

# ☆サマーキャンプ！IN富士山☆

令和1年7月23日（火）～24日（水）

## 富士山のほるそあー



パンフレット

幼体連栃木・遊遊冒険クラブ

- ☆宿泊場所 朝霧野外活動センター  
※住所 静岡県富士宮市根原1  
※TEL 0544-52-0321
- ☆活動場所① ふれあいプール玉穂（室内プール）  
※住所 静岡県御殿場市ぐみ沢715-3  
※TEL 0550-80-1515
- ☆活動場所② 富士山5合園レストハウス（登山）  
※住所 山梨県南都留鳴沢村  
※TEL 0555-72-2121

☆雨天活動場所 室内プール

### 活動日程

1日目

- ★しゅっぱつ出発
- ★バスでレクレーション
- ★スイカわ割り
- ★ちゅうしょく昼食
- ★しつない室内プール
- ★しぜん いえちやく自然の家着（オリエンテーション）
- ★ゆうしょく夕食
- ★キャンプファイヤー
- ★にゅうよく入浴
- ★しゅうしん就寝

2日目

- ☆きしょう起床
- ☆ちゅうしょく朝食
- ☆にもつ せいり荷物整理
- ☆ふじさん とざん こうめ富士山登山5合目から
- ☆ちゅうしょく昼食
- ☆みやげ こうにゅうお土産購入
- ☆かしお菓子パーティー
- ☆かいさん解散

※メインの富士山登山が2日目出来ない場合は、1日目と日程を入れ替える予定です！！

## ☆持ち物表☆ ※持ち物には、全て名前を記入して下さい。

※バック①に入れる物（リュックタイプ）

弁当	適量	1日目の昼食 捨てられる容器の物
水筒	必須	ペットボトル不可 無くなり次第補充します
おやつ	適量	2日分
お財布	1,000円程度	お土産・ジュース代として
上着	薄手のナイロン製	登山時寒い時に使用
パンフレット		保険証コピー貼って

※バック②に入れる物（宿泊用）

着替え（1式）	1日分	2日目の登山時に着る 動きやすい服
下着・パンツ	1日分＋予備	予備として
タオル	3枚	バスタオル1枚 汗拭きタオル2枚目安
パジャマ	1着	
洗面用具	1式	歯ブラシ・歯磨き粉
ビニール袋(大)	5枚	汚物・ゴミ袋等に使用
かっぱ	1枚	雨天時使用
上履き	1足	施設内で使用

※バック①・②とは別に用意する物

水着セット (プールバック)	水着・タオル・タオルキャップ ゴーグル・浮き輪（自由）膨らませず！
-------------------	--------------------------------------

※用意不要の物 下記の物は、幼体連で用意します！！

・プール帽子 ・キャップ ※帽子の被れる髪型で来て下さい！

## ☆集合時服装☆

私服	※天候に合わせた動きやすい服
靴	※履きなれている運動靴

※1日目は、室内プールを予定しています。到着後、着替えます。集合時から水着を着て来ないで下さい！

## ☆集合時詳細☆

- ◆持ち物は、表の通り分けて来て下さい。
- ◆パンフレット・常備薬がある方は、朝指導員に渡して下さい。
- バック②・プールバックは、指導員が預かりまとめて積みます。
- ※浮き輪を持って来る方は、膨らませず持って来て下さい。
- バック①は、子どもがバスの座席まで持って行きます。
- ※荷物が分かれて無いと取り出し不可になります。ご注意下さい！！

## ☆登山時詳細☆

- ◆登山時は、動きやすい適した服装・靴の用意をお願いします。
- ※高低差がある為、寒い事も予想されます。上着は必ず持って来て下さい。
- 濡れる事もある為、ナイロン製の物を用意して下さい。

バック①に上着・水筒・タオルを入れて登山します。  
※必ず、1つ目バックはリュックタイプの物を用意して下さい。

## ☆最後に・・・☆

- ◆2日目の天気が悪い場合は、1日目と日程を入れ替えます。
- そのため、1日目に富士山登山になる場合もあります。
- ※2日間通して動きやすい服装の用意をお願いします。

変更点ありましたら、担当指導員より連絡します！

## 保険証コピー貼り付け欄

緊急で医師の診断を受ける時に使用する場合があります。

保険証のコピーを必ず貼って下さい。

注意する点・気を付けてほしい点などありましたら

下記の欄に記入して下さい。

※緊急連絡先（携帯番号）を記入して下さい。

---

## 健康調査表

1、最近1カ月以内に病気をしましたか？  
(はい いいえ)

2、乗り物酔いはしますか？  
(はい いいえ)

3、平常時の体温 \_\_\_\_\_ 度

4、持病・アレルギーお持ちですか？  
(はい いいえ)

病名・アレルギー ( )

5、夜のトイレについて  
起こしてトイレに行かせてほしい。  
(はい いいえ)

※起こすを希望された場合は、23：30に起こします。

6、常備薬を…（持参している・していない）  
☆飲む時間（朝・昼・夜・就寝前）（食後・食前）など  
お薬の扱い方を詳しく下記に記入して下さい。

クラブ名

名前

---