

小豆島の心を巡る旅、島の恵みと自然に包まれる3日間
《持ち物リスト参考例》

持 ち 物	備 考
帽 子・サングラス	日よけ対策のために帽子やサングラス。日焼け止めなどもお持ちください。
手 袋	ウールまたはフリース製など防寒用に。
登山靴 (トレッキングシューズ)	ゴアテックスなど防水性がある素材でくるぶしまで覆うタイプの登山靴(推奨)または履きなれたハイキングシューズ。
靴 下	吸汗速乾性素材の化繊のもの。綿製品は濡れると冷えるため不可。 クライミング用に薄手の靴下もお持ちください。
下着類	吸汗速乾性素材の化繊のもの。綿製品は濡れると冷えるため不可。
ボトムス	登山用などで濡れても乾きの早い吸汗速乾性素材のもの。 クライミング時は、ストレッチ素材など、足が上げやすく動きやすいものがあると良い。
長袖/半袖シャツ	化繊またはウールで、吸汗速乾性があるもの。 クライミング時では、ストレッチ素材など、腕を上げやすく動きやすいものがあると良い。
防寒着	フリース、ダウンジャケットなど。朝夕の肌寒い時間帯に防寒用として着用。休憩時など、寒いときに羽織れるものを必ずお持ちください。
登山用バック	日帰り用のバックパック。容量 20 リットル程度。雨天時に備えてザックカバーもあると良い。
雨 具	上下セパレート型。ゴアテックス等防水透湿性のある素材のもの。 折り畳みのコンパクトな傘もあると便利です。
スタッフバックまたは 中型バック	不要な荷物は宿または専用車に置いておくことが可能です。
水 筒と テルモス(魔法瓶)	水筒とテルモス(魔法瓶)の併用が望ましい。1~1.5 リットル程度のもの。
タオル	汗拭き用。
日焼け止め	日焼け止めクリーム、リップクリームなど必要に応じてお持ち下さい。
ヘッドランプ	ハイキング中など常に携帯して下さい。予備電池も忘れずに。
個人用医薬品	持病薬、風邪薬、胃腸薬、鎮痛剤、カットバンなど。
トイレトペーパー	念のため水溶性のトイレトペーパーをご用意ください。(トイレのない場所で用を済ませるときは使用済みのトイレトペーパーはビニール袋等に入れて持ち帰りましょう)。
健康保険証	万が一のために。コピー不可。
ビニール袋	ゴミや濡れものの持ち帰りに。大・小数枚。

【小豆島の気候(3月)】

小豆島は瀬戸内式気候に属します。日中は 15 度を超えることもありますが、最低気温は 0℃近くになることもあります。3月の平均気温は 9℃程度です。寒暖の差に注意が必要で市特に登山、クライミングの際は防寒対策をおこなうようにお願いします。

【クライミングのレンタル(無料)】

ご希望のサイズをアルパインツアーへお申し込みください。

■クライミングシューズ(13 cm~30 cm)

サイズは 0.5cm 刻みとなります。

※薄手の靴下をご用意ください。

※以上の装備は、必要最小限と思われるものです。旅を快適にお過ごしいただけますよう、必要と思われるものを各自ご持参ください。

※宿は、お部屋に浴衣・バスタオル・フェイスタオル・歯ブラシ、浴場にドライヤー・くし・綿棒などの基本的なアメニティはございますが、必要に応じて宿泊に必要なものをご持参ください。

※荷物はスタッフバッグ(ナイロン製の袋)やビニール袋等に入れるなどしっかりと防水をしてください。

※余裕を持ってアクティビティを楽しむために無駄な荷物は極力省き、軽量化の工夫をしましょう。

アルパインツアーサービス株式会社