

3日間の持ち物

チェック	項目	備考
必ず持つていいくもの	制カバンまたはボストンバック	キャスター付きは不可
	サブバック	
	しおり	
	筆記用具	ネームペンは必ず必要
	帽子	SUP・シーカヤックをする人はあごひも付き
	体操服（夏用・冬用）あれば夏用は2セット	1セットは宿舎の部屋着として使用。なければ私物で代用
	ホテル内で過ごす部屋着	体操服、またはそれに準ずるもの
	制服セット（3日とも着用）	制服のポロシャツ、白靴下、白肌着
	下着（3日分）	体験によっては着替えが必要な場合もあります。
	洗面用具	歯ブラシ、シャンプー等のアメニティは宿舎にあります
	タオル	体験活動用
	ドラゴンカヌー用活動服	タンクトップ・ノースリーブ・スカート×
	3日目の体験で着用する活動服	体操服、またはそれに準ずるもの
	ハンカチ・ティッシュ（3日分）	
	ビニール袋	ゴミを入れる、汚れたものを入れる等
	おみやげ用エコバック	境港用、砂丘会館用
	消毒用アルコール（携帯用）	
	マスク	3日分+予備
	マスクケース	
	雨具	カッパ（セパレートタイプがのぞましい）・折りたたみの傘
	水筒	直飲みタイプ・必ず名前を記入
	レジャーシート	
	活動服を分けるバック	エコバック等
持つてきてよいもの	常備薬	
	酔い止め薬	
	日焼け止め	無色・無香料タイプ
	腕時計	自己管理。高価なものはさける
	虫よけ	
	カメラ デジカメ〇、使い捨てカメラ〇、チェキ×、スマホ×	ビデオカメラ・スマートフォン等通信ができるものは不可。 高価なものは持ってこない。自己管理。
	おやつ	1000円まで（友達とシェア×、チョコレート、ガム×、ジュース×）
	おみやげ代（食べ歩き込み）財布に入れて	8000円以内（それ以上は持ってこない）
	パジャマ	就寝時のみ（自分の部屋の中だけ）着用可
	トランプなどのカードゲーム	ボードゲーム×、通信できるゲーム×
持つてきてはいけないもの	ラジオ・音楽プレーヤー類	
	携帯電話・スマートフォン	
	携帯ゲーム・電子機器	
	ドライヤー・ヘアアイロン	
	整髪料・化粧品類	
	必要以上のお金	プリペイドカード等も不可
	その他必要のないもの	

2日目（大山森の国で必要なもの）

	空中アスレチック★ からす天狗	サイクリング	乗馬	リバートレッキング	アイスクレープ
持ち物	軍手			濡れてもよい靴 下着の着替え	エプロン
服装	汗や汚れてもよい活動服・長袖・長ズボン			自由	

3日目（鳥取砂丘・浦富海岸で必要なもの）

鳥取砂丘	サンドボード	パラグライダー	インドア体験
持ち物	・軍手 ・活動用の靴下 ・砂浜まで行くサンダルなど (靴でもよい)	・靴 (サンダル×) ・軍手	
浦富海岸	シーカヤック	SUP	シュノーケリング
持ち物	・濡れてもよい服 (ラッシュガードなど) ・水着 ・着替えの下着・タオル ・マリンシューズ (サンダル×) ・帽子 (あごひも付き) ・必要なら酔い止め ・雨具かウィンドブレーカー	・濡れてもよい服 (ラッシュガードなど) ・水着 ・着替えの下着・タオル ・ビーチサンダル ・帽子 (あごひも付き) ・必要なら酔い止め ・雨具かウィンドブレーカー	・水着 ・ビーチサンダル ・着替え ・タオル

*私物の活動服に関しては

- ・タンクトップ、ノースリーブ、スカート、極端に短いショートパンツ等は不可。
- ・色や柄の指定はありませんが、集団で行動していることを考えて持参してください。
- ・持ち物には必ず名前を書くようにしてください。

★当日の欠席連絡★

当日の朝になって参加できなくなったときは、6:40までに学校へ連絡してください。
その他、緊急の場合も中学校へご連絡をお願いします。

大阪市立我孫子中学校…06-6697-8161