

👉【少年野球】持ち物チェックリスト（練習・試合・季節別）

■【練習編】持ち物リスト

- グローブ
 - バット（チームによっては不要）
 - 帽子
 - ユニフォーム・練習着
 - スパイク or トレーニングシューズ
 - 水筒（多めに！）
 - タオル
 - 着替え（汗対策に）
 - ビニール袋（汚れ物入れ）
-

■【あると便利な+αアイテム】

- ・熱中症対策グッズ（冷却タオル・氷のう）
 - ・日焼け止め
 - ・虫除けスプレー
 - ・レジャーシート
 - ・折りたたみ椅子 or 簡易テント（親用）
 - ・軟式ボール（自主練・アップ用）
-

■【試合編】持ち物リスト

- 上記の練習グッズ一式
 - 試合用ユニフォーム
 - アンダーシャツ（天候に応じて）
 - スコアカード or チーム連絡表（必要に応じて）
 - 補食（おにぎり・バナナなど）
 - 保険証のコピー
-

■【季節・天候別】持ち物リスト

【夏】

- ・氷嚢

- ・水筒
- ・タオル
- ・日焼け止め

【冬】

- ・手袋
- ・カイロ

【雨の日】

- ・レインコート
- ・替え靴
- ・タオル多め

忘れ物ゼロのためのポイント

- ・前日の夜に準備を終わらせる
- ・このリストを冷蔵庫に貼る！
- ・子ども自身にも確認させる