スノーキャンプ　＜蓼科高原＞　持ち物リスト

持ち物	行き	帰り
スノーキャンプのしおり　（保護者記入欄：必要内容の記入をお願いします）		
マイナポータル医療保険の資格情報を印刷したもの ※マイナ保険証のコピー		
スキーウェアー程度の防寒具上下　（またはレンタル）		
手袋（２組、うち１組は防水性のあるもの）（またはレンタル）		
帽　子（ニット帽など耳がかくれるもの）（またはレンタル）		
ゴーグル　（またはレンタル）		
レンタル料金　（現金にてお釣りのないようにお願いします。）		―
水　筒（保温性のあるもの　※ペットボトル不可、凍ります）		
雪遊び・スノーシュー体験用の防水性のある靴１足 （長靴やスノーブーツ） ご自宅から履いてくる靴（スニーカーなど）		
下着などの着替え（２日分）		
暖かめの靴下（２枚使用する場合があるので４～５日分）		
長ズボン・長袖（寒いのでフリースなどが良い）		
パジャマ（冬用の長袖）		
タオル（２～３枚）、ハンカチ、ティッシュ、		
洗面道具（歯ブラシなど）、お風呂セット ※ホテルにはシャンプーリンスボディソープのみあります。		
カメラ**（使い捨てをお勧めします。雪の中でなくすと探せません。）**		
ビニール袋　（レジ袋大小２枚ぐらい、洗濯物入などに使います）		
お薬（常備薬、車酔いの薬、日焼止めなど）		
ホッカイロ（小）３個程度		
筆記用具（鉛筆、ボールペン、ノート、メモ用紙など）		
おやつ　（行き帰りの電車内分　５００円程度）		