

持ち物

ひょう なか ちい
表の中にあるものは、どんなに小さなものでも、**かなら 必ず1つ1つに名前を書**いてね！

ようい 用意✓	なまえ 名前✓	もちもの 持ち物	かず 数	ほごしゃのほうへのほご 保護者の方への備考
		さんか 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。
		とうじつうけつけ 当日受付へ		
		たくはいの送り状コピー	1	対象：往復便を利用した人。
		たくはいの復路用記入済伝票	1	対象：復路のみ着払いで宅配便を利用する人。
		とうじつはんつき 当日班付へ		
		けんこう 健康チェックシート	1	しおりに同封しました。ホームページよりダウンロードも可能。
		じやくよどふく 持薬(酔い止め含む)	にっすうぶん 日数分	必要な人のみ。健康チェックシートに内容を記入。
		ちいさいリュック	1	大きなリュックの中には入れず、集合時には別になっていること。 宅配を利用した方は以下★のついたものを小さいリュックに入れて
		★しおり	1	
		とうじつ 当日バスへ		
		もちこ 持ち込む物		
		べんとう ★弁当	1	初日分。バス車内で食べるため、おにぎりなどの食べやすいもの。 容器は処分できるもの。
		すいとう ちゃみず ★水筒(お茶か水)	1	バス車内用。片道で飲む程度の量が入る、本体が小さくて軽いもの。 ペットボトル不可。リュックの中へ。復路分のお茶は現地補充。
		★ウェットティッシュ	1	おしぼりとして。
		★ハンカチ・ティッシュ	てきとう 適当	
		大きなリュック	1	両肩で背負うことのできるもの。キャリアバック不可。※宅配便→保護者資料参照。
		スキーウェア	1	しっかりとしたフード付きで、上下に分かれたもの。 スキーズボンのすそが、スキーブーツの上にかぶせられるようなもの。
		ながぐつ 長靴またはスノーブーツ	1	足首から雪が入るのを防ぐため、丈の長いもの。 スキー以外の活動で屋外に出るときに着用。集合解散時に着用でも可。
		ぼうし 帽子	1	防寒用の暖かいもの。耳まで隠れるものがなお良い。
		てぶくろ 手袋	1	防寒用の暖かいもの。ミトン不可。
		ゆきあそび用の手袋 (スキー用手袋)	2	防水であること。ミトン不可。翌日までに乾かない場合に備えて2つ用意。

	ゆきあそび用のゴーグル	1	顔の大きさに合ったもの。ケガ防止のため、サングラス不可。
	ゆきあそび用のフリース OR セーター	1	
	ゆきあそび用のアンダーウェア	2	下着の上に着るもの。ハイネックがあたたかくておすすめ。
	ゆきあそび用のアンダータイツ	2	スパッツの代用でも可能。
	ゆきあそび用の靴下	3	厚手で、あたたかい素材のもの。
	着替え	2組	アウターのシャツ・ズボン(スカート不可)・下着上下・靴下で1セット。 普段着ているような衣類(ロッジ内は暖房完備)。
	パジャマ	1	普段着ているもの(ロッジ内は暖房完備、就寝時に着替え)。
	タオル 30 cm 80 cm ① ②のタオル共にこのくらい の大きさのタオルをご用意く ださい	各1枚 ずつ	① 薄手のタオル→温泉でもらうような薄手のタオル。長さ 80 cm×幅 30 cmくらいの大きさ。入浴の際洗い場でこのタオルで体を洗い、脱衣所に出る前に体を拭くもの。※集団での入浴の際には体を拭いてから出るのがマナー。 ② 洗面後に顔を拭くなど、通常のタオルとして使う。
	スポーツタオル	1	バスタオルとして入浴後に体を拭く。濡らしては使わない。
	ハミガキセット(ハミガキ ハブラシ コップ)	1ずつ	感染予防のため。うがいコップも必須
	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。
	筆記用具(小学生のみ)	1	鉛筆、消しゴム。
	(マスク)		マスクの使用については、各ご家庭での判断に委ねます。

最後にチェックしましょう！

- ✓ 全部用意はできた？
- ✓ 全部に名前が書いてある？
- ✓ リュックに自分で入れられる？
- ✓ どこに何が入っているか、わかる？

【保護者の方へ】

- ・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、新調したのものも、確認をお願いします。
- ・入浴用のせっけんやシャンプーは、宿に用意がありますので不要です。
- ・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。束ねる際にはお手伝いいたします。
- ・おやつ、おもちゃ、本、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。
- ・メガネをかけている方は、メガネケースを必ずお持ちください
- ・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。

【参考】雪あそびをする時の服装（スキーウェアについて）

おすすめのスキーウェア

- ・フードがついているもの
- ・上と下に分かれているもの（ジャケットとズボン）
- ・スキーズボンのすそが、スキーブーツの上にかぶせられるもの

スキー用の手袋

- ・防水のもので5本指に分かれているもの
(ミトンは不可)
- ・2つご用意ください。

暖かい帽子

頭がぬれるのを防ぎます。
耳がかくれるものが良い。

スキー用のゴーグル

- ・顔の大きさに合ったもの
- ・普段からメガネをかけている人は、メガネ対応のゴーグルをご用意ください。

スキーウェア(ジャケットの中に着るもの)

- ① 下着
- ② スキー用のアンダーウェア
アウターの長袖シャツなども可能
ハイネックがあたたくておすすめ
- ③ フリースまたはセーター

手作りスパッツ

靴の中に雪が入るのを防ぎます。ビニール袋でスパッツを
カウンセラーが作るの、持ってこなくても大丈夫！

スキーズボンの中に着るもの

- ② 下着
- ② アンダータイツ(スパッツも可能)
- ③ あたたかい靴下



丈の長いながぐつ

防寒用のスノーブーツなら、なお良いです。スノーブーツ
がない人は丈の長いながぐつが良いです。
ひざの下まで丈があり、上の部分がひもで締めることので
きるものが1番良いです。



キャンプの前に、スキーウェアが自分の体の大きさに合っているか確認して下さい。

ご自宅でもスキーウェアの脱ぎ着の練習をして下さい。