

志賀ユーススキーキャンプ実施要項

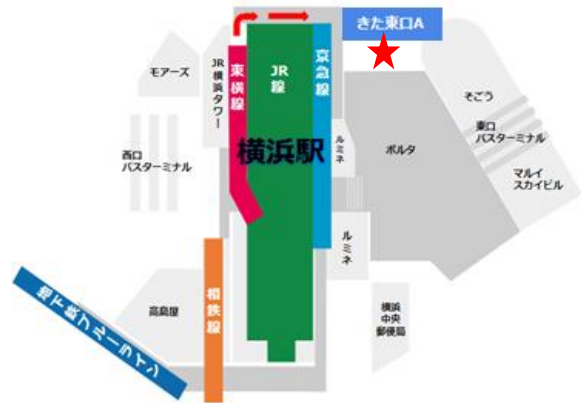
1. 実施要項

日程	2024年12月26日(木)~12月29日(日)3泊4日		対象	中学生~高校生
行き先 及び 宿泊先	スキー場	『志賀高原・一の瀬スキー場』		
	宿泊先	〒381-0401 長野県下高井郡山ノ内町志賀高原一の瀬 金栄 ※宅配便はこの住所記入で届きます (ホテル金栄も記入ください)。		
交通	集合	場所	横浜駅きた東口	
		時間	8時00分	
	解散	場所	横浜駅きた東口	
		時間	19時30分	
備考	*貸切団体バスでの移動となりますので、集合時間を厳守してください。 *解散の状況につきましては、以下の通り実施していく予定です。 ① 京王観光よりメールにて、ご案内をいたします。 y.ymca@keio-kanko.co.jp ② X (横浜 YMCA_ウエルネス) にて、ご案内をいたします。 twitter に登録していない方でもご覧いただけます。 右側のQRコード又はURLをご参照お願いいたします。 https://twitter.com/wellness_ymca			
交通	<往路>各集合場所 (8:00 集合・出発) → 圏央道・関越道・上信越道 (予定) → 志賀高原 (15:00 到着予定) <復路> 志賀高原 (13:00 頃) → 上信越道・関越道・圏央道 (予定) → 各解散場所 (19:30 到着・解散)			
宿泊形態	宿泊先 (ホテル) 10畳の和室部屋が基本です。			
緊急 連絡先	昼間	(9時~20時) 横浜中央YMCA	電話番号	045-661-0084
	夜間	夜間 (20時以降) はキャンプ宿泊先宿舎が窓口となります。担当: 栗原 桃子		



2. 集合・解散場所 横浜駅きた東口改札前

JR・京浜急行北口改札を出て右手に見える通路が集合場所となります。
 駅でお手洗いを済ませてから集合場所へお集まりください。



3. 引率ディレクター



こんにちは！もちリーダーです！「ただいま！」と言って帰ってきてくれるみんなも、「こんにちは！」と言って、初めてきてくれるみんなとも、2024年最後の楽しい思い出を作りたいと思います！新しい仲間との出会いもぜひ楽しみにしててください！

4. スケジュール（予定）

	12月26日(木)	12月27日(金)	12月28日(土)	12月29日(日)
午前	各集合場所集合・出発 バス移動 昼食	起床 朝食 スキーレッスン1	起床 朝食 スキーレッスン3	起床 朝食 スキーもしくは雪遊び
午後	宿舎到着 ブーツ合わせ・道具準備 入浴	昼食(宿舎) スキーレッスン2 入浴	昼食(宿舎) ワッペンテスト 入浴	昼食 宿舎出発 認定式 到着・各解散場所解散
夜	夕食 夜プログラム 就寝	夕食 ナイターレッスン 就寝	夕食 夜プログラム 就寝	

*天候やグループの状況によってプログラム内容を変更する場合がありますので、予めご了承ください。

5. 持ち物

スキー用（事前送付）	数量	生活用（事前送付）	数量	生活用（当日持参）	数量
スキーウェア *レンタルしない方のみ	1	おかし（帰りのバス分）	300円程度	お弁当（1日目昼食） *捨てられる容器で	1
スキータイツ	3~4	洋服（ジャージなどで可）	適当	水筒（往復交通時のみ利用）	1
アンダーウェア	3~4	下着（パンツ・シャツ）	3泊分		
トレーナー	1	ねまぎ（スウェットなどでも可）	1	ハンカチ、ちり紙	適量
ネックウォーマー	2	靴下（宿舎内も着用します）	3~4	使い捨てマスク（予備）	2
スキー靴下	4日分	タオル（大、中、小）	各1	常備薬（投薬指示書付）	1
スキー手袋（5本指）	2	歯ブラシセット うがい用コップ	各1	健康チェック票 （本人・同居家族分）	1
スキーゴーグル*サングラス不可	1	体温計	1	筆記用具	1
スキー用ヘルメット（推奨） 安全のためYMCAではスキー用ヘルメットの着用を推奨いたします。なお、ヘルメットをレンタルされる方は ニット帽子 をご用意ください。 ※ヘルメットレンタルの方はニット帽の上にヘルメットを着用しますので <u>頭上に飾りがない物</u> をご準備ください。	ヘルメット 1 ニット帽 2	使い捨てマスク（不織布推奨） ※着用は任意。バスは着用推奨。	日数分程度	おかし（行きのバス分）	300円程度
		ビニール袋（大・小）	各2	雨具（ポンチョ、カッパなど） 雨具は移動用です	1
		室内履き ※かかたがあるもの	1		
スキーセット*レンタルしない方	1	お土産代	2000円程度	※この列の物は、当日リュックなど一つにまとめてお持ちください。	

▼宅配便のご利用に関して

出発当日の持ち物以外は一つにまとめ、**12月24日までに必着するよう、出来る限り事前に宅配便（往復伝票）にて宿舎**へお送りくださいますようお願い致します。尚、帰りは各ご家庭に着払いの宅配便にて荷物が到着するよう手配することが可能です。配送する際にタグを必ず付けてお送りください。

《荷札に記入していただきたい事項》

- ① 送り先（ホテル宿舎名） ②参加される本人の氏名 ③自宅の住所、電話番号 ④申込みYMCA・キャンプ名

※ホテル名が未記入の場合は、宅配便が届かない又は不明になってしまいます。忘れずにご記入ください。

▼持ち物に関する注意事項

- すべての持ち物に必ず、名前をご記入ください。また、持ち物はなるべく現在お持ちの物をお使いください。
 - 着替えは1日分ごとセットにして、ビニール袋等に入れ頂くと便利です。
 - 貴重品は、お持ちにならないでください。（現金、携帯電話、カメラ、時計、ポータブル用テレビゲーム機など）
 - キャンプ期間中、感染症・風邪・インフルエンザ予防のために手洗い・うがいを徹底いたしますので、うがいのプラスチック製コップ・体温計を忘れずにご用意ください。マスクは、非常時用としてもご準備ください。
 - 出発当日の服装は、普段着（活動のしやすい服装）で構いません。スキーウェアの上などは当日の上着で羽織っていただいても結構です。履物は駐車場から宿舎まで雪面を歩きます。スノーブーツ又は長靴がおすすめです。
- *キャンプのご相談、ご不明な点などございましたらご遠慮なく担当者までお問い合わせください。

横浜中央 YMCA ウェルネススポーツクラブ（TEL045-661-0084）担当：栗原桃子