

持ち物リスト

		個数
・保険証のコピー	(原本不可)	1
・ハンドブック		1
・リュック	活動用の小さめのもの	1
・リュックorポストンバッグ	着替え等を入れる大きめのもの	1
・水筒	500ml程度で保冷が効くものが望ましい	1
・雨合羽	上下が別れているセパレートタイプのもの	1
・帽子	つばがあり風で飛ばされにくいもの	1
・軍手		2
・ハンカチ、ポケットティッシュ		1~2
・ヘッドライト	夜間移動用に使用 登山用のものが使いやすい	1
・靴	メインで使う靴とは別に水生生物観察時に川に入る用	1
・タオル	汗吹き用、シャワー&風呂時に使う用	2~3
・着替え	活動しやすい服装 (長袖長ズボンは最低1セットは入れてください)	4日分
・防寒着	朝晩冷えるためトレーナー、パーカー、フリース等	1
・下着		4日分
・パジャマ	各自必要数に応じて (不要な場合は次の日の活動着でも可)	1~3
・靴下		4
・ビニール袋	濡れた物等を小分けにする場合に使用	3~5
・歯磨きセット		1
・筆記用具		1

必ず全ての持ち物に記名をお願い致します。携帯電話、ゲーム機、その他電子機器は持ち込まないでください。