

橙智2026冬令營 - 溪頭曠野青少年成長營學員攜帶物品建議清單

備註：裝備為一大一小（小：雙肩輕便背包，大：行李袋或行李箱）

No	品名	數量	確認欄
一、個人證件資料（攜帶備用）			
1	身份證影本（尚未領取身份證者請準備戶口名簿影本）	1 份	
2	健保卡	1 張	
3	病歷卡影印本（有特殊疾病者）	1 份	
二、行李袋或大背包（建議勿帶行李箱，以免學員寢室出入不便）		1 個	
◎ 一般服裝類-營隊將提供短袖排汗營服 1 件(每日穿著，件數自行斟酌)			
1	換洗內衣、褲	6 套	
2	襪子（每日替換外，多備用 1-2 雙）	6 雙	
3	長袖上衣（因每日皆穿著營服，可穿在營服內）	6 件	
4	休閒或運動長褲（勿著短褲）	6 件	
5	睡衣褲	1 套	
6	休閒鞋/運動鞋（不要運動涼/拖鞋，不建議穿新鞋）	1 雙	
7	涼鞋（雨天備用）	1 雙	
8	厚外套（由於早晚天氣變化大，需準備保暖）		
◎ 盥洗用品			
1	個人盥洗用品：毛巾、浴巾、牙刷、牙膏、洗髮乳、沐浴乳、洗面乳	1 組	
2	污衣袋（裝髒衣服用）	個人酌量	
◎ 其他			
1	醫療用口罩（至少 10 個，5 天備用，個人視身體狀況佩帶）	依需求	
2	雨具：可拋式輕便雨衣、摺疊傘（下雨優先以穿著輕便雨衣為主，雨傘為備用）	2件/1把	
3	可自備毛毯、小棉被(住宿有提供棉被，晚上氣溫變化大，建議可攜帶備用)	2 件	
4	適量零食、乾糧	1 把	
5	衣架（於清洗營服後，晾乾使用）	依需求	
三、隨身背包		1 個	
1	隨身面紙、手帕	1 個	
2	外套（戶外可防曬）	1 件	
3	水壺（請勿過大，可放進背包之大小，不使用寶特瓶）	1 把	
4	文具（原子筆、鉛筆、橡皮擦各 1 即可，鉛筆盒內容盡量簡單）	適量	
5	個人藥品/用品（疾病或特殊用藥、氣喘藥、過敏藥、暈車藥、防曬乳、蚊蟲藥、防蚊液、酒精）	必備	
6	零用金(緊急狀況備用)， 建議不超過 1,000 元，不外借，並請妥善保管，遺失請孩子自行負責	1,000 元內	
四、不可攜帶物品			
1	3C 產品（如電玩遊戲機、平板電腦...等）	X	
2	遊樂器具（如撲克牌、骰子、玩具、小說、漫畫等與學習無關物品）	X	

#貴重物品（如手機、錢包、貴重飾品耳環、戒指、項鍊等）請個人自負保管責任，因營隊不會定點住宿與活動，物品若遺失尋回機率極低，請個人妥善保管。

手機會統一規定使用時間，若是違反使用時間規定，干擾課程秩序者，將通知家長後決議處理方式。