

## รายการเสื้อผ้าและอุปกรณ์สำหรับนักเรียน

รายการ**แนะนำตามนี้** คือสิ่งของที่ควรนำมา คุณ**ไม่จำเป็นต้อง** ซื้อของใหม่สำหรับ Outdoor School ถ้าคุณไม่มีบางรายการ โปรดติดต่อครูของคุณหรือ Outdoor School เราอาจมีของที่สามารถให้นักเรียนยืมได้ เราแนะนำให้นำเสื้อผ้าและอุปกรณ์ที่ต่ำกว่าหน้อยที่คุณมีอยู่แล้วภายในบ้านของคุณ สิ่งที่สำคัญที่ต้องมีคือเสื้อผ้าที่เพียงพอ **เพื่อให้ร่างกายอบอุ่น** ถ้าอุณหภูมินั้นเย็นและ**เก็บให้แห้ง** ในกรณีที่ฝนตก การเลือก **ผ้าพลีชหรือผ้าอุน** ุอย่างอื่น ผ้าที่แห้งไว้นั้นดีกว่า **ผ้าฝ้าย**  
(ซึ่งใช้เวลานานกว่าจะแห้ง)

## เราแนะนำให้คุณติดป้ายสิ่งของทุกชิ้นของนักเรียนคุณพร้อมด้วยชื่อและนามสกุล

### เครื่องนอน

ถุงนอนให้ความอบอุ่น

หมอน

ผ้าห่มสำรอง(สำหรับการนอนในห้องที่เปิดหน้าต่าง)

### เสื้อผ้า

เสื้อเชิ้ต (3หรือ4ตัว)

กางเกงยีนส์หรือกางเกงหนา ๆ (3-4ตัว)

เสื้อแจ็กเก็ตให้ความอบอุ่น

หมวกให้ความอบอุ่น

เสื้อสเว็ตเตอร์ (ผ้าพลีชนั้นดีที่สุด)

ชุดชั้นใน (เปลี่ยน 3-4 ครั้ง)

ถุงเท้า (4-6 คู่)

ชุดนอน

รองเท้าหุ้มส้น (1-2 คู่)

ชุดชั้นในระบายความร้อน /ลอง จอห์น

ถุงมือ

เสื้อกันฝนกันน้ำ

รองเท้า/รองเท้าบู๊ทส์กันน้ำ

### อุปกรณ์ของใช้ในห้องน้ำ

ผ้าเช็ดตัว

ผ้าเช็ดหน้า/ผ้าเช็ดมือ

แปรงสีฟันและยาสีฟัน

สบู่ในกล่องใส่ แชมพู/ครีมนวดผม

หวี/แปรงผม

ยาระงับกลิ่น

ครีมกันแดด (แน็ทในถุงซิปล็อคเพื่อป้องกันการหก)

### อุปกรณ์ที่สำคัญอื่น ๆ

ไฟฉาย

ขวดน้ำ

กระเป๋าเป้ขนาดเล็ก

ถุงขยะ 2 ใบ (สำหรับการจัดกระเป๋าสถานที่ชายหาด)

### สิ่งที่ไม่จำเป็นต้อง

กล้อง

หนังสืออ่าน/บันทึก (สำหรับเวลาส่วนตัวที่อยู่ในที่พัก)

อุปกรณ์การเขียนจดหมาย (กระดาษ,ซองจดหมาย,ไปสการ์ด,ดินสอและ**แลสตมป์**)

รองเท้าแตะ/รองเท้าแตะเดินลุยน้ำ (สำหรับอาบน้ำ)

**ยา:** ต้องส่งให้กับครูในโรงเรียนหลัก OTC หรือ บรรจุกัณฑ์ใบสั่งยา (ดูได้ในแบบฟอร์มสุขภาพ)

จัดเตรียมอุปกรณ์ในกระเป๋าเดินทางหรือกระเป๋าผ้าใบ**ห้ามเก็บ**สิ่งของของคุณในกระเป๋าสะพายใบใหญ่ที่มีกรอบด้านนอก

**อย่า**นำยาที่ไม่ได้ติดฉลากไว้อย่างเหมาะสมเงินอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์(โทรศัพท์มือถือนาฬิกาอัจฉริยะหรือวิดีโอเกมส์) โดริเป่าผม สเปรย์ผม น้ำหอม สเปรย์ฉีดร่างกาย ไม้ขีด ไฟแช็ค มีดหรือของกิน—รวมถึงลูกอมและหมากฝรั่งมาด้วย\* เราทราบว่านักเรียนอาจจะต้องการสิ่งของเหล่านั้นแต่มันไม่ได้อยู่ในรายการการจัดเตรียมกระเป๋าหรืออาจจะต้องการให้จัดหาสิ่งของรายการเหล่านั้นเพราะว่ามันอยู่ในรายการ "สิ่งที่ไม่ควรนำมา"(เช่น มือถือสำหรับ CGMs หมากฝรั่งใน 504/IEP ผ้าปิดตาหรือหูฟังตัดเสียงรบกวน) ถ้านักเรียนคุณต้องการใช้สิ่งของนี้โปรดติดต่อเรา

โปรดติดต่อสำนักงาน ODS ได้ที่ 503-614-1402 หรือ [ODSOfficeAdmin@nwresd.k12.or.us](mailto:ODSOfficeAdmin@nwresd.k12.or.us) เพื่อสอบถามเกี่ยวกับสิ่งของที่สูญหายและพบเจอของหายเมื่อคุณสังเกตเห็นว่ามีสิ่งของหายไป

โปรดทิ้งของ "มีค่า" ทิ้งหลายไว้ที่บ้าน

**Outdoor School จะไม่รับผิดชอบต่อความเสียหายต่อทรัพย์สินต่างๆ ที่สูญหาย**