

参加にあたっての留意事項（チャレンジキャンプ）

一般社団法人子ども未来塾

- ◇ 持ち物には、必ず名前を書きましょう。
- ◇ ザックにつめるとき、必ず参加者が確認しましょう。
- ◇ 履きなれた靴を履きましょう。
- ◇ 当日まで、健康管理をしっかりと。元気に参加できるように。
- ◇ 持ち物チェック等
 - 1 服装等
 - ・体が動きやすい服装、運動の出来る服装にしてください。
 - ・その他、帽子（紐のついたもの）・運動靴・ビーチサンダル（足が固定されるもの）
ラップタオル（着替え時使用）・下着・靴下、水着（式根島に参加される方は、鉄分の強い温泉に入るため、専用の水着が用意できたら良いと思います。）
 - 2 洗面具
歯ブラシ・歯磨き粉（チューブ）・石鹸、シャンプー・リンス
 - 3 携行品
ハンカチ・タオル・軍手（二足）・ティッシュ・
 - 4 その他
ライフジャケット・シュノーケル・シュラフ（寝袋）
リュックサック・ナップザック（小物入れ）・雑巾（古タオル可）
 - 5 健康保険証
個人用のカード（集合後、担当が預かり保管します。）
 - 6 常備薬等
虫除けスプレー・常備薬（特に服用している薬がありましたらご持参ください。）
団体では、薬は用意できません。尚、服用に特定の指示がある場合は、その旨スタッフにお知らせください。
 - 7 アレルギー
キャンプには様々なアレルギー症状を引き起こす害虫等が多くいます。
前もって、スタッフにその旨お知らせください。
とりわけ、食物アレルギーのある方については、アレルギーを引き起こす食物について、前もってスタッフにお知らせください。場合によっては、キャンプのメニューにも配慮しなければいけないこともあります。必ず、お知らせください。
 - 8 熱射病（熱中症）対策
出発前日は、早めに就寝し、十分睡眠をとるよう心がけてください。
水筒の中身は、スポーツドリンクで、500mlのペットボトルOKです。
 - 9 貴重品
特に必要のない装飾品、貴重品等は、ご遠慮願います。
 - 10 乗車券、乗船券
乗車券：（往路）小山駅～浜松町駅：（復路）浜松町駅～小山駅
 - 11 荷物の輸送
個人の荷物を事前に現地に送りたい方は、5日前に運送会社（ヤマト運輸ほか）に持ち込んでください。
※送り先 東京都新島村式根島「釜の下キャンプ場」 8月23日(木)9時必着
 - 12 小遣い
5,000円以内とします。