

「ふれあい体験塾2019in磐梯」参加にあたっての留意事項

1 持ち物

(1) 身につけるもの

- ・帽子（紐つき）・運動靴・長靴・タオル2枚程度・下着2枚程度・靴下2足程度
- ・長袖シャツ・長ズボン・体育着上下・雨具（合羽）・手袋

(2) 小物

- ・洗面具（歯ブラシ・歯磨き粉（チューブ式）・石鹸・シャンプー・リンス）
- ・筆記用具（ボールペン）・懐中電灯

(3) 収納するもの

- ・ザック・サブザック（雪中ハイキングの際小物を入れるもの：ショルダータイプ）
- ※小物：飲み物・タオル・筆記用具等

(3) その他

- ・ゴミ袋（45リットル1枚：着替え入れ）
- ・健康保険証（カードタイプ：個人用） ※事業期間中はスタッフが保管。
- ・常備薬（服用にあたっての回数、時間確認）
- ・小遣い（5,000円以内※小銭もご用意ください）
- ・飲み物（500ミリ程度のペットボトル）・ペットボトルホルダー

2 スキー用品等

スノーシュー及び歩くスキーに関わる用品は、磐梯少年自然の家で無償貸し出しがあります。スキーウェア・ゴーグル・手袋・帽子は、ご用意頂くこととなりますが、レンタルを希望される方は、事前にご連絡下さい。

3 お願い

・持ち物には、必ず名前を書きましょう。

※忘れ物は、報告会后に着払いにてお送りいたします。

尚、名前不明の物については、お申し出がない場合、報告会の1週間後に処分します。

- ・動きやすい服装、運動の出来る服装にしてください。
- ・ザックに詰めるとき、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。
- ・主な爪母品を収納するザックはショルダータイプで、両手の空くりュックサックタイプ（荷物を背負っての歩行に支障をきたし、危険を伴うため）でお願いします。
- ・サブザックはハイキング用に小物を入れるものです。ショルダータイプでお願いします。
※バスの車内で必要な小物類（財布・ハンカチ・洗面用具・タオル・筆記用具等）は、サブザックに別途収納してください。
- ・常備薬については、ご持参ください。服用時間等、特に指示がありましたら、保険担当迄事前にお伝えください。※団体が用意するものは、傷薬、湿布薬程度です。
- ・キャンプに不要な貴重品は持参しない。※装飾品、携帯電話、時計、ゲーム機不可。
- ・アレルギー、特に食物アレルギーについては、事前に内容をスタッフに連絡してください。
- ・当日まで、健康管理をしっかりとって、元気に参加できるようにしましょう。