

## 2025年度 無雪期登山個人装備リスト(岩登り、沢登りを含む)

	装備	備考	T1	T2	A
服装	ザック	30～50L程度、内側に防水の袋	30-40L	40-50L	30-40L
	登山靴	防水性、無雪期縦走用	○	○	○
	雨具	ゴアテックス等、防水透湿性素材、セパレート	○	○	○
	行動着(上下)	フリース、化繊等、吸湿速乾性素材(綿は不可)	○	○	○
	下着(上下)	化繊のTシャツ等、吸湿速乾性素材(綿は不可)	○	○	○
	靴下	化繊	○	○	○
	帽子	日除け帽、バンダナも可	○	○	○
	防寒着	ダウンジャケット長袖、フリースなど	○	○	○
登攀 装備	ヘルメット	クライミング用、サイズを調節できるもの(冬季にも使用する)		○	○
	ハーネス	レッグループのサイズが調節できるもの(冬季にも使用する)		○	○
	クライミングシューズ	最初の1足はアルパイン用、長時間履くことができるサイズ			○
	ロープ	ダブルロープ(8.2～9.0mm)、50m			○
	シュリング(60cm)			3本	5本
	長シュリング(120cm)			1本	2本
	ロープシュリング	フリクションヒッチ用、6mmのロープシュリング、3mで2本分		2本	2本
	カラビナ(ノーマルゲート)			3個	12個
	安全環付カラビナ	スクリュゲート、確保器用1個とセルフビレー用1個を含む		1個	3個
	アプミ、フィフィ	人工登攀などで使用する			○
	確保器	懸垂下降でも使う			○
	手袋	確保用		軍手	革手袋
沢登り用の靴	地下足袋と草鞋でも可			○	
生活 用品	シュラフ	ダウン(夏用または3シーズン用)			○
	シュラフカバー	ゴアテックス		○	○
	マット	エアーマット(半身サイズ)、厚手マット(半身サイズ)		○	○
	銀マット	幅50cm(幅1mの銀マットを縦半分に切る)			○
	食器・箸		○	○	○
	ガスヘッド			○	○
	ガスカートリッジ			○	○
	ポリタンク	1.0ℓ×2個、プラティバスでも可	○	○	○
	ナイフ		○	○	○
	ライター		○	○	○
	個装袋	30～40L程度	○	○	○
その他	ヘッドランプ	予備電池 1set(非常用セットとは別)	○	○	○
	コンパス	プレート付き、使用可能最低温度-40℃のもの(冬季も使用)	○	○	○
	地図・ルート図	2万5千分の1地図、登山地図	○	○	○
	サングラス		△	○	○
	日焼け止め	リップクリーム含む	○	○	○
	ツェルト	ビバーク用	△	○	○
	非常用セット	メタ(メタ台)、マッチ、ライター、レスキューシート、予備電池、非常食	○	○	○
	緊急連絡カード	山スクールで渡す	○	○	○
	テーピングテープ		○	○	○
	常備薬、簡易救急セット		○	○	○
	健康保険証	コピー不可	○	○	○
	山行計画書		○	○	○
	筆記用具		○	○	○
	時計		○	○	○
	携帯電話	予備バッテリーを含む	○	○	○
	カメラ		△	△	△

入校時に説明いたしますので、事前に購入する必要はありません。

※登攀装備はパーソナル委員会の例会でも使用するので、持っておいたほうが良い。