

◀ 春の山あそびキャンプ 持ち物チェック表 ▶ 1泊2日

持ち物	数量	注意	チェック
バッグ	1個	荷物を入れるカバン	
弁当	1個	1日目の昼食です。 <b>(弁当箱は捨てられる物にしてください)</b>	
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。	
カッパ	1組	上下別が活動しやすい ※100均の商品でもOK	
着替え	2日分	1日分余分に準備してください。 (*夜の冷え込みに対応するための防寒着)	
スノーウェア	上下	雪山での活動着	
スノーグローブ	1双	雪山での活動に使う雪用手袋	
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	雪山での活動に使用	
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。	
常備薬、白焼け止め		必要な方のみ	

\*動きやすい服装、長ズボン、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、お名前をご記入ください。(※よくある忘れ物：肌着・パンツ・靴下)