おおよそ1,000円

■ 自家用車

新潟西インター方面からは新潟西バイパス曽和交差点を左折親和寮前に第2駐車場があります。
 満車の場合は、第3又は第4駐車場をご利用ください。



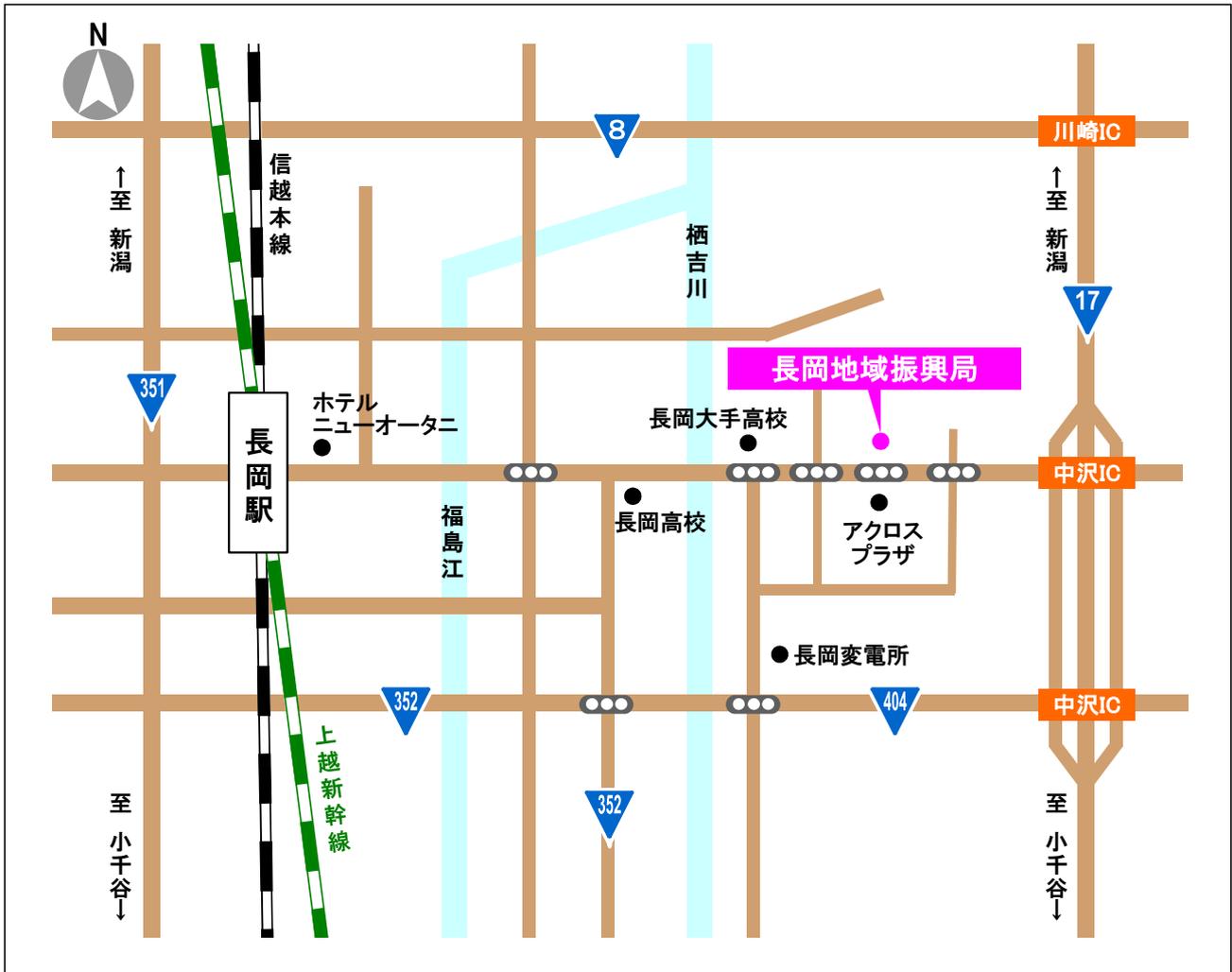
主な施設

図書室・談話室（テレビ・囲碁等）・ラウンジ・ホール・女子休養室・男子休養室・喫煙室・テニスコート・屋内運動施設・卓球台（テニスシューズ等を用意願います。）
 公衆電話（深夜の利用は緊急時に限ります。）

タクシー

タクシーの連絡先は、公衆電話のところに掲示してあります。また、タクシーを呼ぶ場合は、必ず自分の名前を告げて「親和寮前」に呼んでください。

【長岡会場】 長岡地域振興局のご案内



長岡地域振興局周辺拡大図



長岡地域振興局
 〒940-8567
 長岡市沖田2丁目173番地2

アクセス

- 最寄の下車駅
JR信越線長岡駅東口下車
- 徒歩の場合
長岡駅東口から徒歩15分
- タクシー
長岡駅東口から約5分
- バス（越後交通）
長岡駅東口から悠久山行き約5分
「長岡地域振興局前」停留所下車
- 自家用車
新潟方面からは国道17号（長岡東バイパス）中沢インターを下り、長岡駅方面へ進行し、2つ目の信号を右折
★北側駐車場をご利用ください。
 （正面駐車場の利用はご遠慮ください）