TKC ご利用のご案内

AOTS 東京研修センター(TKC)は、主として海外からの研修生のための研修宿泊施設です。
当センターは、研修生にとっての、日本での“家”でありたいと願っています。また、当センターでの滞在が、世界各国から集った人々と友情を深める絶好の機会となり、そして、文化・生活習慣のそれぞれ異なる方々と生活を共にすることが、真の相互理解・国際親善につながってゆくものと期待しています。

当センターは研修宿泊施設なので生活・滞在上の規則が一般のホテルと異なる部分があります。皆様に快適で安全な生活を提供させて頂くためこの冊子をよくお読みの上、ご協力下さいますようお願い致します。

一般財団法人 海外産業人材育成協会(AOTS)
東京研修センター(TKC)

〒120-8534 東京都足立区千住東 1-30-1
TEL: 03-3888-8231 FAX: 03-3888-0763
https://www.aots.jp/ E-mail: information-ay@aots.jp

2025 年 5 月改訂

客室のご案内

安全安心と全館禁煙

安全・防犯の観点から、自炊禁止、ご友人やお客様の個室への案内は禁止しています。
館内は完全禁煙です。
喫煙は、建物外に設置の所定の喫煙場所にてお願いします。

貴重品保管箱

貴重品は、個室内クローゼットに設置の金庫、または受付の貴重品保管箱にお預け下さい。受付でお預かりした物以外については、**万が一お部屋もしくは当センター内で紛失や盗難が起こっても、当センターは一切責任を負いません。**

ルームキー、施錠確認

メインスイッチ

お部屋の鍵はオートロックではありません。
在室中およびお部屋を空ける際は必ず施錠して下さい。
木製キータグは電源メインスイッチなので抜かないで下さい。

冷蔵庫　冷蔵庫は常に清潔な状態でご利用下さい。
チェックアウト後に冷蔵庫内に残っている食品は当施設側で処分いたします。

電　話　**内線電話**

「1」をプッシュした後に、相手の部屋番号をプッシュして下さい。
受付の内線番号は、「9」です。

ベッドボード・アラーム設定方法

アラームの ON/OFF スイッチを押して下さい。
（“ベル”マークとアラーム時刻の表示が点灯します。）
時刻調整スイッチ▲▼を押してアラーム時刻をセットして下さい。
▲進む　：1回押す毎に 1 分進みます。
▼後退　：押し続けると早送りになります。

解除方法

アラームの ON/OFF スイッチを押すと、アラームが止まります。
（“ベル”マークとアラーム時刻の表示が消えます。）
アラーム ON/OFF スイッチを押さないと、約 3 分間アラームが鳴り続けます。

2025 年 5 月改訂

テレビ、家電製品のご使用について

東京地域で受信できる地上波をご覧になれます。
日本国内の電圧は 100Vです。100V以外の製品は使用しないで下さい。

インターネット

無線 LAN のログイン ID、パスワード情報は、各階のエレベーターホールに掲示しています。

バスルーム

トイレ

備え付けのトイレットペーパー以外の物は流さないで下さい。

洗面台、バスタブ

髪の毛、食べ残し等のゴミは流さないで下さい。
髪染め剤（ヘアカラー）を使用する場合は、バスルームを含む室内の壁・床等に汚れがつかないよう、ご注意下さい。
バスルームからの蒸気が火災報知器を誤作動させる場合があるため、使用時は必ずバスルームのドアをしめて下さい。

飲用可

バスルーム内の蛇口の水は、飲むことが出来ます。

お部屋の清掃

清掃日：原則、土曜日、日曜日を除き毎日お部屋の清掃をします。
清掃時間：午前 10 時から午後 4 時頃
ベッドシーツの交換：土曜日、日曜日を除き 3 日に 1 度

DD カード(Don't Disturb カード)

清掃を希望しない場合：当日朝 08:00 までに「DD (Don't Disturb)カード」をドアノブに掲示して下さい。ただし、清掃・ベッドシーツ交換を行わないのは連続して 3 日目までです。4 日目以降に DD カードが掛かっていても、衛生上の問題から清掃・ベッドシーツ交換を行います。

お静かに

特に夜 22:00～朝 07:00 の間は、他のお部屋の方々の迷惑にならないようお静かに願います。

お部屋の汚損等について

客室内の汚損・破損等が発見された場合、現状復帰に必要な実費を請求させていただきます。

来　客

皆様のお客様やご友人をお部屋へご案内することは禁止です。接客はロビーでお願いします。

服　装

寝巻きや下着、スリッパのままお部屋の外に出ないで下さい。

2025 年 5 月改訂

受付サービスのご案内

利用時間　：　06:00～00:00(24:00)
チェックイン　：　15:00～00:00(24:00)
チェックアウト：　06:00～10:00
上記の時間を原則とします。

お支払い

お支払いは現金（日本円）またはクレジットカード(VISA, MASTER、JCB、AMEX、DINERS)でお願いします。
トラベラーズチェック、外貨はお取扱いできません。また、当センターでは外貨両替は出来ません。

各種取次ぎサービス、消耗品販売等

ドライクリーニング、宅配便の取次ぎをしています。コピー、プリントサービスもございます。
洗剤、アメニティセット（石鹸・シャンプー・コンディショナー・歯磨きセット）等の消耗品を販売しています。
※ナイトウェアのご準備はございません。

貸　出

コンセント変換プラグ、Wifi ルーターなどを貸し出ししています。

門　限

門限は 23:00 です。深夜 00:00(24:00)～翌朝 06:00 の間は施錠しますので、やむを得ない事情で門限に間に合わない場合は、あらかじめ受付にご連絡下さい。

外出、パスポート、外国人登録証の携帯

外出されるときは、ルームキーを必ず受付へお預け下さい。
日本に滞在する全ての外国人は、常にパスポートまたは外国人登録証または在留許可証の携帯が法律で義務付けられています。外出の際は、お忘れにならないようお気を付け下さい。
外泊される場合は、安全管理上、予め受付に届け出をご提出下さい。

医療関係のサポート

病院引率

必要な場合には近隣の病院に引率致します。受付にご相談下さい。
なお、通院に係る費用は付保されている保険による対応が原則となります。

医療相談

医師による無料の医療相談を実施しています。ご利用希望の方は受付でお申し込み下さい。日時については、1 階ロビー掲示板、エレベーター内にその都度掲示致します。

2025 年 5 月改訂

施設のご案内

食　堂　**食堂は、1階にあります。**

食堂ではセルフサービス制をとっております。**食堂の**営業時間については、チェックイン時に受付からお渡ししている入館案内「TKC へようこそ」の記載をご参照下さい。

飲料水

冷水・湯

2 階～6 階の給水機をご利用下さい。

角　氷

食堂および 2 階の製氷機をご利用下さい。

自動販売機

地下 1 階、1 階食堂、2 階、3 階に設置しています。

洗濯室

ご利用方法

男性専用は地下 1 階、女性専用は 4 階に設置しています。全自動洗濯機、乾燥機、アイロンを無料でご利用になれます。

防災上、アイロンをお部屋に持ち込むことは禁止です。

ご利用時間　07:00～23:00

スポーツ

卓球　地下1階　用具の貸し出しは、受付までお問い合わせ下さい。

2025 年 5 月改訂

防災および避難についてのご案内

TKC の建物は、在館者の安全のために震度7の地震にも倒壊しない耐震性、火災が延焼しないスプリンクラー設備を備えるなど十分な配慮がなされています。しかし、ちょっとした不注意や不可抗力の事故によって、思いがけない災害が発生することがあります。万一の場合に備え、以下の諸注意をよく読んでおいて下さい。安全で快適な生活のため、皆様のご協力をお願いいたします。

1. 防火
   ① 館内禁煙
   ② 火気厳禁。客室内では、アイロン、コンロ、ストーブ、湯沸かし器などの電気器具の使用は禁止です。

2. 火災感知
   ① 客室で火災が発生すると、火災感知器が作動し、非常ベルが鳴ります。
   ② 火災感知器は浴室からの蒸気やたばこの煙で作動することもあります。誤作動を防ぐために、浴室のドアを開けたままシャワーを使わないで下さい。

3. スプリンクラー
   館内全域に消火装置としてスプリンクラーが設置されており、高温を感知すると作動します。

4. 火災発生合図
   ① 非常ベルが鳴ると、係員が火災発生の有無を確認するために客室を点検して廻ります。
   ② 火災発生が確認されると、再び非常ベルが鳴らされ、全館に火災発生が放送されます。

5. 避難
   ① 火災発生の合図があったら、すばやく避難して下さい。避難ルートは、客室ドアの内側および各フロアの通路に掲示してありますから、前もって確認して下さい。
   ② 廊下から避難することができない時は、ベランダに出て非常ハシゴを使い、下の階へ降りて下さい（非常ハシゴのある場所を前もって確認しておいて下さい）。窓から飛び降りることは危険ですから、絶対にしないで下さい。
   ③ エレベーターは使わないで下さい。途中で停止して、閉じ込められてしまうことがあります。
   ④ 避難の際には通路や階段で転んで怪我をしないよう、係員の指示に従い、慌てず落ち着いて行動して下さい。

非常口サイン

6. 地震
   ① 地震が起きても慌てず、まず身の安全を図って下さい。
   ② 避難が必要な場合は館内放送にて指示します。
   ③ 避難の際は係員の指示に従って下さい。

2025 年 5 月改訂

7. 停電

突発的な事故で停電した場合は自家用発電機が作動しますのでご安心下さい。

8. 消防訓練

当東京研修センターでは、定期的に消防訓練を実施しております。訓練時は非常放送やサイレンなどが鳴動しますが、あらかじめご了承下さい。消防訓練を行う際は、事前に掲示と館内放送でお知らせいたします。

9. 防災についてのご参考情報

日本国内行政機関により、日本に滞在する外国人の方々向けに、例えば下記のような各種の有用な防災関連情報が公開されています。また、これらの他にも「日本に滞在する外国人向けの防災情報」等のキーワード検索で関連情報を得ることが可能です。

東京都　防災リーフレット　英語・タガログ語
https://www.seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/chiiki_tabunka/tabunka/tabunkasuishin/files/0000000144/2022bousaileaf_eng_taga.pdf

東京都　防災リーフレット　中国・韓国語
https://www.seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/chiiki_tabunka/tabunka/tabunkasuishin/files/0000000144/2022bousaileaf_chi_kor.pdf

東京都　防災リーフレット　ベトナム語版
https://www.seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/chiiki_tabunka/tabunka/tabunkasuishin/files/0000000144/2022bousaileaf_viet_nep.pdf

東京都　防災リーフレット　やさしい日本語版
https://www.seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/chiiki_tabunka/tabunka/tabunkasuishin/files/0000000144/2022bousaileaf_yasanichi.pdf

東京都　外国人のためのヘルプカード　スペイン語・ポルトガル語
https://www.seikatubunka.metro.tokyo.lg.jp/chiiki_tabunka/tabunka/tabunkasuishin/files/0000000144/22help_espa_por.pdf