

◀ 持ち物チェック表 ▶ 1泊2日

持ち物	数量	注意	チェック
デイバッグ	1個	リュックサック等の背負いタイプ 荷物を入れるカバンとは別に用意してください。 タオル・水筒等が入れられる大きさのもの	
弁当	1個	1日目の昼食。(弁当箱は捨てられる物にしてください)	
水筒	1個	1日目は中身を入れて持参してください。 それ以降はこちらで準備します。	
カップ	1組	上下別が活動しやすい。	
水着	1着	海での活動とお風呂で使います。	
水中メガネ	1個	シュノーケルタイプかプール用のゴーグルでも可	
着替え	2日分	1日分余分に準備してください。 長ズボンは必ず持ってきてください。	
マリンスューズ	1足	脱げないもの(サンダルは不可)	
軍手	1双	やけど、切り傷防止のため	
ヘッドライト	1個	夜の活動で使用します。両手が自由になる、頭につけるタイプが オススメ。懐中電灯でも代用できます。	
帽子	1個	熱中症対策 つばつきのもの	
長靴	1足	雨でも活動を気分よくするため。	
タオル	3枚程度	大1枚 小2枚	
洗面用具		歯ブラシ等	
ビニール袋	2枚	汚れたものを入れます。 1枚は着替えが入る袋、もう1枚はデイバッグが入る 大きさのものを持ってきてください。	
タオルケット	1枚	寝るときに使用します (寒いときはこちらで寝袋を用意します)	
常備薬、日焼け止め		必要な方のみ	

- *動きやすい服装、運動靴でお集りください。
- *なるべくお子様と一緒に持ち物準備を行ってください。
- *携帯電話やゲーム機、おやつ等は持ち込み禁止です。
- *すべての持ち物に、必ずお名前をご記入ください。