

サマーキャンプの持ち物リスト

準備	持ち物	メモ	前日レ	当日レ
必ず持っていくもの				
	ゼッケン（後日郵送されます）			
	iPad(タブレット)：レンタルの方は当日お渡し			
	帽子（日除け対策）			
	リュック・バッグ（移動時用小さめのもの）			
	ラバー手袋（軍手で代用も可）			
	動きやすい靴			
	着替え（3日分）			
	長袖の上下（朝晩の冷え込み、虫・ダニ対策）			
	雨具（折り畳み傘、雨ガッパ）			
	お風呂セット、歯磨きセット、タオルなど（シャ ンプー、ソープは浴場にもあります）			
	筆記用具			
できれば持っていきたいもの				
	軍手（ラバー手袋で代用可、予備であると安心）			
	水中サンダル、水着（掴み取りで必要な場合）			
	ティッシュ（全体での用意もあります）			
必要に応じて持っていくもの				
	常用薬、マスク			
	虫除けスプレー、日焼け止め			
	虫かご、虫取り網			
◎全体として用意しているもの 期間中の飲食物（飲み物はお茶、スポーツドリンク、水を用意しています）、ボックスティッシュ、ウエット ティッシュ、塩分タブレット、救急箱は事務局で用意しています				

持ち物に、記名もしくは自分のものとわかるような印をつけるなど、他の人のものと間違わないようにしま
しょう