持　　　ち　　　物

**表の中にあるものは、どんなに小さなものでも、**必ず1つ1つに名前を**書いてください。**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 持ち物 | 数 | 備考 |
| **当日受付へ** | 参加カード | 1 | 初参加または今年度初回の方は、事前に送付いたします。 |
| **当日班付へ** | 健康チェックシート | １ | ホームページより、2020年度改訂版をダウンロード。 |
| 持薬(酔い止め含む) | 日数分 | 必要な人のみ。健康チェックシートに内容を記入。 |
| しおり | １ |  |
| うしカード | １ | 前日までに記入、当日持参。 |
| 弁当 | １ | 初日分。おにぎりなど、食べやすく、容器は処分できるもの。 |
| 水筒(お茶か水) | １ | 本体が軽いもので、ペットボトル不可。リュックの中へ。中身は現地補充。 |
| ウェットティッシュ |  | おしぼりとして。 |
| 帽子 | １ | 必須。 |
| 着替え | １組 | シャツ・パンツ・靴下で1セット。汗をかきやすい場合は1枚多めに。 |
| 長そでの服 | １ | 寒さ対策として、朝夕に冷えた場合の防寒用。羽織るものが便利。 |
| 長ズボン | ２ | 酪農作業用。牛の糞の掃除もあるため、汚れてもよいもの。しっかり足首まであるもの。七分丈は不可。 |
| **★ゴム長靴★** | １ | ★必須★酪農作業用。牛の糞の掃除もあるため、汚れてもよいもの。 |
| フェイスタオル | １ | 汗をかきやすい場合は1枚多めに。 |
| ハミガキセット | １ |  |
| ハンカチ・ティッシュ | 適当 |  |
| ビニール袋 | ３ | レジ袋の大きさ。 |
| 大きめのビニール袋 | ２ | 45リットルくらいの大きさ。汚れ物用。 |
| カッパ | １ | 晴れ予報でも必須。上下別の、ズボンがあるもの。ポンチョ不可。 |
| かさ | １ | 折りたたみのもの。取り扱いはスタッフが支援。 |
| ヘッドライトまたは懐中電灯・予備電池 | １ | ヘッドライトの方が、両手が空くのでおすすめ。 |
| 軍手 | １ | 酪農作業用。手の大きさに合ったもの。木綿素材。 |
| 虫よけ・虫さされの薬 | １ | 必要な人のみ。 |
| 予備のマスク | ４ | 感染予防のため、記名必須。酪農作業にも使用。 |

・**荷造りは必ずお子様と一緒にしてください。どこに何が入っているか、新調したものも、確認をお願いします。**

・荷物は１つにまとめ､**両肩で背負うことのできるリュック**に入れて下さい。(キャリーバック不可、宅配便不可。)

・テント泊ですが、寝袋はこちらで用意しますので不要です。

・入浴はしません。翌日帰る時の服装に着替え、寝袋に入ります。パジャマは不要です。

・髪が長い場合は、髪ゴムをご用意ください。活動中や食事中は髪を束ねます。束ねる際はお手伝いいたします。

・おやつ(行動食あり)、おもちゃ、遊び道具、交通系ICカード、携帯電話はお持ちにならないでください。

・個人の持ち物の不備による事故や怪我は責任を負いかねます。