

1年 保護者様

日出学園中学・高等学校

校長 堤 雅義

1年担任一同

平成28年度 日出学園中学校 第1学年 臨海学校実施要項

1. 授業のねらい

- (1) 集団生活の規律ある行動を訓練する。
- (2) 平泳ぎを中心とした基礎的水泳力の向上。

2. 実施日程

平成28年7月30日(土) ～ 8月1日(月) 2泊3日
(1年生全クラスで実施します。)

3. 実施・宿泊場所

南房総国立公園 岩井海岸

(男子) 民宿「丸川」

千葉県南房総市久枝477-1 TEL 0470-57-2321

(女子) 民宿「紋兵衛」

千葉県南房総市久枝547 TEL 0470-57-2326

4. 集合・解散 (往復、バスを利用します)

集合 7月30日(土) 9時00分 日出学園各教室
(点呼をとり、バスで移動します。)

解散 8月1日(月) 14時30分頃 千葉駅前大通り NTT前
(14時20分頃 バス着予定)

5. 集合時服装：制服・運動靴

6. 引率教員

小内順子・瀧口和隆・佐々木奈菜・黒田寛弘
三木浩修・野口真理亜(養護教諭)

7. 指導員

瑞穂会(日出学園卒業生)・国際武道大学の学生

8. 持ち物

※ 持ち物にはすべて名前を記入してください。

- | | | |
|--|--|---------------------------------------|
| ☐ 弁当（1日目昼食分） | ☐ 飲み物（パックかペットボトル） | |
| ☐ さらし（裏面注1参照） | ☐ 水泳着（裏面注2参照） | ☐ ビーチサンダル |
| ☐ バスタオル2枚（1枚は水泳用タオルを推奨） | ☐ 雨具 | |
| ☐ 体操服上下 | ☐ 学校指定ジャージ上下 | ☐ 夏休み宿題（雨天用） |
| ☐ Tシャツ | ☐ パジャマ | ☐ 下着 |
| ☐ 洗面用具 | ☐ ビニール袋を数枚 | ☐ 洋服ハンガー数本 |
| ☐ 洗濯ばさみ | ☐ 雑巾1枚 | ☐ 日焼け止め |
| ☐ 臨海のしおり | ☐ 筆記用具 | ☐ 帰りの千葉駅からの交通費 |
| ☐ 常備薬（目薬・喘息・かゆみ止めなど） | | |

※ 7月13日（水）答案返却2日目の「中1臨海学校説明会」において、「さらし」の使い方を確認します。お忙しいとは存じますが、間に合うようにご用意ください。

9. 日課

午前	6:00	起床	午後	12:30	昼寝
	6:30	ラジオ体操		2:30	水泳準備
	7:00	朝食		3:00	水泳
	7:30	健康調査		5:30	入浴
	9:00	水泳準備		6:00	夕食
	9:30	水泳		7:30	諸注意
	12:00	昼食		9:30	就寝準備
				10:00	点呼・消灯

10. 臨海学校諸注意（以下のことをご家庭でもご指導の方よろしくお願いします。）

(ア) 臨海学校は家族や友達と行く海水浴と違って、学校の授業の一環として行われるものです。気持ちを引き締めて取り組むこと。

(イ) 海では指導員の指示をよく聞くこと。特に、勝手に沖に出たりしないこと。（帰りは行きの2倍の体力を使うので大変危険です。）

(ウ) 特におぼれたふりや、「助けてくれ」と叫ぶなどのふざけた行動をとらないこと。

(エ) 水の中では皮膚が柔らかくなり、切れやすくなるため、爪はきちんと切り、耳垢もとっておくこと。

(オ) 宿舎に帰ったら、十分休息をとり、夜は早く寝ること。

(カ) 髪の毛の長い生徒は海に入る前にしっかり束ねること。（ポニーテールにはしない。）

注1 『さらしについて』

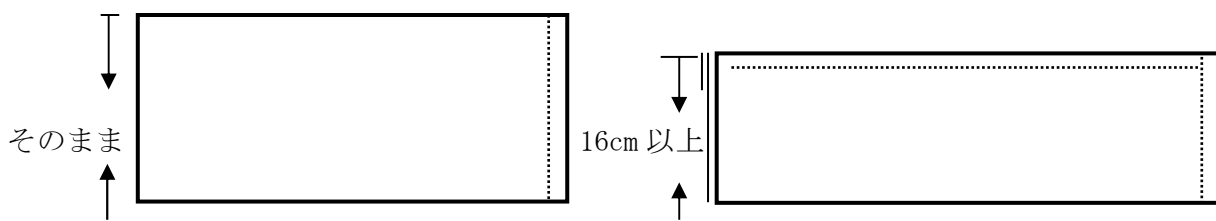
幅 : 20～30cm

長さ : 胴に拳をひとつ入れ、2周まわして結べる長さ (2m位)

色 : 白

その他 : さらしの中央部分に名前を大きく記入してください。

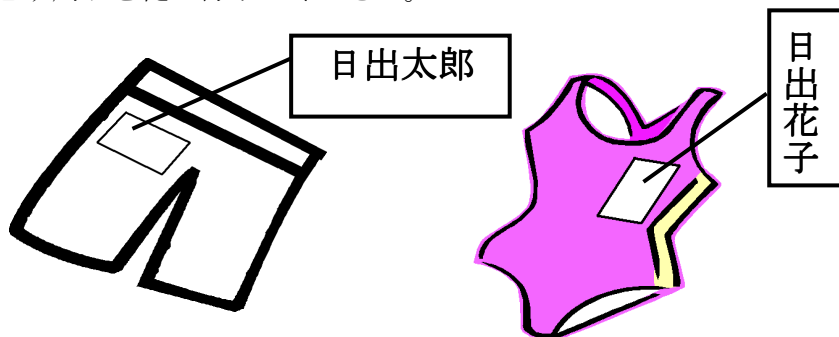
さらしは、幅33cm、長さ9.2mで販売されており、長さだけ体形に合わせて調節して頂き、裁断したところだけほつれない様に縫ってください。ねじりながら体に巻くので幅は気にならないと思いますが、太くて気になるようでしたら15.6cm以下にならないよう折りたたんで修正をしても構いません。



注2 『水着について』

色 : 紺のスクール水着 (学校の水泳授業で使用したもので構いません)

※名札は必ず周りを縫い付けてください。



※ゴーグル・ラッシュガードについて

学園として推奨はいたしません。健康面・安全面において上記のものが必要だとご家庭で判断した場合は、事前にその旨を申請して頂いた上で着用を認めております。ただし、以下の点には十分ご配慮を頂いた上で、判断して頂くようお願い申し上げます。

1. ゴーグルを使用すると視野が狭くなる可能性がある。
2. 水泳指導中、指導員が目の色による健康状態の確認が難しくなる可能性がある。
3. ラッシュガードは、着衣水泳となるので、重くなる可能性がある。
4. ラッシュガードを使用する際は、フードやチャックがないものとする。