

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	2
宿泊施設利用案内	3
集会施設利用案内	8
フィットネスルーム利用案内	10

ゲストハウスせんたんの利用案内

本施設は、本学を来訪する研究者をはじめ、学生や教職員も利用することができる福利厚生施設です。宿泊施設のほかに、集会施設やフィットネス室が設けられています。

入館について

1. 入館は、学生証、職員証、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。

電話について

1. 外線は大学会館（キャンパスマップ参照）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 P.4 の表の手順で連絡する。

自動販売機について

当施設には飲料水の自動販売機を設置しております。

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、大学会館をご利用ください。

売店の営業時間は、平日 8：00～21：00、

土曜日、日曜日、祝日 9：00～15：00 です。

食堂の営業時間は、平日 10：00～21：00、土曜日 10：00～15：00 です。

宿 泊 施 設 利 用 案 内

利用申込みにあたって

利用申込み方法

利用申込は、事務局管理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、利用希望日及び利用目的を記入下さい。

（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**5033、5030**

料金の支払いとキーの受渡し

料金の支払いは、利用日の16時00分までに（大学が休日の場合は前勤務日の16時00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。**料金のお支払いは現金のみの取り扱いとなります。**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・年末年始（12月29日～1月3日）・夏季一斉休業・創立記念日（10月1日）

郵便物・荷物について

宿泊施設では、郵便物や荷物のお預かりはしておりません。ゲストハウス宛の郵便物・荷物のご送付はご遠慮願います。

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
<p>① 朝9時から夜10時までの間</p> <p>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</p> <p>③ 上記の①および②以外</p>	<p>① 1階管理人室 (内線：5588)</p> <p>② 事務局人事課福利厚生係 (内線：5030)</p> <p>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)</p> <p>④ 防災センターは事務局棟裏口側にあります。</p>	<p>① 土、日曜日及び12月29日～1月3日は勤務していません。</p> <p>② 土、日曜日、祝日・12月29日～1月3日・夏季一斉休業・創立記念日は勤務していません。</p> <p>③ 24時間体制です</p>

利用にあたって

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・浴室照明換気扇スイッチ・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。

連絡先

1階管理人室 平日：9：00～22：00
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：5033，5030

（外線：0743-72-5030）

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。清掃予定日の前日にご案内しますので、ご希望の場合は当日ドアにタブ（清掃をしてください）を下げてください。

タオル類

2泊以上ご宿泊の方には、チェックイン時に2セットご準備しております。不足の場合は、1階管理人室までお申し出下さい。

利用時間

宿泊施設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）。夜間の使用はご遠慮下さい。

電話機

居室内の電話機は、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。テレフォンカードは学外よりご購入ください。

機器類の操作について

- 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。

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、事務局棟裏側のバスケット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。

使用後は管理人室に返却願います。ただしキッチン用品はチェックアウトまでご使用いただけます。

* ズボンプレスナー、物干し竿、アイロン・アイロン台、浴衣（M・Lサイズ）・ワゴン（食器運搬用）・片手鍋・おたま・炊飯ジャー・しゃもじ・フライパン・フライ返し・ご飯茶碗・汁椀・皿類・箸・スプーン・フォーク・包丁

ゴミの出し方について

ごみは、可燃物、不燃物、プラスチックゴミ、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箱に入れてください。

非常時の連絡先

防災センター（内線 5 0 4 8）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。

退去にあたって

退去前

チェックアウトの手続き等は特にありません。

集会施設利用案内

申込みにあたって

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。

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 5033、5030 （受付時間：平日の 8：30～17：30）

メール：fukuri@ad.naist.jp

利用にあたって

玄関、集会施設の入出

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。

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、椅子等は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。

お願い

利用の日時の変更あるいは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。

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施設利用者が、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22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、給湯器の電源（運転）を入れてください。

使用後は必ず給湯器の**電源（運転）をOFF**し、水漏れなどが無いことを確認の上退室して下さい。

連絡先

内線電話

器具の使用方法、故障、その他に関すること

人事課福利厚生係 5033、5030

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

マルチプレス	1	筋力トレーニング用マシン
ラット・ミッド・ロー	1	筋力トレーニング用マシン
リアデルト・ペックフライ	1	筋力トレーニング用マシン
レッグ・エクステンション・カール		筋力トレーニング用マシン
レッグ・プレス		筋力トレーニング用マシン
チンニング・ディップ		筋力トレーニング用マシン
電動ランナー	2	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	1	訓練用自転車
ステアクライマー	1	ステップマシーン
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
バーベルセット		フリーウェイト
フラットオリンピックベンチ		フリーウェイト用ベンチ
セーフティスタンド		フリーウェイト用スタンド
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20kg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
アジャスタブルベンチ	1	腹筋運動
血圧計	1	
体脂肪計	1	