

6. 持ち物 **大きなバッグ と フールバッグ に 分ける**

大きなバッグの中身 ※活動ごとに ビニール袋等でまとめて 準備する

①イワナつかみセット袋（フールバッグ等） ☐ 水着 ☐ 長袖(明るめの色、ポリエステル製が望ましい) ☐ 半ズボン（デニム以外） ☐ 着替え（帰りに着る服） ☐ タオル ☐ 巻きタオル ☐ ゴーグル ☐ ビニール袋（ぬれた物入れ） ☐ 下着 ☐ ぬれてもよいくつ（クロックスはダメ。かかとがあり、足がくつの中で動かないもの。）
②野外炊飯セット袋 ☐ 軍手 ☐ うちわ ☐ ふきん
③焼杉クラフト袋 ☐ 軍手（野外炊飯の軍手と兼ねてよい。）
④ミステリーツアーセット袋（1日目の夜に着るもの） ☐ 長袖上着 ☐ 長袖シャツ ☐ 長ズボン ☐ 靴下 ☐ タオル
⑤お風呂セット袋 ☐ タオル ☐ 着替え（下着・体操服・ジャージなど） ☐ 洗面用具 ☐ バスタオル ☐ 入浴セット（石鹸、シャンプー、リンスはある）
その他に必要な持ち物 ☐ 内ばき（学校のもの、2日出発前に入れる） ☐ 水とう（ひも付きが望ましい。1日目のお茶を入れてくる。） ☐ ビニール袋2枚以上（ぬれたものやゴミを入れる） ☐ 虫よけ剤(ぬる・はるタイプのみ) ☐ 時計（班の担当係のみ） ☐ 予備の着替え（1日分） ☐ タオル（汗ふき用、手ふき用など） ☐ かっぱ(セパレートタイプが便利。安価なものは破れやすい。) ☐ ふでばこ ☐ しおり ☐ ティッシュ ☐ 薬（酔い止めやかゆみ止め等、必要な量を）

○上記のように、活動ごとにセットにしておく忘れ物がなく、当日もすばやく準備ができます。

○天候の変化にも対応できるように、着替えやタオルを多めに準備しましょう。

○バス移動が長距離になります。酔いやすい場合は服薬をお忘れなく。

○自分で準備しよう。(どこに何が入っているかわかるように)

○すべての持ち物に名前を書きましょう。

○活動に必要なものは持ってきてません。

○ドライヤーは使えません。

7. 服装

①野外炊飯・アドベンチャーパーク ※2日（木）の朝の服装 ※脱ぎ着して体温調節できるようにする ☐ はき慣れたくつ（サイズがぴったりなもの） ☐ シャツ（長袖が望ましい） ☐ ズボン(長ズボンが望ましい。必ずデニム以外にする。) ☐ 安全帽子 ※やぶの中を歩く所もあるため、長さのある衣服が望ましい	
②ミステリーツアー ☐ 長袖上着 ☐ 長袖シャツ ☐ 長ズボン ☐ 外ばき ☐ 安全帽子	③イワナつかみ ☐ 水着 ☐ 半袖 ☐ 半ズボン ☐ ぬれてもよいくつ か マリンシューズ

○虫や雨の対策として、外では長袖・長ズボン・安全帽子で活動します。

○朝晩はかなり涼しいです。体を冷やさないような服装を考えましょう。

○持参するはきものとして、イワナ用、内ばき用の2足が必要です。

○体操服も使いましょう。