

社用私用に関わらず、宿泊を伴う活動時に必要な基本的な準備物は、
①衣類×宿泊日数分 ②衛生用品 ③必要経費 です。

- ※ 夏場は予備の着替え、冬場は体温調節の羽織物が必要になります。
- ※ 必要物品を整理することが難しい時は、こうしたリストを活用して、
周囲に相談や確認を行うと確実に準備を進めることができます。
- ※ 確認欄は、かばんに入れた後にチェックしましょう。

持ち物リスト

品名		数量	確認
衣類	①肌着上下、靴下	×宿泊日数（泊）	
	②上着（襟付が望ましい）	×宿泊日数（泊）	
	部屋着	必要に応じて	
	ズボン（ジーパン不可、無地のもの）	2着	
	羽織物（薄手、厚手2種類）	2着	
	ジャケット（スーツの上着）	1着	
	コート	1着	
	ネクタイ	1枚	
衛生用品	ハンカチ	×滞在日数（日）	
	ポケットティッシュ	必要に応じて	
	タオル	1枚	
	洗面用具（歯ブラシ）	必要に応じて 最低限のもの	
	シャンプー、リンス		
	石鹸（もしくはボディシャンプー）		
	髭剃り		
筆記具	メモ帳	必要に応じて	
	筆記用具		
	ファイル（書類持ち帰り用）	1つ	
そのほか	服薬している薬	×滞在日数（日）	
	注文弁当代	×食分	
	ほか飲食費（朝食×、夕食×）	×食分	
個別に必要なもの	上履き		

※ 多汗など、不安があれば衣類の①②は、予備を準備しましょう。

準備を万全にできればそれにこしたことはありませんが、
「旅の恥はかき捨て（=旅先では知る人もなし、長い滞在でもないから、恥をかいてもその場限りのもの）」
という言葉にあるように、失敗も楽しむという意識が旅を成功させるために最も重要な準備物です。