

# << 持ち物チェック表 >> 【日帰り】

| 持ち物                       | 数量  | 注意                                 | チェック |
|---------------------------|-----|------------------------------------|------|
| バッグ                       | 1個  | リュックサック等の背負いタイプ<br>※すべてをこのリュック内に収納 |      |
| すいとう<br>水筒                | 1個  | 中身を入れて持参してください。                    |      |
| カップ                       | 1組  | 上下別が活動しやすい<br>※100均の商品でもOK         |      |
| きが<br>着替え                 |     | 上着の着替えを用意してください                    |      |
| ながづつ<br>長靴                | 1 足 | 雨でも活動を気分よくするため。                    |      |
| ぐんて<br>軍手                 | 1双  | やけど、切り傷防止のため                       |      |
| ぼうし<br>帽子                 | 1個  | 熱中症対策 つばつきのもの                      |      |
| タオル                       | 2枚  | 小 2 枚                              |      |
| じょうびやく、ひ や ど<br>常備薬、日焼け止め |     | 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。

\*なるべくお子様とご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）