

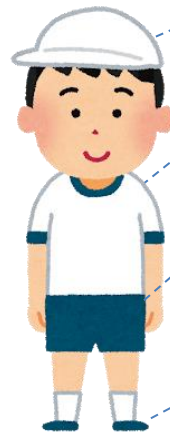
カヌー教室

《持ち物》

- ◎活動場所に持っていくもの
 - 水筒
 - 雨具（活動中に雨が降りそうな場合）
- ◎王国に置いていくもの
 - タオル
 - 替えの服・靴
 - 入浴道具

■水が冷たい時期など、状況に応じて長そで長ズボンもご用意ください。

《服装例》



帽子

- ・濡れてもよいもの

半そで

- ・速乾性のものがよい

半ズボン・ハーフパンツ

- ・速乾性のものがよい
- ・服の下にラッシュガードやスパッツ、水着の着用も○

ウォーターシューズ

- ・使い古しの運動靴○
- ・かかとのあるサンダル○

沢登り探検

《持ち物》

- ◎活動場所に持っていくもの
 - 水筒
 - マスク（バス移動のみ）
※活動中はバスの中に置いていきます。
- ◎王国に置いていくもの
 - タオル
 - 替えの服・靴
 - 入浴道具

■水深は深いところで大人の腰が浸かる高さになります。

《服装例》



帽子

- ・濡れてもよいもの

長そで

- ・速乾性のものがよい

軍手

- ・濡れるため、
野外炊飯用とは別のもの



長ズボン

- ・速乾性のものがよい
- ・服の下に水着着用も○

ウォーターシューズ

- ・使い古しの運動靴○
- ・サンダル不可

水辺の生き物さがし

《持ち物》

- ◎活動場所に持っていくもの
 - 水筒
 - タオル
 - 雨具（活動中に雨が降りそうな場合）
- ◎王国に置いていくもの
 - 替えの靴
 - ※汚れた場合の替えの服

■水深は深いところで大人の膝上が浸かる高さになります。

《服装例》



帽子

- ・濡れてもよいもの

半そで

- ・速乾性のものがよい

半ズボン・ハーフパンツ

- ・服の下にラッシュガードやスパッツ、水着の着用も○
- ・虫刺されが心配な場合は、長そでをおすすめします。

ウォーターシューズ

- ・使い古しの運動靴○
- ・かかとのあるサンダル○

※メガネの方はメガネバンドをご用意ください。

◎前後着替えは、温泉脱衣室をお使いください。

◎カヌー教室と沢登り探検は、体験後すぐに着替えることができるように、荷物をまとめておきます。

◎引率の方のカメラや携帯電話など、水濡れに弱いものは自己管理でご使用ください。

体験プログラムの服装・持ち物について

《 基本的な服装・持ち物 》

物外活動を行う上での服装です。動きやすく、汚れてもよいものをご準備ください。

帽子 ・ 動きやすい服装 ・ 履きなれた靴

肌の露出が少ないものをおすすめします。

また、熱中症対策として体温調節ができるようお願いいたします。 (例) 半そで、長ズボン+上着

水筒 (両手が自由になるよう、肩から掛けられるものをおすすめします。)

マスク

基本的には常時着用をお願いいたします。

※野外活動で人との距離が十分確保できる場合、熱中症の可能性のある場合を除きます。



《 各プログラムの持ち物 》

活動により持ち物が異なります。確認のうえご準備ください。また、持ち物には記名をお願いいたします。

種類	プログラム名	持ち物 【◎…必須 ○…必要に応じて】
自然体験	水辺の生き物さがし	※裏面に記載
	草木染め	◎筆記用具
	他の自然体験プログラム	○雨具
思いやり 自然体験	カヌー教室 ・ 沢登り探検	※裏面に記載
	秘密基地作り	◎長そで長ズボン ◎軍手 ◎タオル ◎虫よけ ○雨具
	じよんのびハイク	◎タオル ◎虫よけ ○雨具
コミュニ ケーション	アドベンチャーゲーム	○虫よけ
	ガルル王からの挑戦状	◎筆記用具
	運動レクリエーション	○内履き ※裸足か内履きのどちらかに統一をお願いします。
ウォーク ラリー	自然探検ウォークラリー	◎筆記用具 (班に1つ) ◎時計 (班に1つ) ○雨具
	アドベンチャーラリー	
	かくれんぼラリー	◎筆記用具
食育プログラ ム	すべての食育プログラム	◎エプロン ◎バンダナ
創作体験	すべての工作	◎作品を持ち帰るための袋 (まとめて持ち帰る場合は、段ボール箱をご持参ください。)
文化体験	門出 (かどいで) 和紙	○雨具 ○虫よけ
	笹団子作り	◎エプロン ◎バンダナ
	なわない	◎作品を持ち帰るための袋
セルフプログラ ム	黒姫山登山	○虫よけ
ナイト プログラム	キャンプファイヤー	○懐中電灯 ○虫よけ
	キャンドルファイヤー	○内履き ※裸足か内履きのどちらかに統一をお願いします。
	ナイトハイク	◎懐中電灯 ○虫よけ
冬のプログラ ム ※その他、	虫よけなどの必要体験は各自ご準備ください。	◎手袋 (防水) ◎長靴 ○着替え

「カヌー教室」・「沢登り探検」・「水辺の生き物さがし」については裏面をご確認ください。