集団宿泊教室　野外活動　準備物チェックシート

【服装・持ち物】― 児童・生徒

- ☐ 服装（帽子・長ズボン・長袖・くるぶしより上の長さの靴下）
- ☐ 履きなれた運動靴（脱げやすいものや底がつるつるのものは不可）
- ☐ 軍手（一人一双）※野外調理有の場合は、綿素材 すべり止めなし
- ☐ 虫よけスプレー(冬でもダニ対策で足回りに使うことを推奨します)
- ☐ 水筒(リュックに入る大きさ)

※水筒は転倒時に体に当たって怪我をする恐れがあるため、斜め掛けはせずリュックに入れることを推奨します

- ☐ タオル(汗拭き用)
- ☐ 雨具と雨具使用後の収納用ビニール袋
- ☐ 防寒具(夏以外の夜間活動用)
- ☐ バインダー・鉛筆など

【服装・持ち物】― 引率者

- ☐ 各プログラムの印刷物
- ☐ 救急セット（絆創膏、消毒、ガーゼ、テーピング、ビニール手袋など）
- ☐ ポイズンリムーバー
- ☐ 虫刺され薬
- ☐ 冷却シート(軽度の熱中症対策)
- ☐ 経口補水パウダー または 塩タブレット等の熱中症対応