

R7フレンドシップイン兵庫

出発が近づいてきました！！

＜団員のみなさん、**本研修の集合時間と場所** の再確認です。＞

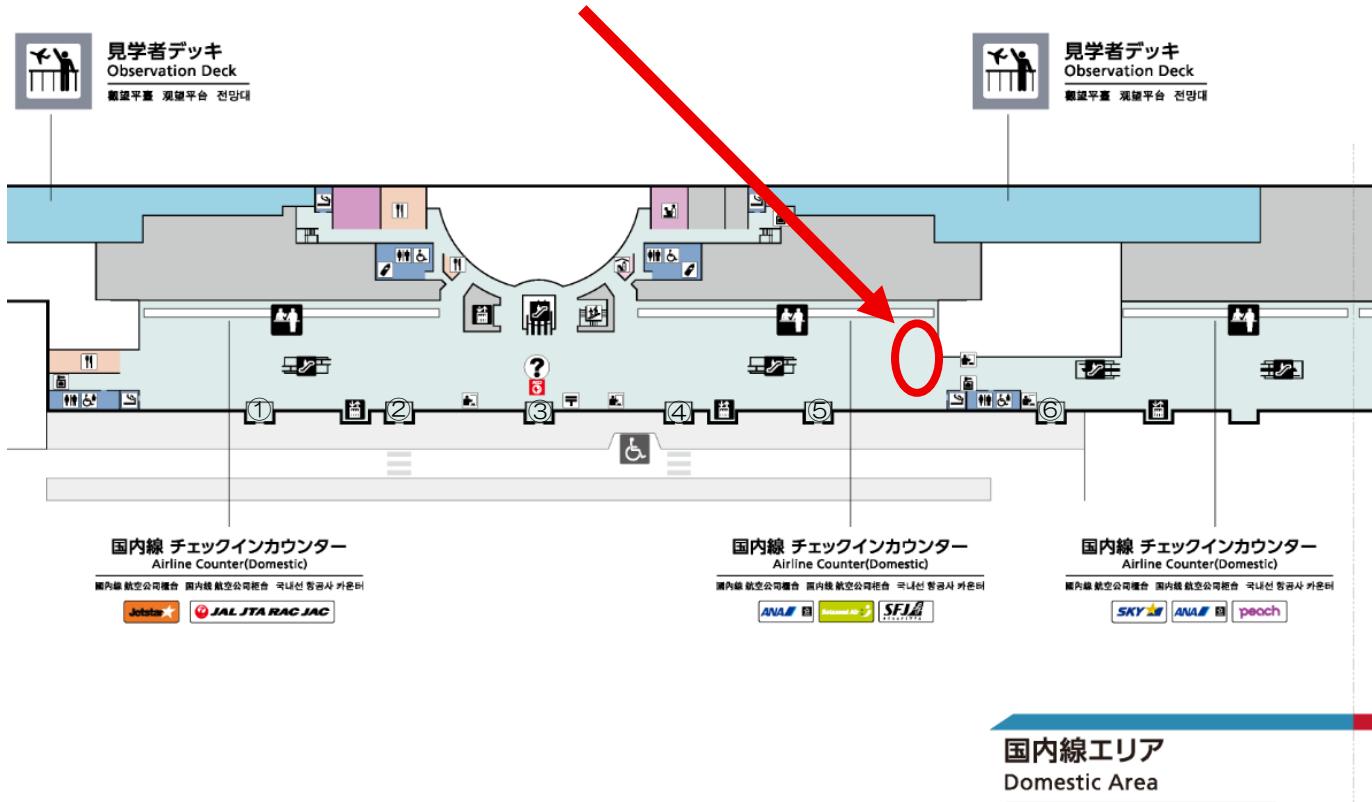
※集合日時、場所を再確認して**遅刻しないよう時間に余裕を持って**家を出発してください。持ち物に関しての注意も次ページに記します。

受付時に体調チェックシートを必ず班長に渡してください。

(体調チェックシートをなくされた方はホームページからダウンロードしてください。)

1. 集合日時 令和7年12月18日（木）
役職員 9時00分
班長・副班長 9時30分 団員 10時00分

2. 集合場所 那覇空港ビル3階 ⑥出入口付近



○団員が集まった班からチェックインカウンターに荷物を預けます

※保護者の方はお子様の受付が終わりましたら、他のお客様にご迷惑になる為、

速やかにウェルカムホールに移動をしてください。

○荷物を預け終わった団員は、結団式を行う2階ウェルカムホールに移動します。

※持ち物には必ず名前の記入をお願いします！

特に宿泊施設の脱衣所に置忘れが多く見受けられます。

保護者の方が荷造りをすると、お子様が自分の持ち物であることが判別できないので、必ず保護者様とお子様で持ち物を確認しながら荷造りを行ってください。

No.	品 名	チェック
1	筆記用具（ネームペンも含む）、メモ帳	
2	肌着、パンツ、シャツ等各4枚、ズボン4~5枚、靴下4~5枚、※スカートは不可	
3	寝間着（スエットや長袖のTシャツなど）	
4	厚手の長袖、長ズボン、手袋など防寒具、 カイロ	
5	室内シューズ（学校で使用している上履きで可）宿舎やレク等で使用します。	
6	タオル2~3枚（乾かして使用するため、スポーツタオルが好ましい）	
7	ハンカチ、ポケットティッシュ（3泊4日で必要な枚数）	
8	ビニール袋（買い物袋でよい。ゴミや着終わった着衣を入れる）	
9	水筒（冷水・温水兼用、ペットボトルはダメです）	
10	ビニールレインコート（使い捨てのものでよい）	
11	洗面用具一式（歯ブラシ、歯磨き粉、ボディタオル等）	
12	普段飲んでいるお薬を必要な分とお薬手帳（コピー可）	
13	体温計1個（毎朝の健康チェックで使用します。家にあるもので良い）	
14	リュックサック又はショルダーバック（しおりや筆記用具等の持ち歩き用）	
15	乗り物酔い止めの薬（ 長時間のバス移動があります ）	
16	解熱剤（3泊4日+最低1日分は必要）	
17	生理用品等（必要な分）	
18	使い捨てマスク4~5枚（インフルエンザ等の対策）	
19	研修のしおり（事前研修で使った研修のしおり）	
20	カメラ（デジタルカメラ・使い捨てカメラどちらでもよい）	
21	財布（封筒はダメです）。おこづかい 10,000円以内	
22	時計・腕時計（持っている人／新たに買う必要はないです）（時間を見ながら行動します）	
23	エコバック（お土産購入の際に入れます。現地でも販売はされています。）	

当日体調が悪くなり、本研修に来られなくなった場合の連絡先



緊急連絡先：090-7587-7567