

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（着替えなど全ての物を入れるかばん）

リュックサック（小）（活動用。出発の日★印を入れて来てください）

★保険証コピー（原本不可。コピーを封筒に入れて表に記名してください）

★ハンドブック（最終案内でJTBより送付されます。事前記入欄があります）

★水筒（500mℓ程度、ペットボトル不可。初日の飲み物を入れてきてください）

★帽子（日差しが強いので必須。つばがあり風で飛びにくいもの）

★雨合羽（上下分かれたものが最適。ポンチョは不可）

★軍手（子供用が望ましいです。ゴムの粒粒がないもの）

★筆記用具（鉛筆、消しゴムなど...）

★薬（必要の方のみ）

★虫よけ・日焼け止め

★おやつ（行き帰りの車内分¥500程度　行きの分は★）

★ハンカチ、ティッシュ（ポケットに入るもの。手洗い時などに使用します）

マスク（汚れる可能性もあるので、5日分程度）

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1着含む



持ち物リスト②

長袖、長ズボン（火を扱う時に使います。綿素材のロングTシャツなど）

防寒着（朝方や山や湖などで活動する時に使います。羽織れる薄手の物が最適です）

水着（湖で使用。ラッシュガード もあれば持ってきてください）

替え靴（湖で使用 踵が固定されているもの）

パジャマ（夏用の長袖が最適です）

タオル（汗や顔を拭く用に普通サイズの物を2枚程度）



ハンガー（タオルや水着を干すときに使います。1、2個）

ビニール袋（濡れたもの汚れたものを入れます。5枚程度）

歯ブラシセット

おこづかい（上限¥2,000 お土産購入時に使います）

学習道具（必要な人のみ。日記などがあれば）

手指消毒液（スタッフが常備していますが必要な方はご持参ください）

牛乳パック（野外炊事で使用。中をすすいで、開かずに持参ください）

カメラ（必要な人のみ。屋外でも使うので使い捨てカメラが望ましい）

注1) ★印は初日に使いますので、小さいリュックに入れてきてください。

注2) 持ち物には、必ず名前を書いてください。