



# 「石垣島7日間生活」持ち物

持ち物	入れたら チェック!	せつめい
着替え、下着、靴下		7日間だけど、7日分の洋服を持っていくとすごい量になるよ!宿泊する「ビーチハウス泡人(あわじん)」で洗濯ができるので、「何日ぶん必要かな?」と考えてみてね。
レインウェア		石垣島では、晴れても、ドッと雨が降ることがよくあるよ(わりとすぐ止むけど)。傘は飛行機で持っていくのが大変なので、レインウェアを用意しよう。
バスタオル		海遊び用と、シャワー用と、2枚はあるといいね。洗濯したり、乾かしたりして、1週間うまく使おう。
水着(ラッシュガード)		日差しがとても強いのと、虫やクラゲなど毒のある生物、珊瑚や岩での擦り傷・切り傷防止のため、プールとは違って肌を出さないスタイルにしよう(長袖のラッシュガード+スパッツなど)。
プールバッグ		ぬれた水着やタオルなどを持ち運びできるもの。100均で買えるようなビニールバッグでいいよ!
帽子		
海に入るサンダルなど		家からサンダルで来ていいよ。ただし、海に入っても脱げない、かかとで留められるものにしてね。(ビーチサンダルX)
遊び道具(外)		水鉄砲、浮き輪など水遊び道具をはじめ、フリスビー、ボール類、虫かごetc.自由に考えてみてね。荷物に入るかな?
遊び道具(室内)		トランプ、ウノ……夜に何して遊ぶ?
歯磨きセット		
顔を洗ったり、髪の毛をとかしたり、シャワー等で使うもの		シャンプーやボディーソープは、特にこだわりがなければ「ビーチハウス泡人」にあるものを使えるよ。

持ち物	入れたら チェック!	せつめい
自分のコップ		2Lペットボトルのお茶やジュースを飲むときを使うよ。割れない素材のものにしよう。
ビニール袋(数枚)		もう使わない着替えを入れたり、ひろった貝殻を入れたり、お土産ぶくろにしたり……使いみちはさまざま！
小型または中型のリュック、ショルダーバッグなど  ※機内持ち込み用の荷物入れにするとちょうどいいね		ちょっとお出かけしたり、お買い物に行ったりするときに、お財布や小物を入れていくためのもの。両手が空くように、手さげではなく背負える(または、肩にかけられる)ものにしよう。
上着		夏の石垣島は暑いけれど(気温を調べてみよう)、お店の中や、飛行機の中は、冷房がきいていて寒いことも！長袖1枚くらいあってもいいよ。
遊び道具(機内)		お絵かき、マンガや本、パズル……飛行機の3時間半、何をして遊ぶか考えておいてね。
お財布(お金)		いくら必要かな？ お金を使うのは……  ・1日目夕食 ・鍾乳洞、グラスボート、ウミガメシュノーケリングツアー等の代金……etc. ・おみやげ ・アイスを食べたり、ジュースを飲んだり！ ・帰る日の昼食(飛行機に乗る前に空港で軽食を買えるよ)
保険証  ※コピーでなく原本		もしものときに病院に行くときに必要。なくしたら大変！お財布といっしょに、大切にしまっておこう。
時計		スマートフォンでもいいけれど、防水性の腕時計があると海でも使えべんり。
不織布のマスク(1週間分)		飛行機に乗るとき、お店の中に入るとき、ご飯を作るときには使うよ。