

令和3年度 ハヶ岳スキー教室説明会資料

1 目的

- (1) 冬の自然の美しさ、厳しさを味わうとともに、スキーの初歩的な技能を身に付ける。
- (2) 集団生活の在り方を考え、自分たちで主体的に行動する態度を身に付ける。
- (3) 寝食を共にすることにより、今まで気が付かなかった友達の良い点を見付け、人間関係を豊かにする。

2 実施日 令和4年2月15日(火)～2月16日(水)

3 宿泊施設

多摩市立ハヶ岳少年自然の家(長野県諏訪郡富士見町立沢字広原1-1205)
TEL 0266-66-2036

4 スキー場

富士見高原スキー場(長野県諏訪郡富士見町境12067)
TEL 0266-66-2932

5 最寄りの病院

富士見高原病院 TEL 0266-62-3030

6 参加児童数 89名

1組 30名 (男子 17名 女子 13名)
2組 29名 (男子 15名 女子 14名)
3組 30名 (男子 15名 女子 15名)

7 引率者 10名

校長・飯村・帆足・幸坂・栗・住本・土屋・前田・救命救急士さん・(細川)・写真屋さん

8 交通手段

往復とも貸し切り観光バス(3台)(株式会社 フジ・ホリデーサービス)

9 スキー教室関連の日程

- 12月15日(水) スキー教室説明会
- 12月22日(水) スキー教室参加希望調査・クラス分け希望調査表・レンタル希望 提出
- 1月14日(金) 保健調査(緊急連絡先)配布・保険証コピー用封筒配布
- 1月21日(金)まで 保健調査(緊急連絡先)提出・保険証コピー封筒に入れて提出
スキー教室お小遣い集金(2,000円)→お小遣い預かり
この日までに多摩信用金庫に「19,298円」入金
- 1月24日(月) 集金用封筒を配布(配布しない児童もいます。)
- 1月26日(水) 差額金を集金(集金しない児童もいます。)
- 2月 1日(火) 健康観察開始
- 2月14日(月) 事前健診 13時30分から(校医)
- 2月15日(火) スキー教室1日目 集合 7:00
- 2月16日(水) スキー教室2日目 解散 16:15頃
- 3月上旬 スキー教室残金清算(多摩信用金庫へ振り込み予定)

10 持ち物

◎持ち物は**大きなバッグ**と**リュックサック**の2つに分けて用意してください。

大きなバッグはバスの下に積み込むのでスキー場では物を取り出すことができません。宿舎に着くまで使わない物のみ入れてください。キャスター付きのバッグは宿舎内・宿舎駐車場では引きずることはできませんので、自分で持ち上げ運べる大きさのものにしてください。

★荷物をバッグにつめるのはお子さん自身がするようにしてください。何を持ってきていて、何がどこに入っているか自分で分かっていないと困ります。

(1) 大きなバッグ

| 持 ち 物 | チェック | |
|--|------|--|
| ① 着替え1日分(下着・2日目に着る服) | | |
| ② くつ下2足(足首より上の長さの物)*くるぶしソックス不可 | | |
| ③ パジャマ | | |
| ④ 洗面用具(歯ブラシ・シャンプー・リンス・ブラシ・くし・洗顔フォームなど) | | |
| ⑤ タオル2枚~3枚 ・バスタオル1枚 | | |
| ⑥ 体温計 | | |
| ⑦ ハンカチ・ティッシュ(2日目のもの) | | |
| ⑧ 着替え袋(着替えた物を入れる) | | |
| ⑨ 上ばき(非常時避難用・荒天の際、体育館でのレクで使用) | | |
| ⑩ エプロン・三角巾・マスク(食事係のみ) | | |
| ⑪ そうきん(そうじ用)・そうきんを入れる袋 | | |
| ⑫ 筆記用具(健康カードを記入)[シャープペンシル可] | | |
| ⑬ 使い捨てマスク(3枚) | | |
| ⑭ エチケット袋の予備(よいやすい人) | | |
| ⑮ 濡れたものなどを入れるビニール袋5枚程度 | | |
| ⑯ おやつ(大雪の時の非常食を兼ねる) | | |

★ドライヤーは使えません!

(2) リュックサック(背負って両手が空くもの)

| 持 ち 物 | チェック | |
|---|------|--|
| ① しおり | | |
| ② エチケット袋 | | |
| ③ 水筒(ペットボトルは不可、フタと中ブタにも記名) | | |
| ④ せんたくばさみ4つ[2つずつひもで結ぶ](記名忘れずに) *出しやすい所に入れておきましょう。 | | |
| ⑤ くつ下1足(午前中のレッスンでぬれた時のための予備) | | |
| ⑥ よいどめの薬(持っているとう安心・なるべく用意する) | | |
| ⑦ ゴーグル(サングラスはだめ)・スキー用ぼうし(毛糸で耳までかくれる物)・スキー用手ぶくろ【★レンタルしない人】 | | |
| ⑧ ハンカチ・ティッシュ(生理用品:女子のみ) | | |
| ⑨ 使い捨てマスク(3枚) | | |
| ⑩ 使い捨てカイロ(必要な人) | | |
| ⑪ 雨具 | | |
| ⑫ スカーフ(家からしていきます。) | | |

1.1 服そう

- くつ下はくるぶしソックスではなく、足首の上まであるものにしてください。(足首を守るためです) くつ下はふだんはいている厚さのもので十分です。厚手のものを使用するとスキー靴が合わなくなり、足の痛みが生じる原因となることがあります。
- 靴は、基本的に登校に使用しているもので大丈夫ですが、年によってはスキー場、駐車場に雪がある場合もあります。
- 自分のスキーウエアを着用する場合は上下とも家から着て行くことをおすすめします。
(荷物を減らし着替え時間を短縮するため、持っていく場合はリュックサックに入れてください)
- レンタルウエアを利用する場合
上半身：ハイネックのシャツで首を覆うと温かいです。厚手のトレーナーやフリースなど暖かいものをご用意ください。(レンタルウェアはそこまでモコモコしたタイプではありません。)
登下校時は、その上にふだん着ている防寒用の上着を着用させてください。
下半身：ジャージ等伸縮性のあるもので、長ズボン。(スキーはひざを曲げての運動なので、ジーンズなどのかたいものは不適。) その上からスキーズボンを着用します。
- スキー帽子は耳まで隠れる毛糸のものが望ましいです。ゴーグルはサングラスではないものをお願いします。頭が冷えると体が疲れます。
- スキー板を持つ時は必ずスキー用の手袋で持ちます。(エッジで手を切らないように)

1.2 費用概算

| No. | 項目 | 金額 | 内容 | |
|----------------|-------|------------|-------------------|---|
| 全員共通 (基本費用) | ① | 交通費など | 6918円 | 貸切バス3台 577500円・有料道路代 57000円 乗務員宿泊代(3名)28500円 を参加児童89名と引率10名の計99名で割った金額 *欠席があると変動します。 団体傷害保険料 222円 |
| | ② | 宿泊施設利用料 | 100円 | 多摩市立八ヶ岳少年自然の家(暖房費) |
| | ③ | 朝食 | 510円 | 多摩市立八ヶ岳少年自然の家 |
| | ④ | 夕食 | 810円 | 多摩市立八ヶ岳少年自然の家 |
| | ⑤ | 昼食(2日分) | 2000円 | 富士見高原スキー場 |
| | ⑥ | スキー場施設利用料金 | 2100円 | 富士見高原スキー場(リフト代等) |
| | ⑦ | スキーレッスン費用 | 3710円 | 9班編成(1班:10人にコーチ1人) (1日20,970円+半日15,720)×9を児童数89名で割った金額 *欠席があると変動します |
| | | 合計 | 16148円 | ここまでが全員共通の基本費用となります |
| おこづかい | | | | |
| | おこづかい | 2000円以内 | 封筒に入れて 1月21日(金)提出 | |

| レンタル料金 | | |
|------------------------|-------|--|
| フルセット | 6400円 | どちらかに〇が付きます。 |
| スキー3点セット | 3150円 | フルセット・・・スキー3点、ウエア、小物3点 スキー3点・・・板・靴・ストックのみ |
| ウエアのみ上下セット | 2730円 | 上下2日分 |
| 小物3点組 (手袋・ぼうし・ゴーグル) | 530円 | 2日分 |
| 小物単品 | 各340円 | 2日分 |

基本費用(16,148円)とスキー3点セットのレンタル(3,150円)のお金を「19,298円」を1月21日まで多摩信用金庫に入金をお願いします。差額については、1月26日(水)に現金で集めさせていただきます。お子さんによって金額が違うので、そのことを書いた封筒を1月24日(月)に渡しますので、その封筒に入れて持たせてください。(集金がないお子さんもいます。)

*全員がスキー3点セットをレンタルします

・・・板や重い靴を子供だけですべての荷物を持って歩けないことや、バスへの積み込みに時間がかかるため、ご了承ください。

13 日程

| 時 | 日 | 1日目 | 2月15日(火) |
|---------------|---|--|---|
| 7:00 | | 登校 トイレをすませて体育館入口に整列(学級)・出発式(体育館入口・悪天候:体育館) | |
| 7:05 | | 学校出発(徒歩) | |
| 7:15 | | 富士見通下出発(バス) (国立ICより中央道) ※バス車内ではバスレクは行わず、音楽を聞いたり、DVDを見たりするなどして過ごす。 | |
| 8:50~ 9:05 | | 境川PAでトイレ休けい | |
| 9:45 | | スキー場到着(リュックを持つ) ・ウエア、小物をレンタルする人はレンタルバッグを受け取る。 ・着替え(レンタルバッグ、リュックは更衣室に置く。) ・スキーブーツを履く(スキー、ストックはあとで) | |
| 10:15 | | 開校式(スキー班で整列) | |
| 10:30 | | スキーレッスン1 ※レッスン中は、マスクを外しても良いが、 会話はなるべく控える。 | (雨天および荒天でスキーができない時) 10:00 自然の家到着 自然の家の体育館でレク 12:30 昼食 (スキー場のレストハウス) 13:30 自然の家の体育館で運動他 *うわばき 15:30 片付け 16:00 バスから荷物を降ろす。 16:20 入所式 |
| 12:30 | | 昼食(レストハウスでカレーライス) ※食堂への移動の際は、マスクを着用する。 ※黙食 | |
| 13:30 | | スキーレッスン2 ※レッスン中は、マスクを外しても良いが、 会話はなるべく控える。 | |
| 15:30 | | 片付け(スキー、スキーブーツは置いていく) | |
| 15:45 | | スキー場発(バス)(スキーウェアのまま) | |
| 16:00 | | 自然の家着 ぬれた物をかんそう室に干す。 体育室に荷物を置く。 | |
| 16:20 | | 入所式(体育室) 室長・副室長を先頭に整列(各部屋1列) 係についての説明 | |
| 16:50 | | 入室、非常口確認、着替え(必要な人)、荷物の整理、自由時間 | |

| | |
|-------|--|
| 17:00 | 室長会議（ホール） 寝具係はシーツとまくらカバーをリネン室へ取りにい |
| 17:30 | 食事係は配ぜんの準備（水筒・手洗い）（エプロン・三角布・マスク） |
| 17:40 | 洗った水筒を持ち、ならんで食堂へ移動開始（室長・副室長先頭に） |
| 17:45 | 食堂前集合完了（室長・副室長を先頭に整列 各部屋1列） |
| 18:00 | 夕食 ※黙食 ※食器は各自片付け、食べ終わったテーブルからごちそうさまをし、部屋に戻る。 |
| 19:00 | 体育館でレクリエーション ※接触するものや、距離が近くなるようなものは行わない。 |
| 19:45 | レクリエーション終了 |
| 20:00 | 入浴 各部屋ごとに入浴する。（1部屋20分程度） ※浴室では、会話を控える。 検温 記入後、保健係が部屋ごとにあつめてホールで細川先生に提出 *体温が高いときの入浴は細川先生と相談してから決める。 |
| 21:45 | 消灯 *この後は部屋から出ない。 |
| 日 | 2日目 2月16日（水） |
| 時 | |
| 6:00 | 起床 ① 検温・健康カード記入 記入後、保健係は部屋ごとに集めてホールで細川先生に提出し、細川先生の点検後、健康カードをみんなに返す。 ② 洗面・着替え（上からスキーウエアを着ればよいようにしておく） ③ ふとんの片付け・シーツと枕カバーは外してまとめる。 寝具係は、チェックカードに記入し、シーツと枕カバーをリネン室へ運ぶ。 ふとんは正しくたたむ。（まだ押し入れにしまわないこと!） 寝具係はたたみ方の指示をする。 先生と確認後、みんなで布団をしまおう。 |
| 6:30 | 大きなカバン・レンタルバッグを体育室に運ぶ。 部屋には水筒、リュックサック・スキーウエアのみ残す。 |
| 6:45 | 清掃 清掃係はチェックカードに記入…事務室廊下の箱に入れる。 |
| 7:00 | 食事係は配ぜん準備（手洗い・水筒）（エプロン・三角布・マスク） |
| 7:10 | 洗った水筒を持ち、ならんで食堂へ移動開始（室長・副室長先頭に） |
| 7:15 | 食堂前集合完了（室長・副室長先頭 各部屋1列） |
| 7:20 | 朝食 ※黙食 |
| 8:00 | 乾燥室に乾してあるものを取りに行く。 トイレ・スキーウエア・ゼッケン着用（★自然の家の方の寝具点検） |
| 8:15 | リュックサックを持って体育室に移動する。 室長・副室長は窓閉め・照明切・暖房切・忘れ物の点検 |
| 8:30 | 退所式（体育室） |
| 8:50 | バスに乗る。 大きいバッグをバスのトランクに積む。 リュックサックとレンタルバッグは座席へ。 |
| 9:15 | 宿舎出発（バス） スキー場到着（レンタルバッグのある人は更衣室に置く） |
| 9:30 | スキーレッスン3 ※レッスン中はマスクを外しても良いが、 会話はなるべく控える。 |
| 11:30 | スキー等返きゃく・閉校式 着替え（*レンタル品を返す） |

帰りの洋服を別に用意している人は
レンタルバッグに入れておく。

（雨天および荒天でスキーができない時）
9:00~11:00 体育館で運動
*うわばき
11:30 自然の家出発

感染症対策

- *各部屋、定員よりも少ない人数で使用する。
- *基本的にマスクを着用して生活する。
- *布団は、左右の間隔を空け、枕を置く位置をそれぞれ壁側にする。

16 食事について

| | | | |
|-----|----|-----------|--|
| 1日目 | 朝食 | 自宅 | 揚げ物などは避けて、消化のよいものをお願いします。時間を見て酔い止め薬を飲んでください。 |
| | 昼食 | 富士見高原スキー場 | |
| | 夕食 | 少年自然の家 | |
| 2日目 | 朝食 | 少年自然の家 | 和食中心 |
| | 昼食 | 富士見高原スキー場 | |

1日目 昼食

カレーライス
唐揚げ
福神漬け
ブルーベリーゼリー
アップルジュース（パック）

2日目 朝食

ご飯
味噌汁
焼き魚
卵焼き
かまぼこ
納豆
きんぴら肉団子
味付け海苔
生野菜サラダ
サウザンドレッシング
ヤクルト

1日目 夕食

ご飯
コンソメスープ
ハンバーグ
フライドポテト
人参グラッセ
ナポリタン
たこ焼き
生野菜サラダ
フレンチドレッシング
ババロアシュークリーム

2日目 昼食

牛丼
ブルーベリーゼリー
アップルジュース（パック）

感染症対策

- *食事系の児童が、エプロン、三角巾、手袋を着用して配膳を行う。
- *黙食の声掛けを行う。食べる時のみマスクを外し、食べ終わったら速やかに着用する。
- *片付け時の混雑を避けるため、食べ終わった人から自分の食器を片付ける。
- *食べ終わったテーブルから、ごちそうさまをし、部屋に戻る。

食物アレルギー

*ふだんの給食でアレルギー献立をお渡ししている方には、詳しい食材をお知らせいたします。

食べてはいけない食品については事前にメニューに印を付けてご提出ください。別紙アレルギー記録表を記入してください。

*それ以外の方で、詳しく食材について知りたい場合は担任までご連絡ください。

17 保険関係

スキースクール受講中の保険適用について

スキースクール受講中のけがに対し、スキー学校で保険に加入しております。

①受講者の傷害事故の場合

スキー受講者共済制度 < 担保 A > (国内旅行総合保険 包括契約)

スキー学校の管理下にある受講者が講習中に急激かつ偶然な外来の事故によって、身体に傷害を被ったとき。

②受講者の起こした賠償事故の場合

スキー受講者共済制度 < 担保 B > (個人賠償責任特約)

スキー学校の管理下にある受講者が講習中の偶然な事故により、他人の身体傷害または財物損壊をしたことにつき受講者が法律上の損害賠償責任を負担することによって損害を被ったとき。

この共済制度で支払われる共済金額

| 事故の種類 | 受講者自身の損害<担保 A> | | | 他人に損害を与えた場合<担保 B> |
|--------|----------------|------------------|------------------|-------------------|
| | 死亡・後遺傷害 | 入院 | 通院 | 賠償 1 事故 |
| 共済金の種類 | 290万円 | 1日につき 2,500 円 | 1日につき 1,000 円 | 1 事故につき 1 億円 |

18 保健関係

(1) 保健調査

学校医による事前健診の資料にするとともに、宿泊中の健康管理に役立てますので、保護者の方のご記入をお願いいたします。

1月14日(金)配布

1月21日(金)提出×切

*提出後に変更があった場合は、連絡帳等で担任までご連絡ください。

(2) 緊急連絡先(保健調査の裏面)

緊急連絡先は、スキー教室当日に確実に連絡が取れる番号をご記入下さい。

仕事中に、携帯電話に出られない場合があるかと思えます。そのために必ず勤務先の名称と**固定電話**をご記入ください。当日、公衆電話や携帯電話から着信があった場合にも電話に出てくださいるようにお願いします。

(3) 記録カード

2月1日(火)から、毎日、体温や排便などの健康状態をチェックして記入し、お家の方が点検して学校に持たせてください。事前健診の時にも医師が判断の材料とする大切なものです。

2月14日(月)事前健診の当日は、保護者欄に必要事項の記入をよろしくお願いします。

(4) 事前健診 (出発前日の2月14日(月) 13時30分から) 校医

スキー教室参加の校医判定になっていますので、できるだけ欠席しないようご配慮ください。

欠席の場合は校医またはかかりつけの医院で参加の可否を診ていただくことになりますので、ご了承ください。

(5) 薬

宿泊中の薬(常時・緊急時とも)については、「1日目の昼」のようにジップロックに小分けにして入れて記名をし、食事の後などに飲むことができるようにしてください。

(6) 出発当日に具合が悪い時

無理に参加せず、早めに(6時半~6時50分)学校に電話連絡をしてください。

(7) 現地までのお迎え

健康状態により、集団での宿泊や行動が無理な場合は、現地までのお迎えをお願いすることもあります。よろしくお願いいたします。

(8) 保険証のコピー

けがや病気で医療機関を受診するときには1月21日(金)に提出していただいた保険証のコピーの入った封筒を開封して使用します。大事な個人情報ですので慎重に取扱い、スキー教室後はご家庭に返却いたします。(6年生のハケ岳移動教室の時点で変更がなければそのまま使えます。)

(9) 気になることは

保健調査に詳しく記入していただくのはもちろんのことですが、食べ物によるアレルギーやぜんそくなど、宿泊に関して気になる点がありましたら、早めに担任まで直接お知らせください。

◎参加基準

- ・ハケ岳スキー教室用の健康チェックカードを用いて、実施2週間前から毎日欠かさずに健康観察を行い、出発前日に行われる学校医による事前健診で異常がないと判断された児童は参加できる。
- ・現地で体調が崩れた場合に、保護者が迎えに来ることができる児童が参加できる。（発熱の場合は公共交通機関は使用できません。）

※本人に発熱や風邪症状がある場合や、家族に陽性者が出た場合参加は参加不可とする。

※学校で陽性者が出たり、家族に濃厚接触者が出たりした場合には、保健所の判断に基づき実施の可否を決定する。

◎バスの過ごし方

- ・乗車時に消毒を行う。
- ・マスクを着用し、会話を控える。
- ・バスレクは行わず、DVD等を鑑賞しながら走行する。

◎宿舎での過ごし方

①食事

- ・食事係の児童が配膳を行う。
- ・黙食の声掛けを行う。食べる時のみマスクを外し、食べ終わったら速やかに着用する。
- ・片付け時の混雑を避けるため、食べ終わったテーブルから挨拶をして片付ける。
- ・片付ける際にお皿や茶碗は重ねず、自分の使った食器は自分で片付ける。
- ・量の調節は食べる前に行う。

②入浴

- ・クラスの男女それぞれの半分の人数ごとに入浴する。（およそ10名程度）
- ・声を出さずに入る。
- ・脱衣の最後にマスク外し、入浴後マスクを付ける。

③部屋での過ごし方・就寝時

- ・部屋にいる際は、換気をする。
- ・基本的にマスク着用で生活する。就寝時もマスクを着用する。
- ・布団は左右の間隔を空け、枕を置く位置をそれぞれ壁側にする。
- ・部屋で静かに過ごすことができるよう、本を持参し、入浴の待ち時間などに活用する。

④スキーレッスン

- ・スキーレッスン中はマスクを外しても良いが、会話はなるべく控える。
- ・移動の際は、マスクを着用する。

健康観察表

5年組 班 名前

☆体温は起きてすぐと寝る前に測って記入する。

☆睡眠時間と眠りのようすを記入する。(よく眠れた◎ ふつう○ よく眠れなかった×)

☆食欲の状態を記入する。(ある◎ ふつう○ ない×)

☆便の回数と状態を記入する。(かたい△ ふつう◎ やわらかい×)

☆健康状態を記入する。(よい◎ ふつう○ わるい×)

わるい場合は具体的に書く。(かぜぎみ、腹痛、ぜんそく、など)

平熱 . °C

| | 体温 | | 睡眠 | | 食欲 | | | 排便 | | 体調 | | 保護者印 | 担任印 |
|-------|------|------|----|--------|----|----|----|----|----|------|--------|------|-----|
| | 朝 | 夜 | 時間 | 眠りのようす | 朝食 | 昼食 | 夕食 | 回数 | 状態 | 健康状態 | 具体的な症状 | | |
| 例 | 36.3 | 36.5 | 9 | ○ | ◎ | ◎ | ○ | 1 | △ | ○ | 腹痛 | | |
| 1(火) | | | | | | | | | | | | | |
| 2(水) | | | | | | | | | | | | | |
| 3(木) | | | | | | | | | | | | | |
| 4(金) | | | | | | | | | | | | | |
| 5(土) | | | | | | | | | | | | | |
| 6(日) | | | | | | | | | | | | | |
| 7(月) | | | | | | | | | | | | | |
| 8(火) | | | | | | | | | | | | | |
| 9(水) | | | | | | | | | | | | | |
| 10(木) | | | | | | | | | | | | | |
| 11(金) | | | | | | | | | | | | | |
| 12(土) | | | | | | | | | | | | | |
| 13(日) | | | | | | | | | | | | | |
| 14(月) | | | | | | | | | | | | | |
| 15(火) | | | | | | | | | | | | | |
| 16(水) | | | | | | | | | | | | | |

ハケ岳スキー教室について

日頃より本校の教育活動に対しまして、ご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。

さて、9月末のお便りでもお知らせをした通り、下記の日程で「ハケ岳スキー教室」を実施いたします。感染症対策を講じながら実施して参りますが、今後の状況によっては急遽、対応が変わる場合がありますことを、あらかじめご了承ください。

また、関係各所への連絡や準備を行うため、参加について希望調査を実施させていただきます。お手数ではありますが、12月22日（水）までにご提出をお願いいたします。

1 実施日及び行程について

(1) 実施日

2月15日（火）～16日（水）

(2) 行程

1日目（12月15日）

10時半～ スキーレッスン1

13時半～ スキーレッスン2

2日目（12月16日）

9時半～ スキーレッスン3

----- 切り取り -----

ハケ岳スキー教室 参加希望調査

5年 組 児童氏名 _____

保護者氏名 _____ 印

ハケ岳スキー教室に

参加する • 参加しない

令和3年12月15日

第5学年 保護者の皆様

多摩市立西落合小学校
5年担任

スキー教室コースとスキーブーツサイズの調査のお願いについて

スキー場でのコース別調査の希望を取らせていただきます。下の表を見て、お子様と相談しながら決定をしてください。12月22日(水)までに提出をお願いいたします。

| | |
|------|---|
| Aコース | リフトに乗車することができ、急斜面でも自分の意思で、曲がりながら滑走することができる。安全に停止ができ、転倒時には起き上がることができる。 |
| Bコース | リフトに乗車することができ、安全に停止ができ、転倒時には起き上がることができる。プルークボーゲン(スキー板の後ろ側を大きく開き「ハの字」にして滑走する)で曲がりながら滑走できる。 |
| Cコース | スキー経験が数回あり、プルークボーゲン(スキー板の後ろ側を大きく開き「ハの字」にして滑走する)でまっすぐ滑走でき、停止することができる。 |
| Dコース | ほとんどスキー経験がなく、停止することが困難。 |

.....切り取り線.....

5年 組

児童氏名 ()

○スキー教室のコースは

コースを希望します。

○ふだんはいている靴のサイズ

*このサイズをもとにしてスキー靴を用意します。

nです。

スキー教室レンタル申し込みについて

レンタル品で申し込むものに○をつけて12月22日（水）まで必ず持たせてください。
この申し込みを基にして、1月26日（水）の集金額を決めますのでよろしくお願いします。

.....切り取り線.....

5年 組（氏名 ）

| スキー用品レンタル代 | | | |
|---------------------------------|------|-------|------------------------------------|
| レンタル品 | 申し込み | 代金 | |
| フルセット (スキー3点・ウェア・小物 3点付き) | | 6400円 | フルセットかスキー 3点セットどちらか に○が付きます。 |
| スキー3点セット(板・靴・ ストック) | | 3150円 | |
| スキーウェアのみ上下セット | | 2730円 | 2日分 |
| 小物3点(帽子・手袋・ゴーグル) | | 530円 | 2日分 |
| 小物単品 | 帽子 | 340円 | 2日分 |
| | 手袋 | 340円 | |
| | ゴーグル | 340円 | |

※スキー3点は必ずレンタルします。
12月22日（水）までに提出してください。