

山行時の必携品

次の品物は山行の時には必ず持参しましょう。

- ・ 登山用雨具
（上下セパレート式でゴアテックスのような透湿性のある素材）
- ・ ヘッドランプ
- ・ 地図(国土地理院の地形図 2.5 万分の1など)
- ・ 磁石(プレートコンパス、シルバ社やスント社のものが代表的)
- ・ 非常食
（800kcal 程度。日持ちがする, かさばらない, 食べやすいもの）
- ・ 着替え
- ・ 健康保険証(コピーでも可)

[あればよいもの]

- ・ 救急用品
- ・ 補助ロープ(太さ 6mm, 長さ 20m 程度)

やまぼうし「申合せ」より