

石垣島7日間生活 | 持ち物リスト

持ち物	入れたら チェック	説明
着替え、下着類		石垣島の6月の気温や、当日の天気予報を自分で調べて、どんな服装がいいか、着がえは何セット必要か考えます。重くなりすぎると持っていくのが大変なので（持つのは自分）スーツケース等につめてみてください。 宿泊拠点では洗濯ができます。洗濯をする場合は、「洗濯→干す（または乾燥機にかける）→取り込んでたたむ」を自分でやります。
水着（ラッシュガード）		①強い日差し ②クラゲなど毒のある生物 ③岩や珊瑚でのすり傷 等から身を守るように、肌を出さないスタイルにします（長袖のラッシュガード+スパッツなど）。
海・滝で遊ぶときのサンダル		自宅からサンダルで来ても大丈夫です。ただし、ビーチサンダルは脱げて流されるので✕。かかとで止められるサンダル、マリンシューズなど。
帽子		帽子がないと熱中症の危険があり参加できないアクティビティがあります（釣り船、カヤックなど）。
バスタオル		海遊び用と、風呂／シャワー用と、2枚はあるといいです。洗濯したり、乾かししたりして、7日間うまく使いましょう。
プールバッグ		海や滝で遊んで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もOKです。
レインウェア		南の島では、晴れていても突然ドッと雨が降ることがよくあります（スコールと言って、わりとすぐ止みます）。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てください。
水遊び道具		拠点近くのビーチで遊ぶ用に、浮き輪などフロートを1つは持ってこよう。その他水鉄砲・ビーチボールなど自由！
シャワーで使うもの		宿泊拠点にあるもの：ボディソープ、シャンプー それ以外に必要なものは自分で持っていきます。
歯みがきセット		
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に使うよ。割れない素材のものにしよう。
ビニール袋		洗濯物を入れたり、ひろった貝殻を入れたり、お土産袋にしたり……使いみちは様々。

お出かけ用の小型リュック、ショルダーバッグなど		お出かけ・買い物に行くときに、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）ものにします。飛行機の機内持ち込み用の荷物入れにするとちょうど良いです。
上着		お店の中や、飛行機の中は、冷房が効きすぎていて寒いことも。薄手の長袖1枚くらいはあってもいいでしょう。
ハンドタオル、ティッシュ		
時計		防水性の腕時計が便利です。
遊び道具		飛行機の機内での暇つぶし（約3時間30分）や、宿泊拠点での夜にみんなで楽しむもの。自由に持ってください。
スマートフォン		持っている子のみ。
モバイルバッテリー		
充電器＋コード		
イヤフォン		消灯時間後は、寝たい子が眠れるようにしてあげるため、スマートフォンで動画を見たり、音を出してゲームをしたりしたい場合は、イヤフォン必須です。
保険証		大怪我をしたり、病気になったときに、保険診療を受けるには、保険証が必要です（コピー不可）。
飛行機チケット		帰りの飛行機は、自分でチェックイン（搭乗手続き）をします。何が必要なのか確認しておいてください。 もちろん、どういうルートで帰るのかも、自分でしっかりわかっておく必要がありますよ。 また、しまう場所は自分で決めて、自分で管理します。（失くすと飛行機に乗れなくなります！）
お財布		いくら必要か、自分で計算をして、お父さん・お母さんに相談します。 ・1日目夕食代、帰る日の昼食代 ・鍾乳洞に行きたい、グラスボートに乗りたい、有料アクティビティに参加したい……場合の代金etc. ・おみやげ代 ・アイスを食べたり、ジュースを飲んだり！ ※保険証・お財布は、あたりに出さず保管したり、紛失したりしないよう、管理・保管についてよく相談してください

保護者向け解説

◆海、川遊び時の格好の例（長袖ラッシュガード、かかとでとめられるサンダル）

[アクアボディ フルジップシャツ Kid's 130-160](#)

[アクアボディ タイツ Kid's 130-160](#)

[キャニオンサンダル](#)

◆帽子の例

つばが広く、風で飛ばないようにアゴひもがあり、水辺で使える速乾素材のものがおすすめです。

例：<https://amzn.to/42uKWB8>

◆バスタオル

マイクロファイバータオルがおすすめです。乾くのが速く、コンパクトで荷物になりません。

例：<https://amzn.to/43l7Xzk>

◆レインウェア

気温が高いため、安価なビニール製のカッパは蒸れて暑く、着ていることができません。防水透湿性素材のレインウェアがベストです。

[サンダーパス ジャケット Kid's 130-160](#)

[サンダーパス パンツ Kid's 130-160](#)

◆保険証

万が一の傷病の際に、全額負担でも良い場合は持参しなくても構いません（コピーでは保険診療は受けられません）。後日、各自で還付請求を行ってください。

◆飛行機のチケット

スタッフと同じ便を利用する場合も、そうでない場合も、必ずお子さん自身が、チェックイン（搭乗手続き）には何が必要で、どういう経路で行き来するのか、把握できるように準備をお願いします。

困ったことがあったときに相談に乗るなどのサポートはいたしますが、「チェックインに必要な確認番号がどこにあるかわからない」等は、対応のしようがなく、飛行機に乗れない可能性があります。

◆Wi-Fi

宿泊拠点にWi-Fiはありますが、回線速度が遅く、ほとんど使えません。3キャリアではau回線のみ実用レベルです。