

## 【持ち物チェック表】

小バック(バス内に持ち込むもの)	大バック(着替えなど)	
しおり(参加者用)	スキーレッスンのインナー ・アンダーシャツ ・アンダータイツ ・厚手の靴下 ※レッスン時、雪で濡れることがあります。 予備のインナーウェアをご準備ください。	1日目-①
連絡袋(健康チェック表・保険証コピー・薬など)		2日目-①
おかし(500円以内)		2日目-②
飲み物(ペットボトル) 飲んだあとはお持ち帰り		3日目-①
筆記用具	フリースなど暖かい服(2枚)	
ハンカチ・ティッシュ	部屋着※着回し可	
おこづかい(2000円以内)	寝間着(パジャマ)	
日焼け止め(必要な人)	下着2日分	
エチケット袋(2~3枚)	洗面道具・タオル	
マスク(5枚以上)	バスタオル	
スキー用具	内履き(クロックスなど)	
スキー板(レンタルしない人)	コップ(割れにくいもの/折りたたみも可) 1個	
ストック(レンタルしない人)	予備のマスク	
ブーツ(レンタルしない人)	消毒薬、うがい薬	
スキーウェア(レンタルしない人)	体温計	
スキーヘルメット	アンダー手袋/オーバー手袋(必要な人)	
スキー手袋		
ゴーグル		
ネックウォーマー		