

奈良先端科学技術大学院大学 ゲストハウスせんたんの利用案内



ゲストハウスせんたんの利用案内	1
宿泊施設利用案内	4
集会施設利用案内	7
ゲストハウスせんたんの集会施設の利用にあたって	8
フィットネスルーム利用案内	9

<i>Guidance of Guesthouse SENTAN</i>	<i>1</i>
<i>Guidance of Accommodation</i>	<i>4</i>
<i>Guidance of Assembly Hall</i>	<i>8</i>
<i>Guidance of Fitness Room</i>	<i>9</i>

ゲストハウスせんたんの利用案内

キーについて

1. 建物、部屋、フィットネスルームへの出入りはすべてカードキーでできます。
2. 開錠後数秒後にロックされます。
3. カードキーの紛失、居室内閉じ込めの場合は、

時 間 帯	連 絡 先	備 考
① 朝9時から夜9時までの間	① 1階管理人室 (内線：5588)	① 土、日曜日及び12月29日～1月3日は勤務しておりません。
② 管理人室と連絡が取れない場合で、朝8時30分から夕方5時30分までの間	② 事務局人事課福利厚生係 (内線：5030)	② 土、日曜日、休日及び12月29日～1月3日は事務をしておりません。
③ 上記の①および②以外	③ 1階入り口にありますインターホンで防災センターを呼び出してください。(※+呼び出し) ④ 防災センターは事務局棟裏口側にあります。	③ 24時間体制です

電話について

1. 外線は大学会館の公衆電話をご利用ください。
2. 警察署、消防署（救急車、火災）への連絡は次のとおりです。
 - 壁掛け電話で防災センター（emergency ボタンを押す）に連絡する。
 - 内線専用電話で上記の表の手順で連絡する。

電源について

1. 部屋の鍵入れにカードキーを差し込むことにより、部屋内の電源がすべて **ON** の状態になります。
2. 退室時にはカードキーを抜くことにより、**OFF** の状態になります。ただし、テーブル前のパソコン用電源と冷蔵庫の電源は **OFF になりません**。

居室の清掃、シーツ類の交換について

部屋の清掃、寝具類の交換、消耗品類の補充は1週間以上滞在の場合に限り **週1回** 行います。ご希望の方はドアにタブ（清掃をしてください）を下げてください。

自動販売機、公衆電話について

当施設には飲料水の自動販売機を設置しておりますが、公衆電話は設置しておりませんので、大学会館（当施設の向かい側）をご利用ください。

売店、食堂について

当施設には売店、食堂は設置しておりませんので、大学会館（当施設の向かい側）をご利用ください。

機器類の操作について

- BSテレビの操作
 - ・テレビの「電源」を入れ、外部入力をビデオ1にする。最後にビデオ/DVDの電源を入れる。
- フロアスタンドの操作
 - ・傘の内側の「つまみ」を回してください。
- エアコンの操作
 - ・壁掛けのリモコンで操作できます。

ゴミの出し方について

ごみは、可燃物、不燃物、瓶、缶、ペットボトルなどの分別のうえ1階集会施設外側に設置しておりますゴミ入れ箱に入れてください。

宿 泊 施 設 利 用 案 内

利用申込みに当たって

利用申込み方法

利用申込は、事務局経営企画部人事課福利厚生係（以下「福利厚生係」という。）でメールにより受付けます。（直接、福利厚生係に来ていただいても結構です。）名前、所属、連絡先電話番号及び利用希望日を記入下さい（福利厚生係での受付時間：平日の **8:30～17:30**）。

なお、本学での受入れ研究室等から代理で申込みもできます。

メール：**fukuri@ad.naist.jp**

電話番号：内線**5030、5033**

料金の支払いとキーの受渡し

料金の支払いは利用日の17時30分までに（大学が休日の場合は前勤務日の17時30分までに）福利厚生係でお願いします。受入れ研究室等の代理の方でも構いません。料金の支払いと引替えに、領収書及びカードキーをお渡しします。

料金は、次のとおりです。

部屋の種別	宿 泊 数	金 額	宿 泊 数	金 額
シングルルーム	1 日（1泊）	3,000 円	21泊以上 30泊以下	60,000 円
ツインルーム	1 日（1泊）	6,000 円	21泊以上 30泊以下	120,000 円

いずれも、居室使用料、光熱水料、物品使用料及び寝具類の使用料を含んでおります。

利用が2ヶ月以上のときは、1ヵ月ごとの支払いも可能です。

なお、食事等のサービスはありませんが、居室には冷蔵庫及びキッチンが備え付けてあります。

*事務休業日：土・日・祝日及び年末・年始（12月29日～1月3日）

学内 LAN パスワードの通知

学外の利用者の方には、カードキーのお渡しと同時に、学内 LAN 接続のためのアカウント及びパスワードをお知らせします。

利用に当たって

カードキー

玄関、階段室及び居室の開錠は、カードキーにより行って下さい。
居室に入室後は、まずキー差込口に、キーを差込んで下さい。照明・空調・コンセント類の電源が入ります。退室の際、カードを抜くと、電源が切れます（冷蔵庫・パソコン「LAN 接続のもの」を除く）。
カードキーは、利用期間を過ぎると使用できません。

利用時間

ゲストハウスせんたんを利用できる時間は、午後 3 時から翌朝 11 時までです。
ただし、連続して宿泊する場合は、到着日及び出発日を除き、終日利用することができません。

インターネット

パソコン持参の方は、学内 LAN により居室でインターネットを利用できます。
学外の利用者の方も、お知らせしたアカウント・パスワードにより接続可能です。

ランドリー

2 階のランドリー室に全自動洗濯・乾燥機があります（無料）。
なお、利用中は、居室ナンバーが記されているマグネット札を洗濯機に貼付けて下さい。

売店・自動販売機

大学会館（キャンパスマップ参照）をご利用下さい。売店の開店時間は平日 9：00～21：00、土曜日 9：00～15：00 です。

食事場所

大学会館内に食堂があります。開店時間は平日 10：00～21：00、土曜日 10：00～15：00 です。

電話機

施設内の電話機は、内線専用です。学外（国内）にかけられる場合は、大学会館の公衆電話をご利用下さい。

タクシー

タクシー会社の電話番号は、次のとおりです。
[奈良近鉄タクシー学園前営業所] 0742-45-0091
「**ゲストハウスせんたん**」の場所は、事務局棟裏側のテニスコート横に位置します。

貴重品

貴重品のお預かりはしておりませんので、各自で保管して下さい。

貸出物品

次のとおり貸出し用の物品を用意しておりますので、必要な方は1階管理人室までお申し出下さい。(管理人室執務時間：平日の9：00～21：00)
使用後は管理人室に返却願います。

* 掃除機、アイロン・アイロン台、ズボンプレスサー、寝具類 (S・M・Lサイズ)
食器類用ワゴン (食器、片手鍋・炊飯ジャー・フライパン・フードボックス・ご飯茶碗・箸・ご飯シャモジ・汁しゃくし・湯飲み茶碗・包丁)

連絡先

1階管理人室 平日：9：00～21：00
内線：5588 (外線：0743-72-5588)
管理人不在時
福利厚生係 平日：8：30～17：30
内線：5030、5033 (外線：0743-72-5030)

非常時の連絡先

防災センター (内線5048) まで連絡願います。

お願い

1. 室内清掃、整備等のため、大学関係者が入室することがありますので、予めご了承ください。
2. 利用の日程に変更等がありましたら、早めにお知らせ願います。

退去に当たって

退去前

チェックアウトの手続き等は特にありません。

カードキー

カードキーは、利用期間を過ぎると使用できませんので、お返しいただく必要はありません。また、学内LANのパスワードも退去後、失効します。

集 会 施 設 利 用 案 内

申込みに当たって

申込み方法

申込みは、人事課福利厚生係でメール、電話により受け付けます（直接、来ていただいても結構です）。名前、所属、連絡先番号及び利用希望日時をお知らせ下さい（受付時間：平日の8：30～17：30）。

おって人事課福利厚生係から利用の可否をお返事いたします。

電話番号：内線5030、5033

メール：fukuri@ad.naist.jp

利用に当たって

玄関、集会施設の出入り

玄関の開錠は、職員証、学生証、入構証及び宿泊用キーカードにより行うことができます。エントランスホールから集会施設に入ることができますが、利用許可を受けた者に限ります。

利用時間

集会施設を利用できる時間は、**9：00～21：00**とします。

なお、年末年始（12月28日から翌年の1月4日まで）は利用できません。

お願い

1. 利用の日時の変更あるいは利用の中止がありましたら、できるだけ速やかにお知らせ願います。
2. 利用後は、机・椅子等を元に戻したうえ、火器類の点検、照明の消灯を必ず行ってください。

ゲストハウスせんたんの集会施設の利用にあたって

集会施設の利用時間は午前9時から午後9時の時間帯となっております。利用にあたっては許可制となっておりますので、必ず人事課福利厚生係（内線5030）で許可を得てください。

飲 食

室内での飲食は可能ですが、キッチン以外での煮炊き、焼き物等は禁止します。また、残飯、空き缶、ペットボトル、燃えるゴミ等は各自で処分してください。

騒 音 等

階上が居室となっておりますので、大きな音、話声を出さないようにしてください。

消 灯

使用後は机、椅子等のもとどおりに戻したうえ、火器類の点検、消灯してください。

鍵

利用日が土、日あるいは休日の場合は利用当日に事務局1階防災センターで鍵を受け取り、利用後は消灯及び施錠等を行い、事務局1階防災センターに返却願います。

フィットネスルーム利用案内

このフィットネス室は、本学の学生、教職員並びにゲストハウスせんたん宿泊者が、体力、健康の維持・増進を図る施設です。

使用時間内であればいつでも利用できます。事故防止のため、小学生以下の者の入室はしないで下さい。保護者同伴であっても禁止します。

利用時間帯

9時から21時まで（土日・祝日を含む通年）

利用方法

入室

学生及び教職員

学生証及び職員証のカードキーで入室できます。

宿泊施設利用者

宿泊室のカードキーで入室できます。

利用者名簿への記入

利用される方は、必ず室内に備え付けの利用者名簿へ記入願います。

フィットネスマシーン

フィットネスマシンの使用にあたっては、機器使用説明パネル及び使用マニュアルをよく読んでから使用してください。

使用した器具は所定の場所に戻し、電動器具は、必ず**電源を OFF** にしておいて下さい。

シャワー室

使用の際は、給湯器の操作パネルの説明書に従って使用してください。

使用後は必ず給湯器の**電源を OFF**、水漏れなどがないことを確認の上退室して下さい。

連絡先

内線電話

器具の使用法、故障、その他に関すること

人事課福利厚生係 5030、5033番

インターホン

緊急時 防災センター直通です。

利用にあたっての留意事項

1. 器具の使用にあたっては、目的以外の使用は故障の原因となり、また危険を伴いますのでお止めください。
2. 室内に私物を置いたままにしないようお願いします。
3. 安全管理のため、カメラを設置していますが、使用中の事故・盗難については大学は責任を負いません。使用者各自で十分注意して使用してください。
4. 常に清潔、整頓を心がけて使用後の器具は必ず現状に復帰してください。
5. 退室される場合は、今一度器具、シャワー室、エアコン等の電源、戸締りを確認のうえ退室してください。
6. 室内は土足厳禁です。(室内用の履き物を用意願います。)

設備機器一覧

オンライン4850	1	30種以上の動作による筋力トレーニング
電動ランナー	1	足歩からランニングまで希望の速度で調整可能
エアロバイク	2	訓練用自転車
ステアクライマー	1	ステップマシーン
ボウフレックス	1	筋力トレーニング40種以上とローイング
安全装置付バーベルセット	1	1. 25kgから20kgまでのウェイトを用意 安全装置付
ぶらさがり健康器	1	ぶら下がり運動の他、腹部、大腿部の筋肉を鍛えます
ダンベルセット	1	1kgから10kgまでのダンベルを用意
ローマンベンチ	1	ボディの筋力トレーニング
ハイドラフィットネスマシーン	1	油圧抵抗を利用して4種の動作による筋力アップ
身長・体重計	1	
デジタル背筋計	1	
デジタル握力計	1	