〈様式〉

登山装備チェックリスト

活動の時期や場所、内容等によって必要な装備は変わるため、装備の要否や追加の有無について、

十分に検討すること。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 品名 | 品名 | 品名 |
| □ ズボン  □ シャツ  □ アンダーウェア上下  □ 靴下（ソックス）・予備靴下  □ 防風防水（透湿）パーカ  □ 防風防水（透湿）オーバーパンツ  □ 手袋（グローブ）・予備手袋  □ 帽子・防寒帽（目出帽）  □ 防寒衣（セーター・フリース）  □ 登山靴（防水性の高いもの）  □ ロングスパッツ  □ サングラス  □ ゴーグル  □ シュラフ（スリー ピングバック）  □ シュラフカバー  □ マット  □ ルックザック  □ ピッケル  □ トランシーバー（予備電池）  □ 携帯電話（予備電池）※２  □ 時計  □ 高度計  □ ＧＰＳ  □ ヘッドランプ（予備電池・電球） | □ 非常食  □ ライター・マッチ  □ ローソク  □ コッフェル・炊事用具  □ テルモス・水筒  □ 食器類  □ ナイフ  □ ホイッスル  □ タオル・手拭  □ ロールペーパー  □ 装備整理袋（スタッフバック）  □ ポリ袋  □ コンパス  □ １／２５０００地形図  □ ルート図  □ 登山計画書  □ 筆記用具  □ ラジオ  □ 天気図用紙  □ 身分証明書  □ 緊急連絡票  □ 健康保険証  □ カメラ  □ 携帯トイレ | □ 救急用品（各種薬等）※１  □ テーピングテープ  □ レスキューシート  □ テント一式  □ ツェルト  □ コンロ  □ 燃料・予備燃料  □ ザイル（ロープ）  □ サブザック  □ ハーネス  □ カラビナ  □ スリング各種  □ 各種登攀用具  □ アイゼン  □ 伸縮式ストック  □ ランタン  □ 修理用具一式  □ 標識布・竹  □ 油性太字ペン  □  □  □  □  □ |

※１　救急用品（例）

　　□ 三角巾　　□ 体温計　　□ ガーゼ　　□ 絆創膏　　□ はさみ　　□ 包帯

　□ とげ抜き　　□ 薄手の手袋　　□ ポイズンリムーバー　　□ 消毒用スワブスティック

　□ 副木　　□ 人工呼吸用ポケットマスクまたはシート　　□ 経口補水液用の粉末

　□ 常備薬（市販の風邪薬、痛み止め、整腸剤、目薬など）

※２　携帯電話（予備電池）は、低温による電池消耗を防ぐため、保温に努めること。