

実習生の一日の流れ

実習生の 一日の流れは右の通りです。

実習生の朝は早く、ラジオ体操から実習生の1日が始まります。体を動かすことでとても気持ちのいい朝を送ることができます。

しっかりと朝から食べ、これからの学習、作業に備えるためにエネルギーをチャージします。

掃除までに身支度、部屋の掃除、ごみ捨てを空いた時間におこない学習、船内作業となります。

右の予定以外の時間は基本、自由時間で学習する人、息抜きをする人、睡眠をとる人と様々です。

この一日の流れの他に当直業務、食当業務も入ってきます。

当直では実際の船の業務を経験し、社会に出ても困らないように多くのことを学びます。

実習生の一日

06:20	起床
06:30	点呼・ラジオ体操
06:50	朝食
08:00	掃除
08:30	学習 Or 作業
10:30	学習終了
12:00	昼食
13:00	学習 Or 作業
15:00	学習終了
17:30	夕食
20:30	点呼
22:00	消灯

