

ナンクルないさ

北海道 共育の森学園 小樽明峰高等学校

《 沖縄 》 修学旅行 0 日目

2022(令和4)年 11月 1 日(火)

修学旅行を全力で楽しもう!

◎ 一生の思い出に残る旅行が、
いよいよ明日から始まります。

私、修学旅行団の団長を務め
させていただく校長の石澤隆一
です。楽しい旅行にしたいですね!



◎ 旅行中は【修学旅行通信】を発行して
いきます。旅のお友にぜひ読んでください。
実行委員が作成した【修学旅行のしおり】
は最高の必需品です。大切に持ち歩きましょう。

旅行で一番大切なことは?

- ◎ 何だと思いませんか? 出発前に考えておこう!
自分にとっても、参加あるみんなにとっても、
家で待つ家族や引率おる先生方にとっても、
最高に楽しい旅行ってなんだろうね。
- ◎ 逆に最悪の旅行ってなんだろうね。
最高に楽しい旅行にあるために何が大切
か、参加ある自身がちゃんと考えてほしいです。
心と体の準備、ちゃんとできていますか?

みんなの健康を守る中島愛里先生から 自分で体調管理をしよう!



◎ 明日からの4日間は、普段と環境が違うため、心も体も疲れやすくなります。特に「睡眠不足」と「便秘」に注意! 健康のために、バイクでは意識して野菜を食べ、しっかり睡眠をとることを心がけましょう!

みんなが健康で安全に過ごせるようにしよう!



◎ 自分は楽しくても同じ部屋の中には疲れている人や体調が悪くて早く寝たい人がいるかもしれません。夜遅くまでのおしゃべりや消灯後に明かりをつけたり、スマホをいじったりすることは控えましょう。また、ホコリアレルギーの人もあります。ベッドの上を飛び蹴る行為や枕投げは絶対にやめましょう。

◎ 先生は修学旅行で友達と喧嘩をして、卒業までずっと気まずいまま、という苦い思い出があります…。思いやり・ゆずり合い・助け合いを大切にして、良い思い出を作りましょうね。みんなと行く修学旅行を私もとっても楽しみにしています!

