

## 【夏の山の装備】



### 【登山靴】

必ず防水性がある全天候型トレッキングブーツ・ミドル・ショートであっても**ゲイター**と合わせることで侵入物を避けられる。



### 【グローブ】

日焼けやケガから手を守ります。雨天の場合は防水グローブも準備しましょう。

### 【リュック】

荷物の量に応じたサイズの物をご用意ください

### 【雨具兼アウター】

防水性もあって軽量・快適な超軽量レインウェアがおすすめ。必ずアウターとパンツの上下でそろえましょう！

### 【シャツ(インナー)】

肌の露出が少ない保湿性速乾性のある化繊の長袖・ジップアップがおすすめ。防風・防寒対策を忘れずに！



### 【トレッキングポール】

あると便利！好みに応じて



### 【防寒用帽子】

日差しを遮るものがない稜線、強い紫外線から守ります。

### 【サングラス】

登山では、強い紫外線を浴びるのでサングラスの着用を！



### 【ゲイターまたはスパッツ】

水・泥・砂・小石の進入や冷え予防のためにご用意ください  
雪は想定しないのでショートタイプでOK！