



バックカントリー登山教室

冬山登山教室装備表

○基本装備 △任意装備(あれば便利) ▲装備はキャンプの場合必要です。

※装備品で、不明な点・わからない物があれば、リーダーまたは、スタッフに必ずご相談ください。

個 人 装 備 表			
雪山対応の登山靴	○	地図(昭文社 エアリアマップ 1/50000)	○
アイゼン(12本爪)	○	行動食(簡単な昼食日程分)	○
ピッケル 55cm～70cm	○	非常食(チョコ・ビスケット・ヨウカン・ブドウ糖など)	○
ストック 2本(伸縮タイプ)	○	ハーネスまたは簡易ハーネス	△
アウタージャケット(ゴアテックスなど)	○	細引き 6～8mm×10～20m	△
オーバーズボン(ソフトシェル・ゴアテックスなど)	○	スリング 120cm×2 + 60cm×2	△
ロングスパッツ(冬用)	○	カラビナ 2枚 + 環付 2枚	△
オーバークローブ(ゴアテックスなど)	○	ツェルト	○
インナーグローブ厚手(ウール・化繊)	○	カンジキ	○
インナーグローブ薄手(ウール・シルク・化繊)	○	スノーショベル	△
目出帽 バラクラバ	○	日焼け止めクリーム リップクリーム	△
登山用 タイツ薄手(化繊・ウール)	○	トイレトペーパー(水溶性)	○
アンダー長袖シャツ 2枚以上(化繊・ウール)	○	リュックサック(40L～70L)	○
ズボンまたはタイツ厚手(化繊・ウール)	○	山岳救助保険・ココヘリ	△
中間着・防寒着(フリース・羽毛など)	○	常備薬	○
ヘルメット(登山用)	○	時計	○
登山用靴下	○	マグカップ	○
ゴーグルまたはサングラス	○	備品 (ローソク・ナイフ・ライター・靴紐・テーピングテープ)	○
携帯・スマホ+予備バッテリー	○	GPS	△
水 500ml～1000ml	○	カメラ	△
保温性のある水筒 500ml～1000ml	○	着替え(ソックス・下着・シャツなど)	△
ヘッドランプ LED タイプ	○	シュラフ	▲
方位磁石・コンパス 寒冷地用	○	テントシューズ(ダウンソックス)	▲
雪崩ビーコン	△	エアマット	▲
プローブ	△	コッフェル・ストーブ・食器	△
スノーソー	△	テント	▲