

## ～持ち物について～

### <持ってくるもの>

#### ●ボストンバッグ・キャリーケースに入る

- 標準服(制服) 体操服(冬用上下・夏用上下) ※体操服は2日目の活動においても必要なため
- ラフティングで使用するもの(水着・濡れても良いかかとのある靴・タオルなど)
- 洗面用具 ※ホテルに歯ブラシあります タオル※汗拭き用(2日分)
- 下着・靴下(2日分+予備) ビニール袋(大きめ2~3枚)
- ハンカチ・ティッシュ(2日分)
- 部屋着(2日分)※体操服に準じる派手でないもの 風呂上りから就寝時に着用

#### ●サブバッグに詰めるもの

- しおり 水筒(お茶または水)※ペットボトル可 筆記用具(サインペンに入る)
- 常備薬 \*必要な人は持ってくる(酔い止め含む) 保険証コピー
- ハンカチ・ティッシュ 雨具(折りたたみ傘・レインコート) ※上下セパレートが望ましい)
- 選択別研修活動で使用するもの(しおり参照) ※研修ごとに異なります
- ビニール袋(小さな袋2~3枚程度)
- マスク(各自必要な分) タオル※汗拭き用
- 3日目活動費(昼食代1500円、お土産代5000円以内)※配布される袋に入れて持ってくる

## ～持ってきて良いもの～

- 虫除け 虫刺され薬 日焼け止め ばんそうこう ブレザー
- カメラ(デジカメ・インスタントカメラ) エコバック ラッシュガード
- ボディソープ・シャンプー・リンス※ホテルの物を使用してもよい 洗顔クリーム・化粧水等
- 手指消毒液 小説※一人の時間のみ みんなで過ごすときは禁止 帽子(派手でないもの)
- 腕時計 ネックピロー 鏡 ブラシ等 塩分チャージなどのタブレット
- ドライヤー・ヘアアイロン ※部屋で各1台のみ持ってきてよい 巻き髪禁止 ※部屋に1つドライヤーは置いてあります。
- トランプなど簡単なゲーム類(ボードゲーム・ゲーム機などは除く)
- おやつ1500円以内  
※チョコなど溶ける可能性のあるもの× ※ガムやあめなど長く口の中に残るもの×  
※トラブルにならないもの

×持てこないもの× ※上記(持てくるもの、持ってきて良いもの)以外は持てこない

【例】 装身具(ピアス、ネックレス、指輪など) 化粧品 ジュース類 ハンディファン  
携帯音楽プレーヤー ゲーム機 携帯電話(スマホ・タブレット端末など。)  
エキ 匂いのある制汗剤や制汗シート

\*普段の学校生活で禁止されているものは持てこないこと

\*不明な場合は勝手な判断をせず、相談すること