

修学旅行諸注意

1 携行品 <<必要最低限のものがあればよい & 個人の携行品にはすべて記名する>>

1	し お り	必要事項を記入しておく
2	生 徒 証 明 書	常時携帯しておく
3	健 康 保 険 証	コピー可(しおりに貼付)
4	旅 行 バッグ	普段使用しているスポーツバッグでよい(新たに購入する必要はない) 貴重品はサブバッグに入れ、持ち歩く
5	雨 具	携帯用カッパ、折りたたみ傘等
6	所 持 金	必要最低限度額(各自が責任を持って管理できる金額)
7	衣 類	制服(夏服、制服のベスト、体調に合わせて冬の制服を持ってきててもよい)、Tシャツ、自然体験学習時の着替えとして私服のトレーナー、ジャージ上下など 下着(寒く感じることもあるので、長袖の下着もあったほうがよい)
8	洗 面 用 具	タオル歯ブラシはホテルにあるが、自分でも用意しておく それ以外に各自必要な物(化粧品は禁止) ハンカチ、ティッシュ等
9	筆 記 用 具	ハサミ・カッターは飛行機に持ち込めない
10	時 計	普段使い慣れたものを持ってくる
11	個人の常備薬	酔い止め、頭痛薬、カットバン等、各自で必要と思われる物
12	靴	校則に準拠した、履き慣れた運動靴がよい(新しい物は靴擦れになりやすい)
13	ビニール袋	自然体験のラフティングで服が濡れることもある
14	マ ス ク	4日分必ず持参
15	体 温 計	はしかの流行に備えて、各自で準備する
16	そ の 他	○携帯電話を持参してもよい ※使用のルール(p.11 の7⑥)を守ること ○カメラを持参してもよい (各自で記入)

2 服装について

<<学校の公式行事であり、学校を代表して北海道を訪問し研修するので、正式の服装をする>>

① 制服をきちんと着こなす。

校章を必ずつける。

シャツ、ブラウスの下は白無地(ワンポイント可)のものを着用。

1日目、2日目の午後、3日目、4日目は制服

2日目午前の自然体験学習はそれぞれの内容にあった服装

② 頭髪など身だしなみの整備をする。

③ ホテル内は体操服、Tシャツ・ジャージ等でよい。

(ただし、浴衣、パジャマ、下着、スリッパで部屋の外に出ることは厳禁する)

3 団体行動について 《学校の品位を損なう行動はしない》

- ① 集合時間と場所は必ず各自が確認し、厳守すること。(5分前集合の精神)
- ② 集合の際、班長(班別研修)、学級委員(各クラス)は必ず点呼をし、担任と集団指揮係に伝える。
- ③ 飛行機内、ホテル内、観光地などでは一般客に迷惑をかけないように行動する。
- ④ クラス単位、班単位で行動する。(個人行動厳禁)
- ⑤ 添乗員、ガイド、ドライバー、カメラマンの方々は西高の職員と同じ。指示を守る。
- ⑥ バス内、見学地、食堂、ホテル等のゴミの減量化および美化に協力する。
(バスのゴミは用意したビニール袋にまとめ、空き缶やゴミのポイ捨ては絶対にしない)

4 乗り物内の注意 《車内のルール＆マナーを守り、他に迷惑をかけない》

- ① 乗務員、添乗員、引率者の指示を厳守する。
- ② 指定された座席に座る。
- ③ 体調が悪くなった場合はすぐに連絡する。

5 ホテルでの心得 《ホテルのルール＆マナーを守り、他の宿泊客に迷惑をかけない》

- ① 非常口・非常階段・避難経路等をしっかり確認しておく。
- ② 各部屋では室長の指示に従い、勝手な行動をとらない。(許可なく勝手にホテル外へ出ない)
- ③ 決められた部屋割りを守る。(勝手に部屋を変えない)
- ④ 各部屋の電話、冷蔵庫のものなどは使用禁止。
- ⑤ 食事時間、入浴時間を厳守する。
- ⑥ 異性の部屋への立ち入りは厳禁する。
- ⑦ 就寝時の点呼以降は部屋から出ない。
- ⑧ 消灯、就寝時間を守り、睡眠を十分にとる。
- ⑨ オートロックに注意する。部屋のドアの開閉は静かに行う。
- ⑩ ゲームコーナー等の遊戯施設には立ち入らない。

6 保健衛生上の注意

- ① 就寝時間に睡眠を十分にとる。
- ② 食事をきちんととる。
- ③ 暴飲暴食をしない。生水を飲まない。
- ④ 気温が低いこともあるので、着衣の調節をし、体調を崩さないように心がける。
- ⑤ 乗り物に酔いやすい者は、極端な空腹や満腹をさける。
- ⑥ 何か異常があれば、すぐに担任、添乗員に連絡する。
- ⑦ 室長は班員の体調を常にチェックしておく。

7 その他

- ① 現金、貴重品の管理は各自が責任を持って行うこと。
- ② 旅行日程、ホテルの所在地、電話番号等は必ず家族に知らせておく。
- ③ 万一、参加できなくなったときは所定の手続きに従って必ず事前に連絡する。
- ④ 小遣いは各自、常識的な範囲で必要な額を持参する。
- ⑤ 土産として酒類を購入することは禁止する。
- ⑥ 携帯電話の使用については、基本的には学校生活と同じとする。(電源を切って鞆の中に入れておく)
 - ※ バス内、ホテルのロビーや廊下などの公共の場において使用しない。
 - ※ 3日目の班別行動中は各自携帯しても構わない。班長は必ず携帯すること。
 - ※ 不正使用が発覚した場合は、修学旅行中預かり指導する。