

登山装備チェックリスト

無雪期登山を想定した装備リストです。対象とする山域、時期、天候により、適した装備が異なる場合があります。現地に問い合わせるなど入山前の下調べをお勧めします。

ウェア					ギア					携行品										
ア	イ	テ	ム	日帰り	山小屋泊	テント泊	ア	イ	テ	ム	日帰り	山小屋泊	テント泊	ア	イ	テ	ム	日帰り	山小屋泊	テント泊
ウェア	レインウェア (上下)	★	★	★	★	★	ギア	ヘッドランプ (予備電池含む)	★	★	★	携行品	保温ボトル	○	○	○				
	長袖シャツ	★	★	★	★	★		水筒またはハイドレーション	★	★	★		GPS・高度計	○	○	○				
	パンツ	★	★	★	★	○		クッカー・ストーブ・燃料	○	○	★		筆記用具	○	○	○				
	アンダーウェア	★	★	★	★	○		食器・カトラリー	○	○	★		カメラ	○	○	○				
	ソックス	★	★	★	★			テント			★		日焼け止め・リップクリーム	○	○	○				
	グローブ	★	★	★	★			スリーピングバッグ			★		ナイフ	○	○	○				
	帽子	★	★	★	★			スリーピングマット			★		緊急用品・その他	救急用品・常備薬	★	★	★			
	防寒着	★	★	★	★			スリーピングバッグカバー		○	○			健康保険証・身分証明書	★	★	★			
	着替え (ソックス・アンダーウェア)	○	★	★	★			インナーシート		○				携行食・非常食	★	★	★			
	サポートタイツ	○	○	○	○			アイゼン	○	○	○			予備電池・予備燃料	★	★	★			
スパッツ	○	○	○	○	携行品	サンダル		○	○	登山届 (事前提出)	★	★		★						
サングラス	○	○	○	○		コンパス	★	★	★	ツェルト・エマージェンシーシート	○	○		○						
ギア	トレッキングブーツ	★	★	★		★	地図&マップケース	★	★	★	酸素補給スプレー	○		○	○					
	バックパック	★	★	★		★	時計	★	★	★	携帯電話	○		○	○					
	バックカバー	★	★	★		★	タオル (手ぬぐい)	★	★	★	ダックテープ・細引き	○		○	○					
	ポール (ポイントプロテクター必須)	○	○	○		○	洗面用具	○	★	★	エマージェンシーコール	○		○	○					
	ヘルメット	○	○	○		○	ロールペーパー・携帯トイレキット	○	★	★	ラジオ	○	○	○						
★…必須 ○…状況に応じて用意						ガベッジバック (ゴミ袋)	★	★	★	モンベルクラブ・メンバーズカード	★	★	★							
						ライター・防水マッチ	○	○	★	岳人ピンバッチ	★	★	★							