

高校生スペシャル タンザニアで医療 4週間

実際のスケジュールは当日の天候や参加人数によって調整されますので、参考としてご利用ください。

	曜 日	時 間	内 容
1	日曜日	終日	現地到着
2	月曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 11:00am	両替/街案内
		11:00am - 1:00pm	オリエンテーション
		1:00pm - 2:00pm	昼食
		2:00pm - 4:00pm	活動先オリエンテーション
		5:00pm - 6:00pm	夕食
3	火曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 12:00pm	外科ワークショップ
		1:00pm - 2:30pm	昼食
		3:00pm - 5:00pm	スワヒリ語・文化レッスン
		6:00pm - 7:00pm	夕食
4	水曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 12:00pm	HIV/TBワークショップ
		12:30pm - 2:00pm	HIV/TBクリニック訪問
		2:30pm - 3:30pm	昼食
		4:00pm - 5:00pm	国際医療支援活動の準備
		6:00pm - 8:00pm	夕食・異文化体験：伝統ダンス・ドラム
5	木曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 12:00am	国際医療支援活動
		12:00pm - 1:00pm	昼食
		1:00pm - 5:00pm	国際医療支援活動
		6:00pm - 7:00pm	夕食
6	金曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 11:00am	応急処置訓練
		11:00am - 1:00pm	衛生指導の準備
		1:00pm - 2:00pm	昼食
		7:00pm - 8:00pm	夕食
7	土曜日	終日	タランギレ国立公園で サファリ観光
8	日曜日	終日	マウント・メル滝へ ハイキング
9	月曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		10:00am - 12:30pm	マサイスクールで 衛生指導
		12:30am - 1:30pm	昼食
		1:30pm - 4:30pm	マサイスクールで衛生指導
		5:00pm - 6:00pm	夕食
10	火曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 12:00pm	国際医療支援活動
		12:00pm - 1:00pm	昼食
		1:00pm - 4:00pm	国際医療支援活動
		6:00pm - 7:00pm	夕食
11	水曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 12:00pm	FGMワークショップ
		12:30pmm - 1:30pm	昼食
		2:00pm - 5:30pm	学校で性教育・衛生指導
		6:00pm - 7:00pm	夕食
12	木曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 12:00pm	応急処置訓練
		12:30pm - 1:30pm	昼食
		2:00pm - 5:30pm	マサイワークショップ
		6:00pm - 7:00pm	夕食
13	金曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 1:00pm	タンザニアの小児病について 小児科訪問
		1:30pm - 3:00pm	昼食
		4:00pm - 5:30pm	小児科訪問
		6:00pm - 7:00pm	夕食
14	土曜日	終日	モシの温泉へ
15	日曜日	終日	マサイ村訪問

16	月曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 1:00pm	Levolosiで活動
		1:00pm - 2:00pm	昼食
		3:00pm - 5:00pm	衛生指導
		6:00pm - 7:00pm	夕食
17	火曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 12:00pm	各診療科見学
		12:30pm - 1:30pm	昼食
		3:30pm - 8:00pm	異文化体験：料理教室・夕食
18	水曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 1:00pm	各診療科見学
		12:30pm - 2:00pm	昼食
		2:00pm - 5:00pm	学校で性教育・衛生指導
		5:00pm - 8:00pm	映画鑑賞
		8:00pm - 9:00pm	夕食
19	木曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 11:00am	栄養学ワークショップ
		11:30am - 1:30pm	昼食
		3:00pm - 5:00pm	栄養アセスメント
		6:00pm - 7:00pm	夕食
20	金曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 1:00pm	各診療科見学
		1:30pm - 3:00pm	昼食
		3:30pm - 5:00pm	ショッピング
		6:00pm - 7:00pm	夕食
21	土曜日	終日	学校でサッカーの試合
22	日曜日	終日	ローカルマーケットへ
23	月曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		10:00am - 12:30pm	栄養アセスメント
		1:00pm - 2:30pm	昼食
		3:00pm - 6:00pm	栄養学研修
		6:30pm - 7:30pm	夕食
24	火曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 1:00pm	各診療科見学
		1:30pm - 2:00pm	昼食
		3:00pm - 5:30pm	応急処置訓練
		6:00pm - 7:00pm	夕食
25	水曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 12:00pm	国際医療支援活動
		12:00pm - 1:00pm	昼食
		1:00pm - 4:00pm	国際医療支援活動
		6:00pm - 7:00pm	夕食
26	木曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 12:30pm	栄養学研修
		1:00pm - 2:00pm	昼食
		2:30pm - 5:00pm	栄養学研修
		5:30pm - 8:00pm	お別れ夕食会
27	金曜日	7:00am - 8:00am	朝食
		9:00am - 12:00pm	各診療科見学
		12:00pm - 1:30pm	昼食
		2:00pm - 3:00pm	活動の振り返り
		3:30pm - 6:00pm	マサイマーケットで お土産ショッピング
		6:30pm - 8:00pm	夕食
28	土曜日	終日	帰国の途へ