

2018 サマーキャンプin信州 白馬山麓コース持ち物リスト

1	リュックサック (大) またはボストンバック		着替えなど全てのものを入れる大きなかばん。
2	リュックサック (小)		出発の日は、★のものをに入れて来てください。 キャンプ中はお弁当や雨合羽を入れます。
3	ハンドブック★		JTBより送付します。家でじっくり読み、目標や事前の健康チェックなどを記入してください。キャンプ中はキャンプ仲間と一緒に記入します。
4	保険証コピー★		原本は不可。コピーを封筒に入れ、記名してください。
5	水筒★		500ml程度。キャンプ中は毎日入れ替えます。名前は大きく書いてください。 行きのバス用の飲み物は入れてきてください。ペットボトル不可。
6	帽子★		日差しが強いので、必ず持ってきてください！つばがあり、風で飛ばにくいもの。
7	雨合羽★		上下分けられたものが最適。ポンチョは活動しにくいので不可です。
8	軍手★		子ども用が望ましいです。
9	筆記用具★		えんぴつ、消しゴムなど。
10	くすり 薬★		必要の方のみ。処方した健康調査票に書いてください。
11	虫よけ・日焼け止め★		必要と思われる方はもってきてください。
12	おやつ(★)		行き帰りのバス車内分 ¥500程度 行きの分は★
13	着替え		活動しやすい服装と下着など、着てくる服とは別に4日分(予備含む)。 日中は暖かいので、半袖や薄手のロングTシャツが最適です。
14	防寒着		朝晩は冷え込むので、ジャージ上下などの長袖長ズボン。上着は山や湖などで羽織れるよう薄手のジャケットが最適です。クッキングで火を扱う時にも使用します。
15	水着		湖や川で使用。ラッシュガードもあれば持ってきてください。
16	替え靴		湖や川で使用。踵が固定されるもの。アクアシューズが最適ですが、スニーカーでOKです。クロックスタイプはストラップが弱いので不可。
17	パジャマ		夏用の長袖が最適です。
18	タオル		スポーツタオルほどの大きさで、2枚あれば充分です。
19	バスタオル		湖や川で使用。プール用タオルが望ましい。お風呂用は宿で用意します。
20	ハンガー		タオルや水着を干すために使います。1, 2個。
21	ビニール袋		濡れたもの、汚れたものを入れます。5枚程度。
22	洗面用具等		歯ブラシ、ハンカチ、ティッシュなど。
23	おこづかい		上限 2000円。お土産の時に使います。
24	学習用具		必ずではありません。日記などがあれば。
25	カメラ		必ずではありません。湖や川などで使うので使い捨てカメラが望ましい。

※持ち物には**すべてに名前を書いてください。**

※荷物の準備は**お子様主体**で、自分の持ち物と入れた場所が自分でわかるように、ご準備ください。

忘れ物がないように、最終点検をお願いいたします。

※高価なカメラや、携帯電話、一人用電子ゲームは持ってこないでください。

持ち物に関するお問合せ… 白馬村観光局 ☎info@po.vill.hakuba.nagano.jp ☎0261-72-7100