

スノーキャンプ in 信州 2023-24 爺ガ岳山麓コース 持ちものチェックリスト

持ちもの	行き	帰り
リュックサック (大) またはポストンバック (着替えなど全ての物を入れるかばんになります。)		
リュックサック (小) (活動用。) (・があるものは小さいかばんに入れてください。)		
・保険証コピー (原本不可。コピーしたものをお持ち下さい。)		
・ハンドブック (JTBより送付されます。事前記入欄がございます。)		
・水筒 (初日の飲み物を入れてお越しください。)		
・帽子 (耳まで隠れる温かいもので、ニット帽などがおすすめです。)		
・筆記用具 (鉛筆、消しゴムなど書くものをご用意ください。)		
・お薬 (常備薬、車酔いの薬、日焼け止めなどあればお持ち下さい。)		
・おやつ (行き帰りの車内分500円程度お持ち下さい。)		
・ハンカチ、ティッシュ		
・マスク (必ずではありません)		
スキーウェア程度の防寒具上下 (※1 レンタルも可能です。 ※2 要事前予約が必要です。)		
長袖、長ズボン (ウェアの下に着る中間着。汗をかいたり濡れる可能性があるので3日分程度。化学繊維のものがおすすめです。)		
アンダーウェア上下 (長袖、長ズボンの下に着るもの。ヒートテックやスパッツなど。こちらもあれば3日分程度お持ちください。)		
ゴーグルまたはサングラス (サングラスの場合は落ちないようにバンドがあると便利です。)		
スノーブーツ (雪遊び体験で使用。防水性のあるものがおすすめです。)		
厚手の靴下 (3日分程度で長めの靴下がおすすめです。)		
手袋 (防水性のあるもの。濡れる可能性があるので2個ある方はお持ちください。)		
ネックウォーマー (必ずではありません)		
着替え、パジャマ (宿で着る服 トレーナー、フリースなど) と下着3日分程お持ち下さい。		
タオル (3日分 活動用、洗面用) ※バスタオルは宿泊施設で用意します		
ハンガー (タオルやウェアを干すために使います。)		
ビニール袋 (濡れたもの、汚れたもの、ゴミなど入れます。大きい袋2枚程度 小さい袋1枚お持ち下さい。)		
歯磨きセット		
おこずかい (2000円程度。お土産用になります。)		
お土産を入れるエコバック		
学習道具 (必ずではありません)		
ホッカイロ		

- ※1 お持ちでない方はスキー場でレンタルできます。  
 ※2 事前予約が必要ですのでお申し込みの際ご連絡ください。

- ・全てに名前を必ず書いてください。
- ・電子ゲームは持ってこないでください。
- ・カメラご持参の場合管理はできませんのでご了承ください。

お問い合わせ・連絡先  
 398-0001 長野県大町市平481  
 大町温泉観光(株) 爺ガ岳スキー場  
 TEL: 0261-22-0551  
 E-mail: info@jiigatake.com  
 HP: <https://jiigatake.com>