

持ち物チェックリスト

◆宿泊に必要なもの【家族分】

項目	数量	用途・備考	チェック
1 健康保険証（写可）	家族分	けがや病気で、病院に行くとき必要になります。	
2 上履き	家族分	施設内での履物です。 スリッパのご用意がないため、 必ずご持参ください。 かかとのあるものをおすすめします。	
3 歯磨きセット 洗面用具	家族分	浴室には、リンスインシャンプー・ボディーソープがあります。その他必要なものは各自でお持ちください。	
4 着替え・上着	家族分	野外活動に適した着替えや上着など、1泊2日分のご用意をお願いします。火気を使用するため、化繊の衣類はなるべくお控え下さい。	
5 パジャマ類	家族分	入浴後の服装です。 昨年9月上旬の朝晩の気温は21℃程度でした。	
6 タオル・バスタオル	家族分	手拭き用、入浴用など必要な枚数お持ちください。 日中の活動用として2～3枚余分にご用意ください。	
7 ドライヤー	必要分	常設のドライヤーはございません。 使用は洗面所のみ です。 (お部屋の中は、ブレーカーが落ちるため使用できません。)	

◆活動に必要なもの

項目	数量	用途・備考	チェック
1 筆記用具	家族分	メモなどをするときに使います。	
2 軍手(綿100%)	1人1双	防災食づくりや火起こし体験で使用します。気になる方は2双ご用意ください。	
3 新聞紙	家族分	1人3～5枚 お皿を作ります。	
4 キッチン用のミトン	必要分	お湯から食材を取り出すとき等に使用します。	
5 牛乳パック(1ℓ)	1人1本	洗って干してから、開かずに箱の形のままお持ちください。	
6 エプロン・三角巾 マスク	家族分	調理用です。必要な方はお持ちください。	
7 レジャーシート	家族分	1日目の昼食は、晴れたら屋外で召し上がっていただけます。 必要な方はお持ちください。	
8 避難所体験グッズ	避難所体験をご希望の方 (例)	LEDライト(ガスなどの火を使うものは使えません)/マット、寝袋などの寝具/耳栓、アイマスク/ウェットティッシュなどの消耗品で必要と思うもの	

◆必要に応じてお持ちいただくもの

項目	数量	用途・備考	チェック
1 常備薬	必要分	内服薬関係は、ご家族でご用意ください。 (応急処置用の薬はあります。)	
2 幼児用スプーン・ フォーク	必要分	食事用の食器類は施設でご用意いたしますが、幼児用はございません。また、お子様でお気に入りのものがある方はご持参いただいてもかまいません。	
3 虫よけスプレー	必要分	自然の中の施設ですので、館内にも虫がいることがあります。気になる方はご持参ください。	
4 熱中症対策グッズ	必要分	飲み物は配布しますが、心配な方は1日目の分をご持参ください。 館内に自動販売機がございますのでご利用いただけます。	