

# 積雪期標準装備表



○は必須、△はあれば便利だが場合によるもの、×は不要。

品名	日帰り	小屋泊	テント泊	備考
<b>ウェア</b>				
アンダーウェア上	○	○	○	化繊またはウール
アンダーウェア下	○	○	○	〃
靴下	○	○	○	分厚いウールが良い、予備も
長袖シャツ	○	○	○	化繊またはウール
トレッキングパンツ	○	○	○	
保温着(フリース・ダウン)	○	○	○	小屋やテントではダウンパンツが便利
雪山用アウター上下	○	○	○	手袋をしていても操作性の良いものを
帽子	○	○	○	耳まで覆えるニット帽が良い
バラクラバ	△	△	△	稜線に出るルートなどではあると良い
ネックウォーマー	○	○	○	
手袋	○	○	○	インター・保温・防水の3レイヤーで
タオル・手ぬぐい	○	○	○	
着替え	○	○	○	
<b>ギア</b>				
雪山用登山靴	○	○	○	その山に適したもの,不明点をご質問下さい
ザック	○	○	○	手袋をしていても操作性の良いものを
ヘッドランプ	○	○	○	どんな山でも必ず
予備電池	○	○	○	〃
水筒	○	○	○	1~2L程度持ち運べるもの,複数に分散しても良い
地図	○	○	○	こちらで用意することもあります
コンパス	○	○	○	使えるようにしましょう
ゲイター	○	○	○	アウターにビルトインのものでも可
トレッキングポール+バスケット	△	△	△	どちらかは必須、場合によっては両方
ピッケル	△	△	△	
アイゼン	○	○	○	爪の数やチェーンスパイクの可否のその都度ご案内
ザックカバー	△	△	△	雨予報の場合は必須
保温ボトル	○	○	○	
サングラスまたはゴーグル	○	○	○	雪目防止で必ず
時計(携帯などでも可)	○	○	○	
ヘルメット	△	△	△	コースによる
<b>キャンプ・生活用具</b>				
シュラフ	×	△	○	山小屋による
シュラフカバー	×	△	△	〃
個人用マット	×	△	○	〃
個人用食器	×	△	○	〃
箸・スプーンなど	×	△	○	〃
コップ	△	△	○	
ティッシュペーパー	○	○	○	
携帯トイレ	△	△	△	コースによる
<b>非常時対策</b>				
レスキューシート	○	○	○	
ファーストエイドキット	△	△	△	
テーピング	△	△	△	
常備薬	○	○	○	ある方は忘れずに
身分証明書	○	○	○	
ホイッスル	○	○	○	
スマートフォン・携帯電話	○	○	○	
<b>その他</b>				
行動食(日数分)	○	○	○	疲れていても食べられそうなものを
非常食	○	○	○	1日分程度
メモ用具	○	○	○	
日焼け止め	○	○	○	日差しが強い日は必須
リップクリーム	△	△	△	
その他各自必要なもの	○	○	○	

不明な点はwebサイトの「お問合せ」よりご質問下さい。