資料1　　〈個人旅行プラン〉 カンボジア旅ぼら2023春　～カンボジア学校建設とアンコールワット観光8日間～

	訪問都市	交通	食事	スケジュール
1日目	日本　発 プノンペン　着		機内	各空港発 ⇒ プノンペンへ（到着後は自由時間） ※航空会社により前日夜の便にて出国 ※ワクチンの接種状況にかかわらず、入国時の隔離等の措置はありません（2022年10月現在） ★各自現地集合となります。空港でHEROスタッフがお待ちしてます。 ★到着時間は朝でも夜中でも大丈夫です。 プノンペン泊
2日目	プノンペン	専用車	朝食 （昼食） （夕食）	オリエンテーション（自己紹介、ツアー注意事項） ◎プノンペン市内観光 －トゥールスレン刑務所とキリングフィールド見学 － セントラルマーケット観光 プノンペン泊
3日目	プノンペン　発 シェムリアップ　着	専用車	朝食 （昼食） （夕食）	貸し切りバスでシェムリアップへ移動 － 6～7時間ほどかかります（途中タランチュラの村、湖の2か所にて休憩） － 到着後は自由行動 シェムリアップ泊
4日目	シェムリアップ	専用車	朝食 （昼食） （夕食）	◎アンコールワット観光：専門ガイドが同行します － アンコールワット、アンコールトム、タプロームの遺跡を観光 － 希望者は朝日観光も可能（早朝5時出発） シェムリアップ泊
5日目	シェムリアップ	専用車	朝食 昼食 （夕食）	◎小学校建設を行います － 専用車でHEROの学校のある村へ（作業内容は時期によって異なります） － 昼食はお弁当をご用意いたします 夕食後に振り返り会を行います　シェムリアップ泊
6日目	シェムリアップ	専用車	朝食 昼食 （夕食）	◎小学校建設を行います － 専用車でHEROの学校のある村へ（作業内容は時期によって異なります） － 昼食はお弁当をご用意いたします シェムリアップ泊
7日目	シェムリアップ	専用車	朝食 昼食 （夕食）	◎別の小学校で運動会・科学教室・健康診断などの活動を行います － 専用車でHEROの学校のある村へ（活動内容は参加会により異なります） － 昼食はお弁当をご用意いたします サヨナラパーティー＆振り返り会　シェムリアップ泊
8日目	シェムリアップ　発		朝食	シェムリアップ発 ⇒ 各空港へ ※航空会社により前日夜の便にて帰国 ★現地出発時間は何時でも大丈夫です ※ホテルチェックアウト12時 ★プノンペン発の飛行機でも問題ありません。別途バス代が必要となります(8-15ドル)
出発前 帰国後	東京・大阪・オンライン			日本国内及びオンラインにて事前顔合わせ会、事後研修（振り返りワーク）※任意 ※帰国後は定期的に参加者同士の交流の機会を設けています。

〇催行可能人数：4名～30名（先着順）　〇日数：8日間　〇食事：朝7回　昼3回

〇予定宿泊地域：プノンペン／2泊 シェムリアップ／5泊　〇対象：大学生、高校生、一般

*原則として、NPO法人HEROの職員、日本語ガイド又は日本語通訳が同行します。

*スケジュールや実施内容は変更になる場合があります。

【 2023春　日程一覧 】全日程7泊8日

(1) 2023年2月10日(金)～17日(金)　(2) 2023年2月17日(金)～24日(金)　(3) 2023年2月24日(金)～3月3日(金)

(4) 2023年3月3日(金)～10日(金)　(5) 2023年3月10日(金)～17日(金)　(6) 2023年3月17日(金)～24日(金)

(7) 2023年3月24日(金)～31日(金)　(8) 2023年3月31日(金)～4月7日(金)

※ワクチン接種が2回以下の方は、日本帰国時に72時間以内のPCR検査の陰性証明が必要となっています。
全て手配いたしますが、検査費用が別途必要です（2022年10月現在）

【 概算見積 】

1. 航空券代金　※税・燃油サーチャージ込み		¥55,000～¥120,000　（平均:90,000円代）
2. 現地費用（上記日程表を参照下さい） ※含まれるもの（宿泊費、移動車両費、運転手・通訳、一部食費 学校訪問費、ファシリテーター費用、提携先企業謝礼） 〇プログラム費用の内、4.5万円は人件費等の団体運営費として寄付金扱いになります		現地費用：¥98,000
	合計	¥140,000～¥218,000

※旅行手配は株式会社プレジール（東京都知事登録旅行業　第3-6201号）にて行います。

【先着割引】•割引の併用可能
先着20名まで10,000円割引　※参加日程は関係なく先着合計20名まで

【友達割引】▲割引の併用不可
2名でご参加の場合5,000円、3名で参加の場合10,000円、4名以上で参加の場合15,000円、全員割引

【即決申込割引】▲割引の併用不可
① 説明会(アーカイブの場合はメールが届いた日)の翌日24時までにお申込の方は、10,000円割引
② 説明会(アーカイブの場合はメールが届いた日)から1週間以内にお申込の方は、5,000円割引

【上記に含まれない費用】 合計3万～4.5万円ほど
・カンボジアビザ代($30)　・日本国内移動費　・含まれない食事代(1食当たり$1～$10)　・お土産代　・現地市内移動費（トゥクトゥク等）
・海外旅行保険(保険未加入者はご参加をお断りしております)・アンコールワット入場料($37)、トゥールスレン刑務所入場料($8)、キリングフィールド入場料($6)
・PCR検査代($130)　※ワクチン2回以下接種の方のみ（2022年10月現在）