

一泊キャンプの装備のヒント(春と秋)

衣料関係装備

分類	名称	数量	内容
衣類	アウター	1	パーカとかウインドブレーカーとか言うヤツです。行動用時には、防風防水の機能をもったものの上下がほしいですね。透湿素材のレインスーツでもOKです。
	制服の下(中間着)	1	制服そのものが中間着なのですが、ここではその下に着るものとしませす。ポイントは保温と汗の放出性を考えましよう。寒い時は薄手のウールか化繊のTシャツ、暖かい時は厚手の綿のTシャツがいいでしょう。
	下着	2	汗を放出し体温を保つためのものです。保温・吸湿・速乾性の高い化繊のものがベスト。寒い季節には「綿」は極力やめましよう。水分が残って冷えの原因になります。
	靴下	3	ウールまたは混紡の薄めの靴下を用意ましよう。ただし、靴が窮屈にならない程度で。冬場は足が圧迫されて血行が悪くなると、ますます寒く感じまますから。また、靴下は寝る前に乾いたものと替えましよう。意外と足は汗をかいています。それが冷えの原因とならまますから。ハイキング等たくさん歩行をしない場合は、綿の靴下でもいいかもしれまません。
	団らん着	1	テント内で着る寝間着(学校ジャージ、スウェット等)があると快適です。寝る前には乾燥した肌着に替えると暖かく寝られまます。
	雨具	1	「レインスーツ」(上下セパレートの雨具)を基本としまます。素材はいろいろありますが、防水透湿性のものがお勧めです。外からでなく、中からの汗で濡れてままいます。ポンチョは、雨天時の軽作業用と考えてください。
	着替え	1	1泊キャンプの時は基本的に1セットでいいと思いまます。しかし、夏で汗をかいたり、雨で濡れたり予想されるときは多めに持参まます。

活動関係装備

分類	名称	数量	内容
身の回りのもの	作業帽	1	作業帽は必需品です。特につばのついたキャップは雨の時に役立ちまます。寒い時は、ウールまたはフリースのワッチキャップもいいでしょう。
	靴	1	普通の運動靴でいいと思いまます。
	手袋	1	作業用の革手袋(ホームセンターで1000円位)をお勧めまます。軍手でもかまいませんが細かい作業には不向きです。

分類	名称	数量	内容
身の回りのもの	ウェストバッグ	1	細かい携行品を入れて持ち歩くのに便利です。夜は手回り品を入れて枕元においておくと、夜のトイレ外出にも重宝します。着替える度にポケットからモノを移さなくてもいいしね。ポケットの付いたエプロンで代用する場合があります。
	折り畳み椅子	1	あると便利なグッズです。大きなものでなく、移動することを考えて軽量でコンパクトのもの揃えましょう。ただし、使い勝手と大きさは反比例しますので、座り心地も考慮して。
小物	ビニール袋	適量	基本的に濡らしたくないものを入れておきます。大きめと小さめがあると便利です。他にもいろいろと使えるますので重宝します。
	懐中電灯	1	当然防水タイプで小型のものを(単3電池2~3本ぐらい)。ヘッドランプもいいですね。替電池はアルカリ電池を用意しましょう。最近では、LEDタイプもあります(電池が長持ち)。ただし、光の照らし方が異なります。従来のは、スポットライトのように1点を明るくするのに対し、LEDはあたりがぼわっとした感じで照らされます。どちらがいいとは言い切れません。
	細引きロープ	1	2~3mのもの。干し物用に使用(ついでに洗濯ばさみも5-6個)したりテントの防風対策に使います。
	トイレ用ペーパー	1	トイレ用だけでなく食器拭きにも使います。食器洗いの手間軽減、水の節約にもつながります。1人1本持参しましょう。
	食器	1式	器2、皿1、カップ1が最低必要。武器1式 箸も忘れずに(武器と言うのはスプーンセットのことです)。
	折り畳みナイフ	1	キャンプでは、何かと使います。紐をつけて首から下げて、胸ポケットにしまっておこう。
	腕時計	1	必需品です。班のスケジュール・行動を管理するためにも、各自で時間の管理をしっかりしましょう。
	コンパス	1	ハイク常備携行品です。いつ必要になるかわからないので、ザックのポケットに入れておきましょう。
	うちわ	1	キャンプ常備携行品ですよ。暑さ用ではなく、火熾し用です。
	マッチライター	1	これもキャンプ必需品です。この機会に自作の防水マッチをつくってみよう。
	ホイッスル	1	非常時・緊急時の連絡用に使用します。

分類	名称	数量	内容
小物	水筒	1	500cc程度のモノが使いやすいですね。ペットボトルでも可です。もし湯たんぼとして使用するなら金属製もしくは、ホット用のペットボトルを使いましょう。
	新聞紙	1日分	主に焚き付け用です。防寒用や暇つぶし、ゲームにも使えます。また、吸湿性が高いので、テントの隅にくしゃくしゃにしておいて置くと、テント内の結露を吸ってくれます。
	タオル	2	普通のタオルとバスタオルを用意します。荷物が多くなったら、普通のタオル2枚にします。
	アメニティグッズ	1	洗面用具その他、必要に応じて用意します。
	個人用救急用品	1	活動の際の常備携行品。最低限バンドエイド、持薬は持参してください。
寝具	寝袋	1	夏用では寒いですよ。3シーズン寝袋用が必要です。それでも寒い時は「3シーズン寝袋+毛布」にします。
	マット	1	俗に言う銀マットでOKです。厚めのものもいいね。リッジレストとかサーマルレストとか言う、もっと高性能のものもありますが、高価です。

その他あったらいいなぁ…の装備

分類	名称	数量	内容
居住関係	段ボール	1	これが意外に優れものなんです。断熱材としても地面の凸凹緩和材としても使え、燃料にも、運搬箱にもなる。
	S字フック	1	テントに懐中電灯などをかけるのに使います。小さめのがひとつあると便利だよ。
その他	ふきん雑巾	1	意外と忘れがち。
	ノートペン	各1	各自行動記録を残そう。
	ホッカイロ	-	寒いときはいいかもね。
	進歩・参考書籍	-	進歩手帳、スカウトハンドブック、ロープ結び、スカウト歌集、など
	その他必要なもの	-	各自キャンプを重ねて、自分なりの装備品リストを作ってみよう。

収納するのは3wayバックやアタックザック等(45リットル程度の容量)がいいですね。それに1つにまとめよう。最近ではザックの他にいろいろと袋等に入れてキャンプに来るけれど、大原則は1つのザックに全てを詰めることです。背負って4キロ以上歩けることが求められますので、詰めすぎはよくありません。最大でも体重の1/3の重さまでとしましょう。