

れ い わ ね ん ど ぎ し ゅ く し ゃ き ほ ん に っ か ひ ょ う こ う と う ぶ と う こ う ま え
令和7年度 寄宿舎基本日課表(高等部) 登校前

じ かん 時間	か つ ど う ない よ う 活動内容
6:15 }	き しょう 起床 ふ と ん た た せ ん が ん き が 布団を畳む・洗顔・着替え
7:00 }	け ん こ う 健康チェック
7:15	は い ぜ ん じ ゅ ん び 配膳準備
7:15 }	し ょ く ど う い ど う 食堂へ移動 は い ぜ ん し ょ く じ 配膳・食事 げ ぜ ん ふ く や く 下膳・服薬
7:50 }	も ど フロアへ戻る は み が 歯磨き ど う こ う じ ゅ ん び 登校準備 じ し つ か つ ど う じ か ん 自室活動時間
8:30	ど う こ う 登校

れ い わ ね ん ど き し ゅ く し ゃ き ほ ん に っ か ひ ょ う こ う と う ぶ げ こ う ご
令和7年度 寄 宿 舎 基 本 日 課 表 (高 等 部) 下 校 後

じ か ん 時 間	か つ ど う 不 い ょ う 活 動 内 容	
15:10 }	げ こ う 下 校 に ゆ う よ く よ く 入 浴 ・ シ ャ ワ ー 浴 と う 不 い か つ ど う じ か ん 棟 内 活 動 時 間	た ん ど く が い し ゅ つ じ か ん 単 独 外 出 時 間 が つ 1 7 : 0 0 ま で 4 ～ 9 月 が つ 1 0 ～ 3 月 1 6 : 3 0 ま で
17:15 }	け ん こ う 健 康 チ ェ ッ ク は い ぜ ん じ ゅ ん び 配 膳 準 備	
17:25 }	し ゅ く ど う い ど う 食 堂 へ 移 動 は い ぜ ん し ゅ く じ 配 膳 ・ 食 事 げ ぜ ん ・ ふ く や く 下 膳 ・ 服 薬	
18:00 }	も ど フ ロ ア へ 戻 る は み が 歯 磨 き ぜ ん た い そ う じ じ し つ そ う じ 全 体 掃 除 ・ 自 室 掃 除 じ し つ か つ ど う じ か ん 自 室 活 動 時 間	
18:50	け ん こ う 健 康 チ ェ ッ ク	
19:00 }	よ か か つ ど う じ か ん 余 暇 活 動 時 間	だ い ひ ょ う し ゃ か い ぎ と う ※ 代 表 者 会 議 や 棟 ミ ー テ ィ ン グ 、 し ゅ く ど う か い ほう ば あ い 食 堂 開 放 が あ る 場 合 が あ り ま す 。
20:10 }	し ゅ う し ん じ ゅ ん び 就 寝 準 備 ふ く や く 服 薬	じ へ や で ん き け ※ 2 1 時 に 部 屋 の 電 気 を 消 す の で 、 あ と つ く え で ん き つ か そ の 後 は 机 の 電 気 を 使 い ま し ょ う 。
21:45	じ し つ か つ ど う じ か ん 自 室 活 動 時 間	
21:45	し ゅ う し ん 就 寝	

※ げ つ よ う び す い よ う び よ く か よ う び も く よ う び に ゆ う よ く
月 曜 日 、 水 曜 日 → シ ャ ワ ー 浴 火 曜 日 、 木 曜 日 → 入 浴

- ※ だいひょうしかいぎ 代表者会議→2ヶ月毎 げつごと
※ とう 棟ミーティング→2ヶ月毎 げつごと
※ しょくどがいほう 食堂開放→火曜日、木曜日 かようび もくようび

れい わ ね ん ど 令和7年度 きしゆくしゃきほんにっかひょう 寄宿舍基本日課表 きせいび 帰省日

じかん 時間	かつどうないよう 活動内容
13:10 ～	くしろ 釧路バスで帰省する舎生は下校 きせい しゃせい げこう
13:30	くしろ 釧路バスで帰省する舎生は寄宿舍出発 きせい しゃせい きしゆくしゃしゅっぱつ
13:40	つうじょう 通常 げこう 下校
14:00	ねむろ 根室バスで帰省する舎生は寄宿舍出発 きせい しゃせい きしゆくしゃしゅっぱつ
14:00 ～	きせい 帰省

れ い わ ね ん ど き し ゅ く し ゃ き ほ ん に っ か ひ ょ う き し ゃ び
令和7年度 寄宿舎基本日課表 帰舎日

じ かん 時間	かつどうないよう 活動内容	
14:30 }	き し ゃ 帰舎 とうかつどうじ か ん 棟活動時間	
17:15 }	けんこう 健康チェック はいぜんじゅんぴ 配膳準備	
17:25		
17:25 }	しょくどう い どう 食堂へ移動 はいぜん しょくじ 配膳・食事	
18:00	げ ぜ ん ・ ふ く や く 下膳・服薬	
18:00 }	もと フロアへ戻る は み が 歯磨き かつどうじ か ん ない し ゃ し つ い どう か フロア活動時間(フロア内での舎室移動、テレビ、ゲーム可)	
18:50 }	けんこう 健康チェック じ し つ かつ どう じ か ん 自室活動時間	
19:00 }	よ か かつどうじ か ん 余暇活動時間	
20:10		
20:10 }	しゅうしんじゅんぴ 就寝準備 ふくやく 服薬 じ し つ かつ どう じ か ん 自室活動時間	じ へ や でんき け ※ 2 1 時に部屋の電気を消すので、 あと つくえ でんき つか その後は机の電気を使いましょう。
21:45		
21:45	しゅうしん 就寝	

れ い わ ね ん ど き し ゆ く し ゃ き ほ ん に つ か ひ ょ う し ゆ く じ つ ご ぜ ん
令和7年度 寄宿舍基本日課表 祝日午前

じ か ん 時間	かつどうないよう 活動内容
7:00 }	きしょう 起床 きがえ、せんがん、ふとん たた 着替え、洗顔、布団を畳む
7:50 }	けんこう 健康チェック
8:00	はいぜんじゅんぴ 配膳準備
8:00 }	食堂へ移動 はいぜん 配膳 しょくじかいし 食事開始 げぜん ふくやく 下膳・服薬
ごちそうさま }	フロアへ戻る はみが 歯磨き
9:15 } 11:50	よ か じ か ん 余暇時間
11:50 } 12:00	けんこう 健康チェック じ し つかつどうじかん 自室活動時間

※ しゆくじつ よ か じ か ん いんしよく
祝日の余暇時間はおかしやジュースを飲食できます。

※ しゆくじつ がいしゆつ ごぜん ご だんじょ わ
祝日の外出は午前と午後で男女を分けています。

せんせい かくにん がいしゆつ
先生に確認してから外出しましょう。

令和7年度 寄宿舍基本日課表 祝日 午後

時間	活動内容
12:00 }	食堂へ移動 配膳・食事開始 下膳・服薬
ごちそうさま }	フロアへ戻る 歯磨き
13:15 }	余暇活動時間 入浴・シャワー浴
17:10	※入浴・シャワー浴は15:30～です
17:15 }	健康チェック 配膳準備
17:25	
17:25 }	以下 帰舎日と同じ

※ 祝日の余暇時間はおかしやジュースを飲食することができます。

※ 祝日の外出は午前と午後で男女を分けています。

先生に確認してから外出しましょう。