

幼体連スポーツクラブ

スキー合宿2022

12/28~29(水~木) in湯の丸高原ゲレンデ



宿泊先 湯の丸高原ホテル

主催

幼体連スポーツクラブ
遊々冒険クラブ

TEL 049-230-1255
TEL 049-230-1200

【スケジュール】

時間	12/28(水)	時間	12/29(木)
8:30	<p>各集合場所に集合 ※集合場所・時間は別紙参照</p> <p>並木公園からバスに乗って出発 スキー場へ向けて レッツ ゴー！</p>	6:30	<p>起床 みんなおはよう！ 布団を片付けよう</p>
11:30	<p>ホテルに到着 荷物をお部屋に運ぼう。 自分の荷物は自分ではこぼろ！</p>	7:30	<p>朝食 いっぱい食べよう！！ 食べ終わったら荷物を片付けてスキーの準備。</p>
12:00	<p>昼食 みんなで仲良くおべんとう！</p>	9:00	<p>レッスンスタート 今日もたくさんすべってうまくなるぞ！ 目指せ検定1級だ！！</p>
13:00	<p>開講式 わくわくスキーがいよいよはじまるね！</p>	12:00	<p>レッスン終了 すべれるようになったかな？ きがえて昼食を食べよう！！</p>
14:00	<p>レッスンスタート さあすべるぞ！笑うぞ！ たくさんお友達作るぞ！！</p>	12:30	<p>昼食</p>
16:30	<p>レッスン終了 楽しかったね。疲れたね。 さあホテルに戻ってひと休み。</p>	13:15	<p>閉講式 みんな何級をもらえたかな？</p>
17:00	<p>入浴 みんなで露天風呂に入ろう！ きれいな雪景色とポカポカお風呂</p>	14:00	<p>ホテルを出発 楽しかったスキーも終わり。 お世話になったホテルの人にしっかりあいさつしよう</p>
18:30	<p>夕食 お腹がすいたね。いっぱいご飯を食べよう！</p>	17:00	<p>並木公園到着 仲良くなったお友達とお別れ！ またスキーや冒険クラブで会おう！！</p>
19:30	<p>キャンドル作り 世界に一つだけのキャンドルを作ろう！</p>	18:00	<p>各解散場所に到着 ※解散場所・時間は別紙参照 楽しかったね。また来年一緒に滑ろうね！ お家の人にも沢山お話をしな。</p>
21:00	<p>就寝 明日のために早く寝ようねzzz</p>		

※天候によっては、活動内容に変更がある場合があります

【持ち物表】

持ち物	備考	チェック
大きいバック		
スキーウェア	スキージャケット・スキーパンツ・スキー帽子	
板・ブーツ・ストック	スキー板・ブーツ・ストック・スノーボード・ボード用ブーツを持参される方は集合時に担当指導員にお渡し下さい。必ず名前を記入！！	
ゴーグル	サングラス不可。名前必須！！	
てぶくろ	スキーグローブ(暖かくて、簡単に冷たくなならないもの) 幼児はミトン形式でお願いします。(指先が分かれていないもの)	
長靴	長靴・スノーシューズ(当日履かせて下さい)	
就寝時服装	長袖・長ズボン(風邪をひかない温かな服装)	
長袖	長袖1枚・トレーナー1枚	
	スキーウェアの下に着ます。	
下着・靴下	パンツ3枚・シャツ(下着)2枚・スキー用靴下2足	
	・タイツ2枚・部屋用靴下1足	
帰りの服装	幼児や低学年はビニール袋に「帰りの服」と記入して入れる。	
タオル	バスタオル1枚 フェイスタオル1枚	
洗面用具	歯ブラシ(シャンプー・石鹸はこちらで用意します。)	
ビニール袋	ごみ用・汚れもの入れ 2~3枚(名前記入)	
うわばき	ホテルの室内で使用します。	
小さいバック		
お弁当	28日の昼食(お弁当・おはし・フォーク等は捨てられるものをご用意ください。)	
おかし	食べきれる程度(おかしは持ちすぎに注意！)	
飲み物	ペットボトル3本。	
常備薬	いつも使用している方(飲み方を健康調査表に記入し、1回ずつ分けて下さい。)	
おこづかい	宿泊先でお土産を買います。(1,000円~3,000円まで)	

☆ 持ち物にはすべて名前を記入してください。毎年たくさんの忘れ物があります！

☆ 当日は暖かい服装でお越し下さい。(洋服にもお名前を忘れずに)

☆ **小さいバック**に「おかし」「飲み物」「お弁当」「おこづかい」を入れてください。

☆ **大きいバック**にその他の荷物(着替え・上履き・スキー用品など)を入れてください。

☆ 健康調査表と保険証のコピーを当日必ず担当指導員にお渡しください

スキー合宿のもくひょう

前回 級で、今年 級をめざすぞ～～！！

バスの中でクイズ（などなど）をだすので、考えよう！！

Q

Q

Q

Q

Q

☆メディカルチェックシート☆

- ・メディカルチェックシートは新型コロナウイルス感染拡大防止のためお子様の健康状態を確認することを目的としています。
- ・メディカルチェックシートは大会・イベント実施の3日前より記録をお願いします。
- ・イベントがより安全でより楽しいものとなるようにご理解とご協力をお願いします。

<イベント名>

イベント名		実施日	
-------	--	-----	--

<基本情報>

氏名		学年	
保護者氏名		連絡先	
Email		クラブ名	

<イベント3日前と当日の体温>

日付	体温
/ ()	°C
/ ()	°C
/ ()	°C
/ ()	°C
/ ()	°C

<保険証の写し>

--

<イベント前1週間における健康状態>

チェック項目	チェック
①37.5度を超える発熱はない	<input type="checkbox"/>
②咳、のどの痛みなどの風症状がない	<input type="checkbox"/>
③だるさ、息苦しさがない	<input type="checkbox"/>
④嗅覚や味覚の異常がない	<input type="checkbox"/>
⑤体が重く感じる、疲れやすい等がない	<input type="checkbox"/>
⑥新型コロナウイルス感染症陽性者との濃厚接触がない	<input type="checkbox"/>
⑦同居家族や身近な知人に感染が疑われえる方がいない	<input type="checkbox"/>

<アレルギー・お薬>

アレルギー名	お薬の有無 <small>※有の場合は対応方法もご記入ください。</small>
	無 有
	無 有
	無 有