

キャンプ持ち物チェックリスト

基本装備【必須】

- ☐ テント(ペグ・ロープ・収納袋付き)
- ☐ グランドシート or インナーマット(地面の冷え防止)
- ☐ 寝袋(人数分)
- ☐ マット or コット(寝心地UP)
- ☐ ランタン(メイン用+予備電池)
- ☐ タープ／サンシェード(雨・日よけ対策)
- ☐ ハンマー(ペグ打ち用)
- ☐ テントの説明書(初設営に)

調理・食事【必要度:★★★★】

- ☐ シングルバーナー or 焚き火台(熱源)
- ☐ ガス缶(CB缶 or OD缶)
- ☐ 調理器具(フライパン・鍋など必要なもの)
- ☐ 食器セット／カトラリー(家族分)
- ☐ クーラーボックス+保冷剤(食材保冷)
- ☐ 食材・飲料水
- ☐ 調味料(塩・醤油など基本的なもの)
- ☐ 洗い物セット(スポンジ・洗剤・たらい)
- ☐ キッチンペーパー／ふきん類

衣類・防寒【季節&天気で調整】

- ☐ 防寒着(春・秋・夜間対策:フリース・ダウンなど)
- ☐ 着替え(インナー・靴下・予備も)
- ☐ 雨具(レインウェア・ポンチョ)
- ☐ サンドル or 替え靴(濡れ対策)
- ☐ 帽子(熱中症・日焼け防止)
- ☐ 日焼け止め

衛生・生活用品【快適に過ごすために】

- ☐ タオル／ウェットティッシュ(多め)
- ☐ 歯ブラシ／洗面用具セット
- ☐ ゴミ袋(分別用に複数)
- ☐ 虫除けスプレー・蚊取り線香
- ☐ 絆創膏・常備薬(持病がある場合も)
- ☐ ティッシュ・トイレトペーパー
- ☐ 手指消毒液

子連れファミリー専用【あると安心】

- ☐ おむつ・おしりふき

- ☐ おもちゃ／遊び道具(屋内用も)
- ☐ 離乳食・子ども用食器
- ☐ 子どもの着替え(多めに)
- ☐ 絵本・ぬりえ・カードゲームなど

その他(＋あれば便利)

- ☐ 懐中電灯／ヘッドライト(夜間移動用)
- ☐ モバイルバッテリー(充電対策)
- ☐ レジャーシート
- ☐ ガムテープ／ロープ(緊急時にも)
- ☐ 忘れがちな小物(軍手・火ばさみ・栓抜きなど)
- ☐ 椅子・テーブル(団らん用)
- ☐ ライター／チャッカマン(点火用)
- ☐ 電池(ランタン・ライト用)
- ☐ 時計／温度計(スマホに頼らない情報)