



# 「夏休み交流合宿 2023」

## 浜松・伊くマ校 しおり

2023年7月27日(木) - 7月28日(金)



～活動場所～

島田市野外活動センター山の家

〒427-0233 静岡県島田市身成4 8 - 3 ☎0547-39-0736

なまえ

校 年

○検温をお願いします 出発前 \_\_\_\_\_ 度 / 2日目朝 \_\_\_\_\_ 度

～ 緊急の電話番号 ～

保護者様①

-

-

保護者様②

-

-

ご自宅

-

-

お子様についての確認や、万が一の体調不良・怪我等のご対応の為お電話番号のご記入をお願いします。

2023年7月16日発行

## 予定表

7/27 (木)		7/28 (金)	
1 日目		2 日目	
10 : 00	浜松球' s 倶楽部 集合	7 : 00	起床 (はみがき・洗顔・着替え等)
10 : 15	出発      マイクロバス	↓	
↓		7 : 30	朝食                      ~8 : 30
11 : 30	山の家      到着	↓	
11 : 45	昼食                      ~12 : 30	9 : 00	サッカー交流試合 ~10 : 30
↓		↓	
13 : 00	サッカー                      ~16 : 00	11 : 00	川遊び                      ~11 : 30
↓		↓	
17 : 00	B B Q ・花火                      ~19 : 00	12 : 00	昼食・解散式                      ~13 : 00
↓		↓	
19 : 30	入浴・しおり記入 ~21 : 00	13 : 15	山の家      出発      マイクロバス
↓		↓	
21 : 00	就寝準備      トイレ・はみがき	14 : 30	浜松球' s 倶楽部      到着
↓		14 : 45	解散
21 : 30	就寝		

※解散時間は、当日の進行や道路状況等により前後する場合がございます。  
 移動情報は、ホームページにてお知らせいたします。

## 持ち物 ※必ず名前を書いてください。

サッカー時の衣類・用具			
<input type="checkbox"/>	サッカーシャツ・パンツ・ソックス	2着	着用で集合 2日目は動きやすい服装でOK
<input type="checkbox"/>	帽子		熱中症予防（特に試合中はかぶりましょう）
<input type="checkbox"/>	トレーニングシューズ	1足	サッカー用 ※スパイク不可
<input type="checkbox"/>	水筒（1L以上大きめ）	1本	保冷用 ※氷を多めに入れてきてください
<input type="checkbox"/>	ペットボトル飲料	2本	お茶・スポーツドリンク
<input type="checkbox"/>	汗ふきタオル	2枚	
<input type="checkbox"/>	マスク	4枚	不織布使い捨て（予備含む）
<input type="checkbox"/>	ゴミ袋	1枚	私服 着替え後のユニフォーム入れ
<input type="checkbox"/>	着替え（2日目の試合後）	1式	半袖・短パン・靴下など
宿泊に必要なもの			
<input type="checkbox"/>	部屋着 またはパジャマ	1式	半袖・短パンでOK
<input type="checkbox"/>	下着	2枚	不安なお子様は少し多めに
<input type="checkbox"/>	洗面用タオル	1枚	
<input type="checkbox"/>	お風呂あがり用タオル	1枚	お風呂用
<input type="checkbox"/>	お風呂 身体洗い用タオル	1枚	〃
<input type="checkbox"/>	ゴミ袋(スーパーの袋等)	3枚	使用済み衣類・マスク等のゴミ用
<input type="checkbox"/>	上履きまたはスリッパ	1足	
その他			
<input type="checkbox"/>	1日目 昼食		捨てられる容器のもの(おにぎり・サンドイッチ等)
<input type="checkbox"/>	補食		〃 (インゼリー等)
<input type="checkbox"/>	保険証コピー	1枚	当日の朝に集めます
<input type="checkbox"/>	筆記用具	1式	
<input type="checkbox"/>	常備薬	1式	虫除けスプレー、日焼け止め等、酔い止め各自必要な薬
<input type="checkbox"/>	合宿のしおり	1式	
<input type="checkbox"/>	おかし	1式	300円以内
<input type="checkbox"/>	ポケットティッシュ	1個	
<input type="checkbox"/>	※折りたたみ傘	1本	雨天予報時のみで結構です

○予備記入欄

<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			

<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			

○メモ

**【帯同スタッフ携帯電話】**

藤：080-6593-9292      村末：080-5424-4192      西尾：090-8153-9292

保護者のみなさまのお手元に控えておいていただきますようお願い致します

## 【1日をふりかえろう！】

### ○1日目 7/27(木)

できたこと

できなかったこと

たのしかったこと

じゆうに！ おもいでにのこったこと おどろいたこと うれしかったこと…

### ○2日目 7/28(金)

できたこと

できなかったこと

たのしかったこと

じゆうに！ おもいでにのこったこと おどろいたこと うれしかったこと…