

◀ 雪山遊びキャンプ 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 <small>べんとう</small>	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 <small>すいとう</small>	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(100均で購入できます)	
着替え <small>きがえ</small>	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 <small>ぐんて</small>	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 <small>ぼうし</small>	1個	熱中症対策 つばつきのもの	
長靴 <small>ながつ</small>	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 <small>せんめんようぐ</small>	—	歯ブラシ等	
ビニール袋 <small>ふくろ</small>	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 <small>じょうびやく、ひやけどどめ</small>		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。