

## 修学旅行 持ち物リスト

### 事前に送る荷物

- 部屋着（温度調節できるものが望ましい）
- 寝巻
- 下着・肌着（3日分+ $\alpha$ ）
- 靴下（3日分+ $\alpha$ ）
- タオル（汗をかいた時など）
- トレーナー・ジャージ類（講習時防寒用）
- 講習用下着上下（ヒートテック等）
- 洗面具一式

### 当日の手荷物

- お金
- しおり
- 筆記用具（ハサミやカッター、コンパス等金属類は持ち込まない）
- 雨具（折りたたみ傘、かっぱ）
- 保険証又は保険証のコピー

## あると便利なもの

- 薬（酔い止め・日焼け止め・その他各自必要な常備薬）
- ネックウォーマー（スキー・スノーボード用）
- カイロ
- マフラー・手袋

## ホテルに備わっているもの

- バスタオル
- フェイスタオル
- 歯ブラシ
- ドライヤー
- お茶セット
- スリッパ
- リンスインシャンプー
- ボディソープ