高校生 スペシャル

スケジュール例

チャイルドケア＆地域奉仕活動 in カンボジア（3 週間）

*こちらに掲載されているスケジュールは参考例であり、実際のスケジュールとは異なる場合がありますのであらかじめご了承ください。

日にち	曜日	時間	内容
1	日曜日	終日	現地到着：現地スタッフと合流後、車で滞在先へ移動
2	月曜日	午前中	• 朝食 • 現地オリエンテーション
		午後	• ウェルカムランチ • 現金両替、SIMカード購入 • チャイルドケアプログラムに関するオリエンテーション、カンボジア文化について
		夕方	• 夕食 • ソーシャルイベント：独立記念塔訪問
3	火曜日	午前中	• 朝食 • 活動先オリエンテーション • 修繕活動開始
		午後	• 昼食 • 子供たちへのチャイルドケア活動
		夕方	• 昼食 • 子供たちへのチャイルドケア活動
4	水曜日	午前中	• 朝食 • 修繕活動
		午後	• 昼食 • 子供たちとゲーム、スポーツ
		夕方	• 夕食
5	木曜日	午前中	• 朝食 • ソーシャルイベント：キリング・フィールド訪問＆仏教寺院訪問
		午後	• 昼食 • ソーシャルイベント：S21（トゥール・スレン）虐殺博物館訪問＆マーケット訪問
		夕方	• 夕食
6	金曜日	午前中	• 朝食 • 修繕活動
		午後	• 昼食 • 子供たちとゲーム
		夕方	• 夕食
7	土曜日	終日	週末旅行：シェムリアップ訪問
8	日曜日	終日	週末旅行：アンコールワットで日の出鑑賞、遺跡観光、ナイトマーケット訪問
9	月曜日	午前中	• 朝食 • プノンペンへ移動
		午後	• 昼食 • プノンペン到着 • ソーシャルイベント：マーケット訪問
		夕方	• 夕食
10	火曜日	午前中	• 朝食 • 修繕活動
		午後	• 昼食 • 子供たちへのチャイルドケア活動
		夕方	• 夕食
11	水曜日	午前中	• 朝食 • 修繕活動
		午後	• 昼食 • ソーシャルイベント：王宮（Royal Palace）訪問 • ワークショップ：子供たちと行うゲームについて
		夕方	• 夕食
12	木曜日	午前中	• 朝食 • 修繕活動
		午後	• 昼食 • 子供たちへのチャイルドケア活動 • ソーシャルイベント：仏教寺院訪問
		夕方	• 夕食
13	金曜日	午前中	• 子供たちとゲーム
		午後	• 昼食 • ソーシャルイベント：プノンペン市内観光
		夕方	• 夕食
14	土曜日	終日	• 週末旅行：カンポット訪問 • シーフードレストランで食事、ビーチ散策、カンポット胡椒工場訪問
15	日曜日	終日	• 週末旅行：Bokor Mountain訪問 • カンポット観光
16	月曜日	午前中	• 朝食 • プノンペンへ移動
		午後	• 昼食 • プノンペン到着 • ソーシャルイベント：マーケット訪問
		夕方	• 夕食
17	火曜日	午前中	• 朝食 • 修繕活動
		午後	• 昼食 • 子供たちへのチャイルドケア活動
		夕方	• カンボジア料理体験 • 夕食
18	水曜日	午前中	• 朝食 • 修繕活動
		午後	• 昼食 • 子供たちとゲーム、スポーツ • ソーシャルイベント：ショッピングモールでショッピング
		夕方	• 夕食
19	木曜日	午前中	• 朝食 • 修繕活動
		午後	• 昼食 • 子供たちへのチャイルドケア活動
		夕方	• 夕食 • ソーシャルイベント：映画鑑賞
20	金曜日	午前中	• 朝食 • 子供たちとのフェアウェルパーティー
		午後	• 昼食 • ソーシャルイベント：プノンペン市内観光
		夕方	• フェアウエルディナー
21	土曜日	終日	出発：車にて出発空港へ移動