

2026みんなでDayスキー!!

今年もみんなでカムイみさかスキー場に行こう！

持ち物等について（お子さまと一緒に読んでください）

まず最初に確認！（持ち物まとめ）

※すべての持ち物に名前を書いてください（名前がないと、無くした時に探せません）。

■ 全員共通（必ず持ってくるもの）

防寒用のぼうし（ニット・フリースなど）

ゴーグル、スキー用グローブ（オプションを申し込んでいない場合）

替えのくつ下、シャツ（雪や汗でぬれたとき用）

健康保険の情報（下の①または②のどちらか。回収はしません）

① マイナポータルに表示される「被保険者資格情報」のPDFを印刷したもの

② 「被保険者資格情報」のコピー

■ コース別の持ち物

Aコース

自分の【スキー】【ブーツ】【スキーウェア】

Bコース

自分の【スキーウェア】

※A・B・Cコースでオプションを付けていない人は【ゴーグル】【グローブ】も必ず持ってきてください。

■ スキーウェアの下に着るもの

※動くと汗をかくため、厚地や保温性の高いものは不要です。

綿のシャツ（半そで・長そでどちらでもOK）

フリースやニット（前ファスナー、カーディガンでもOK）

スパッツまたはタイツ（スキーパンツの下に必ず着用）

ハイソックス

※スキーブーツは固いので、短いくつ下だとすねやふくらはぎが当たって痛くなります。

■ あると安心なもの（必要な人だけ）

ネックウォーマー（首に巻くマフラーは危険なので禁止です）

水とう（バス車内での水分補給用）

※ゲレンデ内には持ち込めません。

おこづかい

※帰りのサービスエリアでおみやげを買う時間があります。金額はご家庭で決めてください。

当日の服装・行き帰りについて

*カムイみさかは人工スキー場です。スキー場以外に雪はないため、くつは普通のスニーカーで大丈夫です。

*A・Bコースで自分のスキーウェアを持ってくる人へ

バスの中は暑くなりますので、普段着で来てください（スキーウェアを着てこないでください）。

*帰りに、ぬれたウェアを入れるビニール袋があると便利です。

*朝ごはんは、しっかり食べてきてください。

スキー場での注意

*安全のため、サングラスは使わず、必ずゴーグルを着用してください。

*ニットやフリースの手ぶくろは、雪でぬれると手が冷えて危険です。必ずスキー用グローブを使ってください。

*紙のリフト券はありませんので、バスケースは不要です。

重要（必ず読んでください）

*財布やスマホ、その他の荷物はスキー中地区委員があずかります（スキー開始後は荷物を取り出せません）。

*スキー場では買い物はできません。買い物はサービスエリアのみです。

*携帯ゲーム機、モバイルバッテリーは使用禁止としますので持参しないでください。

プラン

日付	時刻	内容
2026/01/25(日)	06:45 頃	初台オペラ通り駐輪場入口前に集合 初台オペラ通り、駐輪場（サイカ）の入り口付近に集合します。 ○当日朝、37.5度以上の発熱がある場合は実行委員長携帯に連絡のうえ欠席をお願いします。 実行委員長・三嶋 090-7830-2386 ○集合場所に到着次第、受付をしてください。 ○酔いやすい人は、当日の受付時に実行委員に伝えてください。お友達と離れますが前方窓側の席を用意します。汚れた時の着替えも用意してください。
2026/01/25(日)	07:00 頃	バス出発 スキー場までは、バスで約1時間30分です。 乗車したらすぐ貴重品、携帯電話を預かります。 途中、トイレ休憩1回予定。
2026/01/25(日)	09:00 頃	カムイみさかスキー場到着 バスを降りたら、 着替え→荷物預け→ビブス付ける→スキーブーツ履く→ゴーグル、グローブ準備→スキーセット持ってゲレンデへ。 やることいっぱいです！
2026/01/25(日)	10:00 頃	午前スキースタート！！ ゲレンデに着いたら、初めて班、少しすべれる班、十分すべれる班に分かれ、経験豊富な指導員さんから班ごとに基本を教わります。午前中には初めて班もリフトに乗って上からすべる練習をするよ！！
2026/01/25(日)	11:45 頃	お昼ごはん 名物のカレーライスとデザートでお昼ごはんです。 食べ終わったら、午後もたくさんすべりましょう！
2026/01/25(日)	12:15 ~ 14:30 頃	午後スキースタート！！ 午後も班ごとに指導員さんから教わります。 初めて班の人はリフトに乗って上から下まですべれるように。 すべれる班の人はスキー場のてっぺんから下まですべれるように。
2026/01/25(日)	14:30 頃	スキー教室終了。全員ゲレンデで記念撮影。 班ごとの撮影をして、最後は全員集合撮影です。 終わったら、スキーを片づけ、着替えてバスに戻ります。
2026/01/25(日)	15:30 頃	カムイみさかスキー場出発 バスの中でアンケートに記入をしていただきます。 アンケートが終わったら、貴重品、携帯電話を返却します。 途中のサービスエリアで休憩。おみやげを買ったりできます。 マイバッグがあると便利です。
2026/01/25(日)	18:00 頃	初台到着 お疲れさまでした。 忘れ物がないように、気をつけて帰りましょう。 また来年もいっしょにすべろう！

注意事項

スキー場の混雑状況によってスケジュールが変更されます。ご了承ください。

道路事情により、初台到着時間が30分以上の大幅に遅れると思われる場合はPassMarket配信にてご連絡します。

主催：渋谷区青少年対策本町地区委員会

会長 三谷 貴俊

みんなでDAYスキー!! 実行委員長

桜庭 知宏 (参加受付窓口) 090-9145-3072

廣江 恵 (渋谷本町学園PTA) 090-1707-5397

三嶋 英嗣 (当日スケジュール) 090-7830-2386