

# 日本アルプスで極上のパウダースノーを体験しよう★白馬五竜プレミアムスキーキャンプ

2020年12月27日(日) ~ 12月30日(水) 3泊4日

## ◆◆◆ 主なプログラム予定 ◆◆◆

当日のプログラム予定です。当日の天候や子どもたちの状況により変更することがございます。

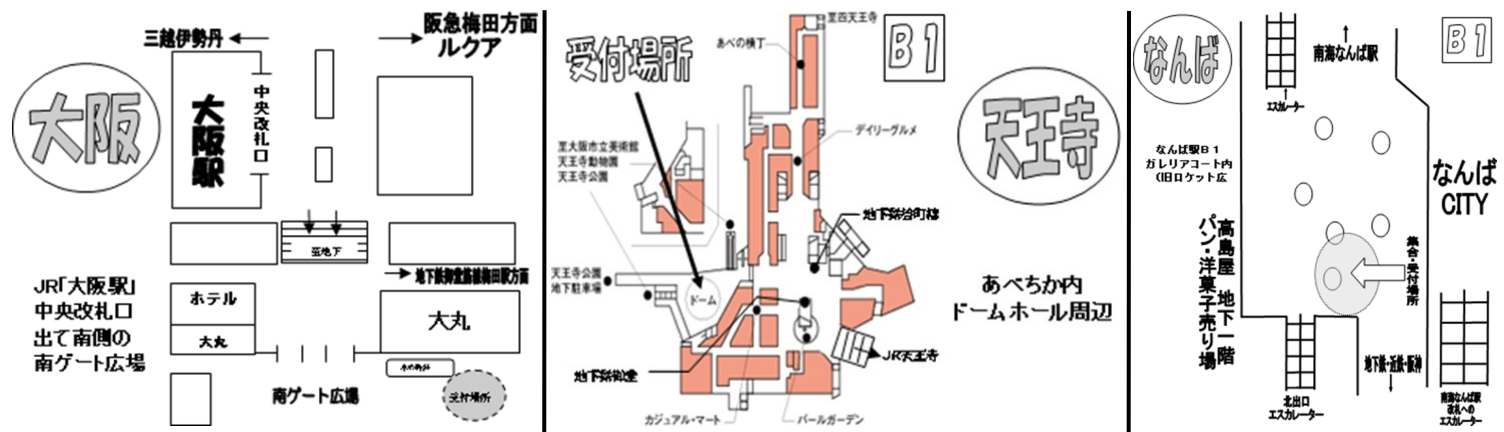
	1日目	2日目	3日目	4日目
朝	集合・受付 (梅田・天王寺・なんば) リーダーたちと一緒に バスに乗って出発★	食堂で朝ごはんを食べよう★  活動の準備をしよう★	食堂で朝ごはんを食べよう★  活動の準備をしよう★	食堂で朝ごはんを食べよう★ お部屋の掃除をしよう 活動の準備をしよう★
午前	バスで長野県の白馬へ★ バスの中では楽しいゲーム大会 グループのみんなで仲良くなるよう♪ 途中で休憩5回予定	スキーレッスン① 開校式★ いっぱい滑って上手くなるよう!	スキーレッスン③  今日もいっぱい滑って上手くなるよう!	ゴンドラに乗って山頂で絶景を満喫しよう!
午後	途中のサービスエリアで休憩 お弁当を食べよう♪  途中のサービスエリアで休憩 施設到着(16時予定) 部屋でグループタイム&活動の準備 スキー板合わせ	施設の食堂でお昼ご飯★  スキーレッスン② 上手くなったらリフトに乗れるかな?  夕食&入浴タイム	施設の食堂でお昼ご飯★  スキーレッスン④ 最後のレッスン★ どれだけうまくなったかな?  夕食&入浴タイム	お弁当を食べよう★  キャンプの事、この場所の事、みんなでふりがえて ものしりはかせやキャンプ名人になろう★  バスで大阪に向かおう★ 途中で捕食を食べよう。  大阪に到着★
夜	夕食&入浴タイム みんなでレクリエーション大会☆ 明日のスキーに備えて休もう お部屋で寝る準備。おやすみなさい	室内レクリエーション リーダーとみんなで盛り上がろう★  お部屋で寝る準備。おやすみなさい	室内レクリエーション リーダーとみんなで盛り上がろう★  お部屋で寝る準備。おやすみなさい	楽しかった思い出を おうちのの人に話そう♪

出発日	出発		
	大阪	なんば	天王寺
12月27日(日)	7:45	7:30	7:30

解散日	解散		
	大阪	なんば	天王寺
12月30日(水)	19:00	19:30	19:30

出発時刻に、スタッフがあいさつをはじめさせていただきます。受付は20分前より開始いたしますので出発時刻までにお越しください。

バスでの移動のため、当日の交通事情により出発時間、帰着・解散時間に遅れが生じる場合がございます。予めご了承ください。最終日夕方に捕食を提供します。



## ◆◆◆ 宿泊施設・活動場所・移動手段 ◆◆◆

施設名	住所	電話番号
白馬サンバレーホテル	〒399-9211 長野県北安曇郡白馬村神城26030	0261-75-3948
スタッフ緊急連絡先		070-2306-3833

## ◆◆◆ お問い合わせ ◆◆◆

【旅行企画・実施】  
ワールドツアーシステム株式会社 天満営業所  
(社) 全国旅行業協会正社員 大阪府知事登録(2) 2047号 取扱管理者 畠山勝

【キャンプ活動内容に関するお問合せ】  
特定非営利活動法人ピープルアクティブライフ

〒530-0033  
大阪府大阪市北区池田町3-1ぶららてんま2階  
TEL: 06-6135-1117 FAX: 06-6135-1119  
営業時間: 10:00~18:00 定休日: 土日 祝日 毎週木曜日

◆◆◆持ち物◆◆◆ ※1日目の昼食は提供させていただきますのでお弁当の持参は不要です。

	持ち物	かず	コメント	チェック	
小さいカバン (活動中持ち歩くもの)	常時必要アイテム	はる PALカード	1	必ず受付時にご提出下さい。	
		しょうびやく 常備薬・よいどめ	必要数	常備薬・よいどめがある場合は、お薬カード・よいどめカードと一緒にご提出ください。 尚、ハンドクリームなど本人管理の場合もお薬カードにご記入いただき、	
		ぼうし 帽子	1	かぶってご集合ください。(移動中などの防寒用に使用します。)	
		うわぎ 上着(はおれるもの)	1	移動時、夜や朝方に着用します。着用してご集合ください。	
		しつないば 室内履き(うわくつ)	1	宿泊施設室内で使用します。(レンタルやスリッパはありません。)	
		ポケットティッシュ	必要数		
		タオル	1	手ふき用、汗ふき用などに使用します。	
		すいとう	1	ペットボトル容器以外のもの。(ペットボトルは衛生上不可)	
		ひっきょうぐ 筆記用具	1式	プログラム等で使います	
		カップ	1	主に雨天時のバス～宿泊施設への移動で使用します。 <b>傘は不可</b>	
大きいカバン (宿泊室に置いておくもの)	生活セット	ふくろ ビニールの袋	4	スーパーの袋などで大丈夫です。(濡れた衣類などを収納する袋として利用します。)	
		マスク	必要数	感染症予防のためご持参お願いいたします。	
		おお 大きいビニール袋	1~2	45ℓのゴミ袋がベストです。(使用後の衣類や汚れた服を収納するのに使用します。)	
		かいちゅうでんとう 懐中電灯(乾電池入り)	1	夜のプログラムなどの移動で使用する場合があります。(使用しない場合もございます。)	
	宿泊セット	Tシャツ	4		
		したぎ 下着(パンツ)	4	着替えは、着てくる服とは別にご用意ください。 着替えは、袋などで小分けしておいていただけると、整理整頓しやすくなります。	
		くつした 靴下	4	(数量に関しては、宿泊数分が基本数となっておりますが、多めにご持参頂いても構いません。)	
		パジャマ	1	<b>※ スキーウェアの下は、トレーナーやヒートテック、タイツ、ジャージなどを着用します。</b>	
		トレーナー	1~2		
		スポン	2~3	長スポン(ジーパンや綿パン)、ジャージ	
		はみがきセット	1	歯ブラシ、歯磨き粉、コップ	
		お風呂セット	1	シャンプー、リンス、石鹸(ボディソープ)、タオル(身体を洗う用)バスタオル(身体を拭く用)	
	フェイスタオル	2	顔ふき用や汗ふき用(小バックにも1つ別に入れてください)		
	持参の方のみ	ながぐつか スノーブーツ(長靴可)	1	長靴の場合は靴下を多めにご持参ください。(運動靴は濡れるのでご注意ください。) <u>当日はスノーブーツを履いて集合してください。</u>	
		スキーウェアセット	1	スキーウェア上下	
		ニット帽	1	耳まで隠れるもの	
		手袋	1	雪遊びでも使用するので防水性、撥水性のものが望ましい。	
	※あると便利なもの	カイロ		気温が低い時に使用します。(必要な方はご用意ください)	
		ネックウォーマー	1	寒い時に使用します。	
		スパッツやタイツ	1	スキーウェアの下に着用。(ジャージの下でも大丈夫です) スキーウェアの下は動きやすく体温保持できるものがベストです。	

■口必ずお読みください。(保護者のみなさまへのご協力とお願い) 口■

- ご準備は、必ずお子様と一緒にを行うようお願い致します。(自分のカバンに何が入っているのか、着る服はどれか、どこに入れたかを確認しておくことで当日の整理整頓がスムーズに行うことができます。最近、ご自身の持ち物が分からないお子様が増えております。)
- 小カバンと大きなカバンは分けてご用意ください。(小カバンは基本的に常に持ち歩きます。カバンは必ず分けてご準備ください。)
- すべての持ち物に名前を必ずご記入ください。※お子様自身が落としたものか、持ってきたものかの判断できないことが多いため必ず名前をご記入ください。(名前が無い忘れ物につきましては、一定期間の保管後にすべて処分致します。)
- お菓子、携帯、スマートフォンやタブレット、ゲーム機、カメラ、時計といったものはお持ちにならないでください。キャンプ中はお金を使用できません。また、忘れ物や破損、盗難に対する保険には加入していません。すべて自己責任となりますので、貴重品は一切お持ちにならないでください。
- キャンプ期間中は、普段よりも体を動かします。また、冷暖房は基本的にはありませんので日常生活よりも大量の汗をかいたり、汚れたりします。必要な方は着替えやタオルを余分にお持ちください。

