

2019 サマーキャンプin信州 白馬山麓コース持ち物リスト

1	リュックサック (大) またはボストンバック	着替えなど全てのものを入れる大きなかばん。	 
2	リュックサック (小)	出発の日は、★のものをに入れて来てください。 キャンプ中はお弁当や雨合羽を入れます。	
3	ハンドブック★	JTBより送付します。家でじっくり読み、目標や事前の健康チェックなどを記入してください。キャンプ中はキャンプ仲間と一緒に記入します。	
4	保険証コピー★	原本は不可。コピーを封筒に入れ、記名してください。	
5	水筒★	500ml程度。キャンプ中は毎日入れ替えます。名前は大きく書いてください。行きのバス用の飲み物は入れてきてください。ペットボトル不可。	
6	帽子★	日差しが強いので、必ず持ってきてください！つばがあり、風で飛ばにくいもの。	
7	雨合羽★	上下分かれたものが最適。ポンチョは活動しにくいので不可です。	
8	軍手★	子ども用が望ましいです。ゴムの粒々がないもの。	
9	筆記用具★	えんぴつ、消しゴムなど。	
10	薬★	必要の方のみ。処方の方を健康調査票に書いてください。	
11	虫よけ・日焼け止め★	必要と思われる方はもってきてください。	
12	おやつ(★)	行き帰りのバス車内分 ¥500程度 行きの方は★	
13	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3日分。日中は暖かいので半袖や七分丈が最適です。	
14	長袖、長ズボン	火を扱うときに使用します。ロングTシャツなど。	
15	防寒着	ジャージ上下などの長袖長ズボン。山や湖などで羽織れるよう薄手の物が最適です。	 
16	水着	湖や川で使用。ラッシュガードもあれば持ってきてください。	
17	替え靴	湖や川で使用。踵が固定されるもの。アクアシューズが最適ですが、スニーカーでOKです。クロックスタイプはストラップが弱いので不可。	
18	パジャマ	夏用の長袖が最適です。	
19	タオル	スポーツタオルほどの大きさで、2枚あれば充分です。	
20	バスタオル	湖や川で使用。プール用タオルが望ましい。お風呂用は宿で用意します。	
21	ハンガー	タオルや水着を干すために使います。1, 2個。	
22	ビニール袋	濡れたもの、汚れたものを入れます。5枚程度。	
23	洗面用具等	歯ブラシ、ハンカチ、ティッシュなど。	
24	染物用Tシャツ	Fプランのみ必要。綿100%の白いTシャツ。全員で染めるので、記名必須。	
25	おこづかい	上限 2000円。お土産の時に使います。	
26	学習用具	必ずではありません。日記などがあれば。	
27	カメラ	必ずではありません。湖や川などで使うので使い捨てカメラが望ましい。	

※持ち物には**すべてに名前を書いて**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わかるように、ご準備ください。

忘れ物がないように、最終点検をお願いいたします。

※高価なカメラや、携帯電話、一人用電子ゲームは持ってこないでください。

持ち物に関するお問合せ… 白馬村観光局 ☎ info@po.vill.hakuba.nagano.jp ☎ 0261-72-7100