

檜原村探検隊 魚釣り&巨大な岩を探せ！

持ち物 も もの 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** かなう なまえ か書いてください

【注意】裏面にも持ち物表があります。

用意✓	名前✓	持ち物		数	保護者の方への備考
		当日受付へ	参加カード	1	今年度初めての参加の方には「参加のしおり」と一緒に送付しています。
		当日班付へ	健康チェックシート	1	「参加のしおり」と一緒に送付しています。
			持薬 (酔い止め日焼け止めを含む)	日数分	持薬は必要な人のみ。健康チェックシートに内容を記入。
		参加のしおり		1	
		小さいリュック		1	大きな荷物とは別に小さいリュックが必要。水筒、ハンカチなどを入れる。
		弁当		1	初日分。おにぎりなどの食べやすいもの。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。水筒もリュックの中へ。中身は現地で補充。
		ウェットティッシュ		1	おしぼりとして。
		ハンカチ・ポケットティッシュ		適当	
		帽子		1	集合時にかぶってきてください。
		着替え (下着も含む)		1組	シャツ (アウター)・長ズボン(スカート不可)・下着上下・靴下で 1 セット。 汗をかきやすい場合は 1 セット多めに。
		長そでの服		1	肌寒い時に着用
		タオル 幅 30 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 長さ 80 cm	①のタオル 1 ②のタオル 2	① 薄手のタオル→温泉でもらうような薄手のタオル。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。1 枚 ② 洗面後に顔を拭くなど、通常のタオルとして使う。2 枚
		スポーツタオル		1	バスタオルとして。
		パジャマ		1	普段着ているパジャマ。(朝夕は都内よりも涼しめ)
		コップ・ハミガキ・ハブラシ		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 ^{ぶくろ}	2	45 リットルくらいの大きさ。汚れ物入れる為に使う。
		カップ	1	晴れ予報でも必須。上下に分かれた、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。(低学年の方は、使用時お手伝いをします)
		虫よけ・虫さされの薬	1	必要な人のみ。
		ヘアブラシ・髪ゴムの予備	適宜	髪が長い人は必須。感染予防のために貸し借りはしません。
		防寒着	1	寒い時にはおることができるように。
		マスク(任意)	各ご家庭で、使用するかどうか、持参するマスクの枚数もお決めください。	

さいごに チェックしましょう！

- ✓ 全部用意はできた？^{ぜんぶようい}
- ✓ 全部に名前が書いてある？^{ぜんぶなまえが}
- ✓ リュックに自分で入れられる？^{じぶんい}
- ✓ どこに何が入っているか、わかる？^{どこになにはい}

【 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 宅配便不可。)
- ・入浴用のボディーソープやシャンプーは、こちらで用意しますので不要です。
アトピー等で専用の物が必要な場合はお持ちください。健康チェックシートにも記入をお願いします。
- ・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、おもちゃ、遊び道具、交通系 IC カード、携帯電話、GPS、就寝時のぬいぐるみなど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、必ず「メガネケース」をお持ちください。メガネの破損防止とします。
- ・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。



【 服装 】

- ・帽子はかぶった状態でご集合ください。マスク着用は任意。
- ・集合時は長ズボンでご参加下さい。着替えは半ズボンでも構いません(スカートは不可)。
- ・汚れてもよい服装と履き慣れた運動靴でご参加ください。
- ・髪の長い子は、必ず髪を束ねて来てください。ヘアブラシ・予備の髪ゴムも必ずお持ちください。
- ・雨天時は、カップパを着て活動します。カップパは必ずお持ちください。

全体の荷物を入れる
大きいリュック



小さいリュックも
別に必要です。

