



令和6年(2024年)10月16日(水)～19日(土)

北海道厚真高等学校

北海道勇払郡厚真町本郷234の3

(0145-27-2069)

巻頭言

北海道厚真高等学校長 佐瀬 雅彦

今回の見学旅行では、4つの世界遺産を見学します。厳島神社、広島原爆ドーム、清水寺、金閣寺。私は、厳島神社に行くのは初めてで、とても楽しみにしています。

原爆投下は、今から約 80 年も前のできことです。私から見れば祖父母世代のこと、高校生の皆さんにとっては曾祖父母(祖父母の親)か高祖父母(祖父母の祖父母)の世代の話です。投下後の悲惨な状況については皆さん知っています。しかし、昔のことだし、今の生活にはピンと結びつかないと感じている人もいるかも知れません。ただ、このようなことが、今後私たちの身に起きないのか？と考えると、それはわかりません。現に、今日も戦争は世界各地で起こっています。

悲劇を避けるには、まず悲劇のことを知らなければなりません。ドームなどの原爆の跡や、資料館で遺物をじかに見るというのは、本や映像で見るとはまた違う、特別な意味のあることだと思います。

北海道と関西では、家の形や自然、言葉や人の雰囲気(言葉、服装、仕草など)、食べ物など、いろいろなことが違います。よく見て、聞いて、触って、味わって、異なる「もの」を楽しんでください。また、旅行中、現代的な日本の姿にもいくつも出会えると思います。外国人観光客(インバウンド)の人数には、圧倒されるかも知れませんね。大阪では、『USJ』に行く人も多いのではないですか？私は、USJ は現代日本を表す代表的な施設だと思います。実は、この施設、10 数年前に一度つぶれかけています。それを、森岡毅(よくテレビに出ています)さんらが中心になって立て直しました。お客さんが来たくなるような工夫を、あちこちに仕掛けたようです。一例をあげれば、『ユニバーサル』は映画会社ですが、映画以外のアトラクションやキャラクターもありますよね。皆さんは、USJ の何が楽しみですか？そうした工夫、つまり何が人を引きつけているのかを考えるのも面白いかも知れません。

見学旅行は、個人旅行や家族旅行とは違いますから、いろいろな面でお互いが気を付ける必要があります。旅は人を開放的な気持ちにしますので、ルールやマナーを守ること、思いやりや譲り合いの気持ち、感謝などについては、特に心掛けてください。寝不足から体調不良にならない、不用意な行動でトラブルに巻き込まれないなど、考えて行動をしてください。

それでは、様々なものを感じる旅に出かけましょう。

— 目次 —

1	見学旅行心得	3
2	旅行日程表	5
3	自主研修計画表	15
4	班割・部屋割り	17
5	持ち物チェックリスト	18
6	身だしなみチェックリスト	18
7	研修日誌	19
8	メモ欄	23
9	飛行機の荷物について	25
10	集合場所	26

1 見学旅行心得

(1) 見学旅行のねらい

- ① 集団行動を通じて人間的なふれ合いを深め、集団の規律や秩序を重んじる態度を育成する。
- ② 伝統や慣習、気候や風土等の異なる地域を訪れ、個々の文化や地域性を学び、社会的見識を深める。

(2) 基本的な心構え

- ① 常に目的意識を持って行動し、見学地の文化を積極的に学びとる。
- ② 集団行動のルールを守り、落ち着きある行動を心がけ、事故が起きないように各自が注意する。
 - ・10分前行動5分前集合を心がけ、絶対に時間に遅れない。
 - ・連絡事項をきちんと聞き、メモをとる。
 - ・単独行動や自分勝手な行動をしない。
 - ・他人に迷惑をかける行動をしない。
- ③ 引率の先生や添乗員の指示に従う。
- ④ 他校生や外部の人とトラブルを招かないよう、言動に注意する。

(3) 服装について

- ① 服装・頭髪等は生徒心得に従う。
- ② 制服を着用するときは、正装(ブレザー、ネクタイ、リボン、校章)を原則とする。その他、場所ごとの指示に従う。
- ③ 私服は華美にならないようにする。極端に露出の多い服やアクセサリーは認めない。

(4) 持ち物

- ① 荷物は必要最低限とし、不要なものは持っていかない。
- ② カバンに指定のタグを取りつける(目印代わりに付けるので、学校名以外は記入しなくてよい)。
- ③ 高価なものや不必要な貴重品は持っていかない(紛失等は自己責任)。
- ④ 小遣いは自主研修の費用を含めて40,000円以内とし、2カ所に分けて保管するなど金銭の管理には十分気をつける。
- ⑤ 1人1枚ICカード(kitaca)を配布する。2,500分チャージされているので、自主研修の移動や買い物などに使うことができるので、なくさず持ち歩くこと。なお旅行後もカードの回収は行わない。

(5) 乗り物を利用する際の注意

- ① 添乗員や係員の指示に従って素早く行動し、列が広がらないようにする。
- ② 指定された席に座る。
- ③ 一般客に迷惑をかけないようマナーを守る(大声・携帯電話など)。
- ④ 航空機搭乗時は手荷物を一つにまとめ、検査に手間取らないように注意する。
- ⑤ 航空機内では係員の指示に従い、電子機器(携帯電話等)は電波を発信しないように設定する。

- ⑥ 航空機内ではトイレ以外で席を立たず、シートベルトを着用する。

(6) ホテルでの注意

- ① 自分の部屋割を守る。異性の部屋への出入を禁止する。また点呼以降は他室の訪問を禁止する。
- ② 室内はきれいに使用する。備品を大切に扱い、壊したり持ち帰ったりしない。
- ③ 貴重品の管理に十分注意する。
- ④ 避難経路・非常口を必ず確認する。
- ⑤ 室内電話は使用しない。
- ⑥ 館内ではパジャマ・スリッパ・裸足などで廊下に出ない。
- ⑦ ホテルはオートロックのため、必ず鍵を持って部屋を出る。また無くさない。

(7) 見学する際の注意

- ① 立入禁止や撮影禁止等の指示・標示に従う。
- ② 文化財へ落書や破損を絶対にしない(処罰対象)。

(8) 自主研修中の注意

- ① 自主研修計画表に基づき、必ず班ごとに行動する。
- ② 必要に応じてメモをとり、写真等記録に残すようにする。自主研修先では集合写真を撮るようにする。
- ③ 緊急時にはすみやかに先生に連絡する。
- ④ 自主研修終了(帰着)時刻を厳守する。

(9) 外出について

- ① 宿からの外出は決められた時間を厳守する。
- ② トラブル防止のため、必要以上の金銭は持って行かない。

(10) 健康管理について

- ① 出発前から健康管理に注意し、体調を整えておく。
- ② 食事と睡眠をきちんととり、楽しい旅行になるよう心がける。
- ③ 体調が悪いときはすぐに先生に申し出て、無理はしない。

(11) その他

- ① 旅行中は常に「身分証明書」と「見学旅行のしおり」を携行する。
- ② 班行動中は互いに班員の確認を怠らない(単独行動をしない、させない)。
- ③ 点呼時間(22:00)までに日誌を記入し、点呼の際教員へ提出する。

2 旅行日程表 (10月16日・1日目)

旅行日程表：10月16日(水) (1日目)

時間	時程・動き	詳 細
		JR 苫小牧発 7:00 南千歳着 7:20 南千歳発 7:26 新千歳着 7:30
8:00	新千歳空港集合	・2階「センタープラザ」集合・整列・点呼 ・チケット受取 → 荷物預かり → 手荷物検査 → 搭乗口前集合 ・2列で移動 (9:00)
9:30	新千歳空港出発 ANA54	・自分の番号の席に着席、席移動禁止 【携帯電源OFF】
11:10	羽田空港到着	・乗り継ぎ先まで移動 ・この間にトイレを済ませておく ・弁当を受け取り次の飛行機に搭乗する
12:30	羽田空港出発 ANA635	・自分の番号の席に着席、席移動禁止 ・機内で昼食(ごみは降機時などにCAに渡す)
14:10	岩国空港到着	・順に降機しターンテーブルまで移動 ・預け荷物を受け取る ・集合・整列・点呼 ・バス乗り場まで移動
14:30	岩国空港出発	・バスで移動
15:20	宮島口到着	・フェリー乗り場まで移動 ・集合・整列・点呼
15:30	宮島口出発	・フェリーで移動
15:40	宮島到着	・集合・整列・点呼 ・宮島ガイドの方の案内で見学
17:30	宮島出発	・集合・整列・点呼 ・フェリーで移動
17:40	宮島口到着	・バス乗り場まで移動
17:50	宮島口出発	・バスで移動
18:30	ホテル到着 【ホテルマイステイズ広島平和公園前】 082-536-2031	・到着確認を受けた班は、鍵を受け取り、自分の部屋へ(原則階段利用) ジャージ等に替えても良い ・部屋の破損チェック → 担任に報告 ※非常口確認 ・委員長は、ホテルへ挨拶
19:00	夕食	・会場:2階 宴会場 ・全員が揃い次第食事をする 号令(副委員長)

20:00	自由時間	<ul style="list-style-type: none"> ・外出可能時間:20:00～21:00(※近距離のみ) ・入浴は点呼までには済ませておくこと
21:30	班長会議 研修班の班長集合	<ul style="list-style-type: none"> ・会場:1Fロビーラウンジ ・しおりと筆記用具持参
21:40	班会議 研修のまとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・班長(研修班)の部屋に集合 班長:班員連絡 保健係:班員健康チェック(体調不良者がいれば報告) ※終わったら速やかに自分の部屋に戻る ・研修日誌の記入 ・翌日の日程確認、荷物整理
22:00	点呼・就寝準備	<ul style="list-style-type: none"> ・他室訪問禁止 ・点呼の際、研修日誌提出
22:30	消灯・就寝	<ul style="list-style-type: none"> ・体調不良者の連絡(川崎から引率団へ)

【携帯使用禁止】

(10月16日・2日目)

旅行日程表：10月17日（木）（2日目）

時間	時程・動き	詳細
6:00	起床	・部屋の片付け(布団の整理・ゴミ片付け)
7:00	朝食	・会場:2階 宴会場 ・全員が揃い次第食事をする ・食事終了後、移動準備・部屋の整理整頓 号令(副委員長)
8:25	講話会場集合	・荷物を全て持ち会場集合(鍵は黒田先生へ提出) ・指定の座席に座る(しおり・筆記用具の準備)
8:30	被爆体験講話	・しおりにメモをしながら真剣に聞く ・終了後、委員長からお礼の言葉 ・玄関へ荷物を持ち移動(荷物はホテルから広島駅まで別送)
9:30	ホテル出発	・集合・整列・点呼 ・徒歩にて原爆資料館まで移動
9:40	原爆資料館到着	・各自館内を見学
10:30	原爆資料館出発	・ガイドの方の案内で「平和公園碑めぐり散策」
	平和セレモニー	・場所:原爆の子の像 又は 原爆ドーム ①黙祷 ②平和宣言 ③千羽鶴奉納 終了後クラス写真撮影
11:50	原爆ドーム到着	・見学後ガイドの方へのお礼の言葉 ・全て終了後、広電電停「原爆ドーム前」へ移動
	電停「原爆ドーム前」到着	・集合・整列・点呼
12:00頃	電停「原爆ドーム前」出発	・広電は貸し切り、専用列車に乗り込む
12:15頃	電停「広島駅」到着	・到着したらそのまま昼食場所へ移動
12:30	昼食場所到着 鉄ぱん屋 弁兵衛 広島駅北口店	・到着後指定の座席に座り点呼 ・全員が揃い次第食事をする 号令(副委員長)
13:25	昼食会場出発	・集合・整列・点呼 ・広島駅まで移動
13:30	広島駅到着	・荷物を受け取り新幹線に乗る準備 ・広島駅にてお土産など買う時間あり ・集合・整列・点呼 ・新幹線ホームへ移動

集合写真

14:03	広島駅出発 のぞみ98号	・自分の番号の席に着席、席移動禁止
15:28	新大阪駅到着	・速やかに降車しホームにて点呼 ・大阪メロ新大阪駅まで徒歩にて移動
15:58	新大阪駅出発 大阪メトロ御堂筋線	・速やかに乗る ・他の乗客の迷惑にならないよう周囲に配慮する
16:02	中津駅到着	・速やかに降車しホームにて点呼 ・ホテルまで徒歩にて移動
16:10	ホテル到着 ホテルビナリオUMEDA	・到着確認を受けた班は、鍵を受け取り、自分の部屋へ 私服等に着替えても良い ・部屋の破損チェック → 担任に報告 ※非常口確認 ・委員長は、ホテルへ挨拶
16:30	大阪周辺散策開始	・生徒はロビーに集合し散策の注意点を受ける ・夕食を各自で済ませること ・17:30には全員一度外出し19:00以降に戻ってくる
19:00～ 20:00	外出終了 ホテル帰着	・帰着の確認を受けること 帰着受付場所:1Fロビー ・各自部屋へ戻り、着替え(ジャージ等)、入浴等 ・入浴は点呼までには済ませておくこと ・帰着後の外出不可
21:30	班長会議 研修班の班長集合	・会場:1Fロビー ・しおりと筆記用具持参
21:40	班会議 研修のまとめ	・班長(研修班)の部屋に集合 ・班長:班員連絡 ・保健係:班員健康チェック(体調不良者がいれば報告) ※終わったら速やかに自分の部屋に戻る ・研修日誌の記入 ・翌日の日程確認、荷物整理
22:00	点呼・就寝準備	・他室訪問禁止 ・点呼の際、研修日誌提出
22:30	消灯・就寝	・体調不良者の連絡(川崎から引率団へ) 【携帯使用禁止】

(10月17日・3日目)

旅行日程表：10月18日（金）（3日目）

時間	時程・動き	詳細
6:30	起床	<ul style="list-style-type: none"> ・部屋の片付け(布団の整理・ゴミ片付け) ・移動用の荷物の荷造り、忘れ物チェック
7:30	朝食	<ul style="list-style-type: none"> ・会場:レストラン・特設会場 号令(副委員長) ・全員が揃い次第食事をする ・食事終了後、移動準備・部屋の整理整頓
8:30	自主研修開始	<ul style="list-style-type: none"> ・鍵はチェックした教員へ提出 ・研修班ごとにロビーに集まり確認できたところから出発 ・9:00までには全員出発すること ・昼食・夕食は各班で済ませること
19:00～ 20:00	自主研修終了 ホテル帰着	<ul style="list-style-type: none"> ・班毎に全員そろって帰着 帰着受付場所:1Fロビー ・帰着確認を受けた班は、鍵と荷物を受け取り、自分の部屋へ ・各自部屋へ戻り、着替え(ジャージ等)、入浴等 ・入浴は点呼までには済ませておくこと ・帰着後の外出不可
20:30～ 21:00		<ul style="list-style-type: none"> ・宅配便受付 Lサイズ 3,100円※送料、箱代込(着払いのみ)1Fロビー ・荷物到着予定日 10月23日(水)頃
21:30	班長会議 研修班の班長集合	<ul style="list-style-type: none"> ・会場:1Fロビー ・しおりと筆記用具持参
21:40	班会議 研修のまとめ	<ul style="list-style-type: none"> ・班長(研修班)の部屋に集合 ・班長:班員連絡 ・保健係:班員健康チェック(体調不良者がいれば報告) ※終わったら速やかに自分の部屋に戻る ・研修日誌の記入 ・翌日の日程確認、荷物整理(北海道への移動準備)
22:00	点呼・就寝準備	<ul style="list-style-type: none"> ・他室訪問禁止 ・点呼の際、研修日誌提出
22:30	消灯・就寝	<ul style="list-style-type: none"> ・体調不良者の連絡(川崎から引率団へ) 【携帯使用禁止】

(10月18日・4日目)

旅行日程表：10月19日（土）（4日目）

時間	時程・動き	詳細
6:00	起床	・部屋の片付け(ベッドの整理・ゴミ片付け) ・移動用の荷物の荷造り、忘れ物チェック
6:30	朝食	・会場:レストラン・特設会場 ・全員が揃い次第食事をする 号令(副委員長) ・食事終了後、移動準備・部屋の整理整頓
7:30	退室	・退室時チェック:部屋ごとに先生のチェックを受けること ・鍵はチェックした先生へ提出 ・退室チェック後、ロビーに制服で集合・整列
8:00	ホテル出発	・大きい荷物はトランクに積み込む 空港までトランクは開けないので、必要な物は手持ちのカバンへ ・バスで移動
9:15	清水寺到着	・集合・整列・点呼 → 全体行動 【携帯はカメラ機能のみ可】 ・混雑が予想されるので離れないよう詰めて移動すること
		集合写真
10:45	清水寺出発	・トイレを済ませ、バス内で点呼後出発
11:20	金閣到着	・集合・整列・点呼 → 全体行動 【携帯はカメラ機能のみ可】 ・見学終了後、昼食会場へ移動
		集合写真
12:20	昼食会場到着 お食事処 錦鶴	・全員が揃い次第食事をする 号令(副委員長) ・全員が食事を終えたらバスへ移動
13:10	昼食会場出発	・トイレを済ませ、バス内で点呼後出発
14:30	伊丹空港到着	・団体カウンター前集合・整列・点呼 ・チケット受取 → 手荷物預かり → 検査 → 搭乗口前集合 ・2列で移動 (15:30)
16:00	伊丹空港出発	・自分の番号の席に着席、席移動禁止 【携帯電源OFF】
17:45	新千歳空港到着	・ターンテーブルから荷物を受け取る。 ・解団式 ・解団式後解散・・・事前に帰りの手段を調べておくこと
		新千歳発 18:42 南千歳着 18:45 南千歳発 18:55 苫小牧着 19:15

月・日・曜	行程	食事	宿泊地
10月16日(水)	※機内にて昼食(弁当) ANA54 新千歳空港 9:30 → 羽田空港 11:10 → 岩国空港 12:30 → 大竹C~大野C 14:10 → 14:30 ANA635 宮島ガイドの案内にて見学 宮島口 15:20 ~~~~~ 宮島(厳島神社) 15:30 ~~~~~ 宮島口 15:40 ~~~~~ ホテル 17:30 ~~~~~ 17:40 ~~~~~ 17:50 ~~~~~ 18:30	朝食 弁当(弁当) 夕食	広島 / 広島
10月17日(木)	※荷物はホテルから広島駅まで別送 ホテルにて被爆体験講話(8:30~) → 平和記念資料館 → 平和公園碑めぐり散策・平和セレモニー・原爆ドーム → ホテル 広島平和記念公園(平和記念資料館・原爆ドーム) 9:30 9:40 [電停] 原爆ドーム前 11:50 広電(貸切) 「電停」 広島駅 11:55頃 12:15頃 ※昼食(お好み焼き) 鉄ばん屋 弁兵衛 広島駅北口店 12:30 ※荷物を受取り新幹線乗車(買物) 新幹線のぞみ98号 広島駅 14:03 大阪メロ 新大阪駅 15:28 中津駅 15:53 ホテル 15:57 大阪駅周辺散策 ホテル 16:05 16:30 20:00	朝食 夕食 自由食	大阪 / 大阪
10月18日(金)	ホテル 関西地区班別自主研修 ホテル	朝食 自由食 自由食	大阪 / 大阪
10月19日(土)	山門 → 本堂舞台 → 散策 昼食12:20~ ホテル 扇町C~鴨川西C 清水寺 9:15 → 10:45 金閣寺 11:20 → 13:10 京都市南C~中国豊中C ANA777 伊丹空港 14:30 → 16:00 新千歳空港 17:45	朝食 夕食 夕食	ホテル 金閣寺

【記入例】 JR 〰 私鉄 航空機 〰 バス 〰 船 ~~~~~ 徒歩 各自移動
 ご案内、交通機関の時刻は、本日程表記載の提出日現在のスケジュールにて作成しています。(発着時刻および交通機関等は変更になる場合がございます。)

■ 宿泊ホテル

宿泊日	宿泊地	宿泊施設名	備考
10/16(水)	広島	ホテルマイステイズ広島平和公園前 ※広島平和記念資料館まで徒歩4分	〒730-0051 広島県広島市中区大手町3丁目3-1 TEL: 082-536-2031
10/17(木)	大阪	ホテルビナリオUMEDA ※「大阪駅」から徒歩10分、大阪メトロ御堂筋線「中津駅」から徒歩3分	〒531-0072 大阪府大阪市北区豊崎3-9-1 TEL: 06-6373-1111
10/18(金)			

3 自主研修計画書

5 持ち物チェックリスト

チェック	大きなカバンに入れるもの	チェック	小さなカバンに入れるもの
	タグ（カバンに付けておく）		身分証明書
	着替え（下着、靴下、私服等）		しおり
	制服（正装）		筆記用具（はさみ・カッターは抜いておく）
	洗面用具・入浴用具		健康保険証
	パジャマ類（部屋着）		携帯電話
	常備薬（酔い止め等）		カメラ（スマホでも可）
	雨具（折り畳み傘・カッパ等）		ハンカチ・ティッシュ
	携帯電話の充電器		小遣い（40,000円以内）
	マスク		常備薬（その日に飲む分）
	ビニール袋（あると便利）		ウェットティッシュ（あると便利）
			モバイルバッテリー（必要な人）

※コードレスヘアアイロンは基本的には持って行けない。（大きなカバン、小さなカバンとも不可）

※ヘアスプレー、制汗スプレー、消毒スプレー、冷却スプレーなどは1本500g以下であればどちらのカバンでも持って行ける。（合計で最大2kgまで）

※モバイルバッテリーが必要な人は小さなカバンでのみ持ち込める。

6 身だしなみチェックリスト

チェック	
	服装が華美になっていませんか？
	化粧はしていませんか？
	ヒゲは剃ってありますか？
	ピアスなど不適切な物を付けていませんか？
	制服をきちんと着ていますか？（ネクタイ・リボン・スカート丈）
	制服にボタン、校章は付いていますか？制服に穴やほつれはありませんか？

7 研修日誌

(確認印)

研修1日目 10月16日(水)

1 出発日前日はよく眠れましたか？

(眠れた) 5 - 4 - 3 - 2 - 1 (眠れなかった)

2 出発したあとで気がついた忘れ物がありましたか？

あった→ () ・ 特にない

3 宮島・厳島神社を見学した感想

4 夕食の感想

5 明日への期待度 (大きい) 5 - 4 - 3 - 2 - 1 (小さい)

研修2日目 10月17日(木)



1 1日目はよく眠れましたか？

(眠れた) 5 - 4 - 3 - 2 - 1 (眠れなかった)

2 被爆者の講話を聞いた感想

3 広島平和公園 (資料館・原爆ドーム・セレモニーも含む) を見学した感想

4 昼食の感想

メニュー：
感想：

5 夕食の感想

メニュー：
感想：

6 明日への期待度 (大きい) 5 - 4 - 3 - 2 - 1 (小さい)

研修3日目 10月18日(金)

(確認印)

1 2日目はよく眠れましたか？

(眠れた) 5 - 4 - 3 - 2 - 1 (眠れなかった)

2 自主研修は予定通りまわることができましたか？

(できた) 5 - 4 - 3 - 2 - 1 (できなかった)

3 大阪自主研修で印象に残っていること

4 昼食の感想

メニュー：
感想：

5 夕食の感想

メニュー：
感想：

6 明日への期待度 (大きい) 5 - 4 - 3 - 2 - 1 (小さい)

研修4日目 10月19日(土)

(確認印)

1 3日目はよく眠れましたか？

(眠れた) 5 - 4 - 3 - 2 - 1

2 清水寺を見学した感想

2 金閣を見学した感想

3 北海道に戻ってきて感じたこと

8 メモ欄

機内のみOK

リチウムイオン電池を含むもの



ライター
一人1個

モバイルバッテリー含む
リチウムイオン電池の1つの
最大は160whまで

預け荷物のみOK

刃物や長い物は凶器もしくは他の乗客の
方に迷惑がかかる恐れがあるもの



機内のみ（手荷物にするもの）の例



デジタルカメラ



パーソナル
コンピューター



電子ゲーム



ビデオカメラ



携帯電話



予備電池



携帯電話用
充電器

預け荷物のみ（機内に持ち込まないスーツケース・大きな鞆など）の例

刃物等の機内への持ち込みは **法律違反** であり、**100万円以下の罰金の対象**となります。

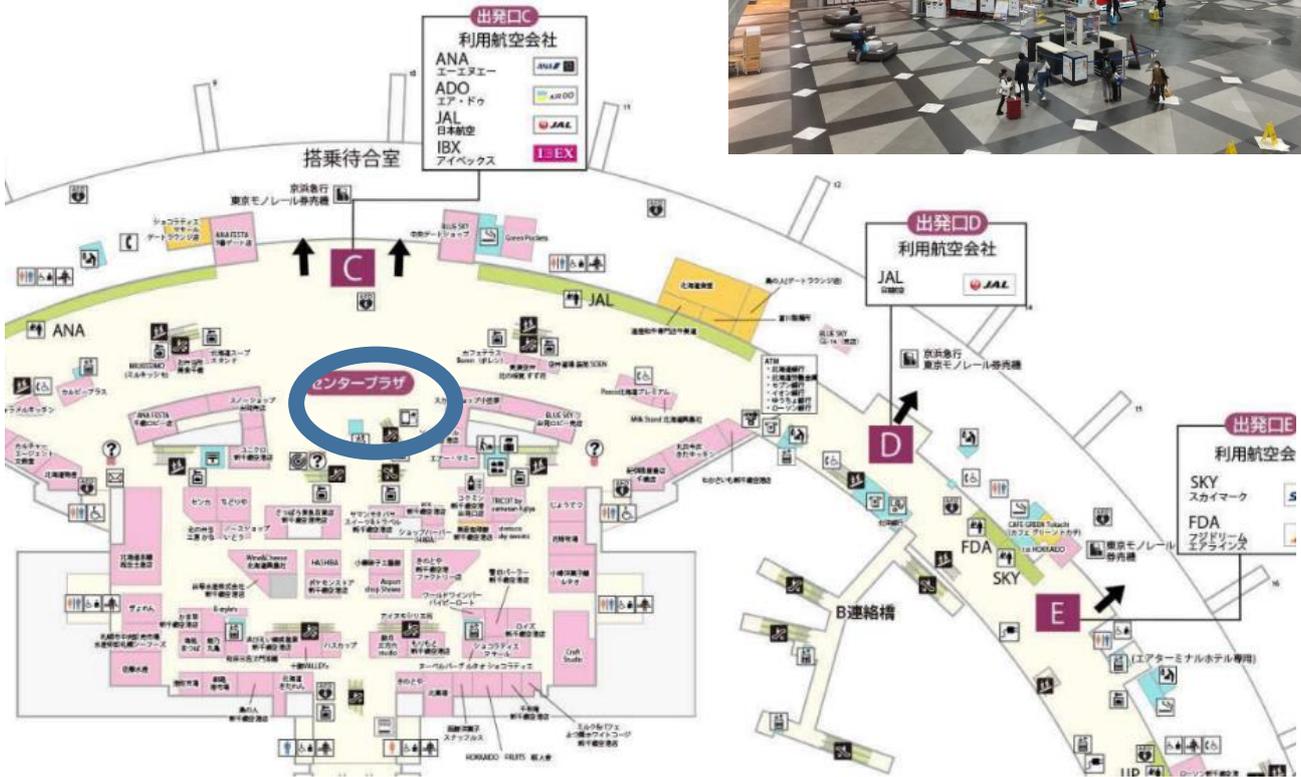
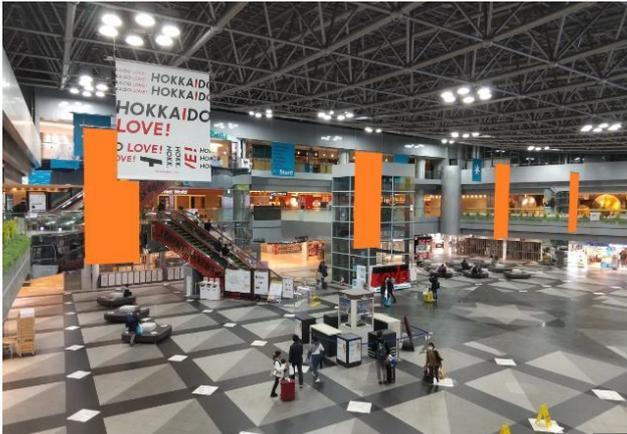
機内持ち込み制限品目

ナイフ類 ハサミ スタンガン 先の尖った物 バット類

機内持ち込み手荷物はお1人さま1個です
(ハンドバッグ等、身の周り品を除く)

◎集合場所について

千歳空港中央にあるセンタープラザ集合です。



氏 名	
-----	--