

2026 新生自律营必须品

	项目	数量	例子	备注
A	衣物/clothes			
	校服/school uniform	2		平日住宿建议有三套为佳
	舍服/hostel uniform	1		可以准备2件
	体育服/PE uniform	1		
	便服/casual shirt	5		蓝色、绿色各一件是活动需要
	滨华体育裤/ Pin Hwa PE short pants	2	注*	女生平日穿着必须穿滨华体育短裤
	长裤/long pants	3		运动、牛仔、西装都可
	毛巾/towel	1		
	内衣裤/under wear	3		
	发圈/hair band	2	黑色/深蓝色	女生必备
	校袜/school uniform socks	3		
	校鞋/shoes	1		
	凉鞋/sandals	1		
	洗衣袋/laundry bag	2		贩卖部有卖（男女颜色不一样）
B	个人用品/personal items			
	书包，文具/bag, stationary	1		
	笔记本/高效能手册/books	1		
	沐浴露/shampoo	1		
	洗发液/hair shampoo	1		
	梳子/comb	1		
	牙膏，牙刷/tooth paste, tooth brush	1		
	水桶/bucket	1		洗澡、洗内衣裤用
	衣挂/hangers			没限定，依个人需求
	餐具/fork&spoon	1		汤匙，叉子
	水瓶/water bottle	1		
	厕纸/纸巾/toilet roll/tissue	1		
	个人药物/medicine		外敷/内服	药油，药膏，Panadol，风沙丸
	消毒液/sanitizer	1		
	口罩/face mask			需要时可用
	寝具/bedroom items			
C	床垫/mattress	1	自备/购买	建议轻便的床垫方便搬运
	枕头/pillow	1		
	床套/bed sheet	1		
	枕头套/pillow case	1		
	被子/blanket	1		

温馨提醒：轻便简装，方便搬运。

****01/01/2026当天有商家在宿舍卖~床垫/mattress**

以上物品数量为参考，可依个人需要调整。

