

# 持ち物チェック！

持ち物の準備は、とても大切な作業です。

活動をイメージしながら、一つ一つチェックしていきましょう。

☆どこに何が入っているか自分でわかるように、自分で荷物をつめてきましょう。

チェックを入れながら確認しましょう！全ての物に記名を

## □活動用の小さめリュック（ロングウォークや選択活動で使います）に入れるもの

- 雨具（カッパ・ズボンも必要）
- 1日目昼食（おにぎりのみ）      ■敷きもの
- ペットボトル500ml（水かお茶）を1本  
（あと3本は大きなバックに入れておく）
- ハンカチ、ティッシュ（1日分）
- フェイスタオル1枚
- 軍手1組
- 赤白ぼうし
- しおり、筆記用具（えんぴつ、消しゴム）
- 虫よけ、虫さされ、常備薬（必要な人）

大きめのバッグにはたくさんの荷物が入るので、物の整理が難しくなります。活動を想定しながら、その都度使う物は袋に小分けするなどの工夫をしてください。自然教室は、荷物整理の時間も限られています。

## □大きめのバッグまたはリュック（すべてまとめられるもの）に入れるもの

- 長靴（ビニール袋に入れてくる）
- 学校運動着（長袖、長ズボン、半袖、短パン）
- 着がえの服（動きやすい運動着素材のもの、Tシャツ2枚程度、うす手の長そで、ジーパンは不可）
- 下着2日分、くつ下4足
- 防寒着（ウインドブレーカー等）
- 水着セット（水着・バスタオル）（ヨット体験の際に着用します。）
- バックルつきサンダル（つま先がかくれるもの、アクアシューズなど）
- 軍手1組（手のひら側に、ゴムがついていないもの）
- 水シャワー用バスタオル      ■フェイスタオル2枚
- 洗面用具（歯みがきセット）
- ビニール袋かナイロン袋5枚くらい（ぬれたものを入れて持ち帰る）
- ハンカチ、ティッシュ（2日分）
- 米80g×2ふくろ      ■ふきん2枚      ■ペットボトル500ml（水かお茶）を3本
- 乾いた牛乳パック2本分（野外炊飯で使い捨てまな板として使用します。）
- 懐中電灯（両手が使えるようにひもをつけるか、ヘッドライトタイプが便利）
- 虫よけ、自分に必要な薬（普段飲んでいる薬や虫さされの薬など）