

登山装備表（一般登山積雪期営業小屋泊用）

◎:必ず必要 ○:できれば必要

個人装備表			
項目		レ	備考
登山装備	ザック	◎	50リットル程度
	防水袋	◎	濡らしたくないもの。寝袋、予備の下着等の防水対策。
	ザッカバー	○	欧米ではほとんど使用されていません。カバーより、内部の防水が大切です。
	サブザック	○	余裕があれば
	ストック	○	基本的に持参するようお願いします。ダブルストックは、有効です。
	ヘッドライト	◎	必ず予備電池及び電球も持参ください。もちろん事前確認も。
	水筒	◎	最低1リットル程度は確保ください。スポーツ飲料が有効です。
	テルモス	◎	500ml程度の魔法瓶が必要です。
	登山地図	○	情報が豊富です。既存の登山であればこの地図だけでもOKです。
	2万5千分1地形図	◎	ガイド資料の概念図で代替可能
	コンパス	◎	シルバーコンパスが理想です。
	小型ナイフ 笛	○	小型のナイフと笛を紐でしばっておきます。
	行動食	◎	乾燥梅干は、塩分のいい補給になります。カステラの切れ端は、安くてカロリーも高く最適です。
生活用品	水溶性のティッシュ	◎	野外での排泄時には、ティッシュを持ち帰りましょう。
	ティッシュ入れ袋	◎	ジブロックが理想です。環境に配慮した登山を心がけましょう。
	山小屋用のズボン	○	営業小屋では、薄手のズボンがあれば快適です。
	洗面用具	◎	時間のある幕営時に、普段より時間をかけて歯を磨きましょう。
	下山時の靴いれ袋	◎	下山後、温泉に入浴します。(車内保管)
	下山時の着替え	◎	さっぱりして帰宅しましょう。(車内保管)
登山衣類	登山靴	◎	必ず足首まで保護された登山靴を履きましょう。加水分解によるソールの破壊に注意です。
	アイゼン	◎	できれば8本爪以上をご持参ください。
	靴下	◎	消耗品と考えてください。くたびれた靴下は、早めに交換してください。
	下着上下	◎	化繊及びウールを着用ください。木綿は、不適です。生命に関わる場合もあります。
	中間着	◎	下着と同じく木綿は、不適です。化繊及びウールを着用ください。
	ズボン	◎	下着と同じく木綿は、不適です。化繊及びウールを着用ください。
	帽子	◎	季節に応じたものをご用意ください。
	目出帽	◎	頬や鼻が凍傷になりやすいようです。九州の山でも凍傷は考えられます。
	手袋(インナー)	◎	100円ショップの薄手のフリースでOKです。
	手袋(ミドル)	◎	100円ショップのフリースでOKです。
	手袋(アウター)	◎	専門店で、裏地のないアウター手袋をご準備ください。日帰りであれば裏地のあるものもOKです。
	サングラス	○	コンタクト使用の方は、風が強い時は必ず必要です。残雪ある山では、必修です。
	雨具	◎	高価ですが、可能な限りゴアテックスをご準備ください。ヤッケとしても使用できます。
	スパッツ	◎	前面にファスナーがついているロングタイプで生地が厚いものが理想です。
	靴下予備	◎	余裕があればご持参ください。
非常時	下着上下予備	◎	もっとも薄い上下長袖が理想です。
	タオルか手ぬぐい	◎	日帰り登山でも持参するにしましょう。非常時にも使うことができます。
	携帯電話	○	持っている方は、フル充電した上で、ご持参ください。できれば予備電池も。
	薬	○	緊急用品は、ガイドが持参しますが、個人で必要なものをご持参ください。
	健康保険証カード	◎	保険証がないと自由診療となる場合があります。

団体装備(ガイドが準備します。) 「非常時用です。」

団体装備	ツェルト	◎	
	テントマット	◎	
	ガス	◎	
	ガスストーブ	◎	
	板	◎	
	新聞	◎	
	風除け	◎	
	非常食	◎	
	緊急薬品	◎	
	簡易カイロ	◎	
	アマチュア無線機	◎	
	ビニール袋大	◎	
	ジブロック	◎	
	補助ロープ他	◎	

ガイドが持参します。