

教育留学生 基本の日課

令和6年度 あきたリフレッシュ学園

6 : 3 0	起床
7 : 0 0	朝のあいさつ・朝食・片付け ◆朝食片付け終了後宿直員さんからスマホを受け取り使用できる。 ※8 : 3 0…職員（ ）にスマホを渡す。(電源オフで) ※2階に戻らない ★日中に職員室で職員がスマホの充電を行う。
9 : 1 5	学習活動開始(国語、社会、算数・数学、理科、英語等) ◆日中は2階に戻らない。
1 2 : 0 5	昼食(準備・片付け)・清掃・休憩(昼休み)
1 3 : 3 0	体験活動(その日によってメニューが変わります) ★晴れた日は基本的に屋外で活動します。
1 5 : 3 0	片付け・休憩
	1 6 : 0 0～1 7 : 3 0 (講堂・前庭・裏庭でのスポーツ、学習室でのボードゲーム、カードゲーム等)
※ 1 5 : 0 0	調理員さん到着(時間が合う場合は、調理のお手伝いをしても構いません。)
※ 1 7 : 1 5	宿直員さん到着⇒宿直員さんは調理員さんのお手伝い等
1 7 : 3 0	夕食準備、洗濯等⇒(宿直員さんの指示にしたがって行動する。)
1 8 : 0 0	夕食(準備・片付け) 夕食終了風呂掃除⇒湯をためる(20分程度)⇒入浴※入浴は1人30分程度をめやすに! 【読書・学習(入浴後、食堂で一斉に30～60分間)】★ 終了時刻を決めて ◆読書・学習終了後に宿直員さんにスマホを受けとり使用できる。ネットも使用できる。
2 1 : 0 0	夜のあいさつ(宿直員さんにスマホを渡す。ネット使用の場合は電源オフ)
2 1 : 3 0	消 灯

▲土日祭日日中のスマホ・ゲーム類の使用は、見届け担当者の裁量に任せますが、朝夕の館内での生活は、平日と同じです。