

# ～持ち物について～

衣服関係	チェック
体操服、ハーフパンツ	
松中トレーナー（必要であれば）	
私服（派手露出× 活動しやすい）	
下着	
靴下	
雨具（カッパ、折り畳み傘）	
寝るときの服（体操服可）	
いかだ作り	チェック
ウインドブレーカー	
いかだ用の靴	
ゴーグル メガネバンド （必要であれば）	

野外当日の持ち物	チェック
小さいカバン （リュック ナフササック サフバック）	
しおり	
筆記用具	
お茶（ペットボトル）	
ハンカチ、ティッシュ	
常備薬（必要な人）	
帽子	
腕時計（班でひとつ以上。高価なものは×）	
<b>★健康観察カード★</b>	

生活関係	チェック
洗面用具（歯ブラシなど）	
メガネ・コンタクトなど	
タオル・バスタオル（必要枚数）	
マスク2日分	
ビニール袋（2～3枚）	
除菌スプレー	
体温計	

## 不要物

～基本的に学校生活と一緒に～

**例**

携帯電話 音楽プレーヤー お菓子類  
ゲーム機 カードゲーム 漫画 お金  
ドライヤー ヘアアイロン ヘアワックス  
化粧品

など