

指 示 第 9 5 号
令 和 3 年 8 月 5 日

首席矯正処遇官（処遇担当）

各種生活の心得に記載のない一般的な生活上の心得及び室内備品一覧表等をルーパーファイルに綴じた上、居室に整備することについて

標記について、法令等に基づき、各種身分に応じた生活の心得又は必要に応じてその都度告知する方法で周知した上、適切に運用しているところ、今般、新営棟運用に伴い、居室掲示板の掲示物、各身分に応じた一般的な生活上の心得及び室内備品等並びに購入物品一覧表をルーパーファイルに綴じたものを、居室に整備することで処遇の統一を図ることとしたので、了知の上、遺漏なきを期されたい。

なお、本件指示発出に伴い、末尾に記載した各指示等は、廃止する。

記

1 一般的な生活上の心得について（別紙 1 関係）

当所に収容する被収容者等については、各種法的地位に応じた生活の心得を居室内に整備し、当所の規律並びに秩序の維持及び処遇の統一を図っているところ、遵守事項第 2 において規定される職員の指示に対する違反として想定される具体的行為について、別表 1 のとおり定める。

なお、勤務職員は、当該心得に記載された内容を熟知した上、被収容者等に対し、各種法的地位や居室構造に応じた指導を徹底すること。

おって、 居室棟に収容する休養の診断を受けた被収容者等に係る処遇については、令和 3 年 6 月 29 日付け指示第 53 号「休養患者の処遇要領について」に基づき行い、また、受刑者等に対する求人票の閲覧及びテレビ視聴、死刑確定者に対する DVD 視聴及び女区被収容者等に対する理髪要領に係るもの並びに将棋、囲碁、オセロの備付けに係るものは、別添の本職等の指示に基づき、それぞれ行うものであるから留意すること。

2 居室掲示板に掲示する物品（別紙 2 関係）

居室掲示板に掲示する掲示物は、次のとおりとする。

なお、必要に応じて、適宜、掲示物を追加することは妨げない。

- (1) 室内体操要領（3 枚、①室内運動心得、②ストレッチング、③室内体操）
- (2) インターホンの使用要領
- (3) カレンダー（6 か月ごとに 1 枚）

3 居室内に整備する備品及び貸与物品等について（別紙 2 関係）

- (1) 居室内備品一覧表

居室内に整備する備品等については、各種法的地位に応じた生活の心得に添付されている別表 2 並びに同 4 に記載した物品及び平成 23 年 8 月 31 日付け指示第 15 号『被収容者に係る物品の貸与、支給及び自弁に関する物品の取扱細則』の制定に基づき、各居室棟の構造別に別表 2 のとおり定める。

(2) 居室内備品及び貸与物品の取扱いについて

居室内に備え付ける物品及び被収容者に貸与する物品（個人別に貸与又は支給する日用品、筆記具その他の物品を除く。）の取扱いについては、別表 2-3 又は 2-4 のとおり定める。

なお、次に掲げる物品については、被収容者が自弁のものの使用を求めた場合、交換の上、回収するものとする。

ア 寝具類（掛布団及び同カバーに代わる襟布、敷布団及び同カバーに代わるシーツ、タオルケットの使用を求めた場合は毛布、枕及び同カバー、座布団及び同カバー。）

イ サンドル

ウ 石けん容器、箸及びコップ

4 会計課所管の購入物品一覧表等

ルーパーファイルに綴じる各種購入物品一覧表については、次に掲げるものとする。

なお、商品の改廃に伴う当該一覧表の変更については、別途、会計課職員において変更の上、変更された一覧表を各居室棟に配付するものとする。

ア 購入申込・配布日等標準早見表

イ クリーニング価格表

ウ 差入屋（丸の家）弁当週間献立表

エ マークシート願箋記載要領

オ 取扱商品価格表（飲食物等（間食制限者用を含む。))

カ 売店取扱商品価格表（日用品等（未決用又は受刑者用))

キ 取扱商品価格表（衣類等（男子又は女子の別、未決及び受刑者の別用))

ク 週刊誌及び月刊誌取扱商品一覧表

5 その他の編てつする書面

被収容者に対する季節ごとに発出する処遇変更（夏季処遇等）に係る告知放送文、又は一過性の告知放送文について継続して被収容者に周知する必要性が認められるものについて、当該ファイルの末尾に編てつすることを認めるが、当該処遇が終了した場合は、直ちに、回収すること。

6 留意事項

(1) 居室棟担当職員は、被収容者転室後の居室検査において、室内備品等の欠損、落書き等の有無について確認すること。

(2) 居室棟担当職員及び室内検査職員は、居室内掲示物、室内備品等の破損及び

落書きの有無等を確認すること。

(3) 居室棟担当職員は、被収容者等が転室する際、貸与中の石けん箱、サンダル、箸及びレンゲについては、転室先へ携行させること。

なお、転室先の居室棟担当職員は、当該被収容者等がこれらの物品について自弁の物の使用を求めた場合は、確実に官給の当該物品を回収すること。

【廃止指示等】

- 1 昭和62年9月1日、保安課長指示第50号「囲碁・将棋の競技種目について」
- 2 平成23年8月25日、本職指示第91号「居室内に『一般的な生活上の心得』を掲示し、指導することについて」
- 3 平成25年6月20日、本職事務連絡「共同室の被収容者に新たに小皿を貸与することについて」
- 4 令和元年10月15日、本職指示第49号「居室内におけるタオル洗濯について」

生活のしおり

未決拘禁者用
共同室

目 次

- 1 いっぱんてき せいかつじょう こころえ
一般的な生活上の心得 P 3～P11
- 2 きよしつけいじばんけい じぶつぴんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表 P12
- 3 きよしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P13～P15
- 4 こうにゅうもうしこみ はいふ び どうひょうじゅんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P16
- 5 かかくひょう
クリーニング価格表 P17
- 6 さしいれや まる や べんとうしゅうかんこんだてひょう
差入屋（丸の家）弁当週間献立表 P18
- 7 がんせんき さいようりょう
マークシート願箋記載要領 P19
- 8 とりあつかいしょうひんかかくひょう いんしょくぶつとう
取扱商品価格表（飲食物等） P20
- 9 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表（日用品等） P21
- 10 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表（衣類等） P22
- 11 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P23

一般的な生活上の心得 (共同室)

1 願箋の取扱い

(1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名 (苗字のみ)

を、正確に記載すること。

(2) 投薬願箋には、上記 (1) に加え、症状を具体的に
記載すること。

2 薬の取扱い

(1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の
指示に従い、服用確認に応じること。

(2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる
申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

(1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。

(2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにも
たれかからないようにして、定められた場所に座ること。

(3) 生活騒音に係る注意事項

ア 同室の人の迷惑にならないようマナーやエチケット
を守ること。

イ トイレの扉の開閉は、静かに行うこと。

ウ 高声に及ぶ雑談、高笑い等は厳に慎むこと。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

エ 同室者のために、他の人がカランを横押しする行為は禁止します。

4 衛生管理について

(1) 食事は感染予防の観点から静かに食すること。

(2) 食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(3) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(4) 官給の食事及び自弁の食事を他人に分け与える行為は禁止します。

(5) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

別紙 1-2

運動・入浴・面会・出廷等連行時の注意事項

- 1 入出室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見，雑談は，禁止する。
- 3 連行中は，職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は，眼鏡，眼鏡ケース，タオル，ハンカチ及び
びちり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は，入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会（一般面会及び弁護士面会）及び裁判所等に行く際
に持って行きたい物がある場合は，事前に願箋で許可を受
けてください。直前に申し出ると間に合わない場合があ
るので注意してください。

無料洗濯の実施要領

- 1 洗濯物の点数、種類及び要領については、職員の指示に従うこと。
- 2 洗濯物を出す際は、居室番号が記載された片布を付けること。
- 3 厚物衣類（ポケットの装着された上衣及びズボン等）を洗濯に出す場合は、ポケットの中身を確認し、何も入っていない状態で出すこと。

ごみの回収について

- 1 ごみの回収は、毎週月曜日及び木曜日に実施します。
なお、ごみ回収日が休日又は連休に該当する場合は、別途回収日を指定します。
- 2 ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 お菓子の残りや賞味期限の切れたパンなどを出すときは、食事の残飯として出すこと。
- 4 使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、個別に出すこと。
- 5 手紙や裁判書類等、個人情報^かの書かれた書類^{しよるい}を廃棄するときは、あらかじめ細断^{さいだん}しておくこと。
- 6 職員が扉を開扉する際は、座^{すわ}って待つこと。

保管私物の適正管理について

- (1) 居室内は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載されている整頓要領を守ること。
- (2) 窓枠の棧や便所の中に私物を置いてはいけません。
- (3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓すること。
- (4) 保管私物の限度量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ70リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限度量を守ってください。差入りの多い人は、差入れをしてくれる相手方に事情を説明して、差入量を調整してください。限度量を常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けることとなります。
- (5) 自己の保管私物を他人に与えたり、交換してはいけません。特に、お菓子類を同室者と分けて食べる行為(いわゆるパーティー分け)は禁止します。

タオル及びハンカチの室内洗濯について

タオル及びハンカチの室内洗濯を許可する時間については、次のとおりです。ただし、洗うことができる枚数は、1日1枚とし、衣類等を洗うことはできません。

【平日】午後1時（室内体操終了後）から10分間以内及び入浴終了後から10分間以内

【休日】午後3時（室内体操終了後）から10分間以内

この時間のタオル及びハンカチの洗濯については、石けんの使用を許可します。ただし、使用できる水の量は、洗面器2杯までとします。

なお、タオルを洗う人以外は、洗面台の横に立つなどして職員の視察の妨げにならないようにしてください。

将棋及び囲碁の使用方法について

将棋及び囲碁の使用方法については、次のとおりとします。

1 将棋については、本将棋（対局）及び挟み将棋のみとする。

2 囲碁については、囲碁（対局）及び五目並べのみとする。

3 注意事項

(1) 使用方法を守らなかった場合、又は勝敗により罰ゲームを行ったり自弃物品等を賭けて対局した場合は、反則行為として調査に付します。

(2) 対局中、けん騒にわたる場合は、将棋及び囲碁の貸与を禁止することがあります。

(3) 対局は2名とします。対局中、他の人が観戦したり、対局者に対局内容のことで口を挟む行為は禁止します。

むりょうりはつじっしよりょう
無料理髪実施要領について

- 1 理髪については、おおむね2か月に1回実施します。
実施日直前に担当職員から告知がありますので、希望者は申し出てください。
- 2 理髪時の注意事項は、次のとおりです。
 - (1) 理髪時は、職員の指示に従い、理髪係受刑者に話し掛けたり、理髪器具を触ったりしてはいけません。指示に従わなかった場合は、理髪を中止した上、反則行為として調査に付すことがあります。
 - (2) 顔そり等は実施しません。
 - (3) 特殊な髪形（モヒカン刈り、アメリカン、タイソンカット、ツーブロックなど。）及び総ハサミ刈りは実施しません。
 - (4) 最初に申し出た髪型で刈り始めた後に刈り直しはしません。
 - (5) 裾刈り（襟首又はもみあげ付近）はバリカンで刈ります。
 - (6) 頭部に皮膚疾患（湿疹又はシラクモなど。）がある人は、事前に職員に申し出てください。

きょしつけいじばんけいじぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表

- 1 室内体操要領 (室内体操心得, ストレッチ
ング・室内体操)
- 2 インターホンの使用要領
- 3 カレンダー (6か月に1回張り替え)

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きをしないこと。
- ※ 室内体操は静かに行うこと。
飛んだり跳ねたりして大きな音や振動を出
してはいけません。
- ※ 掲示板に掲示物以外のものを貼らないこと。

せんめんだい かぶ せいとんようりょう
洗面台下部の整頓要領



ちゅういじこう
注意事項

- 1 せんめんだい した にゆうよくどうぐとう しぶつ お
洗面台の下に入浴道具等の私物を置いてはいけません。
- 2 かいしゅうじ だ ふるしんぶん ざっしとう せんめんきよこ
ごみ回収時に出す古新聞及び雑誌等は、洗面器横の
よじょうぶぶん かりお みと
余剰部分に仮置きすることを認めます。

しつないびひんいちらんひょう きょうどうしつ
室内備品一覧表(共同室)

しょつき 食器ケース	1
こ ざら 小皿	にんずうぶん 人数分
しる わん 汁椀	にんずうぶん 人数分
コップ	にんずうぶん 人数分
レンゲ	にんずうぶん 人数分
ちやよう お茶用ポット	にんずうぶん 人数分
はいしょくよう 配食用トレイ	3
ふきん だいふき よう しょつき よう 布巾(台拭用・食器用)	2
そう じ よう しょつき よう スポンジ(掃除用・食器用)	2
しょつき あら せんざい 食器洗い洗剤	1
せんめんき 洗面器	3
ぞう きん 雑巾	6
ほうき	1
ちりとり	1
はこ いっぱんよう よう ゴミ箱(一般用・プラスチック用)	2
よう トイレ用スリッパ	1
つき トイレブラシ(ケース付)	1
せんざい トイレ洗剤(クレンザー)	1
ほうこうざい 芳香剤	1
いご およ しょうぎ 囲碁セット及び将棋セット	各1セット
へん ぶ 片布	7
み けつこう きんしゃ どうせい かつ ころえ 未決拘禁者等生活の心得	2
せいかつ 生活のしおり	2

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 寝具類（掛布団及び同カバーに代わる襟布、敷布団及び同カバーに代わるシーツ、タオルケットを所持した場合は毛布、枕及び同カバー、座布団及び同カバー）、箸、コップ、サンダルについて、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てく
ださい。なお、他の人が使用中の場合は、
貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。

生活のしおり

未決拘禁者用
単独室

目次

- 1 いっぱんてき せいかつじょう ところえ
一般的な生活上の心得 P 3 ~P10
- 2 きょしつけいじばんけい じぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表 P11
- 3 きょしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P12~P13
- 4 こうにゆうもうしこみ はいふ び どうひょうじゅんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P14
- 5 かかくひょう
クリーニング価格表 P15
- 6 さしいれや まる や べんとうしゅうかんこんだてひょう
差入屋（丸の家）弁当週間献立表 P16
- 7 がんせんき さいようりょう
マークシート願箋記載要領 P17
- 8 とりあつかいしょうひんかかくひょう いんしょくぶつとう
取扱商品価格表（飲食物等） P18
- 9 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表（日用品等） P19
- 10 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表（衣類等） P20
- 11 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P21

一般的な生活上の心得 (単独室)

1 願箋の取扱い

- (1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名(苗字のみ)を、正確に記載すること。
- (2) 投薬願箋には、上記(1)に加え、症状を具体的に記載すること。

2 薬の取扱い

- (1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の指示に従い、服用確認に応じること。
- (2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

- (1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。
- (2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにもたれかからないようにして、定められた場所に座ること。
- (3) 生活騒音に係る注意事項
- ア 隣室の人の迷惑にならないようマナーやエチケットを守ること。
- イ 夜間の就寝時間帯に便所の流水を行う際は、洗面器に水を溜めて汚物を流すようにしてください。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

4 衛生管理について

(1) 感染予防の観点から食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(2) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(3) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

別紙 1-2

運動・入浴・面会・出廷等連行時の注意事項

- 1 入室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見、雑談は、禁止する。
- 3 連行中は、職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は、眼鏡、眼鏡ケース、タオル、ハンカチ及び
びちり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は、入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会（一般面会及び弁護士面会）及び裁判所等に行く際
に持って行きたい物がある場合は、事前に願箋で許可を受
けてください。直前に申し出ると間に合わない場合があ
るので注意してください。

むりょうせんたく じっしやうりょう
無料洗濯の実施要領

- 1 洗濯物の点数、種類及び要領については、職員の指示に従うこと。
- 2 洗濯物を出す際は、居室番号が記載された片布を付けること。
- 3 厚物衣類（ポケットの装着された上衣及びズボン等）を洗濯に出す場合は、ポケットの中身を確認し、何も入っていない状態ですること。

ごみの回収について

- 1 ごみの回収は、毎週月曜日及び木曜日に実施します。
なお、ごみ回収日が休庁又は連休に該当する場合は、別途回収日を指定します。
- 2 ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 お菓子の残りや賞味期限の切れたパンなどを出すときは、食事の残飯として出すこと。
- 4 使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、個別に出すこと。
- 5 手紙や裁判書類等、個人情報^かの書かれた書類^{しよるい}を廃棄するときは、あらかじめ細断しておくこと。
- 6 職員が扉を開扉する際は、座って待つこと。

保管私物の適正管理について

- (1) 居室内は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載されている整頓要領を守ること。
- (2) 窓枠の棧や便所の木枠に私物を置いてはいけません。
- (3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓すること。
- (4) 保管私物の限度量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ70リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限度量を守ってください。差入りの多い人は、差入れをしてくれる相手方に事情を説明して、差入量を調整してください。限度量を常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けることとなります。

タオル及びハンカチの室内洗濯について

タオル及びハンカチの室内洗濯を許可する時間については、次のとおりです。ただし、洗うことができる枚数は、

1日1枚とし、衣類等を洗うことはできません。

【平日】午後1時（室内体操終了後）から3分間以内及び
入浴終了後から3分間以内

【休日】午後3時（室内体操終了後）から3分間以内

この時間のタオル及びハンカチの洗濯については、石けんの使用を許可します。ただし、使用できる水の量は、洗面器2杯までとします。

むりようりはっじっしようりよう
無料理髪実施要領について

- 1 理髪については、おおむね2か月に1回実施します。
実施日直前に担当職員から告知がありますので、希望者は申し出て下さい。
- 2 理髪時の注意事項は、次のとおりです。
 - (1) 理髪時は、職員の指示に従い、理髪係受刑者に話しかけたり、理髪器具を触ったりしてはいけません。指示に従わなかった場合は、理髪を中止した上、反則行為として調査に付すことがあります。
 - (2) 顔そり等は実施しません。
 - (3) 特殊な髪形（モヒカン刈り、アメリカン、タイソンカット、ツーブロックなど。）及び総ハサミ刈りは実施しません。
 - (4) 最初に申し出た髪型で刈り始めた後に刈り直しはしません。
 - (5) 裾刈り（襟首又はもみあげ付近）はバリカンで刈ります。
 - (6) 頭部に皮膚疾患（湿疹又はシラクモなど。）がある人は、事前に職員に申し出て下さい。

きよしつけいじばんけいじぶつぴんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表

- 1 室内体操要領 (室内体操心得, ストレッチ
ング・室内体操)
- 2 インターホンの使用要領
- 3 カレンダー (6か月に1回張り替え)

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きをしないこと。
- ※ 室内体操は静かに行うこと。
飛んだり跳ねたりして大きな音や振動を出
してはいけません。
- ※ 掲示板に掲示物以外のものを貼らないこと。

しつないびひんいちらんひょう たんどくしつ
室内備品一覧表 (単独室)

しょつき 食器ケース	1
こ ざら 小皿	1
しる わん 汁椀	1
コップ	1
レンゲ	1
ちや お茶ポット	1
ふきん だいふきよう しょつきよう 布巾 (台拭用・食器用)	2
そうじよう しょつきよう スポンジ (掃除用・食器用)	2
しょつきあら せんざい 食器洗い洗剤	1
せんめんき 洗面器	2
ぞう きん 雑巾	2
ほうき	1
ちりとり	1
ばこ いっぱんよう よう ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
つき トイレブラシ (ケース付)	1
せんざい トイレ洗剤 (クレンザー)	1
へん ぶ 片布	7
みけつこうきんしゃとうせいかつ こころえ 未決拘禁者等生活の心得	1
せいかつ 生活のしおり	1

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 寝具類（掛布団及び同カバーに代わる襟布、敷布団及び同カバーに代わるシーツ、タオルケットを所持した場合は毛布、枕及び同カバー、座布団及び同カバー）、箸、コップ、サンダルについて、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てください。なお、他の人が使用中の場合は、貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。

生活のしおり
女区

未決拘禁者用
共同室

目 次

- 1 いっぱんてき せいかつじょう こころえ
一般的な生活上の心得 P 3 ～P11
- 2 きょしつけいじばんけい じぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表 P12～P13
- 3 きょしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P14～P16
- 4 こうにゆうもうしこみ はいふ び どうひょうじゅんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P17
- 5 かかくひょう
クリーニング価格表 P18
- 6 さしいれや まる や べんとうしゅうかんこんだてひょう
差入屋（丸の家）弁当週間献立表 P19
- 7 がんせんき さいようりょう
マークシート願箋記載要領 P20
- 8 とりあつかいしょうひんかかくひょう いんしょくぶつとう
取扱商品価格表（飲食物等） P21
- 9 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表（日用品等） P22
- 10 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表（衣類等） P23
- 11 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P24

一般的な生活上の心得 (共同室)

1 願箋の取扱い

- (1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名 (苗字のみ) を、正確に記載すること。
- (2) 投薬願箋には、上記 (1) に加え、症状を具体的に記載すること。

2 薬の取扱い

- (1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の指示に従い、服用確認に応じること。
- (2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

- (1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。
- (2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにもたれかからないようにして、定められた場所に座ること。
- (3) 生活騒音に係る注意事項
 - ア 同室の人の迷惑にならないようマナーやエチケットを守ること。
 - イ トイレの扉の開閉は、静かに行うこと。
 - ウ 高声に及ぶ雑談、高笑い等は厳に慎むこと。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

エ 同室者のために、他の人がカランを横押しする行為は禁止します。

4 衛生管理について

(1) 食事は感染予防の観点から静かに食べること。

(2) 食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(3) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(4) 官給の食事及び自弁の食事を他人に分け与える行為は禁止します。

(5) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

別紙 1-2

運動・入浴・面会・出廷等連行時の注意事項

- 1 入室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見、雑談は、禁止する。
- 3 連行中は、職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は、眼鏡、眼鏡ケース、タオル、ハンカチ及びちり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は、入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会（一般面会及び弁護士面会）及び裁判所等に行く際に持って行きたい物がある場合は、事前に願箋で許可を受けてください。直前に申し出ると間に合わない場合があるので注意してください。

むりょうせんたく じっしよりょう
無料洗濯の実施要領

- 1 洗濯物の点数、種類及び要領については、職員の指示に従うこと。
せんたくもの てんすう しゅるいおよ ようりょう しょくいん しじ
- 2 洗濯物を出す際は、称呼番号が記載された片布を付けること。
せんたくもの だ さい しょうこばんごう きさい へんぶ つ
- 3 厚物衣類（ポケットの装着された上衣及びズボン等）を洗濯に出す場合は、ポケットの中身を確認し、何も入っていない状態ですること。
あつものいるい そうちやく じょういおよ とう
せんたく だ ぼあい なかみ かくにん なに はい
じょうたい だ

ごみの回収について

- 1 ごみの回収は、毎週月曜日及び木曜日に実施します。
なお、ごみ回収日が休庁又は連休に該当する場合は、別途回収日を指定します。
- 2 ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 お菓子の残りや賞味期限の切れたパンなどを出すときは、食事の残飯として出すこと。
- 4 使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、個別に出すこと。
- 5 手紙や裁判書類等、個人情報等の書かれた書類を廃棄するときは、あらかじめ細断しておくこと。
- 6 職員が扉を開扉する際は、座って待つこと。

保管私物の適正管理について

- (1) 居室内は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載されている整頓要領を守ること。
- (2) 窓枠の棧や便所の中に私物を置いてはいけません。
- (3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓すること。
- (4) 保管私物の限度量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ70リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限度量を守ってください。差入りの多い人は、差入れをしてくれる相手方に事情を説明して、差入量を調整してください。限度量を常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けることとなります。
- (5) 自己の保管私物を他人に与えたり、交換してはいけません。特に、お菓子類を同室者と分けて食べる行為(いわゆるパーティー分け)は禁止します。

タオル及びハンカチの室内洗濯について

タオル及びハンカチの室内洗濯を許可する時間については、次のとおりです。ただし、洗うことができる枚数は、1日1枚とし、衣類等を洗うことはできません。

【平日】午後1時（室内体操終了後）から10分間以内及び入浴終了後から10分間以内

【休日】午後3時（室内体操終了後）から10分間以内

この時間のタオル及びハンカチの洗濯については、石けんの使用を許可します。ただし、使用できる水の量は、洗面器2杯までとします。

なお、タオルを洗う人以外は、洗面台の横に立つなどして職員の視察の妨げにならないようにしてください。

オセロの使用方法について

オセロの使用方法については、次のとおりとします。

- 1 オセロについては、白黒の各駒で相手の駒を挟んで自己の駒の色を変える使用方法のみとする。

2 注意事項

- (1) 使用方法を守らなかった場合、又は勝敗により罰ゲームを行ったり自弃物品等を賭けて対局した場合は、反則行為として調査に付します。
- (2) 対局中、けん騒にわたる場合は、オセロの貸与を禁止することがあります。
- (3) 対局は2名とします。対局中、他の人が観戦したり、対局者に対局内容のことで口を挟む行為は禁止します。

カット（調髪）手続について

カットは、希望者に対しておおむね3月に1回実施します。

ただし、髪型は次のカットに限って実施しているので、希望する髪型にならないこともあります。

①横と後ろの髪の毛は、あごの長さより短く切りません。

②前髪は、眉毛の位置より短く切りません。

③直線でカットするだけで、斜めに切ったり、段をつけたりしません。

カットを希望する人は、月の初日（平日）にカット願箋を提出してください。

なお、前回実施してから、2月を経過していない月に願箋を提出しても、実施しません。予約制ではないので、実施可能な月に改めて申し出ること。

たとえば

1月10日にカットを実施した人

4月の初日に出願した場合、「カット願」として受け付け、4月中にカットを実施します。しかし、3月初日に出願した場合は、受け付けませんので、4月初日になってから改めて出願することになります。

入所後初めての出願と前回実施から3月以上経過している場合

希望する月に受け付けます。

きよしつけいじばんけいじぶつぴんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表

- 1 室内体操要領 (室内体操心得, ストレッチ
ング・室内体操)
- 2 インターホンの使用要領
- 3 カレンダー (6か月に1回張り替え)

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きをしないこと。
- ※ 室内体操は静かに行うこと。
飛んだり跳ねたりして大きな音や振動を出
してはいけません。
- ※ 掲示板に掲示物以外のものを貼らないこと。

室内運動心得

室内運動の実施に当たっては、次の事項を必ず守り、他の人や居室に迷惑とならないよう注意してください。

- 1 室内運動は単独で行い、他の人と協力して行わないこと。
- 2 室内放送で流れる「ストレッチング体操」・「室内体操」を除き、複数の人とリズムを合わせて運動を行うことはしないこと。
- 3 腕立伏せや腹筋運動の回数を競ったり、罰ゲームを設定するなど、ゲーム感覚で行わないこと。
- 4 室内運動は任意であり、他の人に運動を強制することはしないこと。
- 5 室内運動に当たっては、寝具・キャリーバッグ・タオル等を器具として使用しないこと。
- 6 逆立ち、空手・ボクシングの動作、ブリッジ及びプロレス技等危険な行為は絶対にしないこと。
- 7 飛び跳ねや駆け足等、騒音を発する行為は絶対にしないこと。

せんめんだい かぶ せいとんようりょう
洗面台下部の整頓要領



ちゅういじこう
注意事項

- 1 せんめんだい した にゅうよくどうぐとう しぶつ お
洗面台の下に入浴道具等の私物を置いてはいけません。
- 2 かいしゅうじ だ ふるしんぶん ざっしとう せんめんきよこ
ごみ回収時に出す古新聞及び雑誌等は、洗面器横の
よじょうぶぶん かりお みと
余剰部分に仮置きすることを認めます。

別紙 2-4

しつないびひんいちらんひょう きょうどうしつ
室内備品一覧表 (共同室)

しよつき 食器ケース	1
こ ざら 小皿	にんずうぶん 人数分
しる わん 汁椀	にんずうぶん 人数分
コップ	にんずうぶん 人数分
レンゲ	にんずうぶん 人数分
ちやよう お茶用ポット	にんずうぶん 人数分
はいしよくよう 配食用トレイ	3
ふきん だいふき よう しよつき よう 布巾 (台拭用・食器用)	2
そう じ よう しよつき よう スポンジ (掃除用・食器用)	2
しよつき あら せんざい 食器洗い洗剤	1
せんめんき 洗面器	3
ぞう きん 雑巾	6
ほうき	1
ちりとり	1
はこ いっぱんよう よう ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
よう トイレ用スリッパ	1
つき トイレブラシ (ケース付)	1
せんざい トイレ洗剤 (クレンザー)	1
ほうこうざい 芳香剤	1
おぶつ い 汚物入れ	1
オセロセット	1
へん ぶ しょうばんごう 片布 (称呼番号)	かく 各10
み けつ こう きん しゃ とう せい かつ ころろ え 未決拘禁者等生活の心得	2
せい かつ 生活のしおり	2

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 寝具類（掛布団及び同カバーに代わる襟布、敷布団及び同カバーに代わるシーツ、タオルケットを所持した場合は毛布、枕及び同カバー、座布団及び同カバー）、箸、コップ、サンダルについて、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てください。なお、他の人が使用中の場合は、貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。

生活のしおり
女区

未決拘禁者用
単独室

目 次

- 1 いっぱんてき せいかつじょう こころえ
一般的な生活上の心得 P 3 ~P10
- 2 きよしつけいじばんけい じぶっぴんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表 P11~P12
- 3 きよしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P13~P14
- 4 こうにゆうもうしこみ はいふ び どうひょうじゅんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P15
- 5 かかくひょう
クリーニング価格表 P16
- 6 さしいれや まる や べんとうしゅうかんこんだてひょう
差入屋（丸の家）弁当週間献立表 P17
- 7 がんせんき さいようりょう
マークシート願箋記載要領 P18
- 8 とりあつかいしょうひんかかくひょう いんしょくぶつとう
取扱商品価格表（飲食物等） P19
- 9 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表（日用品等） P20
- 10 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表（衣類等） P21
- 11 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P22

一般的な生活上の心得 (単独室)

1 願箋の取扱い

(1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名 (苗字のみ)

を、正確に記載すること。

(2) 投薬願箋には、上記 (1) に加え、症状を具体的に

記載すること。

2 薬の取扱い

(1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の

指示に従い、服用確認に応じること。

(2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる

申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

(1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。

(2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにも

たれかからないようにして、定められた場所に座ること。

(3) 生活騒音に係る注意事項

ア 隣室の人の迷惑にならないようマナーやエチケット

を守ること。

イ 夜間の就寝時間帯に便所の流水を行う際は、洗

面器に水を溜めて汚物を流すようにしてください。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

4 衛生管理について

(1) 感染予防の観点から食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(2) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(3) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

別紙1-2

運動・入浴・面会・出廷等連行時の注意事項

- 1 入室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見、雑談は、禁止する。
- 3 連行中は、職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は、眼鏡、眼鏡ケース、タオル、ハンカチ及びちり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は、入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会（一般面会及び弁護士面会）及び裁判所等に行く際に持って行きたい物がある場合は、事前に願箋で許可を受けてください。直前に申し出ると間に合わない場合がありますので注意してください。

むりょうせんたく じっしりょうりょう
無料洗濯の実施要領

- 1 せんたくもの てんすう しゅるいおよ ょうりょう しょくいん しじ
洗濯物の点数、種類及び要領については、職員の指示
したが
に従うこと。
- 2 せんたくもの だ さい しょうこばんごう きさい へんぶ つ
洗濯物を出す際は、称呼番号が記載された片布を付ける
こと。
- 3 あつものいるい そうちやく じょういおよ とう
厚物衣類（ポケットの装着された上衣及びズボン等）
せんたく だ ばあい なかみ かくにん なに はい
を洗濯に出す場合は、ポケットの中身を確認し、何も入っ
ていない状態^{じょうたい}で出すこと。

ごみの回収について

- 1 ごみの回収は、毎週月曜日及び木曜日に実施します。
なお、ごみ回収日が休庁又は連休に該当する場合は、別途回収日を指定します。
- 2 ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 お菓子の残りや賞味期限の切れたパンなどを出すときは、食事の残飯として出すこと。
- 4 使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、個別に出すこと。
- 5 手紙や裁判書類等、個人情報^{こじんじょうほう}の書かれた書類^{しょるい}を廃棄するときは、あらかじめ細断^{さいだん}しておくこと。
- 6 職員が扉を開扉する際は、座^{すわ}って待つこと。

保管私物の適正管理について

- (1) 居室内は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載されている整頓要領を守ること。
- (2) 窓枠の棧や便所の木枠に私物を置いてはいけません。
- (3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓すること。
- (4) 保管私物の限度量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ70リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限度量を守ってください。差入れの多い人は、差入れをしてくれる相手方に事情を説明して、差入量を調整してください。限度量を常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けることとなります。

タオル及びハンカチの室内洗濯について

タオル及びハンカチの室内洗濯を許可する時間については、次のとおりです。ただし、洗うことができる枚数は、1日1枚とし、衣類等を洗うことはできません。

【平日】午後1時（室内体操終了後）から3分間以内及び入浴終了後から3分間以内

【休日】午後3時（室内体操終了後）から3分間以内

この時間のタオル及びハンカチの洗濯については、石けんの使用を許可します。ただし、使用できる水の量は、洗面器2杯までとします。

カット（調髪）手続について

カットは、希望者に対しておおむね3月に1回実施します。

ただし、髪型は次のカットに限って実施しているので、希望する髪型にならないこともあります。

①横と後ろの髪の毛は、あごの長さより短く切りません。

②前髪は、眉毛の位置より短く切りません。

③直線でカットするだけで、斜めに切ったり、段をつけたりしません。

カットを希望する人は、月の初日（平日）にカット願箋を提出してください。

なお、前回実施してから、2月を経過していない月に願箋を提出しても、実施しません。予約制ではないので、実施可能な月に改めて申し出ること。

たとえば

1月10日にカットを実施した人

4月の初日に出願した場合、「カット願」として受け付け、4月中にカットを実施します。しかし、3月初日に出願した場合は、受け付けませんので、4月初日になってから改めて出願することになります。

入所後初めての出願と前回実施から3月以上経過している場合

希望する月に受け付けます。

きよしつけいじばんけいじぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表

- 1 室内体操要領 (室内体操心得, ストレッチ
ング・室内体操)
- 2 インターホンの使用要領
- 3 カレンダー (6か月に1回張り替え)

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きをしないこと。
- ※ 室内体操は静かに行うこと。
飛んだり跳ねたりして大きな音や振動を出
してはいけません。
- ※ 掲示板に掲示物以外のものを貼らないこと。

室内運動 心得

室内運動の実施にあたっては、次の事項を必ず守り、他の人や居室に迷惑とならないよう注意してください。

- 1 室内運動は単独で行い、他の人と協力して行わないこと。
- 2 室内放送で流れる「ストレッチング体操」・「室内体操」を除き、複数の人とリズムを合わせて運動を行うことはしないこと。
- 3 腕立伏せや腹筋運動の回数を競ったり、罰ゲームを設定するなど、ゲーム感覚で行わないこと。
- 4 室内運動は任意であり、他の人に運動を強制することはしないこと。
- 5 室内運動にあたっては、寝具・キャリーバッグ・タオル等を器具として使用しないこと。
- 6 逆立ち、空手・ボクシングの動作、ブリッジ及びプロレス技等危険な行為は絶対にしないこと。
- 7 飛び跳ねや駆け足等、騒音を発する行為は絶対にしないこと。

しつないびひんいちらんひょう たんどくしつ
室内備品一覧表 (単独室)

しょつき 食器ケース	1
こざら 小皿	1
しるわん 汁椀	1
コップ	1
レンゲ	1
ちや お茶ポット	1
ふきん だいふきよう しょつきよう 布巾 (台拭用・食器用)	2
そうじよう しょつきよう スポンジ (掃除用・食器用)	2
しょつきあら せんざい 食器洗い洗剤	1
せんめんき 洗面器	2
ぞうきん 雑巾	2
ほうき	1
ちりとり	1
ばこ いっぱんよう よう ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
つき トイレブラシ (ケース付)	1
せんざい トイレ洗剤 (クレンザー)	1
おぶつ 汚物入れ	1
へんぶ しょうばんごう 片布 (称呼番号)	10
みけつこうきんしゃとうせいかつ こころえ 未決拘禁者等生活の心得	1
せいかつ 生活のしおり	1

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 寝具類（掛布団及び同カバーに代わる襟布、敷布団及び同カバーに代わるシーツ、タオルケットを所持した場合は毛布、枕及び同カバー、座布団及び同カバー）、箸、コップ、サンダルについて、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てください。なお、他の人が使用中の場合は、貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。

生活のしおり

移送待ち受刑者用
共同室

もく じ
目 次

- 1 いっぱんてき せいかつじょう ころろえ
一般的な生活上の心得 P 3 ~P10
- 2 きょしつけいじばんけい じぶつびんいちらんひょう
居室掲示板揭示物品一覧表 P11
- 3 きょしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P12~P14
- 4 こうにゆうもうしこみ はいふ び どうひょうじゅんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P15
- 5 がんせんき さいようりょう
マークシート願箋記載要領 P16
- 6 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表 (日用品等) P17
- 7 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表 (衣類等) P18
- 8 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P19

けい しっこうかいしじ こくちじこう
刑の執行開始時の告知事項

- 1 本日^{ほんじつ}から受刑者^{じゅけいしゃ}（労役場留置者^{ろうえきじょうりゅうちしゃ}を含む。）として処遇^{しょぐう}を
実施^{じっし}します。室内備付け^{しつないそなえつ}の「受刑者生活の心得^{じゅけいしゃせいかつ}」に必要^{こころえ}な
事項^{じこう}が記載^{きさい}されていますので、必^{かなら}ず読^よんでください。
- 2 刑^{けい}の執行開始時^{しっこうかいしじ}に告知^{こくち}された①刑^{けい}の起算日^{きさんび}、及び、②刑^{けい}
の終了日^{しゅうりょうび}は、今後^{こんご}、各種場面^{かくしゅばめん}で職員^{しよくいん}に質問^{しつもん}されたり書
類^{るい}に記載^{きさい}したりしますので必^{かなら}ず覚^{おぼ}えておいてください。
- 3 今後^{こんご}、刑務所等^{けいむしょとうほか}他の施設^{しせつ}に移送^{いそう}される場合^{ばあい}であっても、
移送日^{いそうび}及び移送施設^{いそうしせつ}を事前^{いぜん}に告知^{こくち}することはありません。
なお、移送当日^{いそうとうじつ}の起床後^{きしょうご}すぐの時間^{じかん}に告知^{こくち}しますので、
保管私物^{ほかんしぶつ}は、すぐ^{つね}にまとめられるよう常^{せいりせいとん}に整理整頓^{じゆんび}し準備
しておいてください。
- 4 作業中^{さぎょうちゅう}の注意事項^{ちゅういじこう}は次^{つぎ}のとおりです。
 - (1) 脇見^{わきみ}、雑談^{ざつだん}は禁止^{きんし}です。作業上^{さぎょうじょう}の会話^{かいわ}が必要な場合^{ひつよう}は、
インターホン^{もう}で申し出^でること。
 - (2) 用便^{ようべん}については、原則^{げんそく}として休憩時間^{きゅうけいじ}中^じに行^{かんちゅう}うこ
と。ただし、作業中^{さぎょうちゅう}に用便^{ようべん}に行^いくときは、インターホン^{もう}
で申し出^でること。
 - (3) その他^た、作業安全衛生^{さぎょうあんぜんえいせい}に関する事項^{かん}及び職員^{じこうおよ}の指示^{しよくいん}に
従^{したが}って作業^{さぎょう}を行^{おこな}うこと。

一般的な生活上の心得 (共同室)

1 願箋の取扱い

- (1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名 (苗字のみ) を、正確に記載すること。
- (2) 投薬願箋には、上記 (1) に加え、症状を具体的に記載すること。

2 薬の取扱い

- (1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の指示に従い、服用確認に応じること。
- (2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

- (1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。
- (2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにもたれかからないようにして、定められた場所に座ること。
- (3) 生活騒音に係る注意事項
 - ア 同室の人の迷惑にならないようマナーやエチケットを守ること。
 - イ トイレの扉の開閉は、静かに行うこと。
 - ウ 高声に及ぶ雑談、高笑い等は厳に慎むこと。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

エ 同室者のために、他の人がカランを横押しする行為は禁止します。

4 衛生管理について

(1) 食事は感染予防の観点から静かに食すること。

(2) 食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(3) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(4) 官給の食事を他人に分け与える行為は禁止します。

(5) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

(6) 洗濯物の点数、種類及び要領については、職員の指示に従うこと。

別紙 1-3

運動・入浴・面会・出廷等連行時の注意事項

- 1 入室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見、雑談は、禁止する。
- 3 連行中は、職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は、眼鏡、眼鏡ケース、タオル、ハンカチ及びちり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は、入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会（一般面会及び弁護士面会）及び裁判所等に行く際に持って行きたい物がある場合は、事前に願箋で許可を受けてください。直前に申し出ると間に合わない場合があるので注意してください。

ごみの回収について

- 1 ごみの回収は、作業終了時に実施します。
なお、連休の場合は、別途回収日を指定します。
- 2 ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、個別に出すこと。
- 4 手紙や裁判書類等、個人情報のかかれた書類を廃棄するときは、あらかじめ細断しておくこと。
- 5 職員が扉を開扉する際は、座って待つこと。

保管私物の適正管理について

- (1) 居室は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載されている整頓要領を守ること。
- (2) 窓枠の棧や便所の中に私物を置いてはいけません。
- (3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓すること。
- (4) 保管私物の限度量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ70リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限度量を守ってください。差入れの多い人は、差入れをしてくれる相手方に事情を説明して、差入量を調整してください。限度量を常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けることとなります。
- (5) 自己の保管私物を他人に与えたり、交換してはいけません。特に、集会の食料品及び祝日菜の食料品を同室者と分けて食べる行為（いわゆるパーティー分け）は禁止します。
- (6) 自己の刑事事件に係る検察官が開示した裁判書類については、廃棄するか元弁護人に宅下げしてください。
- なお、同裁判書類を元弁護人以外の人に宅下げする場合、刑事訴訟法第281条の4の規定（目的外使用の禁止）に抵触する疑いがある場合は許可されません。

タオル及びハンカチの室内洗濯について

タオル及びハンカチの室内洗濯を許可する時間については、次のとおりです。ただし、洗うことができる枚数は、1日1枚とし、衣類等を洗うことはできません。なお、原則として工場洗濯の際に出すこと。

【平日】入浴終了後から10分間以内

【矯正指導日】午後12時20分（昼食終了後）から10分間以内

【休日】午後3時（室内体操終了後）から10分間以内

この時間のタオル及びハンカチの洗濯については、石けんの使用を許可します。ただし、使用できる水の量は、洗面器2杯までとします。

なお、タオルを洗う人以外は、洗面台の横に立つなどして職員の視察の妨げにならないようにしてください。

将棋及び囲碁の使用方法について

将棋及び囲碁の使用方法については、次のとおりとします。

1 将棋については、本将棋（対局）及び挟み将棋のみとする。

2 囲碁については、囲碁（対局）及び五目並べのみとする。

3 注意事項

(1) 使用方法を守らなかった場合、又は勝敗により罰ゲームを行ったり自弃物品等を賭けて対局した場合は、反則行為として調査に付します。

(2) 対局中、けん騒にわたる場合は、将棋及び囲碁の貸与を禁止することがあります。

(3) 対局は2名とします。対局中、他の人が観戦したり、対局者に対局内容のことで口を挟む行為は禁止します。

きよしつけいじばんけいじぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表

- 1 室内体操要領しつないたいそうようりょう（室内体操心得しつないたいそうこころえ，ストレッチング・室内体操しつないたいそう）
- 2 インターホンの使用要領しようようりょう
- 3 カレンダー（6げつか月に1かい回張はり替かえ）

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きらくがをしないこと。
- ※ 室内体操しつないたいそうは静しずかに行おこなうこと。
飛とんだり跳はねたりして大おおきな音おとや振しんどう動だを出してはいけません。
- ※ 掲示板けいじばんに掲示物けいじぶつ以外いがいのものを貼はらないこと。

せんめんだい かぶ せいとんようりょう
洗面台下部の整頓要領



ちゅういじこう
注意事項

- 1 せんめんだい した にゅうよくどうぐとう しぶつ お
洗面台の下に入浴道具等の私物を置いてはいけません。
- 2 かいしゅうじ だ ふるしんぶん ざっしとう せんめんきよこ
ごみ回収時に出す古新聞及び雑誌等は、洗面器横の
よじょうぶぶん かりお みと
余剰部分に仮置きすることを認めます。

室内備品一覧表 (共同室)

	品目	数量
食器等	食器ケース	1
	小皿	人数分
	汁椀	人数分
	コップ	人数分
	レンゲ	人数分
	プラスチック製ポット	人数分
	配食用トレイ	3
	布巾 (台拭用・食器用)	2
	スポンジ (掃除用・食器用)	2
	食器洗い洗剤	1
	洗面器	1
掃除用具	洗い桶	2
	雑巾	6
	ほうき	1
	ちりとり	1
	ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
	トイレ用スリッパ	1
	トイレブラシ (ケース付)	1
	トイレ洗剤	1
	芳香剤	1
その他	囲碁セット	1
	将棋セット	1
	受刑者生活の心得	2
	生活のしおり	2

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 箸について、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てください。なお、他の人が使用中の場合は、貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。

生活のしおり

移送待ち受刑者用 単独室

目 次

- 1 いっぱんてき せいかつじょう こころえ
一般的な生活上の心得 P 3 ~ P 9
- 2 きょしつけいじばんけいじぶつびんいちらんひょう
居室掲示板揭示物品一覧表 P10
- 3 きょしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P11~P12
- 4 こうにゆうもうしこみ はいふ び どうひょうじゅんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P13
- 5 がんせんきさいようりょう
マークシート願箋記載要領 P14
- 6 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表 (日用品等) P15
- 7 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表 (衣類等) P16
- 8 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P19

刑の執行開始時の告知事項

- 1 本日から受刑者（労役場留置者を含む。）として処遇を実施します。室内備付けの「受刑者生活の心得」に必要な事項が記載されていますので、必ず読んでください。
- 2 刑の執行開始時に告知された①刑の起算日、及び、②刑の終了日は、今後、各種場面で職員に質問されたり書類に記載したりしますので必ず覚えておいてください。
- 3 今後、刑務所等他の施設に移送される場合であっても、移送日及び移送施設を事前に告知することはありません。
なお、移送当日の起床後すぐの時間に告知しますので、保管私物は、すぐにまとめられるよう常に整理整頓し準備しておいてください。
- 4 作業中の注意事項は次のとおりです。
 - (1) 脇見、雑談は禁止です。作業上の会話が必要な場合は、インターホンで申し出ること。
 - (2) 用便については、原則として休憩時間中に行うこと。ただし、作業時間中に用便に行くときは、速やかに用便を済ませ作業を再開すること。
 - (3) その他、作業安全衛生に関する事項及び職員の指示に従って作業を行うこと。

一般的な生活上の心得 (単独室)

1 願箋の取扱い

- (1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名 (苗字のみ) を、正確に記載すること。
- (2) 投薬願箋には、上記 (1) に加え、症状を具体的に記載すること。

2 薬の取扱い

- (1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の指示に従い、服用確認に応じること。
- (2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

- (1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。
- (2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにもたれかからないようにして、定められた場所に座ること。
- (3) 生活騒音に係る注意事項
- ア 隣室の人の迷惑にならないようマナーやエチケットを守ること。
- イ 夜間の就寝時間帯に便所の流水を行う際は、洗面器に水を溜めて汚物を流すようにしてください。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

4 衛生管理について

(1) 感染予防の観点から食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(2) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(3) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

(4) 洗濯物の点数、種類及び要領については、職員の指示に従うこと。

別紙 1 - 3

運動・入浴・面会・出廷等連行時の注意事項

- 1 入出室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見，雑談は，禁止する。
- 3 連行中は，職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は，眼鏡，眼鏡ケース，タオル，ハンカチ及び
びちり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は，入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会（一般面会及び弁護士面会）及び裁判所等に行く際
に持って行きたい物がある場合は，事前に願箋で許可を受
けてください。直前に申し出ると間に合わない場合があ
るので注意してください。

ごみの回収について

- 1 ごみの回収は、作業終了時に実施します。
なお、連休の場合は、別途回収日を指定します。
- 2 ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、個別に出すこと。
- 4 手紙や裁判書類等、個人情報のかかれた書類を廃棄するときは、あらかじめ細断しておくこと。
- 5 職員が扉を開扉する際は、座って待つこと。

ほかんしぶつ てきせいかんり
保管私物の適正管理について

- (1) 居室内は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載されている整頓要領を守ること。
- (2) 窓枠の棧や便所の木枠に私物を置いてはいけません。
- (3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓すること。
- (4) 保管私物の限度量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ70リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限度量を守ってください。差入れの多い人は、差入れをしてくれる相手方に事情を説明して、差入量を調整してください。限度量を常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けることとなります。
- (5) 自己の刑事事件に係る検察官が開示した裁判書類については、廃棄するか元弁護人に宅下げしてください。
- なお、同裁判書類を元弁護人以外の人に宅下げする場合、刑事訴訟法第281条の4の規定（目的外使用の禁止）に抵触する疑いがある場合は許可されません。

タオル及びハンカチの室内洗濯について

タオル及びハンカチの室内洗濯を許可する時間については、次のとおりです。ただし、洗うことができる枚数は、1日1枚とし、衣類等を洗うことはできません。なお、原則として工場洗濯の際に出すこと。

【平日】入浴終了後から3分間以内

【矯正指導日】平日と同じ

【休日】午後3時（室内体操終了後）から3分間以内

この時間のタオル及びハンカチの洗濯については、石けんの使用を許可します。ただし、使用できる水の量は、洗面器2杯までとします。

きょしつけいじばんけいじぶつぴんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表

- 1 室内体操要領 (室内体操心得, ストレッチ
ング・室内体操)
- 2 インターホンの使用要領
- 3 カレンダー (6か月に1回張り替え)

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きをしないこと。
- ※ 室内体操は静かに行うこと。
飛んだり跳ねたりして大きな音や振動を出
してはいけません。
- ※ 掲示板に掲示物以外のものを貼らないこと。

しつないびひんいちらんひょう たんどくしつ
 室内備品一覧表 (単独室)

	品目	数量
食器等	食器ケース	1
	小皿	1
	汁椀	1
	コップ	1
	レンゲ	1
	お茶ポット	1
	布巾 (台拭用・食器用)	2
	スポンジ (掃除用・食器用)	2
	食器洗い洗剤	1
	洗面器	1
掃除用具	洗い桶	1
	雑巾	2
	ほうき	1
	ちりとり	1
	ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
	トイレブラシ (ケース付)	1
	トイレ洗剤	1
その他	受刑者生活の心得	1
	生活のしおり	1

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 箸について、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てください。なお、他の人が使用中の場合は、貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。

生活のしおり
女区

移送待ち受刑者用
共同室

目 次

- 1 いっぱんてき せいかつじょう ことろえ
一般的な生活上の心得 P 3 ～P12
- 2 きょしつけいじばんけい じぶつぴんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表 P13～P14
- 3 きょしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P15～P17
- 4 こうにゅうもうしこみ はいふ び どうひょうじゅんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P18
- 5 がんせんき さいようりょう
マークシート願箋記載要領 P19
- 6 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表 (日用品等) P20
- 7 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表 (衣類等) P21
- 8 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P22

刑の執行開始時の告知事項

- 1 本日から受刑者（労役場留置者を含む。）として処遇を
実施します。室内備付けの「受刑者生活の心得」に必要な
事項が記載されていますので、必ず読んでください。
- 2 刑の執行開始時に告知された①刑の起算日、及び、②刑
の終了日は、今後、各種場面で職員に質問されたり書
類に記載したりしますので必ず覚えておいてください。
- 3 今後、刑務所等他の施設に移送される場合であっても、
移送日及び移送施設を事前に告知することはありません。
なお、移送当日の起床後すぐの時間に告知しますので、
保管私物は、すぐにまとめられるよう常に整理整頓し準備
しておいてください。
- 4 作業中の注意事項は次のとおりです。
 - (1) 脇見、雑談は禁止です。作業上の会話が必要な場合は、
インターホンで申し出ること。
 - (2) 用便については、原則として休憩時間中に行うこ
と。ただし、作業時間中に用便に行くときは、速やか
に用便を済ませ作業を再開すること。
 - (3) その他、作業安全衛生に関する事項及び職員の指示に
従って作業を行うこと。

一般的な生活上の心得 (共同室)

1 願箋の取扱い

- (1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名 (苗字のみ) を、正確に記載すること。
- (2) 投薬願箋には、上記 (1) に加え、症状を具体的に記載すること。

2 薬の取扱い

- (1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の指示に従い、服用確認に応じること。
- (2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

- (1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。
- (2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにもたれかからないようにして、定められた場所に座ること。
- (3) 生活騒音に係る注意事項
- ア 同室の人の迷惑にならないようマナーやエチケットを守ること。
- イ トイレの扉の開閉は、静かに行うこと。
- ウ 高声に及ぶ雑談、高笑い等は厳に慎むこと。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

エ 同室者のために、他の人がカランを横押しする行為は禁止します。

4 衛生管理について

(1) 食事は感染予防の観点から静かに食すること。

(2) 食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(3) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(4) 官給の食事を他人に分け与える行為は禁止します。

(5) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

別紙 1-3

運動・入浴・面会・出廷等連行時の注意事項

- 1 入出室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見，雑談は，禁止する。
- 3 連行中は，職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は，眼鏡，眼鏡ケース，タオル，ハンカチ及び
びちり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は，入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会（一般面会及び弁護士面会）及び裁判所等に行く際
に持って行きたい物がある場合は，事前に願箋で許可を受
けてください。直前に申し出ると間に合わない場合があ
るので注意してください。

むりょうせんたく じっしよりょう
無料洗濯の実施要領

- 1 洗濯物の点数、種類及び要領については、職員の指示
したが
に従うこと。
- 2 洗濯物を出す際は、称呼番号が記載された片布を付ける
こと。
- 3 厚物衣類（ポケットの装着された上衣及びズボン等）
を洗濯に出す場合は、ポケットの中身を確認し、何も入っ
ていない状態を出すこと。

ごみの回収について

- 1 ごみの回収は、毎週月曜日及び木曜日に実施します。
なお、ごみ回収日が休庁又は連休に該当する場合は、別途回収日を指定します。
- 2 ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、個別に出すこと。
- 4 手紙や裁判書類等、個人情報^かの書かれた書類^{しよるい}を廃棄するときは、あらかじめ細断^{さいだん}しておくこと。
- 5 職員が扉を開扉する際は、座^{すわ}って待つこと。

ほかんしぶつ てきせいかんり
保管私物の適正管理について

- きょしつない つね せいりせいとん ころが せいかつ ころえ きさい
(1) 居室内は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載され
せいとんようりょう まも
ている整頓要領を守ること。
- まどわく さん べんじょ なか しぶつ お
(2) 窓枠の棧や便所の中に私物を置いてはいけません。
- しょう ほかんしぶつ ほうち さだ ばしょ せいとん
(3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓
すること。
- ほかんしぶつ げんどりょう ほんだなおよ ぼんいない せいぜん
(4) 保管私物の限度量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と
か じょうたい いるい
掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ7
ごうけい いじょう ほかんしぶつ
0リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を
しよじ ひと たくさ はいき おこ げんどりょう まも
所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限度量を守
さしい おお ひと さしい あいてかた
ってください。差入れの多い人は、差入れをしてくれる相手方に
じじょう せつめい さしいれりょう ちょうせい げんどりょう
事情を説明して、差入量を調整してください。限度量を
じょうたいてき まも ひと ほうれい もと かくしゆせいげん う
常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けるこ
とになります。
- じ こ ほかんしぶつ たにん あた こうかん
(5) 自己の保管私物を他人に与えたり、交換してはいけません。
しゅうかい しょくりょうひんおよ しゅくじつさい しょくりょうひん どうしつしゃ
特に、集会の食料品及び祝日菜の食料品を同室者と
わ た こうい わ きんし
分けて食べる行為（いわゆるパーティー分け）は禁止します。
- じ こ けいじじけん かか けんさつかん かいじ さいばんしよるい
(6) 自己の刑事事件に係る検察官が開示した裁判書類について
はいき もとべんごにん たくさ
は、廃棄するか元弁護人に宅下げしてください。
どうさいばんしよるい もとべんごにんいがい ひと たくさ ばあい
なお、同裁判書類を元弁護人以外の人に宅下げする場合、
けいじそしょうほうだい じょう きてい もくてきがいししょう きんし
刑事訴訟法第281条の4の規定（目的外使用の禁止）に
ていしよく うたが ばあい きよか
抵触する疑いがある場合は許可されません。

およ しつないせんたく
タオル及びハンカチの室内洗濯について

およ しつないせんたく きよか じかん
タオル及びハンカチの室内洗濯を許可する時間につい
ては、次のとおりです。ただし、洗うことができる枚数は、
つぎ あら まいすう
1日1枚とし、衣類等を洗うことはできません。

へいじつ にゅうよくがいうび にゅうよくしゅうりょうご ふんかん
【平日】入浴該当日については入浴終了後から3分間
いない た ひ ごご じ ふん
以内、その他の日については午後12時20分
ちゅうしょくしゅうりょうご ふんかんいない
(昼食終了後)から3分間以内

きょうせいしどうび ごご じ ふん ちゅうしょくしゅうりょうご
【矯正指導日】午後12時20分(昼食終了後)から1
ふんかんいない
0分間以内

きゅうじつ ごご じ しつないたいそうしゅうりょうご ふんかんいない
【休日】午後3時(室内体操終了後)から10分間以内

じかん およ せんたく せつ
この時間のタオル及びハンカチの洗濯については、石け
しょう きよか しょう みず りょう
んの使用を許可します。ただし、使用できる水の量は、
せんめんき はい
洗面器2杯までとします。

あら ひといがい せんめんだい よこ た
なお、タオルを洗う人以外は、洗面台の横に立つなどし
しょくいん しさつ さまた
て職員の視察の妨げにならないようにしてください。

オセロの使用方法について

オセロの使用方法については、次のとおりとします。

- 1 オセロについては、白黒の各駒で相手の駒を挟んで自己の駒の色を変える使用方法のみとする。

2 注意事項

- (1) 使用方法を守らなかった場合、又は勝敗により罰ゲームを行ったり自弃物品等を賭けて対局した場合は、反則行為として調査に付します。
- (2) 対局中、けん騒にわたる場合は、オセロの貸与を禁止することがあります。
- (3) 対局は2名とします。対局中、他の人が観戦したり、対局者に対局内容のことで口を挟む行為は禁止します。

カット（調髪）手続について

カットは、希望者に対しておおむね3月に1回実施します。ただし、髪型は次のカットに限って実施しているの、希望する髪型にならないこともあります。

- ①横と後ろの髪の毛は、あごの長さより短く切りません。
- ②前髪は、眉毛の位置より短く切りません。
- ③直線でカットするだけで、斜めに切ったり、段をつけたりしません。

カットを希望する人は、月の初日（平日）にカット願箋を提出してください。

なお、前回実施してから、2月を経過していない月に願箋を提出しても、実施しません。予約制ではないので、実施可能な月に改めて申し出ること。

たとえば

1月10日にカットを実施した人

4月の初日に出願した場合、「カット願」として受け付け、4月中にカットを実施します。しかし、3月初日に出願した場合は、受け付けませんので、4月初日になってから改めて出願することになります。

入所後初めての出願と前回実施から3月以上経過している場合

希望する月に受け付けます。

きよしつけいじばんけいじぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表

- 1 室内体操要領 (室内体操心得, ストレッチ
ング・室内体操)
- 2 インターホンの使用要領
- 3 カレンダー (6か月に1回張り替え)

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きをしないこと。
- ※ 室内体操は静かに行うこと。
飛んだり跳ねたりして大きな音や振動を出
してはいけません。
- ※ 掲示板に掲示物以外のものを貼らないこと。

室内運動心得

室内運動の実施に当たっては、次の事項を必ず守り、他の人や居室に迷惑とならないよう注意してください。

- 1 室内運動は単独で行い、他の人と協力して行わないこと。
- 2 室内放送で流れる「ストレッチング体操」・「室内体操」を除き、複数の人とリズムを合わせて運動を行うことはしないこと。
- 3 腕立伏せや腹筋運動の回数を競ったり、罰ゲームを設定するなど、ゲーム感覚で行わないこと。
- 4 室内運動は任意であり、他の人に運動を強制することはしないこと。
- 5 室内運動に当たっては、寝具・キャリーバッグ・タオル等を器具として使用しないこと。
- 6 逆立ち、空手・ボクシングの動作、ブリッジ及びプロレス技等危険な行為は絶対にしないこと。
- 7 飛び跳ねや駆け足等、騒音を発する行為は絶対にしないこと。

せんめんだい か ぶ せいとんようりょう
洗面台下部の整頓要領



ちゅういじこう
注意事項

- 1 せんめんだい した にゆうよくどうぐとう しぶつ お
洗面台の下に入浴道具等の私物を置いてはいけません。
- 2 がいしゅうじ だ ふるしんばん ざっしとう せんめんきよこ
ごみ回収時に出す古新聞及び雑誌等は、洗面器横の
よじょうぶぶん かりお みと
余剰部分に仮置きすることを認めます。

しつないびひんいちらんひょう きょうどうしつ
室内備品一覧表 (共同室)

	品目	数量
食器等	食器ケース	1
	小皿	人数分
	汁椀	人数分
	コップ	人数分
	レンゲ	人数分
	プラスチック製ポット	人数分
	配食用トレイ	3
	布巾 (台拭用・食器用)	2
	スポンジ (掃除用・食器用)	2
	食器洗い洗剤	1
	洗面器	1
掃除用具	洗い桶	2
	雑巾	6
	ほうき	1
	ちりとり	1
	ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
	トイレ用スリッパ	1
	トイレブラシ (ケース付)	1
	トイレ洗剤 (クレンザー)	1
	芳香剤	1
	片布 (称呼番号)	10
	汚物入れ	1
その他	囲碁セット	1
	将棋セット	1
	受刑者生活の心得	2
	生活のしおり	2

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 箸について、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てください。なお、他の人が使用中の場合は、貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。

生活のしおり

女区

移送待ち受刑者用
単独室

目 次

- 1 いっぱんてき せいかつじょう こころえ
一般的な生活上の心得 P 3 ～P11
- 2 きょしつけいじばんけい じぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表 P12～P13
- 3 きょしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P14～P15
- 4 こうにゆうもうしこみ はいふ び どうひょうじゅんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P16
- 5 がんせんき さいようりょう
マークシート願箋記載要領 P17
- 6 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表（日用品等） P18
- 7 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表（衣類等） P19
- 8 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P20

刑の執行開始時の告知事項

- 1 本日から受刑者（労役場留置者を含む。）として処遇を実施します。室内備付けの「受刑者生活の心得」に必要な事項が記載されていますので、必ず読んでください。
- 2 刑の執行開始時に告知された①刑の起算日、及び、②刑の終了日は、今後、各種場面で職員に質問されたり書類に記載したりしますので必ず覚えておいてください。
- 3 今後、刑務所等他の施設に移送される場合であっても、移送日及び移送施設を事前に告知することはありません。
なお、移送当日の起床後すぐの時間に告知しますので、保管私物は、すぐにまとめられるよう常に整理整頓し準備しておいてください。
- 4 作業中の注意事項は次のとおりです。
 - (1) 脇見、雑談は禁止です。作業上の会話が必要な場合は、インターホンで申し出ること。
 - (2) 用便については、原則として休憩時間中に行うこと。ただし、作業時間中に用便に行くときは、速やかに用便を済ませ作業を再開すること。
 - (3) その他、作業安全衛生に関する事項及び職員の指示に従って作業を行うこと。

一般的な生活上の心得 (単独室)

1 願箋の取扱い

- (1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名 (苗字のみ) を、正確に記載すること。
- (2) 投薬願箋には、上記 (1) に加え、症状を具体的に記載すること。

2 薬の取扱い

- (1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の指示に従い、服用確認に応じること。
- (2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

- (1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。
- (2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにもたれかからないようにして、定められた場所に座ること。
- (3) 生活騒音に係る注意事項
 - ア 隣室の人の迷惑にならないようマナーやエチケットを守ること。
 - イ 夜間の就寝時間帯に便所の流水を行う際は、洗面器に水を溜めて汚物を流すようにしてください。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

4 衛生管理について

(1) 感染予防の観点から食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(2) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(3) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

別紙 1-3

運動・入浴・面会・出廷等連行時の注意事項

- 1 入室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見、雑談は、禁止する。
- 3 連行中は、職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は、眼鏡、眼鏡ケース、タオル、ハンカチ及びちり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は、入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会（一般面会及び弁護士面会）及び裁判所等に行く際に持っていく物がある場合は、事前に願箋で許可を受けてください。直前に申し出ると間に合わない場合があるので注意してください。

無料洗濯の実施要領

- 1 洗濯物の点数、種類及び要領については、職員の指示に従うこと。
- 2 洗濯物を出す際は、称呼番号が記載された片布を付けること。
- 3 厚物衣類（ポケットの装着された上衣及びズボン等）を洗濯に出す場合は、ポケットの中身を確認し、何も入っていない状態で出すこと。

ごみの回収について

- 1 ごみの回収は、毎週月曜日及び木曜日に実施します。
なお、ごみ回収日が休庁又は連休に該当する場合は、別途回収日を指定します。
- 2 ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、個別に出すこと。
- 4 手紙や裁判書類等、個人情報^かの書かれた書類^{しよるい}を廃棄するときは、あらかじめ細断^{さいだん}しておくこと。
- 5 職員が扉を開扉する際は、座^{すわ}って待^まつこと。

保管私物の適正管理について

- (1) 居室内は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載されている整頓要領を守ること。
- (2) 窓枠の棧や便所の木枠に私物を置いてはいけません。
- (3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓すること。
- (4) 保管私物の限量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ70リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限量を守ってください。差入りの多い人は、差入れをしてくれる相手方に事情を説明して、差入量を調整してください。限量を常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けることとなります。
- (5) 自己の刑事事件に係る検察官が開示した裁判書類については、廃棄するか元弁護人に宅下げしてください。
なお、同裁判書類を元弁護人以外の人に宅下げする場合は、刑事訴訟法第281条の4の規定（目的外使用の禁止）に抵触する疑いがある場合は許可されません。

タオル及びハンカチの室内洗濯について

タオル及びハンカチの室内洗濯を許可する時間については、次のとおりです。ただし、洗うことができる枚数は、1日1枚とし、衣類等を洗うことはできません。

【平日】入浴該当日については入浴終了後から3分間

以内、その他の日については午後12時20分

(昼食終了後)から3分間以内

【矯正指導日】午後12時20分(昼食終了後)から3

分間以内

【休日】午後3時(室内体操終了後)から3分間以内

この時間のタオル及びハンカチの洗濯については、石け

んの使用を許可します。ただし、使用できる水の量は、

洗面器2杯までとします。

カット（調髪）手続について

カットは、希望者に対しておおむね3月に1回実施します。

ただし、髪型は次のカットに限って実施しているので、希望する髪型にならないこともあります。

- ①横と後ろの髪の毛は、あごの長さより短く切りません。
- ②前髪は、眉毛の位置より短く切りません。
- ③直線でカットするだけで、斜めに切ったり、段をつけたりしません。

カットを希望する人は、月の初日（平日）にカット願箋を提出してください。

なお、前回実施してから、2月を経過していない月に願箋を提出しても、実施しません。予約制ではないので、実施可能な月に改めて申し出ること。

たとえば

1月10日にカットを実施した人

4月の初日に出願した場合、「カット願」として受け付け、4月中にカットを実施します。しかし、3月初日に出願した場合は、受け付けませんので、4月初日になってから改めて出願することになります。

入所後初めての出願と前回実施から3月以上経過している場合

希望する月に受け付けます。

きよしつけいじばんけいじぶつぴんいちらんひよう
居室掲示板掲示物品一覧表

- 1 室内体操要領 (室内体操心得, ストレッチ
ング・室内体操)
- 2 インターホンの使用要領
- 3 カレンダー (6か月に1回張り替え)

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きをしないこと。
- ※ 室内体操は静かに行うこと。
飛んだり跳ねたりして大きな音や振動を出
してはいけません。
- ※ 掲示板に掲示物以外のものを貼らないこと。

室内運動心得

室内運動の実施に当たっては、次の事項を必ず守り、他の人や居室に迷惑とならないよう注意してください。

- 1 室内運動は単独で行い、他の人と協力して行わないこと。
- 2 室内放送で流れる「ストレッチ体操」・「室内体操」を除き、複数の人とリズムを合わせて運動を行うことはしないこと。
- 3 腕立伏せや腹筋運動の回数を競ったり、罰ゲームを設定するなど、ゲーム感覚で行わないこと。
- 4 室内運動は任意であり、他の人に運動を強制することはしないこと。
- 5 室内運動に当たっては、寝具・キャリーバッグ・タオル等を器具として使用しないこと。
- 6 逆立ち、空手・ボクシングの動作、ブリッジ及びプロレス技等危険な行為は絶対にしないこと。
- 7 飛び跳ねや駆け足等、騒音を発する行為は絶対にしないこと。

しつないびひんいちらんひょう たんどくしつ
 室内備品一覧表 (単独室)

	品目	数量
食器等	食器ケース	1
	小皿	1
	汁椀	1
	コップ	1
	レンゲ	1
	お茶ポット	1
	布巾 (台拭用・食器用)	2
	スポンジ (掃除用・食器用)	2
	食器洗い洗剤	1
	洗面器	1
掃除用具	洗い桶	1
	雑巾	2
	ほうき	1
	ちりとり	1
	ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
	トイレブラシ (ケース付)	1
	トイレ洗剤	1
	片布 (称呼番号)	10
	汚物入れ	1
その他	受刑者生活の心得	1
	生活のしおり	1

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 箸について、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てください。なお、他の人が使用中の場合は、貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。

生活のしおり

当所執行受刑者用
共同室

もく じ
目 次

- 1 いっぱんてき せいかつじょう ころえ
一般的な生活上の心得 P 3 ~P11
- 2 きょしつけいじばんけい じぶつびんいちらんひょう
居室掲示板揭示物品一覧表 P12
- 3 きょしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P13~P15
- 4 こうにゆうもうしこみ はいふ び どうひょうじゅんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P16
- 5 がんせんき さいようりょう
マークシート願箋記載要領 P17
- 6 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表 (日用品等) P18
- 7 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表 (衣類等) P19
- 8 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P20

いっばんてき せいかつじょう こころえ きょうどうしつ
一般的な生活上の心得 (共同室)

1 願箋の取扱い

- (1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名 (苗字のみ) を、正確に記載すること。
- (2) 投薬願箋には、上記 (1) に加え、症状を具体的に記載すること。

2 薬の取扱い

- (1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の指示に従い、服用確認に応じること。
- (2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

- (1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。
- (2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにもたれかからないようにして、定められた場所に座ること。
- (3) 生活騒音に係る注意事項
- ア 同室の人の迷惑にならないようマナーやエチケットを守ること。
- イ トイレの扉の開閉は、静かに行うこと。
- ウ 高声に及ぶ雑談、高笑い等は厳に慎むこと。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

エ 同室者のために、他の人がカランを横押しする行為は禁止します。

4 衛生管理について

(1) 食事は感染予防の観点から静かに食すること。

(2) 食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(3) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(4) 官給の食事を他人に分け与える行為は禁止します。

(5) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

(6) タオル、ハンカチ類の洗濯について、居室内での洗濯は水洗いのみです。指定された期日に工場洗濯に提出してください。

別紙1-2

運動・入浴・面会等連行時の注意事項

- 1 入出室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見、雑談は、禁止する。
- 3 連行中は、職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は、眼鏡、眼鏡ケース、タオル、ハンカチ及びちり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は、入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会に行く際に持って行きたい物がある場合は、事前に願箋で許可を受けてください。直前に申し出ると間に合わない場合があるので注意してください。

ごみの回収について

- 1 ごみの回収は、毎週月曜日及び木曜日に実施します。
なお、ごみ回収日が休庁又は連休に該当する場合は、別途回収日を指定します。
- 2 ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、個別に出すこと。
- 4 手紙や裁判書類等、個人情報^かの書かれた書類^{しよるい}を廃棄するときは、あらかじめ細断^{さいだん}しておくこと。

ほかんしぶつ てきせいかんり
保管私物の適正管理について

- (1) 居室内は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載されている整頓要領を守ること。
- (2) 窓枠の棧や便所の木枠に私物を置いてはいけません。
- (3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓すること。
- (4) 保管私物の限度量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ70リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限度量を守ってください。差入れの多い人は、差入れをしてくれる相手方に事情を説明して、差入量を調整してください。限度量を常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けることとなります。
- (5) 自己の保管私物を他人に与えたり、交換してはいけません。特に、集会の食料品及び祝日菜の食料品を同室者と分けて食べる行為（いわゆるパーティー分け）は禁止します。

将棋及び囲碁の使用方法について

将棋及び囲碁の使用方法については、次のとおりとします。

1 将棋については、本将棋（対局）及び挟み将棋のみとする。

2 囲碁については、囲碁（対局）及び五目並べのみとする。

3 注意事項

(1) 使用方法を守らなかった場合、又は勝敗により罰ゲームを行ったり自弃物品等を賭けて対局した場合は、反則行為として調査に付します。

(2) 対局中、けん騒にわたる場合は、将棋及び囲碁の貸与を禁止することがあります。

(3) 対局は2名とします。対局中、他の人が観戦したり、対局者に対局内容のことで口を挟む行為は禁止します。

テレビ視聴心得

テレビ視聴に当たっては、職員の指示、指導に従うほか、次の事項を遵守し、全員が快くテレビを視聴できるようお互いに協力すること。

1 視聴日及び視聴時間帯（自所執行受刑者（女子も含む））

場所	日別	視聴時間	チャンネル	備考
居室	平日	19:00～21:00	自由選択	
	休日	9:30～11:30	自由選択 DVD 視聴可	
		13:30～15:30		
		17:30～21:00		
食堂	平日	12:00～12:25	指定	工場出役者
居室	平日	19:00～20:55	自由選択	釈前 (新生寮) (さくら寮)
	休日	9:30～11:30		
		13:00～15:00		
		19:00～20:55		

2 選局

自由選局

ただし、事情によりテレビ視聴を停止したり、テレビ番組の変更を指示することがある。

3 テレビの取扱い

- (1) テレビは、定められた場所から移動させないこと。
- (2) チャンネル切り替えは、丁寧に行うこと。
- (3) テレビの故障や調整が不良な場合であっても、テレビを叩いたり、勝手に修理や調整をせずに、必ず職員に申し出て指示を受けること。
- (4) 故障や火災の原因となることもあるので、テレビ本体

の内部に絶対に物を入れないこと。

- (5) テレビ視聴の音量は、居室内で聞こえる程度に調整し、必要以上に高くしないこと。

4 視聴態度

- (1) 高声交談、口笛、指笛、拍手、奇声などの騒音を発する行為をしないこと。
- (2) 視聴している者に悪ふざけをするなど、他人の視聴を妨げる行為をしないこと。
- (3) 必ず座って視聴すること。ただし、就床後については、指定された就寝位置で布団の上に横臥して視聴することを認める。また、テレビ視聴時に限り、頭を室内中央に向けて差し支えない。

5 その他の注意事項

- (1) テレビ視聴中のラジオ視聴は認めない。テレビ視聴又はラジオ視聴のいずれか一方とする。
- (2) 一旦、テレビ視聴を辞退したときは、当日の再視聴は認めない。ただし、休庁日については、午後のテレビ放映のみを辞退した場合に限り、夜間のテレビ視聴を認める。
- (3) テレビの故障の場合は、結果的にテレビ視聴ができなくなることを承知しておくこと。この場合の救済措置は行わない。

6 視聴の中止、停止等

テレビ視聴に関し、口論等の遵守事項違反があった場合やテレビ視聴心得に違反したときは、テレビ視聴を中止又は停止する。

また、生活態度及び作業態度が不良と認められた場合にも、一定の期間、テレビの視聴を停止するので承知しておくこと。

お知らせ

就労支援を受けている人の中で受刑者等専用空人の求人票を閲覧したい人は、個別に貸与することができますので、願箋で願い出てください。ただし、必要性を検討して閲覧が許可されない場合もあることを承知しておいてください。

なお、閲覧を受ける人は、下記のことにご注意してください。

記

- 1 貸与する求人票は大切に扱い、破ったり、取り外したりしないこと。もし、破れたりした場合は、職員に必ず申し出ること。
- 2 求人票に応募したい企業があった場合は、勝手に自分で企業に発信したりせず、職員に応募したい旨を申し出て指示に従うこと。

きょしつけいじばんけいじぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表

1. 室内体操要領 (室内体操心得, ストレッチ
ング・室内体操)
2. インターホンの使用要領
3. カレンダー (6か月に1回張り替え)

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きをしないこと。
- ※ 室内体操は静かに行うこと。
飛んだり跳ねたりして大きな音や振動を出
してはいけません。
- ※ 掲示板に掲示物以外のものを貼らないこと。

せんめんだい か ぶ せいとんようりょう
洗面台下部の整頓要領



ちゅういじこう
注意事項

- 1 せんめんだい した にゆうよくどうぐとう しぶつ お
洗面台の下に入浴道具等の私物を置いてはいけません。
- 2 かいしゅうじ だ ふるしんぶん ざっしとう せんめんきよこ
ごみ回収時に出す古新聞及び雑誌等は、洗面器横の
よじょうぶぶん かりお みと
余剰部分に仮置きすることを認めます。

別紙 2-3

室内備品一覧表 (共同室・衛生係)

	品目	数量
食器等	食器ケース	1
	丸皿	1
	小皿	人数分
	汁椀	人数分
	コップ	人数分
	レンゲ	人数分
	お茶ポット	人数分
	配食用トレイ	3
	布巾 (台拭用・食器用)	2
	スポンジ (掃除用・食器用)	2
	食器洗い洗剤	1
	洗面器	3
	掃除用具	洗い桶
雑巾		6
ほうき		1
ちりとり		1
ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)		2
トイレ用スリッパ		1
トイレブラシ (ケース付)		1
トイレ洗剤 (クレンザー)		1
その他	芳香剤	1
	囲碁セット	1
	将棋セット	1
	受刑者生活の心得	3
	生活のしおり	3
	就業者安全衛生心得	3

別紙 2-3

室内備品一覧表 (共同室・工場就業者)

	品目	数量
食器等	食器ケース	1
	丸皿	1
	小皿	人数分
	汁椀	人数分
	コップ	人数分
	レンゲ	人数分
	プラスチック製ポット	人数分
	配食用トレイ	3
	布巾 (台拭用・食器用)	2
	スポンジ (掃除用・食器用)	2
	食器洗い洗剤	1
	洗面器	3
掃除用具	洗い桶	2
	雑巾	6
	ほうき	1
	ちりとり	1
	ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
	トイレ用スリッパ	1
	トイレブラシ (ケース付)	1
	トイレ洗剤	1
芳香剤	1	
その他	囲碁セット	1
	将棋セット	1
	受刑者生活の心得	3
	生活のしおり	3
	就業者安全衛生心得	3

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 箸について、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てください。なお、他の人が使用中の場合は、貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。

生活のしおり

当所執行受刑者用
単独室

もく じ
目 次

- 1 いっばんてき せいかつじょう こころえ
一般的な生活上の心得 P 3 ～P10
- 2 きよしつけいじばんけい じぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表 P11
- 3 きよしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P12～P13
- 4 こうにゆうもうしこみ はいふ び どうひょうじゆんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P14
- 5 がんせんき さいようりょう
マークシート願箋記載要領 P15
- 6 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表（日用品等） P16
- 7 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表（衣類等） P17
- 8 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P18

一般的な生活上の心得 (単独室)

1 願箋の取扱い

- (1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名 (苗字のみ) を、正確に記載すること。
- (2) 投薬願箋には、上記 (1) に加え、症状を具体的に記載すること。

2 薬の取扱い

- (1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の指示に従い、服用確認に応じること。
- (2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

- (1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。
- (2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにもたれかからないようにして、定められた場所に座ること。
- (3) 生活騒音に係る注意事項
 - ア 隣室の人の迷惑にならないようマナーやエチケットを守ること。
 - イ 夜間の就寝時間帯に便所の流水を行う際は、洗面器に水を溜めて汚物を流すようにしてください。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

4 衛生管理について

(1) 感染予防の観点から食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(2) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(3) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

(4) タオル、ハンカチ類の洗濯について、居室内での洗濯は水洗いのみです。指定された期日に工場洗濯に提出してください。

別紙 1-2

運動・入浴・面会等連行時の注意事項

- 1 入室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見、雑談は、禁止する。
- 3 連行中は、職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は、眼鏡、眼鏡ケース、タオル、ハンカチ及びちり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は、入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会に行く際に持って行きたい物がある場合は、事前に願箋で許可を受けてください。直前に申し出ると間に合わない場合があるので注意してください。

ごみの回収について

- 1 ごみの回収は、毎週月曜日及び木曜日に実施します。
なお、ごみ回収日が休庁又は連休に該当する場合は、別途回収日を指定します。
- 2 ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、個別に出すこと。
- 4 手紙や裁判書類等、個人情報^{さいだん}の書かれた書類を廃棄するときは、あらかじめ細断しておくこと。

保管私物の適正管理について

- (1) 居室内は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載されている整頓要領を守ること。
- (2) 窓枠の棧や便所の木枠に私物を置いてはいけません。
- (3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓すること。
- (4) 保管私物の限度量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ70リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限度量を守ってください。差入れの多い人は、差入れをしてくれる相手方に事情を説明して、差入量を調整してください。限度量を常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けることとなります。

テレビ視聴心得

テレビ視聴に当たっては、職員の指示、指導に従うほか、次の事項を遵守し、全員が快くテレビを視聴できるようお互いに協力すること。

1 視聴日及び視聴時間帯（自所執行受刑者（女子も含む））

場所	日別	視聴時間	チャンネル	備考
居室	平日	19:00～21:00	自由選択	
	休日	9:30～11:30	自由選択 DVD 視聴可	
		13:30～15:30		
		17:30～21:00		
食堂	平日	12:00～12:25	指定	工場出役者
居室	平日	19:00～20:55	自由選択	釈前 (新生寮) (さくら寮)
	休日	9:30～11:30		
		13:00～15:00		
		19:00～20:55		

2 選局

自由選局

ただし、事情によりテレビ視聴を停止したり、テレビ番組の変更を指示することがある。

3 テレビの取扱い

- (1) テレビは、定められた場所から移動させないこと。
- (2) チャンネル切り替えは、丁寧に行うこと。
- (3) テレビの故障や調整が不良な場合であっても、テレビを叩いたり、勝手に修理や調整をせずに、必ず職員に申し出て指示を受けること。
- (4) 故障や火災の原因となることもあるので、テレビ本体

の内部に絶対に物を入れないこと。

- (5) テレビ視聴の音量は、居室内で聞こえる程度に調整し、必要以上に高くしないこと。

4 視聴態度

- (1) 口笛、指笛、拍手、奇声などの騒音を発する行為をしないこと。
- (2) 必ず座って視聴すること。ただし、就床後については、指定された就寝位置で布団の上に横臥して視聴することを認める。また、テレビ視聴時に限り、頭を室内中央に向けて差し支えない。

5 その他の注意事項

- (1) テレビ視聴中のラジオ視聴は認めない。テレビ視聴又はラジオ視聴のいずれか一方とする。
- (2) 一旦、テレビ視聴を辞退したときは、当日の再視聴は認めない。ただし、休庁日については、午後のテレビ放映のみを辞退した場合に限り、夜間のテレビ視聴を認める。
- (3) テレビの故障の場合は、結果的にテレビ視聴ができなくなることを承知しておくこと。この場合の救済措置は行わない。

6 視聴の中止、停止等

テレビ視聴に関し、遵守事項違反があった場合やテレビ視聴心得に違反したときは、テレビ視聴を中止又は停止する。

また、生活態度及び作業態度が不良と認められた場合にも、一定の期間、テレビの視聴を停止するので承知しておくこと。

お知らせ

就労支援を受けている人の中で受刑者等専用空人の求人票を閲覧したい人は、個別に貸与することができますので、願箋で願い出てください。ただし、必要性を検討して閲覧が許可されない場合もあることを承知しておいてください。

なお、閲覧を受ける人は、下記のことにご注意してください。

記

- 1 貸与する求人票は大切に扱い、破ったり、取り外したりしないこと。もし、破れたりした場合は、職員に必ず申し出ること。
- 2 求人票に応募したい企業があった場合は、勝手に自分で企業に発信したりせず、職員に応募したい旨を申し出て指示に従うこと。

きよしつけいじばんけいじぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表

- 1 室内体操要領 (室内体操心得, ストレッチ
ング・室内体操)
- 2 インターホンの使用要領
- 3 カレンダー (6 か月に 1 回張り替え)

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きをしないこと。
- ※ 室内体操は静かに行うこと。
飛んだり跳ねたりして大きな音や振動を出
してはいけません。
- ※ 掲示板に掲示物以外のものを貼らないこと。

別紙 2-2

室内備品一覧表 (単独室・衛生係)

	品目	数量
食器等	食器ケース	1
	小皿	1
	汁椀	1
	コップ	1
	レンゲ	1
	お茶ポット	1
	布巾 (台拭用・食器用)	2
	スポンジ (掃除用・食器用)	2
	食器洗い洗剤	1
	洗面器	1
掃除用具	洗い桶	2
	雑巾	2
	ほうき	1
	ちりとり	1
	ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
	トイレブラシ (ケース付)	1
	トイレ洗剤 (クレンザー)	1
その他	受刑者生活の心得	1
	生活のしおり	1
	就業者安全衛生心得	1

別紙 2-2

室内備品一覧表 (単独室・工場就業者)

	品目	数量
食器等	食器ケース	1
	小皿	1
	汁椀	1
	コップ	1
	レンゲ	1
	お茶ポット	1
	布巾 (台拭用・食器用)	2
	スポンジ (掃除用・食器用)	2
	食器洗い洗剤	1
	洗面器	1
掃除用具	洗い桶	1
	雑巾	2
	ほうき	1
	ちりとり	1
	ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
	トイレブラシ (ケース付)	1
	トイレ洗剤 (クレンザー)	1
その他	受刑者生活の心得	1
	生活のしおり	1
	就業者安全衛生心得	1

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 箸について、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てください。なお、他の人が使用中の場合は、貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。

生活のしおり
女区

当所執行受刑者用

目 次

- 1 いっぱんてき せいかつじょう ころろえ
一般的な生活上の心得 P 3 ～P11
- 2 きょしつけいじばんけい じぶつびんいちらんひょう
居室掲示板揭示物品一覧表 P12～P13
- 3 きょしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P14～P15
- 4 こうにゆうもうしこみ はいふ び どうひょうじゅんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P16
- 5 がんせんき さいようりょう
マークシート願箋記載要領 P17
- 6 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表 (日用品等) P18
- 7 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表 (衣類等) P19
- 8 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P20

一般的な生活上の心得 (単独室)

1 願箋の取扱い

- (1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名 (苗字のみ) を、正確に記載すること。
- (2) 投薬願箋には、上記 (1) に加え、症状を具体的に記載すること。

2 薬の取扱い

- (1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の指示に従い、服用確認に応じること。
- (2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

- (1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。
- (2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにもたれかからないようにして、定められた場所に座ること。
- (3) 生活騒音に係る注意事項
 - ア 隣室の人の迷惑にならないようマナーやエチケットを守ること。
 - イ 夜間の就寝時間帯に便所の流水を行う際は、洗面器に水を溜めて汚物を流すようにしてください。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

4 衛生管理について

(1) 感染予防の観点から食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(2) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(3) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

(4) タオル、ハンカチ類の洗濯について、居室内での洗濯は水洗いのみです。指定された期日に工場洗濯に提出してください。

別紙1-2

運動・入浴・面会等連行時の注意事項

- 1 入出室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見、雑談は、禁止する。
- 3 連行中は、職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は、眼鏡、眼鏡ケース、タオル、ハンカチ及びちり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は、入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会に行く際に持って行きたい物がある場合は、事前に願箋で許可を受けてください。直前に申し出ると間に合わない場合があるので注意してください。

ごみの回収について

- 1 ごみの回収は、毎週月曜日及び木曜日に実施します。
なお、ごみ回収日が休庁又は連休に該当する場合は、別途回収日を指定します。
- 2 ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、個別に出すこと。
- 4 手紙や裁判書類等、個人情報^{さいだん}の書かれた書類を廃棄するときは、あらかじめ細断しておくこと。

保管私物の適正管理について

- (1) 居室内は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載されている整頓要領を守ること。
- (2) 窓枠の棧や便所の木枠に私物を置いてはいけません。
- (3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓すること。
- (4) 保管私物の限度量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ70リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限度量を守ってください。差入りの多い人は、差入れをしてくれる相手方に事情を説明して、差入量を調整してください。限度量を常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けることとなります。

カット（調髪）手続について

カットは、希望者に対しておおむね3月に1回実施します。ただし、髪型は次のカットに限って実施しているの、希望する髪型にならないこともあります。

①横と後ろの髪の毛は、あごの長さより短く切りません。

②前髪は、眉毛の位置より短く切りません。

③直線でカットするだけで、斜めに切ったり、段をつけたりしません。

カットを希望する人は、月の初日（平日）にカット願箋を提出してください。

なお、前回実施してから、2月を経過していない月に願箋を提出しても、実施しません。予約制ではないので、実施可能な月に改めて申し出ること。

たとえば

1月10日にカットを実施した人

4月の初日に出願した場合、「カット願」として受け付け、4月中にカットを実施します。しかし、3月初日に出願した場合は、受け付けませんので、4月初日になってから改めて出願することになります。

入所後初めての出願と前回実施から3月以上経過している場合

希望する月に受け付けます。

テレビ視聴心得

テレビ視聴に当たっては、職員の指示、指導に従うほか、次の事項を遵守し、全員が快くテレビを視聴できるようお互いに協力すること。

1 視聴日及び視聴時間帯（自所執行受刑者（女子も含む））

場所	日別	視聴時間	チャンネル	備考
居室	平日	19:00～21:00	自由選択	
	休日	9:30～11:30	自由選択 DVD 視聴可	
		13:30～15:30		
		17:30～21:00		
食堂	平日	12:00～12:25	指定	工場出役者
居室	平日	19:00～20:55	自由選択	釈前 (新生寮) (さくら寮)
	休日	9:30～11:30		
		13:00～15:00		
		19:00～20:55		

2 選局

自由選局

ただし、事情によりテレビ視聴を停止したり、テレビ番組の変更を指示することがある。

3 テレビの取扱い

- (1) テレビは、定められた場所から移動させないこと。
- (2) チャンネル切り替えは、丁寧に行うこと。
- (3) テレビの故障や調整が不良な場合であっても、テレビを叩いたり、勝手に修理や調整をせずに、必ず職員に申し出て指示を受けること。
- (4) 故障や火災の原因となることもあるので、テレビ本体

の内部に絶対に物を入れないこと。

- (5) テレビ視聴の音量は、居室内で聞こえる程度に調整し、必要以上に高くしないこと。

4 視聴態度

- (1) 口笛、指笛、拍手、奇声などの騒音を発する行為をしないこと。
- (2) 必ず座って視聴すること。ただし、就床後については、指定された就寝位置で布団の上に横臥して視聴することを認める。また、テレビ視聴時に限り、頭を室内中央に向けて差し支えない。

5 その他の注意事項

- (1) テレビ視聴中のラジオ視聴は認めない。テレビ視聴又はラジオ視聴のいずれか一方とする。
- (2) 一旦、テレビ視聴を辞退したときは、当日の再視聴は認めない。ただし、休庁日については、午後のテレビ放映のみを辞退した場合に限り、夜間のテレビ視聴を認める。
- (3) テレビの故障の場合は、結果的にテレビ視聴ができなくなることを承知しておくこと。この場合の救済措置は行わない。

6 視聴の中止、停止等

テレビ視聴に関し、遵守事項違反があった場合やテレビ視聴心得に違反したときは、テレビ視聴を中止又は停止する。

また、生活態度及び作業態度が不良と認められた場合にも、一定の期間、テレビの視聴を停止するので承知しておくこと。

お知らせ

就労支援を受けている人の中で受刑者等専用空人の求人票を閲覧したい人は、個別に貸与することができますので、願箋で願い出てください。ただし、必要性を検討して閲覧が許可されない場合もあることを承知しておいてください。

なお、閲覧を受ける人は、下記のことにご注意してください。

記

- 1 貸与する求人票は大切に扱い、破ったり、取り外したりしないこと。もし、破れたりした場合は、職員に必ず申し出ること。
- 2 求人票に応募したい企業があった場合は、勝手に自分で企業に発信したりせず、職員に応募したい旨を申し出て指示に従うこと。

きょしつけいじばんけいじぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表

- 1 室内体操要領 (室内体操心得, ストレッチ
ング・室内体操)
- 2 インターホンの使用要領
- 3 カレンダー (6か月に1回張り替え)

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きをしないこと。
- ※ 室内体操は静かに行うこと。
飛んだり跳ねたりして大きな音や振動を出
してはいけません。
- ※ 掲示板に掲示物以外のものを貼らないこと。

室内運動心得

室内運動の実施に当たっては、次の事項を必ず守り、他の人や居室に迷惑とならないよう注意してください。

- 1 室内運動は単独で行い、他の人と協力して行わないこと。
- 2 室内放送で流れる「ストレッチング体操」・「室内体操」を除き、複数の人とリズムを合わせて運動を行うことはしないこと。
- 3 腕立伏せや腹筋運動の回数を競ったり、罰ゲームを設定するなど、ゲーム感覚で行わないこと。
- 4 室内運動は任意であり、他の人に運動を強制することはしないこと。
- 5 室内運動に当たっては、寝具・キャリーバッグ・タオル等を器具として使用しないこと。
- 6 逆立ち、空手・ボクシングの動作、ブリッジ及びプロレス技等危険な行為は絶対にしないこと。
- 7 飛び跳ねや駆け足等、騒音を発する行為は絶対にしないこと。

室内備品一覧表 (単独室・衛生係)

	品目	数量
食器等	食器ケース	1
	小皿	1
	汁椀	1
	コップ	1
	レンゲ	1
	お茶ポット	1
	布巾 (台拭用・食器用)	2
	スポンジ (掃除用・食器用)	2
	食器洗い洗剤	1
	洗面器	1
掃除用具	洗い桶	2
	雑巾	2
	ほうき	1
	ちりとり	1
	ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
	トイレブラシ (ケース付)	1
	トイレ洗剤 (クレンザー)	1
汚物入れ	1	
その他	受刑者生活の心得	1
	生活のしおり	1
	就業者安全衛生心得	1

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 箸について、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てください。なお、他の人が使用中の場合は、貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。

生活のしおり

単独室
確定者用

目 次

- 1 いっぱんてき せいかつじょう ころろえ
一般的な生活上の心得 P 3 ～P11
- 2 きょしつけいじばんけいじぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表 P12～P13
- 3 きょしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P14～P15
- 4 こうにゆうもうしこみ はいふ び どうひょうじゅんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P16
- 5 かかくひょう
クリーニング価格表 P17
- 6 さしいれや まる や べんとうしゅうかんこんだてひょう
差入屋（丸の家）弁当週間献立表 P18
- 7 がんせんき さいようりょう
マークシート願箋記載要領 P19
- 8 とりあつかいしょうひんかかくひょう いんしょくぶつとう
取扱商品価格表（飲食物等） P20
- 9 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表（日用品等） P21
- 10 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表（衣類等） P22
- 11 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P23

いっばんてき せいかつじょう ころえ たんどくしつ
一般的な生活上の心得 (単独室)

1 願箋の取扱い

- (1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名 (苗字のみ) を、正確に記載すること。
- (2) 投薬願箋には、上記 (1) に加え、症状を具体的に記載すること。

2 薬の取扱い

- (1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の指示に従い、服用確認に応じること。
- (2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

- (1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。
- (2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにもたれかからないようにして、定められた場所に座ること。
- (3) 生活騒音に係る注意事項
- ア 隣室の人の迷惑にならないようマナーやエチケットを守ること。
- イ 夜間の就寝時間帯に便所の流水を行う際は、洗面器に水を溜めて汚物を流すようにしてください。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

4 衛生管理について

(1) 感染予防の観点から食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(2) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(3) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

別紙1-2

運動・入浴・面会・出廷等連行時の注意事項

- 1 入室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見、雑談は、禁止する。
- 3 連行中は、職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は、眼鏡、眼鏡ケース、タオル、ハンカチ及び
びちり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は、入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会（一般面会及び弁護士面会）及び裁判所等に行く際
に持って行きたい物がある場合は、事前に願箋で許可を受
けてください。直前に申し出ると間に合わない場合があ
るので注意してください。

むりょうせんたく じっしよりょう
無料洗濯の実施要領

- 1 せんたくもの てんすう しゅるいおよ ようりょう じょくいん しじ
洗濯物の点数、種類及び要領については、職員の指示
したが
に従うこと。
- 2 せんたくもの だ さい きょしつばんごう きさい へんぶ つ
洗濯物を出す際は、居室番号が記載された片布を付ける
こと。
- 3 あつものいるい そうちやく じょういおよ どう
厚物衣類（ポケットの装着された上衣及びズボン等）
せんたく だ ばあい なかみ かくにん なに はい
を洗濯に出す場合は、ポケットの中身を確認し、何も入っ
ていない状態^{じょうたい}で出すこと。

かいしゅう
ごみの回収について

- 1 かいしゅう かいしゅう まいしゅうげつようびおよ もくようび じっし
ごみの回収は、毎週月曜日及び木曜日に実施します。
かいしゅう び きゅうちょうまた れんきゅう がいとう ばあい
なお、ごみ回収日が休庁又は連休に該当する場合は、
べつとかいしゅう び してい
別途回収日を指定します。
- 2 いっぱん ぶんべつ
ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 かし のこ しょうみきげん き だ
お菓子の残りや賞味期限の切れたパンなどを出すとき
しょくじ ざんぱん だ
は、食事の残飯として出すこと。
- 4 しょうず でんち ふるしんぶん しょせき いるいとう はいき
使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、
こべつ だ
個別に出すこと。
- 5 てがみ さいばんしよるいとう こじんじょうほう か しょうい はいき
手紙や裁判書類等、個人情報^{さいだん}の書かれた書類を廃棄す
るときは、あらかじめ細断しておくこと。
- 6 しょくいん とびら かいひ さい すわ ま
職員が扉を開扉する際は、座^{すわ}って待つこと。

保管私物の適正管理について

- (1) 居室内は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載されている整頓要領を守ること。
- (2) 窓枠の棧や便所の木枠に私物を置いてはいけません。
- (3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓すること。
- (4) 保管私物の限度量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ70リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限度量を守ってください。差入りの多い人は、差入れをしてくれる相手方に事情を説明して、差入量を調整してください。限度量を常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けることになります。

およ しつないせんたく
タオル及びハンカチの室内洗濯について

およ しつないせんたく きよか じかん
タオル及びハンカチの室内洗濯を許可する時間について
つぎ あら まいすう
は、次のとおりです。ただし、洗うことができる枚数は、
いち まい いるいとう あら
1日1枚とし、衣類等を洗うことはできません。

へいじつ ご ご じ しつないたいそうしゅうりょうご ふんかんい ない およ
【平日】午後1時（室内体操終了後）から3分間以内及び
にゅうよくしゅうりょうご ふんかんい ない
入浴終了後から3分間以内

きゅうじつ ご ご じ しつないたいそうしゅうりょうご ふんかんい ない
【休日】午後3時（室内体操終了後）から3分間以内

じかん およ せんたく せっ
この時間のタオル及びハンカチの洗濯については、石け
しょう きよか しょう みず りょう
んの使用を許可します。ただし、使用できる水の量は、
せんめんき はい
洗面器2杯までとします。

むりょうりはつじっししょうりょう
無料理髪実施要領について

- 1 ^{りはつ}理髪については、^{げつ}おおむね2か月に1回^{かいじっし}実施します。
^{じっし}実施日直前^{ちやくぜん}に担当職員^{たんとうしょくいん}から告知^{こくち}がありますので、希望者^{きぼうしゃ}
^{もう}は申し出^でてください。
- 2 ^{りはつ}理髪時^じの注意事項^{ちゅういじこう}は、次^{つぎ}のとおりです。
 - (1) ^{りはつ}理髪時^じは、職員^{しょくいん}の指示^{しじ}に従^{したが}い、理髪係受刑者^{りはつかかりじゆけいしゃ}に話し^{はな}か
^か掛けたり、理髪器具^{りはつきぐ}を触^{さわ}ったりしてはいけません。指示^{しじ}
^{したが}に従^{ばあい}わなかった場合は、理髪^{りはつ}を中止^{ちゅうし}した上、反則行為^{うえはんそくこうい}と
^{ちょうさ}して調査^ふに付^ふすことがあります。
 - (2) ^{かお}顔そり^{とう}等は^{じっし}実施^じしません。
 - (3) ^{とくしゆ}特殊な髪形^{かみがた}（モヒカン刈^かり、アメリカン、タイソンカ
^{およ}ット、ツーブロック^{そう}など。）及び^か総ハサミ^{じっし}刈りは実施^じし
ません。
 - (4) ^{さいしょ}最初に^{もう}申し出^でた髪型^{かみがた}で刈^かり始^{はじ}めた後^{あと}に刈^かり直^{なお}しはしま
せん。
 - (5) ^{すそか}裾刈^{えりくびまた}り（襟首^{ふきん}又は^かもみあげ^か付近）はバリカンで刈^かりま
す。
 - (6) ^{とうぶ}頭部に^ひ皮膚疾患^{ふしつかん}（湿疹^{しっしん}又は^{また}シラクモ^{また}など。）がある人^{ひと}
^{じぜん}は、事前^{しょくいん}に職員^{もう}に申し出^でてください。

視聴覚活動支援に関する 遵守事項

- 1 職員の指示に従って視聴すること。職員の指示に従わない場合には、以後のDVDの視聴を中止する場合がある。
 - 2 機器は大切に取り扱い、故障や異常があると思った場合は、すぐに職員に申し出ること。
 - 3 視聴時は、ヘッドホンを使用すること。ヘッドホンを使用することに支障がある場合は、使用しなくてもよいが、他の者の生活の妨げとならない程度の音量にすること。
 - 4 機器の操作方法についての職員への質問等は、平日の昼間に行うこと。それ以外の日は質問等には応じない。
 - 5 視聴する際には、横臥するなどの不体裁な姿勢はとらないこと。
 - 6 DVDを視聴していたことを理由に、所定の受付時間以外の発信の申請や物品の購入の願い出は受け付けないので注意すること。
 - 7 DVDの視聴をしているときは、信書や書面の作成をしないこと。DVDの視聴が予定されていた時間に、信書や書面の作成を優先するなど、自己の都合により視聴を辞退する場合、代替日は設けないので注意すること。
- 遵守事項を守らないことで、DVDの視聴が中止となる場合があるので承知しておくこと。

きよしつけいじばんけいじぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表

- 1 室内体操要領 (室内体操心得, ストレッチ
ング・室内体操)
- 2 インターホンの使用要領
- 3 カレンダー (6か月に1回張り替え)

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きをしないこと。
- ※ 室内体操は静かに行うこと。
飛んだり跳ねたりして大きな音や振動を出
してはいけません。
- ※ 掲示板に掲示物以外のものを貼らないこと。

室内運動心得

室内運動の実施に当たっては、次の事項を必ず守り、他の人や居室に迷惑とならないよう注意してください。

- 1 室内運動は単独で行い、他の人と協力して行わないこと。
- 2 室内放送で流れる「ストレッチング体操」・「室内体操」を除き、複数の人とリズムを合わせて運動を行うことはしないこと。
- 3 腕立伏せや腹筋運動の回数を競ったり、罰ゲームを設定するなど、ゲーム感覚で行わないこと。
- 4 室内運動は任意であり、他の人に運動を強制することはしないこと。
- 5 室内運動に当たっては、寝具・キャリーバッグ・タオル等を器具として使用しないこと。
- 6 逆立ち、空手・ボクシングの動作、ブリッジ及びプロレス技等危険な行為は絶対にしないこと。
- 7 飛び跳ねや駆け足等、騒音を発する行為は絶対にしないこと。

しつないびひんいちらんひょう たんどくしつ
室内備品一覧表 (単独室)

しょっき 食器ケース	1
こ ざら 小皿	1
しる わん 汁椀	1
コップ	1
レンゲ	1
ちや お茶ポット	1
ふきん だいふきよう しょっきよう 布巾 (台拭用・食器用)	2
そうじよう しょっきよう スポンジ (掃除用・食器用)	2
しょっきあら せんざい 食器洗い洗剤	1
せんめんき 洗面器	2
ぞう きん 雑巾	2
ほうき	1
ちりとり	1
ばこ いっぱんよう よう ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
つき トイレブラシ (ケース付)	1
せんざい トイレ洗剤 (クレンザー)	1
へん ぶ 片布	7
しけいかくていしやせいかつ こころえ 死刑確定者生活の心得	1
せいかつ 生活のしおり	1

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 寝具類（掛布団及び同カバーに代わる襟布、敷布団及び同カバーに代わるシーツ、タオルケットを所持した場合は毛布、枕及び同カバー、座布団及び同カバー）、箸、コップ、サンダルについて、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てください。なお、他の人が使用中の場合は、貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。

生活のしおり

単独室
確定者用

目次

- 1 いっぱんてき せいかつじょう ころえ
一般的な生活上の心得 P 3～P11
- 2 きょしつけいじばんけいじぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表 P12～P13
- 3 きょしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P14～P15
- 4 こうにゅうもうしこみ はいふ び どうひょうじゅんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P16
- 5 かかくひょう
クリーニング価格表 P17
- 6 さしいれや まる や べんとうしゅうかんこんだてひょう
差入屋（丸の家）弁当週間献立表 P18
- 7 がんせんき さいようりょう
マークシート願箋記載要領 P19
- 8 とりあつかいしょうひんかかくひょう いんしょくぶつとう
取扱商品価格表（飲食物等） P20
- 9 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表（日用品等） P21
- 10 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表（衣類等） P22
- 11 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P23

一般的な生活上の心得 (単独室)

1 願箋の取扱い

(1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名 (苗字のみ)

を、正確に記載すること。

(2) 投薬願箋には、上記 (1) に加え、症状を具体的に
記載すること。

2 薬の取扱い

(1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の
指示に従い、服用確認に応じること。

(2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる
申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

(1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。

(2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにも
たれかからないようにして、定められた場所に座ること。

(3) 生活騒音に係る注意事項

ア 隣室の人の迷惑にならないようマナーやエチケット
を守ること。

イ 夜間の就寝時間帯に便所の流水を行う際は、洗面器に水を溜めて汚物を流すようにしてください。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

4 衛生管理について

(1) 感染予防の観点から食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(2) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(3) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

別紙 1-2

運動・入浴・面会・出廷等連行時の注意事項

- 1 入出室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見，雑談は，禁止する。
- 3 連行中は，職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は，眼鏡，眼鏡ケース，タオル，ハンカチ及び
びり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は，入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会（一般面会及び弁護士面会）及び裁判所等に行く際
に持って行きたい物がある場合は，事前に願箋で許可を受
けてください。直前に申し出ると間に合わない場合があ
るので注意してください。

むりようせんたく じっしよりよう
無料洗濯の実施要領

- 1 洗濯物の点数、種類及び要領については、職員の指示に従うこと。
せんたくもの てんすう しゅるいおよ ようりよう しよくいん し じ
したが
- 2 洗濯物を出す際は、称呼番号が記載された片布を付けること。
せんたくもの だ さい しょうこばんごう きさい へんぶ つ
- 3 厚物衣類（ポケットの装着された上衣及びズボン等）を洗濯に出す場合は、ポケットの中身を確認し、何も入っていない状態ですること。
あつものいるい そうちやく じょういおよ とう
せんたく だ ぼあい なかみ かくにん なに はい
じょうたい だ

ごみの回収について

- 1 ごみの回収は、毎週月曜日及び木曜日に実施します。
なお、ごみ回収日が休庁又は連休に該当する場合は、別途回収日を指定します。
- 2 ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 お菓子の残りや賞味期限の切れたパンなどを出すときは、食事の残飯として出すこと。
- 4 使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、個別に出すこと。
- 5 手紙や裁判書類等、個人情報等の書かれた書類を廃棄するときは、あらかじめ細断しておくこと。
- 6 職員が扉を開扉する際は、座って待つこと。

保管私物の適正管理について

- (1) 居室内は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載されている整頓要領を守ること。
- (2) 窓枠の棧や便所の木枠に私物を置いてはいけません。
- (3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓すること。
- (4) 保管私物の限度量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ70リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限度量を守ってください。差入りの多い人は、差入れをしてくれる相手方に事情を説明して、差入量を調整してください。限度量を常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けることとなります。

タオル及びハンカチの室内洗濯について

タオル及びハンカチの室内洗濯を許可する時間については、次のとおりです。ただし、洗うことができる枚数は、

1日1枚とし、衣類等を洗うことはできません。

【平日】午後1時（室内体操終了後）から3分間以内及び

入浴終了後から3分間以内

【休日】午後3時（室内体操終了後）から3分間以内

この時間のタオル及びハンカチの洗濯については、石けんの使用を許可します。ただし、使用できる水の量は、

洗面器2杯までとします。

カット（調髪）手続について

カットは、希望者に対しておおむね3月に1回実施します。

ただし、髪型は次のカットに限って実施しているので、希望する髪型にならないこともあります。

- ①横と後ろの髪の毛は、あごの長さより短く切りません。
- ②前髪は、眉毛の位置より短く切りません。
- ③直線でカットするだけで、斜めに切ったり、段をつけたりしません。

カットを希望する人は、月の初日（平日）にカット願箋を提出してください。

なお、前回実施してから、2月を経過していない月に願箋を提出しても、実施しません。予約制ではないので、実施可能な月に改めて申し出ること。

たとえば

1月10日にカットを実施した人

4月の初日に出願した場合、「カット願」として受け付け、4月中にカットを実施します。しかし、3月初日に出願した場合は、受け付けませんので、4月初日になってから改めて出願することになります。

入所後初めての出願と前回実施から3月以上経過している場合

希望する月に受け付けます。

視聴覚活動支援に関する 遵守事項

- 1 職員の指示に従って視聴すること。職員の指示に従わない場合には、以後のDVDの視聴を中止する場合がある。
- 2 機器は大切に取り扱い、故障や異常があると思った場合は、すぐに職員に申し出ること。
- 3 視聴時は、ヘッドホンを使用すること。ヘッドホンを使用することに支障がある場合は、使用しなくてもよいが、他の者の生活の妨げとならない程度の音量にすること。
- 4 機器の操作方法についての職員への質問等は、平日の昼間に行うこと。それ以外の日は質問等には応じない。
- 5 視聴する際には、横臥するなどの不体裁な姿勢はとらないこと。
- 6 DVDを視聴していたことを理由に、所定の受付時間以外の発信の申請や物品の購入の願い出は受け付けないので注意すること。
- 7 DVDの視聴をしているときは、信書や書面の作成をしないこと。DVDの視聴が予定されていた時間に、信書や書面の作成を優先するなど、自己の都合により視聴を辞退する場合、代替日は設けないので注意すること。
遵守事項を守らないことで、DVDの視聴が中止となる場合があるので承知しておくこと。

きよしつけいじばんけい じぶつびんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表

- 1 室内体操要領 (室内体操心得, ストレッチ
ング・室内体操)
- 2 インターホンの使用要領
- 3 カレンダー (6か月に1回張り替え)

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きをしないこと。
- ※ 室内体操は静かに行うこと。
飛んだり跳ねたりして大きな音や振動を出
してはいけません。
- ※ 掲示板に掲示物以外のものを貼らないこと。

室内運動心得

室内運動の実施に当たっては、次の事項を必ず守り、他の人や居室に迷惑とならないよう注意してください。

- 1 室内運動は単独で行い、他の人と協力して行わないこと。
- 2 室内放送で流れる「ストレッチ体操」・「室内体操」を除き、複数の人とリズムを合わせて運動を行うことはしないこと。
- 3 腕立伏せや腹筋運動の回数を競ったり、罰ゲームを設定するなど、ゲーム感覚で行わないこと。
- 4 室内運動は任意であり、他の人に運動を強制することはしないこと。
- 5 室内運動に当たっては、寝具・キャリーバッグ・タオル等を器具として使用しないこと。
- 6 逆立ち、空手・ボクシングの動作、ブリッジ及びプロレス技等危険な行為は絶対にしないこと。
- 7 飛び跳ねや駆け足等、騒音を発する行為は絶対にしないこと。

しつないびひんいちらんひょう たんどくしつ
 室内備品一覧表 (単独室)

しょつき 食器ケース	1
こ ざら 小皿	1
しる わん 汁椀	1
コップ	1
レンゲ	1
ちや お茶ポット	1
ふきん だいふきよう しょつきよう 布巾 (台拭用・食器用)	2
そうじよう しょつきよう スポンジ (掃除用・食器用)	2
しょつきあら せんざい 食器洗い洗剤	1
せんめんき 洗面器	2
ぞう きん 雑巾	2
ほうき	1
ちりとり	1
ばこ いっぱんよう よう ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
つき トイレブラシ (ケース付)	1
せんざい トイレ洗剤 (クレンザー)	1
おぶつ い 汚物入れ	1
へん ぶ しょうこばんごう 片布 (称呼番号)	10
しけいかくていしゃせいかつ ころえ 死刑確定者生活の心得	1
せいかつ 生活のしおり	1

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 寝具類（掛布団及び同カバーに代わる襟布、敷布団及び同カバーに代わるシーツ、タオルケットを所持した場合は毛布、枕及び同カバー、座布団及び同カバー）、箸、コップ、サンダルについて、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てください。なお、他の人が使用中の場合は、貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。

生活のしおり

未決拘禁者（病舎）用
受刑者（病舎）用
単独室

目 次

- 1 きゅうようかんじゃせいかつこころえ
休養患者生活心得 P3～P4
- 2 いっぱんてき せいかつじょう こころえ
一般的な生活上の心得 P5～P12
- 3 きょしつけいじばんけい じぶつぴんいちらんひょう
居室掲示板掲示物品一覧表 P13～P14
- 4 きょしつないびひんいちらんひょう
居室内備品一覧表 P15～P16
- 5 こうにゅうもうしこみ はいふ び どうひょうじゅんはやみひょう
購入申込・配布日等標準早見表 P17
- 6 かかくひょう
クリーニング価格表 P18
- 7 さしいれや まる や べんとうしゅうかんこんだてひょう
差入屋（丸の家）弁当週間献立表 P19
- 8 がんせんき さいようりょう
マークシート願箋記載要領 P20
- 9 とりあつかいしょうひんかかくひょう いんしょくぶつとう
取扱商品価格表（飲食物等） P21
- 10 とりあつかいしょうひんかかくひょう にちようひんとう
取扱商品価格表（日用品等） P22
- 11 とりあつかいしょうひんかかくひょう いるいとう
取扱商品価格表（衣類等） P23
- 12 しゅうかんし げっかんしとりあつかいしょうひんいちらんひょう
週刊誌・月刊誌取扱商品一覧表 P24

きゆうようかんじゃせいかつこころえ 休養患者生活心得

- 1 休養患者は、きゆうようかんじゃ あんせい いちにち はや びょうじょう かいふく つと安静、一日も早い病状の回復に努めること。
- 2 休養患者は、きゆうようかんじゃ きゆうようかんじゃどうさじげん げんしゅ せいかつ休養患者動作時限を厳守して生活すること。
- 3 安静時間中は、あんせいじ かんちゆう げんそく きよしつない しょうめい しょうとう しょせき原則として居室内の照明を消灯し、書籍
とう えつらん かいらんしんぶん のぞ い かおな およ しょめん さくせい きん等の閲覧(回覧新聞を除く。以下同じ。)及び書面の作成は禁
止する。

なお、きんきゆう よう しょめん さくせい ひつよう ばあい しょくいん緊急を要する書面の作成が必要な場合には、職員に
もう で じゅけいしやおよ ろうえきじょうりゅうちしゃいがい もの きゆう申し出ること。また、受刑者及び労役場留置者以外の者が休
ようかんじゃ してい ばあい びょうじょう あんせいじ かんちゆう養患者に指定された場合には、病状により、安静時間中であ
いし きよか え ばあい かぎ しょせきとう えつらんっても、医師の許可を得た場合に限り、書籍等を閲覧すること
きぼう しょくいん もう でができるので、希望するものは、職員に申し出ること。

- 4 休養患者の病状により、きゆうようかんじゃ びょうじょう いし うんどうおよ にゆうよく た医師が、運動及び入浴、その他の
じじょう きよしつがい れんこうとう か ひ じっしほうほうとう してい事情による居室外への連行等の可否、実施方法等を指定する
しじ したがので指示に従うこと。

- 5 休養患者の病状により、きゆうようかんじゃ びょうじょう いし ひつよう みと ばあい しょく医師が必要と認めた場合には、食
じ へんこう しょくりょうひん いんりょうおよ しこうひん こうにゆう せいげん事の変更のほか、食料品、飲料及び嗜好品の購入を制限す
しじ したがることがあるので指示に従うこと。

- 6 休養患者は、きゆうようかんじゃ いし ひつよう みと ばあい してい びょう医師が必要と認めた場合には、指定された病
い ちゃくよう しじ したが衣を着用することがあるので指示に従うこと。

休養患者動作時限表

平 日			休 日		
起 床	7 : 3 0	洗面・室内清掃	起 床	7 : 3 0	洗面・室内清掃
点 検	7 : 4 0	人員点検	点 検	7 : 4 0	人員点検
朝 食	7 : 4 5	食 事	朝 食	7 : 4 5	食 事
安静時間	8 : 3 0 1 1 : 4 5	<ul style="list-style-type: none"> ・ 消灯して就床 ・ 書籍の閲覧（回覧新聞は可）及び認書等は原則不可 ・ ラジオ停止 	/	/	/
昼 食	1 1 : 4 5	食 事	昼 食	1 1 : 4 5	食 事
安静時間	1 2 : 3 0 1 6 : 0 0	<ul style="list-style-type: none"> ・ 消灯して就床 ・ 書籍の閲覧（回覧新聞は可）及び認書等は原則不可 ・ ラジオ停止 	安静時間	1 2 : 3 0 1 5 : 0 0	<ul style="list-style-type: none"> ・ 消灯して就床 ・ 書籍の閲覧（回覧新聞は可）及び認書等は原則不可 ・ ラジオ停止
夕 食	1 6 : 0 0	食 事	点 検	1 5 : 5 0	人員点検
点 検	1 7 : 0 0	人員点検	夕 食	1 6 : 0 0	食 事
就寝準備	2 0 : 3 0	洗面・就寝準備等	就寝準備	2 0 : 3 0	洗面・就寝準備等
就 寝	2 1 : 0 0	就 寝	就 寝	2 1 : 0 0	就 寝

・ 上記動作時限のほか、別途、生活心得及び職員の指示に従うこと。

一般的な生活上の心得 (単独室)

1 願箋の取扱い

- (1) 願箋には、居室番号、称呼番号及び氏名(苗字のみ)を、正確に記載すること。
- (2) 投薬願箋には、上記(1)に加え、症状を具体的に記載すること。

2 薬の取扱い

- (1) 職員から受け取った申出薬を服用する際は、職員の指示に従い、服用確認に応じること。
- (2) 医務から室内所持を許可された薬以外の薬、いわゆる申出薬を服用せずに部屋の中に取り置いてはいけません。

3 居室内生活の心得

- (1) 廊下を歩いている他の被収容者を見ないこと。
- (2) 無用に立ち歩くことなく、布団やキャリーバッグにもたれかからないようにして、定められた場所に座ること。
- (3) 生活騒音に係る注意事項
 - ア 隣室の人の迷惑にならないようマナーやエチケットを守ること。
 - イ 夜間の就寝時間帯に便所の流水を行う際は、洗面器に水を溜めて汚物を流すようにしてください。

(4) 水道の使用について

ア 水は大切に使用すること。

イ 水を出しっぱなしにせず、洗面や手洗いの際は、洗面器等に水を溜めて行うこと。

ウ 水を冷却用に使用したり、無断で洗髪、洗体及び衣類等を洗濯することは禁止します。

4 衛生管理について

(1) 感染予防の観点から食事をする前には、手洗いを励行し、居室外から帰ってきた際には、手洗いやうがいの励行を徹底してください。

(2) 支給された食事は、時間内に喫食し、部屋に残してはいけません。

(3) お茶は1日3回支給します。前回支給されたお茶ポットは交換しますので、中身を空にして出してください。

別紙 1-2

運動・入浴・面会・出廷等連行時の注意事項

- 1 入出室時の身体の検査に伴う職員の指示に従うこと。
- 2 連行中の脇見，雑談は，禁止する。
- 3 連行中は，職員の指示に従うこと。
- 4 戸外運動時は，眼鏡，眼鏡ケース，タオル，ハンカチ及びちり紙以外の物は持って行けません。
- 5 入浴時は，入浴道具以外の物は持って行けません。
- 6 面会（一般面会及び弁護士面会）及び裁判所等に行く際に持って行きたい物がある場合は，事前に願箋で許可を受けてください。直前に申し出ると間に合わない場合があるので注意してください。

むりょうせんたく　じっしやうりやう
無料洗濯の実施要領

- 1 洗濯物の点数、種類及び要領については、職員の指示に従うこと。
- 2 洗濯物を出す際は、居室番号が記載された片布を付けること。
- 3 厚物衣類（ポケットの装着された上衣及びズボン等）を洗濯に出す場合は、ポケットの中身を確認し、何も入っていない状態で出すこと。

ごみの回収について

- 1 ごみの回収は、毎週月曜日及び木曜日に実施します。
なお、ごみ回収日が休庁又は連休に該当する場合は、別途回収日を指定します。
- 2 ごみは、一般ごみとプラスチックごみに分別すること。
- 3 お菓子の残りや賞味期限の切れたパンなどを出すときは、食事の残飯として出すこと。
- 4 使用済み電池、古新聞、書籍、衣類等を廃棄するときは、個別に出すこと。
- 5 手紙や裁判書類等、個人情報^かの書かれた書類^{しよるい}を廃棄するときは、あらかじめ細断^{さいだん}しておくこと。
- 6 職員が扉を開扉する際は、座^{すわ}って待つ^まこと。

ほかんしぶつ てきせいかんり
保管私物の適正管理について

- (1) 居室内は、常に整理整頓に心掛け、生活の心得に記載されている整頓要領を守ることを。
- (2) 窓枠の棧や便所の木枠に私物を置いてはいけません。
- (3) 使用していない保管私物は、放置せず定められた場所に整頓すること。
- (4) 保管私物の限量は、本棚及びハンガー3本以内に整然と掛けられた状態の衣類10リットル並びにキャリーバッグ70リットルの合計80リットルです。それ以上の保管私物を所持している人は、宅下げや廃棄を行うなどして限量を守ってください。差入りの多い人は、差入れをしてくれる相手方に事情を説明して、差入量を調整してください。限量を常態的に守らない人は、法令に基づき各種制限を受けることとなります。

タオル及びハンカチの室内洗濯について

タオル及びハンカチの室内洗濯を許可する時間については、次のとおりです。ただし、洗うことができる枚数は、1日1枚とし、衣類等を洗うことはできません。

【平日】午後1時（室内体操終了後）から3分間以内及び入浴終了後から3分間以内

【休日】午後3時（室内体操終了後）から3分間以内

この時間のタオル及びハンカチの洗濯については、石けんの使用を許可します。ただし、使用できる水の量は、洗面器2杯までとします。

むりょうりはつじっししょうりょう
無料理髪実施要領について

- 1 理髪については、おおむね2か月に1回実施します。
実施日直前に担当職員から告知がありますので、希望者は申し出て下さい。
- 2 理髪時の注意事項は、次のとおりです。
 - (1) 理髪時は、職員の指示に従い、理髪係受刑者に話しかけたり、理髪器具を触ったりしてはいけません。指示に従わなかった場合は、理髪を中止した上、反則行為として調査に付すことがあります。
 - (2) 顔そり等は実施しません。
 - (3) 特殊な髪形（モヒカン刈り、アメリカン、タイソンカット、ツープロックなど。）及び総ハサミ刈りは実施しません。
 - (4) 最初に申し出た髪型で刈り始めた後に刈り直しはしません。
 - (5) 裾刈り（襟首又はもみあげ付近）はバリカンで刈ります。
 - (6) 頭部に皮膚疾患（湿疹又はシラクモなど。）がある人は、事前に職員に申し出て下さい。

きよしつけいじばんけいじぶつぴんいちらんひよう
居室掲示板掲示物品一覧表

- 1 室内体操要領 (室内体操心得, ストレッチ
ング・室内体操)
- 2 インターホンの使用要領
- 3 カレンダー (6 か月に 1 回張り替え)

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ カレンダーに落書きをしないこと。
- ※ 室内体操は静かに行うこと。
飛んだり跳ねたりして大きな音や振動を出
してはいけません。
- ※ 掲示板に掲示物以外のものを貼らないこと。

室内運動心得

室内運動の実施にあたっては、次の事項を必ず守り、他の人や居室に迷惑とならないよう注意してください。

- 1 室内運動は単独で行い、他の人と協力して行わないこと。
- 2 室内放送で流れる「ストレッチング体操」・「室内体操」を除き、複数の人とリズムを合わせて運動を行うことはしないこと。
- 3 腕立伏せや腹筋運動の回数を競ったり、罰ゲームを設定するなど、ゲーム感覚で行わないこと。
- 4 室内運動は任意であり、他の人に運動を強制することはしないこと。
- 5 室内運動にあたっては、寝具・キャリーバッグ・タオル等を器具として使用しないこと。
- 6 逆立ち、空手・ボクシングの動作、ブリッジ及びプロレス技等危険な行為は絶対にしないこと。
- 7 飛び跳ねや駆け足等、騒音を発する行為は絶対にしないこと。

しつないびひんいちらんひょう たんどくしつ
 室内備品一覧表 (単独室)

しよつき 食器ケース	1
こ ざら 小皿	1
しる わん 汁椀	1
コップ	1
レンゲ	1
ちや お茶ポット	1
ふきん だいふきよう しよつきよう 布巾 (台拭用・食器用)	2
そうじよう しよつきよう スポンジ (掃除用・食器用)	2
しよつきあら せんざい 食器洗い洗剤	1
せんめんき 洗面器	2
ぞう きん 雑巾	2
ほうき	1
ちりとり	1
ばこ いっぱんよう よう ゴミ箱 (一般用・プラスチック用)	2
つき トイレブラシ (ケース付)	1
せんざい トイレ洗剤	1
へん ぶ 片布	7
しょうとうだい 床頭台	1
みけつこうきんしゃとうせいかつ こころえ 未決拘禁者等生活の心得	1
せいかつ 生活のしおり	1

ちゅういじこう
【注意事項】

- ※ 室内備品は、大切に使用すること。
- ※ 転室の際は、箸、レンゲ、スリッパ以外の物は持って行かないこと。
- ※ 寝具類（掛布団及び同カバーに代わる襟布、敷布団及び同カバーに代わるシーツ、タオルケットを所持した場合は毛布、枕及び同カバー、座布団及び同カバー）、箸、コップ、サンダルについて、私物の物を所持した際には、官物を回収します。
- ※ 国語辞典、小六法、弁護士名簿、郵便番号帳（ポスタルガイド）、筆記具及び老眼鏡について、貸与を希望する人は申し出てください。なお、他の人が使用中の場合は、貸与するのが遅れたり、貸与できないことがあります。