

項 目	品 名	備 考
現地到着後、スムーズにレッスンを始めるためにもご協力ください。		
集合時の服装（普段着）	☐ 普段着 ☐ 防寒具 ☐ 靴	＊雪上を歩くことがあるため、スノーブーツや長靴をおすすめします。 メッシュ素材など雪や水の浸みやすい運動靴はご遠慮ください。
大きなバッグにまとめてください。【宅配便（往復便）で現地にお送りいただけます】 項目毎に大きめのチャック袋などに入れていただき、見えるところに荷物ラベルシールを貼ってください。例：①スキーの服		
① スキーの服（1日目スキー）	☐ アンダーシャツ ☐ アンダータイツ ☐ スキー用靴下 ☐ スキーウェア（レンタル希望者はなし）	＊アンダーシャツは保温機能のあるハイネックの長袖をおすすめします。 ＊アンダータイツは足首にフリルや飾りがないものをご用意ください。 ＊靴下は膝下までの長さでスキー用（厚手）靴下をご用意ください。 ＊スキーウェアをレンタルされている方は、現地にてお渡しします。
② スキーの小物	☐ ニット帽 ☐ ゴーグル ☐ ネックウォーマー ☐ グローブ2組 ☐ フリース	＊ニット帽は保温性のあるものをご用意ください。（ヘルメット可） ＊ゴーグルは目の保護の為、スキー用のものをご用意ください。 ＊ネックウォーマーは保温性のあるものをご用意ください。 ＊グローブは濡れた際の交換用として2組ご用意してください。 ＊フリースは寒い時、アンダーシャツの上に着用します。フードなしがおすすめです。
③ お風呂のタオル	☐ バスタオル ☐ 体洗いタオル（任意）	＊シャンプー、リンス、ボディソープは備付けがございます。 ＊部屋のお風呂での入浴となります。ご了承ください。
④ 1日目の夜	☐ パジャマ兼室内着 ☐ 下着 ☐ 靴下	＊パジャマは夕食や夜のイベント時にも着用する室内着として兼用します。 長袖のフリースやジャージなどがおすすめです。 ＊靴下は宿泊施設内の移動用として履きます。
⑤ 2日目の朝	☐ アンダーシャツ ☐ アンダータイツ ☐ スキー用靴下	＊アンダーシャツは保温機能のあるハイネックの長袖をおすすめします。 ＊アンダータイツは足首にフリルや飾りがないものをご用意ください。 ＊靴下は膝下までの長さでスキー用の（厚手）靴下をご用意ください。
⑥ 2日目の夜	☐ 下着 ☐ 靴下	＊③お風呂のタオル と ④パジャマ は1日目と同じものを使用します。
⑦ 3日目の朝	☐ アンダーシャツ ☐ アンダータイツ ☐ スキー用靴下	＊⑤番と同様です。
⑧ 帰りの服	☐ 洋服上下 ☐ 靴下	＊普段着で結構です。 ＊行き服と同じの場合は、靴下のみを入れてください。 ＊お子様に初日着てきた服を入れるようにお伝えください。
⑨ 予備・その他	☐ 長袖 ☐ 長ズボン ☐ 下着 ☐ スキー用靴下	＊洋服が汚れたときの予備の着替えとなります。 長袖はスキー用でも普段着でも構いません。
⑩ 洗面用具	☐ 歯ブラシ ☐ フェイスタオル ☐ ヘアブラシ（任意）	＊ヘアブラシや髪の毛を結ぶ予備のゴムなどがあると便利です。
⑪ 使用済洋服入れ袋	☐ 空袋をご用意ください	＊少し大きめの袋をご用意ください。
※ レンタルスキーを申込んでいない方は（基本スキーレンタル付）、スキーセットも忘れずにお持ちください。 現地にてスキーセットが使用できなかった場合は、レンタルにて対応いたします。その際は後日ご請求させていただく場合がございます。		

小さめのリュックなどに入れ、着替えの入った大きなバッグとは分けて当日お持ちください。		
初日のお弁当	☐ -	捨てられる容器でご用意ください。
水筒	☐ -	ジュース類は避け、麦茶等をご用意ください。＊帰りの分は現地で用意します。
おやつ	☐ -	行きと帰り分にわけてご用意ください。（部屋では食べません）
雨具	☐ 1着	両手が自由に動かせるポンチョや雨ガッパ。
ビニール袋	☐ 2～3枚	汚れもの、ゴミ袋用。
スノーキャンプガイドブック	☐ 1冊	必要事項をご記入ください。
筆記用具・色鉛筆	☐ -	ガイドブック（絵日記）などを書くときに使用します。

当日、集合時にお預かりしますので、1つにまとめてお持ちください。 ※保険証は必要ございません。		
☆健康連絡表	☐ 1枚	必要事項をご記入ください。
☆服用薬	☐ -	名前と用法（朝、お風呂上がり等）を記入し、日数分お持ちください。 使用方法などの詳細については“健康連絡表”にご記入ください。
☆おこづかい（お土産購入用）	☐ 2,000円以内	お財布か封筒に入れ、金額を明記してください。 ＊低学年のお子様は少額で結構です。

○持ち物には必ずお名前をご記入ください。（靴下・下着・タオル・水筒・筆記用具などすべて）
 ○携帯電話、スマートフォン、ポータブルゲーム、マンガ等はお持ちにならないようお願いします。