

清泉寮自然学校キャンプご参加に向けて

	自然の様子	オススメの服装	基本の持ち物
春	清里高原の春の到来は遅く、3月は雪解けでぬかるみが多く、4月には残雪があったり、まだ雪が舞うこともあります。ゴールデンウィーク頃に春の花が咲き始めたり、少しずつ芽吹きが目立ってきます。一日の気温差はまだまだ大きい季節です。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 防寒着上下（ジャンパーやオーバーパンツ）・手袋 ・ 帽子・レインウェア（カッパ）・長そで&長ズボン ・ 歩きやすい履きなれた靴（トレッキングシューズなど。雨が降れば長靴も便利） <p>※重ね着で体温調節しやすい服装がオススメ！</p>	<p>※子ども・大人共通のものです。</p> <p>※各キャンプとも、テーマごとに特別の持ち物が必要な場合は、事前資料にてお知らせします。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 洗面用具／寝間着 （タオル、歯ブラシ、パジャマ等のご用意はございませんので、ご持参ください） ・ 室内履き （共有の大人用スリッパはご用意しています。お子様用の上履きまたはスリッパをご持参ください） ・ リュックサック （お弁当や防寒着、雨具を入れてでかけます） ・ 水筒など （給湯室で麦茶を入れることができます） ・ 保険証 （万一の時に備え、ご持参ください） ※こちらでお預かりすることはありません。 ・ その他、それぞれの季節の自然を楽しむグッズや、必要と思われるもの（サングラス、双眼鏡、図鑑など）
夏	梅雨時期は梅雨寒でストーブを焚くことも。梅雨が明けると、昼間の陽射しは強く、夜はクーラー要らず。一日の気温差もあります。清里高原の夏は短く、トンボが飛び始め、お盆が過ぎると秋の風が吹き始めます。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 薄手のジャンパー・帽子（日よけ）・レインウェア（カッパ）・薄手の長そで&長ズボン・歩きやすい履きなれた靴（スニーカーやトレッキングシューズ。雨が降れば長靴も便利） <p>※日よけ、虫よけのために肌が露出しない服装を！</p>	
秋	9月、昼間の陽射しはまだ強い日もあるものの吹いてくる風はひんやりしてきます。10月に入ると落葉や紅葉のシーズン、下旬には朝晩はもう冬のような冷え込みがやってきます。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 防寒着上下（ジャンパーやオーバーパンツ）・手袋 ・ 帽子・レインウェア（カッパ）・長そで&長ズボン ・ タイツ・厚手の靴下・歩きやすい履きなれた靴（トレッキングシューズなど。雨が降れば長靴も便利） <p>※重ね着で体温調節しやすい服装がオススメ！</p>	
冬	例年、11月には初雪が舞います。12月～2月は雪と氷の世界！最低気温は氷点下10℃以下、最高気温も氷点下の真冬日が続くことも。長く厳しくも美しく静かな季節です。	<ul style="list-style-type: none"> ・ 防寒着上下（スキーウェアに相当する防水のもの） ・ 手袋（雪遊びに便利な防水のもの）・あたたかい帽子 ・ マフラーやネックウォーマー・長そで&長ズボン ・ タイツ・靴下（厚手のもの、または2枚重ね） ・ 氷と雪の森で思いっきり遊べる靴（可能な限りスノーブーツ） <p>※「防寒」「重ね着」「雪遊びの防水」がキーワード！</p>	