

持ち物リスト

・必需品

	説明
野外での活動に適した服装	長袖、足首まで隠れる長ズボン、長めの靴下、帽子など
運動に適した靴	トレッキングシューズや底の滑りにくいスニーカー、濡れた場合の替えの靴等
着替え	天候や足元のコンディションにより汗をかいたり、雨露に濡れる場合あり
雨具	傘や合羽（上下セパレートタイプのものなど）、ポンチョ、長靴または濡れた場合の替えの靴
リュックサック	デイバックのような小さいものがあると便利
水筒またはペットボトル	キャンプ場の水道を利用可。こま目な水分補給をお願いします
レジャーシート	森で座ったり、寝転んだりする時に便利です
懐中電灯	
洗面具	
タオル	
保険証（コピーでも可）	コピーでも可
ご本人確認のできるもの	運転免許証など、初めての方

・必要に応じて

	説明
虫よけ	
日焼け止め	
お薬	
石鹸やシャンプー	
ドライヤー	
ポータブルの消毒液	
アルコール（飲み物）	必要な場合はご持参ください（少量にして頂くことをお勧めします）

【注意事項】

※特別な装備は必要ありません。温度変化への対応や濡れた場合の着替えなどは忘れずに用意して下さい。

※ポンチョ（簡易な雨具）、レジャーシート、ヘッドランプは貸し出しも可能です。

※体温調節をスムーズに行うために、脱ぎ着可能な服装を用意して下さい。

例えば、秋は東京の1ヶ月ほど先の季節の服装等、寒さへの備えをお願いします（機能性インナーや、ジャケット等）

※焚き火を行うことがあります。火に弱い素材はできるだけ避けて下さい。

※匂いの強い香水、ヒールの靴などはご遠慮ください。

※貴重品はご自身で管理をして頂きます。できるだけ持参しないようにお願いします。

※岩風呂（キャンプ場施設・古民家に隣接）には、石鹸やシャンプー、ドライヤー、タオル等の備え付けはありません。

※受付の際に、ご本人確認をさせて頂く場合があります。運転免許証等、本人確認のできるものをご持参下さい。

※標高約600～700メートルのエリアです。山の天気は読みづらく、朝晩や森の中は寒暖差が大きくなる場合があります。