

敬啟者：

2024/25 年度全方位學習周 中五級沖繩文化體驗及交流五天團家長及學生備忘

為使學生能對琉球文化有更深入的认识，本校將安排 貴子弟參加「沖繩文化體驗及交流五天團」。有關活動的基本資料、注意事項及備忘，現詳列如下：


(一) 基本資料

活動名稱	沖繩文化體驗及交流五天團		
活動地點	日本沖繩縣		
住宿	那霸希爾頓逸林酒店（日本沖繩縣那霸市東町 3-15）		電話：+81 98-862-0123
出發日期	2025 年 3 月 4 日（星期二）	返港日期	2025 年 3 月 8 日（星期六）
集合時間	3 月 4 日 早上 5 時	解散時間	3 月 8 日 約下午 6 時 15 分
集合地點	香港國際機場一號客運大樓 離境大堂（L7 樓層）K 行段	解散地點	香港國際機場一號客運大樓 接機大堂（L5 樓層）
去程航班資料	香港航空 HX682 07:25/11:00	回程航班資料	香港航空 HX657 16:00/17:50
團員數目	37 人（學生 33 人、老師 4 人、領隊及導遊各 1 人）		
隨團老師	黃詠芝老師、曾愷珊老師、陳健森老師及盧汝坤老師		
緊急聯絡人	校務處	+852 2552 6875	
	盧汝坤老師	+852 3903 0064（WhatsApp 亦可）	
	盧沛怡小姐（承辦機構－專業旅運有限公司）	+852 3700 2602（WhatsApp 亦可）	
	香港入境事務處境外港人求助熱線	+852 1868	
團費	港幣 \$5,400（標準）／港幣 \$4,400（半津）／港幣 \$3,400（全津或綜援） 【原價為港幣 \$7,669，並已獲公帑資助部份費用】		

(二) 注意事項

惡劣天氣安排	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 在任何天氣情況下，除接獲香港領隊、承辦機構職員或隨團老師通知外，學生須按照上述資料準時集合；家長可決定是否讓學生參加本團，惟已繳費用概不發還，並須繳付原由公帑資助的團費差額。 ➤ 請於當日早上查閱本校網頁或 Grwth AI 手機應用程式的最新消息。
請假事宜	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 學生如因身體不適而未能參加本團，必須於出發前致電盧汝坤老師（見上表）辦理請假手續；事後亦必須出示有效醫生證明，否則當曠課論。（註：已繳費用概不發還，並須繳付原由公帑資助的團費差額。）
疾病記錄	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 學生如患有某些較嚴重的疾病（如心臟病，哮喘或貧血等），必須獲得家長同意及詳列各種疾病忌諱，方可隨團出發，並必須於行程期間攜帶所需的藥品。
緊急聯絡	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 家長可於行程期間致電校務處（見上表）與學生聯絡。 ➤ 如遇緊急情況，可聯絡盧汝坤老師或承辦機構（見上表）。 ➤ 學生應隨身攜帶住宿酒店之地址及電話，及當地緊急電話號碼，以備不時之需。

(三) 活動備忘

行程期間	<ul style="list-style-type: none">▶ 行程中須恪守校規、當地法律、接待機構及隨團老師的規則及指示參與活動。▶ 本團會以小組形式進行各項活動，避免單獨行動，並須學習彼此合作及照顧。▶ 須依時及全情投入活動，活動期間不得使用手提電話、收聽音樂或玩電子遊戲等。
服飾要求	<ul style="list-style-type: none">▶ 衣著以舒適為主，建議穿著簡單輕便之日常便服，並以淺色為佳。▶ 活動時必須穿著運動鞋（必須完全包裹腳趾及腳跟）。▶ 不可穿背心或領口寬鬆的上衣，女生亦不可穿裙及緊身襪褲（Leggings）。
寄倉行李	<ul style="list-style-type: none">▶ 每人限帶 1 件，總重量不超過 20 公斤（約 44 磅）。▶ 切勿將貴重物品（例如：旅遊證件、照相機等）存放於寄倉行李內，應隨身攜帶。▶ 所有鋰電池不得存放於寄倉行李內，必須存放於手提行李內，或隨身攜帶。
手提行李	<ul style="list-style-type: none">▶ 每人限帶 1 件，重量不超過 7 公斤（約 15 磅），體積不超過 56 × 36 × 23 厘米。▶ 手提行李內所有液體、凝膠及噴霧類物品，均須以容量不超過 100 毫升的容器分別盛載，以及必須放在一個容量不超過 1 公升並可重複密封的透明塑膠袋內，塑膠袋須完全封妥。▶ 在保安檢查站時，旅客應將裝有液體、凝膠及噴霧類物品容器的塑膠袋與其他手提行李分開，並另行交給保安人員檢查。每人只可攜帶一個裝有容器的塑膠袋。▶ 所有藥物及健康所需的特別食品，經查證後可獲豁免。
旅客清關須知	<ul style="list-style-type: none">▶ 必須遵守相關法律，嚴禁攜帶任何違禁品及危險品，例如：各種肉類、植物、蔬果、煙花、炮竹、受保護動物、盜版光碟、不良刊物等。詳情可瀏覽以下網頁：香港民航處－乘客須知：http://www.cad.gov.hk/chinese/for_travellers.html
其他與行李相關事宜	<ul style="list-style-type: none">▶ 旅途中要注意自己隨身物品、錢包和行李，特別注意隨身證件有否遺失。▶ 行李必須要自行保管，切勿替陌生人攜帶任何物品過關，並提防途中被陌生人放入違禁品於行李內。▶ 請避免攜帶太多貴重財物，免招無謂損失。▶ 不得攜帶撲克牌及其他賭博工具、電子遊戲機；如發現攜帶未經許可的遊戲用品，則即時沒收並於學期完結後發還。
電壓及插頭	 日本電壓為 110 伏特（110V），長扁插座蘇頭。 如有需要，請自行帶備轉接頭／變壓器／拖板。
食物	<ul style="list-style-type: none">▶ 團隊餐以當地菜式為主。由於各人口味迥異，如有需要，可自備乾糧。
貨幣	<ul style="list-style-type: none">▶ 請預先於香港各地找換店或銀行兌換日圓。▶ 為免阻礙全團進度，本團不會預留時間讓學生於機場或其他地方兌換貨幣。
電話／流動上網服務	<ul style="list-style-type: none">▶ 如有需要，可預先在香港購買當地電話卡，或租用流動上網裝置（Wi-Fi 蛋）。▶ 為免阻礙全團進度，本團不會預留時間讓學生於機場或其他地方購買或租用。
住宿	<ul style="list-style-type: none">▶ 須按編定的名單入住所屬房間，不得擅自更換房間，亦不可擅自離開酒店。▶ 如無必要，學生須於指定時間返回自己的房間。▶ 除獲隨團老師陪同外，任何時候均不得進入異性房間。▶ 請小心保管房間房卡／鑰匙，並保持公物清潔完整，如有損壞需自行照價賠償。▶ 退房前緊記帶走所有行李和個人物品。
其他事項	<ul style="list-style-type: none">▶ 如於行程期間有身體不適，應立即告知隨團老師、領隊或導遊。▶ 為避免不必要之尷尬情況，請勿擅取各地餐廳、酒店房間物品。若要留為紀念，請直接查詢及購買。▶ 拍照時請顧及當地風俗，部份地方或景物涉及收費，請留意領隊及導遊的提示。

(四) 行程概要

第一日行程

- 學生自行於香港國際機場集合並乘坐由香港飛往沖繩那霸機場的直航不停站航班。
- 於浦添西海岸 Parco City 午膳與散步。
- 到訪日本放送協會沖繩放送局。
- 於國際通與第一牧志公立市場晚膳與散步。

膳食：	早餐 航班提供的輕食	午餐 學生自費	晚餐 學生自費
住宿：	那霸希爾頓逸林酒店		

第二日行程

- 與沖繩學校高中生交流：體驗當地學生的學習生活（包括與當地學生一同上課及分組交流活動）。
- 到訪海洋博公園：參觀沖繩美麗海水族館及眺望珊瑚七色海。

膳食：	早餐 酒店提供的膳食	午餐 由承辦機構安排	晚餐 由承辦機構安排
住宿：	那霸希爾頓逸林酒店		

第三日行程

- 整天到訪沖繩當地家庭進行各種交流，包括：料理烹飪、共晉午膳、音樂、舞蹈、琉球服裝體驗、鄉村義工服務及農事體驗等。
- 於美國村晚膳與散步。

膳食：	早餐 酒店提供的膳食	午餐 農家料理	晚餐 學生自費
住宿：	那霸希爾頓逸林酒店		

第四日行程

- 參觀糸數壕：在導賞員的指示及帶領下深入洞穴，體驗著名的「黑暗體驗」。
- 參觀姬百合平和祈念資料館。
- 到訪沖繩世界文化王國：參觀玉泉洞、進行洞穴探險、欣賞太鼓表演及素燒風爺獅上色體驗。
- 於國際通與第一牧志公立市場晚膳與散步。

膳食：	早餐 酒店提供的膳食	午餐 由承辦機構安排	晚餐 學生自費
住宿：	那霸希爾頓逸林酒店		

第五日行程

- 參觀波之上神宮。
- 到訪 NPO 法人自然體驗學校：參加海灘自然生態導賞活動，在專家導賞下近距離觀察珊瑚礁環繞的淺灘或森林。
- 乘坐由沖繩飛往香港國際機場的直航不停站航班。

膳食：	早餐 酒店提供的膳食	午餐 由承辦機構安排	晚餐 航班提供的輕食
-----	------------	------------	------------

備註：以上行程及安排會因應具體時間及實際情況而作出調整，並以當地接待機構之最佳安排為準。

(五) 建議個人裝備

項目	名稱	數量	備註
基本物件	香港身份證	1	隨身攜帶並小心保管。
	旅遊證件（護照／簽證身份書）	1	
	學生證	1	
	行程小冊子（連緊急聯絡資料）	1	
	現金（港幣及日圓）	適量	每 5.1 港元約可兌換 100 日元（只供參考）
個人用品	手錶	1	
	替換衣服（包括內衣褲及襪子）	6 - 8	
	學校運動服（社服及長褲）	1	參與學校交流活動時穿著。
	禦寒衣物（如外套）	1	具防風功能者更佳。
	睡衣	1	
	雨具（如雨傘及雨衣）	1	
	運動鞋	1	
	拖鞋	1	參與學校交流活動時穿著（室內用）。
	沐浴露、洗髮水、護髮素及潔面用品	適量	酒店未必免費提供故請自行帶備。
	牙刷及牙膏	適量	
	浴巾及面巾	適量	
	防曬用品（如太陽油及太陽帽／眼鏡）	適量	
	防蚊用品（如驅蚊噴霧及驅蚊貼）	適量	
	個人衛生用品（如紙巾、衛生巾及手帕）	適量	
	後備眼鏡或隱形眼鏡	適量	
指甲鉗或指甲銼	適量	不可存放於手提行李內。	
電子相關設備	手提電話、充電器、充電線及備用電池	1	電池不可存放於寄倉行李內；本團不會預留時間讓學生在當地購買或租用當地電話卡／流動上網裝置。
	流動上網裝置（Wi-Fi 蛋）／電話卡	1	
	相機（連記憶卡）／備用電池	1	
	電筒（連電池）	1	
	轉接頭／變壓器／拖板	1	酒店未必免費提供故請自行帶備。
其他物品	小背包	1	供攜帶隨身貴重物品用。
	水樽	1	可盛載熱水者更佳。
	電解質補充飲料或沖劑	適量	運動後可補充身體的電解質。
	個人藥物	適量	請註明藥物名稱、功效及使用方法。
	口罩、消毒紙巾及酒精搓手液	適量	
	嘔吐袋	適量	
	膠袋	適量	存放雜物或污衣物用（防水者更佳）。
	環保袋	適量	購物用。
	文具（筆、紙或簿）	適量	記錄筆記及完成學習日誌用。
	乾糧	適量	以備不時之需（如當地食物不合口味）

(六) 學生回饋習作詳情

為鞏固學習成果，學生須於行程期間每日撰寫學習日誌；另外每組學生須於 2025 年 3 月 19 日（星期三、Day F）下午 4 時前完成及呈交下列功課。

功課格式要求：

1. 檔案類型為 Microsoft Word Document（即副檔名為 .doc 或 .docx）。
2. 頁面大小為 A4 尺寸，上、下、左、右邊界各為 2 公分（厘米）。
3. 字體大小為 12pt，字型為「新細明體」及「Times New Roman」，行距為「單行間距」（即 1.0）。

呈交方式：組長須將【甲部】及【乙部】彙集成同一檔案，上傳至 Microsoft Teams 團隊「2024-2025 中五級全方位學習周」。

甲部：專題研習（每組一份，字數不少於 1000 字及須加插相片，標點符號不計算在內。）

題目：新冠肺炎疫情已過，香港政府採取多方面措施以提振疫後的本地經濟，並提出「無處不旅遊」策略以積極提昇本地旅遊業的吸引力及競爭力。經歷了五天的旅程，你認為香港政府還可以採取哪些措施促使本地經濟回復至疫情前的水平？試參考日本沖繩當地的相關政策，並作出建議。

乙部：個人習作（每人一份，選答一題，字數不少於 600 字，標點符號不計算在內。）

內容應包括以下三項：

1. 試從到訪沖繩當地家庭及與沖繩學校高中生交流後，各分享一件（即合共兩件）你覺得有趣或印象深刻的事；這些事對你有甚麼得著？請簡單說明。
2. 在整個旅程中，你如何發揮你的其中一項品格優勢？試舉例及說明。
3. 在整個旅程中，你有沒有發掘到自己的一些以往未發現到的品格優勢？試舉例及說明。

行程小冊子

每人須於上述限期前，將已完成的行程小冊子交組長收集，並轉交盧汝坤老師。

問卷調查

除以上功課外，每人須於返港當日完成網上問卷調查，問卷調查連結或二維碼會於當日發放。

(七) 活動評級標準

學生於全方位學習周的準備工作(如適用)、活動期間及回饋等多方面的表現,將呈現在下學期的成績表內。評級分為優異、良好、中等、差等及劣等五個等級。標準將按以下四方面釐定:

分項等級	準備工作 (如適用)	紀律方面	參與程度	回饋表現
優異 (A級)	能就事前準備工作作出充足準備,規劃有條不紊且縝密。	在活動期間能遵守導師等工作人員的指示及規則。	在活動期間能主動、積極及投入參與各項活動。	能認真完成回饋活動、學習日誌及回饋習作,表現優異。
良好 (B級)	能就事前準備工作作出充足準備,規劃詳細。	在活動期間大致能遵守導師等工作人員的指示及規則。	在活動期間大致能主動、積極及投入參與各項活動。	能大致認真完成回饋活動、學習日誌及回饋習作,表現良好。
中等 (C級)	能就事前準備工作作出適當準備,規劃中規中矩。	在活動期間間中需要導師等工作人員提醒,經提醒後有見改善。	在活動期間間中需要導師等工作人員提醒,經提醒後有見改善。	能完成回饋活動、學習日誌及回饋習作,表現尚可。
差等 (D級)	僅能就事前準備工作作出簡單準備,規劃粗略。	在活動期間經常需要導師等工作人員提醒,經提醒後有見改善。	在活動期間經常需要導師等工作人員提醒,經提醒後有見改善。	能粗略完成回饋活動、學習日誌及回饋習作,表現一般。
劣等 (E級)	未有就事前準備工作作出準備,規劃欠奉。	在活動期間經常需要導師等工作人員提醒,惟未見改善。	在活動期間表現被動,態度冷漠,經常需要導師等工作人員提醒,惟未見改善。	未能完成回饋活動、學習日誌及回饋習作,表現未如理想。

懇請督促 貴子弟於行程期間必須認真及積極參與各項活動。如對上述資料有任何查詢,請與盧汝坤老師或陳傳威老師聯絡。

此致
貴家長



香港仔浸信會呂明才書院
其他學習經歷統籌組謹啟

2025年2月21日