

# 研修 持ち物チェックリスト

研修参加にあたり、以下のリストを参考に持ち物を用意してください。

## ● 作業に必要なもの ※必須

<input type="checkbox"/> 作業着	ツナギを推奨(※ジャージ不可) ツナギ以外であれば、下はデニム地、上着は半袖の上にナイロンジャンパー、冬はその上に厚手のジャンパーなど季節によって調節してください。
<input type="checkbox"/> 手袋(軍手)	必ず、滑り止め付きを用意すること。
<input type="checkbox"/> 帽子	ツバ付きのキャップ。装飾(バッジや飾りひも)の付いたものは不可。
<input type="checkbox"/> 長靴	画像のように折り畳めコンパクトになるタイプが荷物にならずおすすめです。 ※馬手入れ用のセーフティシューズ(先芯入)は施設で準備しています。

※準備物のイメージ



## ● 生活用品

<input type="checkbox"/> 着替え	朝夕は冷え込むので、体温調節ができる服装。下表「月別気温データ」を参考にご検討ください。
<input type="checkbox"/> 日用品	タオル、ハブラシ、シャンプー、ボディソープなど個人で使用するもの全て。
<input type="checkbox"/> 防寒グッズ (夏季を除く)	カイロ、発熱素材インナー、手袋、ネックウォーマーなど

※このほか、ご自身で必要なものを適宜ご用意ください。

※参考 日高門別 月別気温データ(°C)

2024年観測	平均	最高	最低
1月	-2.7	5.3	-15.2
2月	-3.1	10.4	-13.6
3月	-0.4	8.9	-14.1
4月	8.3	20.0	-3.6
5月	11.9	20.2	2.9
6月	16.7	26.4	6.1
7月	21.3	29.1	10.7
8月	23.4	30.9	16.3
9月	18.6	28.2	6.7
10月	12.9	22.8	0.6
11月	5.2	15.7	-5.0
12月	-3.2	10.0	-14.8

補足

- ・ **食料については、調味料や油も含め、すべてご自身で用意をお願いします。**

(備え付けの物はありません)

簡単な食材や弁当・飲料は研修寮から徒歩10分のコンビニで調達可能です。

- ・ 寮に備え付けの物に関しては、当ホームページ「体験・研修」ページ内にある「寮備品リスト」をご確認ください。

- ・ 冬季(11~3月)はかなり冷え込みます。早朝からの作業となりますので、防寒対策は万全に行ってください。