

## 持参していただくもの(2泊3日)

| ※持ち物には、必ず名前をお書きください。 |   | 数量 | 必需 | 希望者 | チェック欄                      |
|----------------------|---|----|----|-----|----------------------------|
| 1                    | 健康保険証 ※コピー不可 原本をお持ちください<br>※子ども医療証をお持ちの方は併せてご持参ください | 1枚 | ●  |     | 紛失しないようバックの奥ポケット等に入れてください。 |
| 2                    | 運動靴(当日に履いてきてください。)                                  | 1足 | ●  |     |                            |
| 3                    | 帽子(当日かぶってきてください。)                                   | 1個 | ●  |     |                            |
| 4                    | 水筒(1,000ml 程度) ※肩からさげられるもの                          | 1個 | ●  |     | ペットボトルはNGです。               |
| 5                    | ズボン(着てくるものとは別に)<br>※虫刺されが心配な方は長ズボンをおすすめします          | 2着 | ●  |     |                            |
| 6                    | Tシャツ、ポロシャツ(着てくるものとは別に)                              | 3枚 | ●  |     |                            |
| 7                    | 下着(着てくるものとは別に)(上は、Tシャツで代用可)                         | 3枚 | ●  |     |                            |
| 8                    | 靴下(履いてくるものとは別に)                                     | 2枚 | ●  |     |                            |
| 9                    | 寝間着(短パン&Tシャツで代用できます。)                               | 1枚 | ●  |     |                            |
| 10                   | タオル   | 2枚 | ●  |     |                            |
| 11                   | バスタオル(お風呂用と海水浴用)                                    | 2枚 | ●  |     |                            |
| 12                   | マリンシューズ(海の中で足裏を保護します。)<br>クロックスやビーチサンダルではありません。     | 1足 | ●  |     | Amazonなどで千円程度で購入可能         |
| 13                   | ラッシュガード(海での日焼け止め、Tシャツでも可)                           | 1着 | ●  |     |                            |
| 14                   | 水着  | 1着 | ●  |     |                            |
| 15                   | ゴーグル ※必ず名前をお書きください                                  | 1個 | ●  |     |                            |
| 16                   | 日焼け止めクリーム   | 1個 |    | ●   |                            |
| 17                   | 日常服用薬(服用している薬など)                                    | 1個 |    | ●   |                            |
| 18                   | レジ(スーパー)袋(着替えた衣類などを入れます。)                           | 3枚 | ●  |     |                            |
| 19                   | ポケットティッシュ   | 2組 | ●  |     |                            |
| 20                   | 洗顔セット(歯ブラシ・歯磨き粉)                                    | 1本 | ●  |     |                            |

※バックは、手でもつタイプ、背負うリュック等、どんなものでも構いませんが、なるべく1つにまとめてください。  
※お友達の持ち物を間違っ、持って帰られるお子様が多いです。必ず名前の記入をお願いします。

●不要なもの ※必要以外のものはお持ちいただかないようにお願いします。

|   |                             |  |
|---|-----------------------------|--|
| 1 | 雨傘                          | 全員分を準備しています。   |
| 2 | 浮き輪                         | ライフジャケットを準備しています。                                      |
| 3 | 救急医薬品(消毒液・カットバンetc)・虫よけスプレー | 準備していますが持参も可です。  |
| 4 | シャンプー・石鹸・ボディーソープ            | 準備していますが持参も可です。  |
| 5 | おやつ                         | 不要です。  |
| 6 | ドライヤー                       | 不要です。宿泊先に用意しています。                                      |
| 6 | お小遣い                        | 不要です。(紛失・盗難の心配があります。)                                  |
| 7 | 携帯電話&携帯ゲーム                  | 持たせないでください。(トランプは、可)                                   |
| 8 | カメラ・ビデオカメラ                  | 破損、盗難の心配があります。<br>スタッフが撮影して帰りに2枚配布します。<br>全体写真1枚・班写真1枚 |