

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 〇日目

2022(令和4)年 11月 1日(火)

修学旅行を全力で楽しもう!

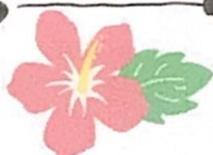
- ①一生の思い出に残る旅行が、いよいよ明日から始まります。私は、修学旅行団の団長を務めさせていただく校長の石澤隆一です。楽しい旅行にしたいですね！
- ②旅行中は【修学旅行通信】を発行していきます。旅のお友にぜひ読んでください。実行委員会作成した【修学旅行のしおり】は最高の必需品です。大切に持ち歩きましょう。



旅行で一番大切なことは？

- ①何だと思いますか？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、家を待つ家族や引率する先生方にとっても、最高に楽しい旅行ってなんだろ？
- ②逆に最悪の旅行ってなんだろ？ね。最高に楽しい旅行にするために何が大切か、参加ある自身が友んと考えほしいです。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！



- ①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、バーベキューでは意識して野菜を食べ、しっかり睡眠をとることをバージョンしよう！



みんなが「健康で安全に過ごせるようにしよう！」

- ①自分は楽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います。ベッドの上を飛び跳ねる行為や枕投げは絶対にやめましょう。

- ②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、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！

