

## スノーキャンプin信州 2022 白馬山麓コース 持ち物チェックリスト

| 持ちもの  | 行き | 帰り |
|---|----|----|
| リュックサック(大)またはボストンバック (着替えなど全ての物を入れるかばん)<br>※電車移動なので、自分で持てるように。事前に宅急便で宿泊施設に送ることも可能です |    |    |
| リュックサック(小) (活動用。出発の日は★印を入れて来てください)  |    |    |
| ★保険証コピー (原本不可。コピーを封筒に入れ、記名の上ハンドブックに添付。)   |    |    |
| ★ハンドブック (最終案内でJTBより送付されます。事前記入欄があります)   |    |    |
| ★水筒 (保温のできる魔法瓶。初日の飲み物は入れておく)  |    |    |
| ★帽子 (耳まで隠れるあたたかいもの。ニット帽など)  |    |    |
| ★筆記用具 (鉛筆、消しゴムなど…)  |    |    |
| ★薬 (必要な方のみ)   |    |    |
| ★日焼け止め (必要な方のみ)   |    |    |
| ★おやつ (行き帰りの車内分¥500程度 行きの分は★)  |    |    |
| ★ハンカチ、ティッシュ (ポケットに入るもの。手洗い時などに使用します)  |    |    |
| ★マスク (汚れたり濡れたりする可能性があるため、5日分程度)   |    |    |
| スキーウェア上下 (雪遊びで使用。※レンタル有)  |    |    |
| ジャージ上下<br>(スキーウェアの下に着る中間着。綿製品は濡れたら冷たいので、化学繊維のもの)                                    |    |    |
| アンダーウェア上下 (化学繊維の長袖とタイツ 例:ヒートテックなど)  |    |    |
| 防寒着 (フリースやセーターなど、寒い時にウェアの下に着用)  |    |    |
| ゴーグルまたはサングラス<br>(目を守る為に必要。サングラスは落ちないようにバンドがあると便利)                                   |    |    |
| スノーブーツ<br>(雪遊びで使用。防寒、防水のもの、長靴は冷たくしもやけになります。)  |    |    |
| 厚手の靴下4日分 (くるぶしソックス不可)   |    |    |
| グローブ(雪遊びに使用する防寒、防水のもの。スキー用など)   |    |    |
| ニット手袋(グローブの予備。スキーグローブ2つでもOK)  |    |    |
| ゴム手袋<br>(グローブが濡れないように家庭用ゴム手袋をオーバーグローブとして使用します。<br>余裕のある大きさのものをご用意ください。)             |    |    |
| ネックウォーマー(必ずではありません)   |    |    |
| スパッツ、ゲイター(足首から雪が入らないようにするもの。必ずではありません)  |    |    |
| 着替え<br>(宿の生活で着る服装(トレーナー、フリースなど)と下着など3日分 予備含む)                                       |    |    |
| 長袖パジャマ  |    |    |
| タオル (2枚程度 活動用、洗面用) ※バスタオルは宿泊施設で用意します。   |    |    |
| ハンガー (タオルやウェアを干すために使います 2個以上)   |    |    |
| ビニール袋 (濡れたもの汚れたものを入れる。5枚程度)   |    |    |
| 歯磨きセット  |    |    |
| おこづかい (上限¥2,000 お土産の時に使います)   |    |    |
| どんど焼き体験で燃やすもの ※紙や木などの可燃性のもの<br>(しめ縄、熨斗などの縁起物、習字やお年玉袋など燃やしても構わないもの)                  |    |    |
| 軍手 (焚き火の際に着用。ゴムのブツブツがないもの)  |    |    |
| 学習道具 (必ずではありません。日記などがあれば)   |    |    |

**注1) ★印は初日に使いますので、小さいリュックに入れてきてください。**

**注2) 持ち物には、全てのものに必ず名前を書いてください。**

**注3) 持ち物は、自分のものとわかるように自分で準備しましょう。**

### ■レンタルについて

#### ・スキーウェア上下 ¥3,000

申し込みは、出発1週間前までに白馬村観光局まで、別紙申込書にて

お知らせください。(申込先: info@po.vill.hakuba.nagano.jp)

当日現金での支払いになります。お釣りの無いように封筒に入れてお子様に持たせてください。

※グローブ、帽子、ゴーグル・サングラスのレンタルはありません。