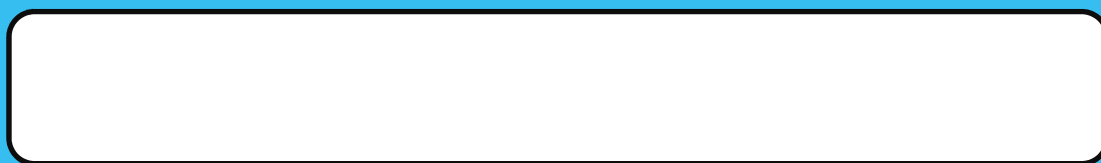


# 北海道ダイナミックスキー

キャンプハンドブック



## ●実施要項

日 程 2023年3月26日(日)～3月30日(木) / 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26日(日) 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30日(木) 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24日（金）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、スノーブーツ、もしくは履きなれた運動靴

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

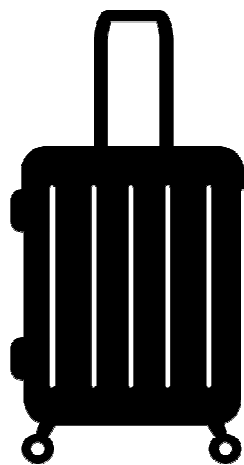
荷物の仕分け（下記リストをご参考いただき、お子様と一緒にご準備ください。）

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)
  - 500ml ペットボトルのお茶1本
  - ハンカチ
  - ティッシュ
  - マスク数枚
  - キャンプしおり
  - 常備薬（必要の場合）
  - 筆記用具
  - 保険証（集合時にスタッフへ預けてください）
  - 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

- スキーシャツ（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）
- ねまき
- （翌日のスキーシャツ・部屋着の兼用可）
- バスタオル（1枚はホテルにあります）
- フェイスタオル（2～3枚）
- 歯磨きセット

ポケット①（小物類）

- 洗濯バサミ（4つ）
- 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)

**1日目お風呂セット**  
**2日目のスキーシャツ**  
タオル・パンツ



**2日目スキーセット**  
くつ下・スパッツ



- 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、事前調査書・個人情報調査書と同じく事前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	直近6日間の健康状態をご記入ください。 詳しくはP4、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。

## ●プログラム

	3/26 (日)	3/27 (月)	3/28 (火)	3/29 (水)	3/30 (木)
朝	10:00 福岡空港集合 11:45 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 バッジテスト (希望者)	起床・朝食 出発準備
昼	昼食 (機内) 13:55 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 16:45 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がございます。

\*熊本・福岡・北九州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。

## ●SAJ 公認ジュニアスキーバッジテストについて (別途料金)\*小学生のみ

キャンプ説明会時に受験希望をお伺いいたします。(説明会に参加できない方は後日お電話にて確認をさせていただきます)

※今年度は、級別テストを行いません。あらかじめご了承ください。

	1級	2級	3級	4級	5級	6級
ジュニアテスト	□ 2,500 円	□ 2,100 円	□ 1,700 円	□ 1,300 円	□ 1,200 円	□ 1,000 円
	公認料 1500 円	公認料 1300 円	公認料 1200 円	公認料 1100 円	公認料 1000 円	公認料 900 円

## 新型コロナウイルス（COVID-19）対応について

### 感染予防対策について

実施のプログラムは、感染症予防対策の観点から、①密閉空間 ②密集場所 ③密接場面の3つの条件が発生しないように努め、検温、手洗い、消毒、換気など、十分な感染症対策を行ったうえ安全で安心な環境を整えて運営を行います。つきましては、ご参加の子どもたちや保護者の皆様には様々な場面でご協力をお願いすることがございます。ご理解、ご協力の程、宜しく願いいたします。

### 事前の健康観察についてお願い

参加の皆様には、6日前から毎朝の検温及び健康チェックと記録を「健康チェック記入欄」に記入をお願いいたします。

尚、以下の症状がある場合は参加を控えて頂きます。参加者本人だけでなく、ご家族・同居者、近しい間柄の方の健康に十分ご注意ください。

1. 発熱（37.5度以上）※37.5度に達していなくても平熱より高く、体調不良等を感じる場合については該当します。

2. 倦怠感

3. 呼吸器の症状（息苦しさ）

4. のどの痛み

5. せき

6. 味覚臭覚がない

◆ 家族・同居者等に発熱及び上記に該当する症状がある場合。

◆ 家族・同居人等で感染拡大している地域や国への訪問歴が14日以内にある場合。

◆ 確定症例者との濃厚接触がある場合。

◆ 次の基礎疾患や既往歴のある方は必ず「事前調査書」にご記入下さい。

糖尿病・心不全・呼吸器疾患の基礎疾患・人工透析・免疫抑制剤や抗がん剤等を服薬中の方

## 健康チェック記入欄

ふりがな	
氏名	

平熱 . °C
---------

日付	検 温 (朝)	呼吸器症状	味覚臭覚	保護者印	確認欄
3/20	• °C	なし・咳・咽頭痛・鼻水	あり・なし		
3/21	• °C	なし・咳・咽頭痛・鼻水	あり・なし		
3/22	• °C	なし・咳・咽頭痛・鼻水	あり・なし		
3/23	• °C	なし・咳・咽頭痛・鼻水	あり・なし		
3/24	• °C	なし・咳・咽頭痛・鼻水	あり・なし		
3/25	• °C	なし・咳・咽頭痛・鼻水	あり・なし		

熊本 YMCA 様 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	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%; padding: 5px;">種類</td> <td style="padding: 5px;">風邪薬__種類 症状_____ 抗生物質__種類 症状_____ その他 (</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">投薬時間</td> <td style="padding: 5px;">起床後・朝食後・昼食後・夕食後・入浴後・就寝前・その他 (</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">与薬方法</td> <td style="padding: 5px;">そのまま飲む・水で飲む・その他 (</td> </tr> </table>	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 (
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	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15%; padding: 5px;">種類</td> <td style="padding: 5px;">ぬり薬__種類 症状_____ はり薬__種類 症状_____ 目薬__種類 症状_____ その他_____</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">投薬時間</td> <td style="padding: 5px;">起床後・朝食後・昼食後・夕食後・入浴後・就寝前・その他 (</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">箇所・方法</td> <td style="padding: 5px;">( ) に塗る・( ) に貼る・その他 (</td> </tr> </table>	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 (
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。							

## ●Y M C A個人情報保護の取り扱いについて

皆様からいただいた情報は「Y M C A個人情報の取り扱い規定」に基づき管理いたします。またご記入いただきました情報は、プログラム実施時の個々の把握の為に使用し、許可なく第三者へ開示することはございません。今回ご参加いただいたプログラムの様子を、ホームページおよびパンフレットで使用させていただく場合がございます。つきましては、プライバシー保護の観点より、写真掲載についての承諾の有無をお知らせください。

## ●キャンプ写真

キャンプ写真の販売につきましては、キャンプ終了後、インターネット販売を行います。お申し込み方法は、キャンプ集合時または解散時におたよりにて詳細をご案内いたします。

## ●キャンセルについて

- ・お申込のキャンプをキャンセルされる場合、キャンセル料は以下の規定に準じますのでご了承ください。
- ・キャンセルには、所定の用紙(要印鑑)によるお届けが必要です。詳しくはお問い合わせください。

キャンセル日（取消日）	取消料
	参加費の
出発前日より起算して22日前にあたる日以降（3/4～3/18）	20%
※営業時間の関係で、3/3 15:00以降は上記に該当します。	
出発前日より起算して7日目にあたる日以降（3/19～3/24）	30%
出発前日（3/25）	40%
出発当日出発時刻前	50%
出発当日出発時刻以降または無連絡不参加	100%

キャンプ主催 公益財団法人 熊本Y M C A  
旅行企画・実施 京王観光（株） 福岡支店



## 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)

## サインをもらおう

さんへ リーダーからのメッセージ
リーダーより



みつかる。つながる。よくなっていく。

公益財団法人 熊本 YMCA