

サマーキャンプinまつかわ 参加者持ち物リスト

●活動用リュックに入れるもの

| | |
|-------------|----------------------------|
| リュックサック (小) | 活動用 |
| しおり | |
| 保険証コピー | A4用紙にコピーして封筒に入れてください。 |
| 薬 | 常備薬、虫よけ、日焼け止め、酔い止めの薬など |
| 水筒 | 500ml程度。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。 |
| 雨カッパ | 上下セパレートタイプがおすすめ |
| 軍手 | ゴムの粒々が付いていないもの |
| 懐中電灯 | 両手が空くヘッドランプがおすすめ |
| 筆記用具 | 鉛筆、ボールペン、記録用ノートなど |
| ハンカチ、ティッシュ | |
| マスク | 汚れる可能性もあるので6日分程度 |
| 水着・ゴーグル | 川遊びで使用。 |
| 靴 (履いてくるもの) | 森や山を歩きます。底が厚くてしっかりしているもの |
| ウォーターシューズ | 川遊びで使用。かかとが固定されているもの。 |
| タオル | 汗や顔を拭く用に普通サイズを2枚程度 |
| バスタオル | 川遊びや温泉で使用 |
| おやつ | 行き帰りの車内分 |

●大きいリュックに入れるもの

| | |
|---------------------------|-----------------------------------------|
| 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 |
| 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着分含む) |
| 長袖、長ズボン | 綿素材のロングTシャツなど |
| 防寒着 | 朝方やナイトハイクなどで活動する時に使います。トレーナーや薄手のフリースなど。 |
| 上履き | 宿泊施設で使用します |
| パジャマ | 長袖、長ズボン。ジャージでも可 |
| ハンガー | タオルや水着を干すときに使用する。1~2個 |
| 洗面用具 | 歯ブラシなど |
| ビニール袋 | 濡れたものや汚れたものを入れる。5枚程度 |
| おこづかい | お土産購入時に使います |

※荷物は最小限になるようにしてください。

※持ち物すべてに名前を記入してください。

※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分かるようにご準備ください。忘れ物がないか保護者の方は最終チェックをお願いいたします。

※高価なカメラ、携帯電話、電子ゲームは持ってこないでください。持ってきた場合はスタッフが最終日まで保管します。