

## 最初に揃えて頂きたい山の装備

山で安全に楽しく過ごすため、自分を守るための大切で必要な個人装備の紹介です。

日帰り、またはテント泊にて持っていく装備も変わりますので、山行前に必要な装備をリーダーへご確認&ご相談ください。

基本装備	沢登り	岩登り（フリーを含む）	雪山登山
寝袋（全ての季節）…2～3	沢靴…1	ハーネス…1	冬用靴…1
シュラフカバー…1	沢手袋…1	安全環付きカラビナ…3～	アイゼン…1
個人用マット…1	ヘルメット…1	ヌンチャク…5～	スパッツ…1
ヘッドランプ…1	ハーネス…1	ビレイデバイス…1	ピッケル…1～
ザック（大、中）…2～	ビレイデバイス…1	チョークバック…1	ゴーグル…1
雨具…1	安全環付きカラビナ…2～	クライミングシューズ…1	サングラス…1
個人コッヘル…1	シュリング…2～	シュリング…2～	目出帽…1
ナイフ…1	ロープシュリング…1～	ロープシュリング…2～	オーバーグラブ…1
コンパス…1	ヌンチャク…2～	シングルロープ50M…1	テルモス…1
登山靴…1	笛…1	ダブルロープ50M…1	
水筒…1		ヘルメット…1	あるとよいもの-----
速乾衣類…1～	あるとよいもの-----		テントシューズ
防寒着(毛・フリース)…1～	補助ロープ	あるとよいもの-----	オーバーヤッケ
	お助け紐	デイジーチェーン	
あるとよいもの-----	バイル	ジム用ロープ	
ストーブ	焚き火用品	ビレーグローブ	
折りたためる水筒	沢スパッツ		
サブザック			
カメラ			
日焼け止め			
虫除け			
温泉セット（温泉に行く場合）			