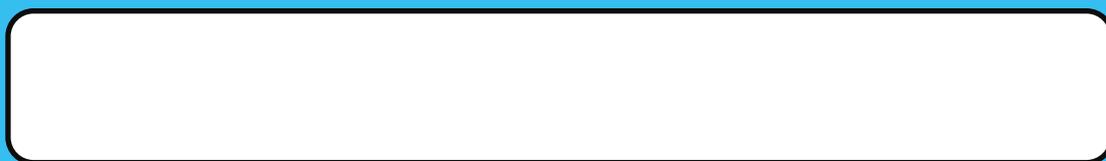


北海道ダイナミックスキー

キャンプハンドブック



●実施要項

日 程 2026年3月25日(水)～3月29日(日) / 4泊5日

会 場 ニセコビレッジスキーリゾート

北海道虻田郡ニセコ町 東山温泉 TEL：0136-44-2211

宿 泊 ヒルトンニセコビレッジ

TEL：0136-44-1919

集 合 3月25日(水) 10時00分 福岡空港国内線

*国内線1F/JAL搭乗手続きスペース前 Y M C A スタッフを目印にご集合ください。



解 散 3月29日(日) 17時00分 福岡空港国内線

*到着ロビーは北口と南口がございますので、

当日空港にて到着口をご確認の上、ご集合ください。

●緊急連絡先

ご家庭からの緊急連絡先以下の通りです。

Y M C A 安全対策本部 / 096-353-6391

●持ち物（レンタルではない場合）（持ち物には全て名前を書いてください。）

※スキー道具（スキー板、ストック、スキーブーツ）を持参の方は事前に宿泊先（ヒルトンニセコビレッジ）に3月23日（月）までに現地に届くよう宅配便にてお送りください。

（お子さまの安全上持参はできません）

※スキー宅配便は1週間前までにお送りください。

<集合時>

暖かく動きやすい服装、履きなれた運動靴

かばん2つ（※下記詳細）→①ナップサックもしくはショルダーバッグ ②大きなカバン

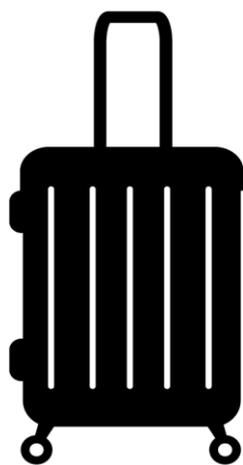
荷物の仕分け（下記リストをご参考いただき、お子様と一緒にご準備ください。）

①小リュック(ショルダーバッグ) →機内、車内へ持ち込みます。



- 弁当(捨てられる容器)
 - 水筒または、500ml ペットボトルのお茶1本
 - ハンカチ ティッシュ
 - キャンプしおり 常備薬（必要の場合） 筆記用具
 - お小遣い
- （5,000円以内。氏名と封入金額を記載の上、封筒に入れる。）

②大きなカバン →機内荷室やバスのトランクへ入れます。



メイン（衣類、大きい物、重たい物）
スキー用

- トレーナーまたは、薄手のフリース（3日分）
- 防寒着（ダウンジャケットなど）
- スキー用くつ下（3日分）
- タイツ/スパッツ（3日分）
- スキーウエア（上・下）
- スキーゴーグル スキーグローブ
- ネックウォーマー ヘルメット

その他

- 部屋着（スウェット・ジャージなど）
- Tシャツ・下着（5日分）
- 部屋履き用くつ下（5日分）
- 部屋着（寝間着）
（翌日のスキーシャツ・部屋着の兼用可）
- フェイスタオル（2～3枚）
- 歯磨きセット

ポケット①（小物類）

- ビニール袋
（大きめ4枚）

ポケット②（小物類）

- ハンカチ
- ティッシュ
- リップクリーム
（UV対応）
- 日焼止めクリーム

※上図はあくまでも参考ですので、各ご家庭で工夫していただいて構いません。

準備のポイント

- ①お子さまが分かりやすいように準備する。(入れる場所、記載の工夫など)
- ②使用用途毎に、ビニール袋やジップロックなどを使用して小分けにし、内容を袋に直接記入する。

(例)



- ③荷物を準備する際はお子さまと一緒にいき、どの袋に何が入っているか、バッグのどの場所に何が入っているのか確認しながら入れていく。

持ち物での注意点

- *大きなかばんは、宿舎到着時まで開けられませんので、忘れ物がないようにご準備下さい。
- *スキー用品をレンタルされる方は、現地でお渡しします。
- *スキー板・ストック・ブーツをお持ちの方は必ずケースに入れ、全てに記名をしてください。
- *スキーシャツはウエア内の防寒着の下に着るもので、肌着の上に着用します。
- *スキーがんばり記録表をお持ちの方は、キャンプ当日にご提出をお願いします。

●キャンプ参加者出発時調査書について

キャンプ参加者出発時調査書は、お子さまをお預かりする上で、健康状態や生活リズムを把握するためのものです。ご記入の上、集合時にリーダーへお渡しください。

家庭での健康チェック	出発当日の健康状態をご記入ください。 詳しくはP5をご確認ください。 ※熱がある場合は参加をお控えください。
与薬依頼書について	お薬は、氏名・服用方法・注意事項などをご記入ください。 (場合によっては別途メモを添付してください)
担当リーダーへ 伝言事項・ご希望など	配慮すべき点や性格、その他ご自由にご記入ください。

●キャンプ参加者事前調査書・個人情報同意について

Y-Link にログイン後、利用者情報ページより入力できます。

3月14日(土)までにご入力ください。

●プログラム

	3/25 (水)	3/26 (木)	3/27 (金)	3/28 (土)	3/29 (日)
朝	10:00 福岡空港集合 11:55 頃 福岡空港発	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 スキーレッスン⑤ ワッペンテスト	起床・朝食 出発準備
昼	昼食 (機内) 14:10 頃 新千歳空港着 バス移動 (3時間) ヒルトン到着 レンタルチェック	昼食 (ホテル) スキーレッスン②	昼食 (ホテル) スキーレッスン④	昼食 (ホテル) スキーレッスン⑥	ヒルトン出発 バス移動 (2時間半) 昼食 (空港) 14:10 頃 新千歳空港発 16:55 頃 福岡空港着
夜	夕食 レクリエーション 入浴 就寝	夕食 グループタイム 入浴 就寝	夕食 グループタイム 入浴 就寝	夕食 グループタイム 入浴 就寝 荷物整理	

*プログラムは天候等の事情により変更する場合もございます。

*熊本・福岡Y M C A 合同で実施します。スキーグループは性別やレベルに応じて混合で編成いたします。

健康チェック 記入欄

参加の皆様には、当日朝の検温及び健康チェックをお願いいたします。

ふりがな	
氏名	

平熱	.	°C
----	---	----

日付	検温(朝)	保護者印	確認欄
/	. °C		

熊本 YMCA 宛		
下記の通り与薬を依頼し、与薬の責任は保護者と致します。 20__年__月__日		
参加者氏名_____ 保護者氏名_____ 印		
内服薬	種類	風邪薬__種類 症状_____ 抗生物質__種類 症状_____ その他（
	投薬時間	起床後・朝食後・昼食後・夕食後・入浴後・就寝前・その他（
	与薬方法	そのまま飲む・水で飲む・その他（
外用薬	種類	ぬり薬__種類 症状_____ はり薬__種類 症状_____ 目薬__種類 症状_____ その他_____
	投薬時間	起床後・朝食後・昼食後・夕食後・入浴後・就寝前・その他（
	箇所・方法	（ ）に塗る・（ ）に貼る・その他（
病院（薬局）名・電話番号 _____ TEL _____		
その他にスタッフ・リーダーが注意すべき点がありましたら、ご記入下さい。		

キャンプ日記

たのしかったこと、つらかったことなんでもいいからかいてみよう

(3) 月 () 日 () 曜日

-
- げんきですか？ (すごくげんき ふつう つかれた)
 - まえのひぐっすりねむれた？ (ねむれた ねむれなかった)
 - でた？ (でた でてない)

キャンプ日記

たのしかったこと、つらかったことなんでもいいからかいてみよう

(3) 月 () 日 () 曜日

-
- げんきですか？ (すごくげんき ふつう つかれた)
 - まえのひぐっすりねむれた？ (ねむれた ねむれなかった)
 - でた？ (でた でてない)

キャンプ日記

たのしかったこと、つらかったことなんでもいいからかいてみよう

(3) 月 () 日 () 曜日

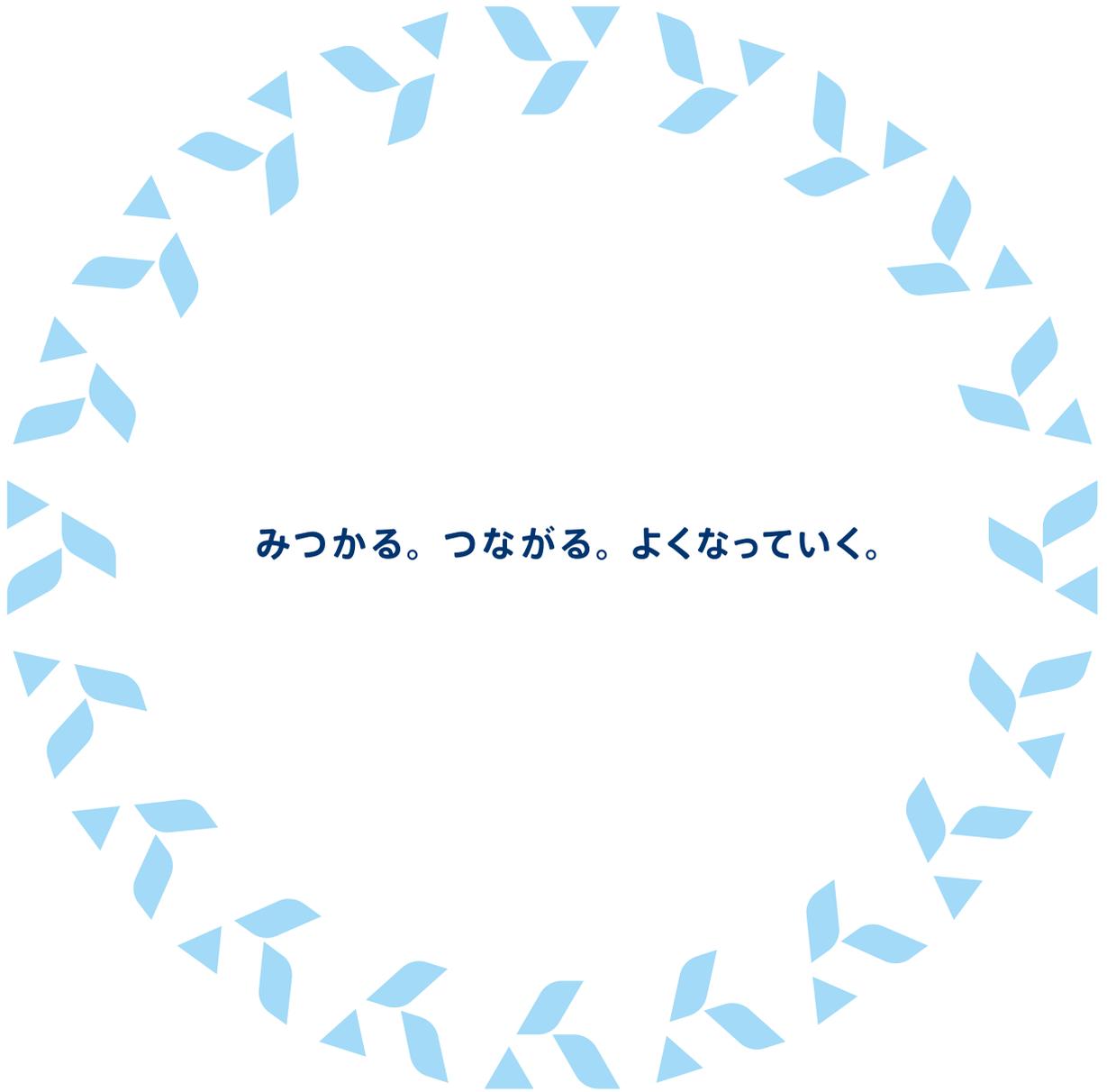
- げんきですか？ (すごくげんき ふつう つかれた)
- まえのひぐっすりねむれた？ (ねむれた ねむれなかった)
- でた？ (でた でてない)

キャンプ日記

たのしかったこと、つらかったことなんでもいいからかいてみよう

(3) 月 () 日 () 曜日

-
- げんきですか？ (すごくげんき ふつう つかれた)
 - まえのひぐっすりねむれた？ (ねむれた ねむれなかった)
 - でた？ (でた でてない)



みつかる。つながる。よくなっていく。

公益財団法人 熊本 YMCA