

《 行 事 の お 知 ら せ 》



No 531
2024年9月号
我孫子
登山倶楽部

月 日	行 事	場 所	時 間
9月21日	9月運営委員会	天王台北近隣 Cen.	15:00~17:00
9月21日	9月定例会	天王台北近隣 Cen.	18:00~20:00
10月3日	10月運営・リーダー会議	天王台北近隣 Cen.	18:00~20:00
10月19日	10月定例会	我孫子南近隣 Cen.	15:00~17:00
11月7日	11月運営・リーダー会議	天王台北近隣 Cen.	18:00~20:00
11月23日	11月定例会	天王台北近隣 Cen.	15:00~17:00

9 月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

10 月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

11 月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

【山行企画】

月 日	山 名	リーダー	G	形 式	備 考
10月5日	伊豆ヶ岳	河合八重子	B1	日帰り	
10月12日	赤城・黒檜山～駒ヶ岳	三輪 達雄	B2	日帰り	体験登山
10月20日	滝子山	徳永榮一	C2	日帰り	
11月5日	六郎地山北峰～六郎地山	久保 貞雄	A2	日帰り	
11月9日	百蔵山	山田 京子	B1	日帰り	体験登山
11月14日	さきたま古墳群と忍城を歩く	山口 登	***	日帰り	例会企画
【山行の申し込みは定例会で。定例会不参加の場合は、リーダーに直接申込ください。】					

※総会資料に掲載された今月の山行計画が、この山行計画表に掲載されていない場合は中止とします。

該当に○		○			
例会	○	山行企画		山行報告	
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと用)	
山名フリガナ		イヅガタケ			
山名(標高)		伊豆ヶ岳 (851m)			
目的	急な登下降を交えたコースを歩く				
山城	奥武蔵	地形図 1/25,000	飯能	G	B1
日時(西暦)	2024年10月5日(土)		天候	雨天中止	L 河合八
集合	各駅改札内乗車 10分前	形態	日帰り	交通手段	電車
コース	湖北駅(5:19)=我孫子駅(5:26)/天王台駅(5:38)=我孫子駅(5:42)=日暮里(6:12/6:20)=池袋(6:32/6:45)=飯能(7:41/7:54)=正丸駅(8:26/8:45)～(25)～馬頭観音堂～(75)～伊豆ヶ岳～(20)～古御岳～(30)～高畑山～(40)～天目指峠～(50)～子ノ権現～(60)～西吾野駅(16:01, 16:33)=飯能=池袋=日暮里=我孫子駅=天王台駅、湖北駅				
コース出典(参考文献)	昭文社 山と高原地図 2024年版 日帰り山あるきベスト130				
歩行時間	5時間		標高差:登り 551m 下り 607m		
装備	昼食、行動食、水(スポーツ飲料含む)、常備薬、雨具、防寒着、帽子、手袋、ヘッドライト、ストック等				
費用	2,813円(行き 1,428円・帰り 1,385円)+企画費				
メモ	<ul style="list-style-type: none"> ・天王台駅、我孫子駅から乗車の方は、7両目前方をお願いします。 ・湖北駅から乗車の方は、5:19発の電車に乗車後、我孫子駅で下車して頂き、我孫子駅5:42発7両目前方に乗車して下さい。 ・「伊豆ヶ岳胸突き八丁休んでいけ岩」の看板辺りから、伊豆ヶ岳名物の急登が始まるので、ゆっくり着実に登って行こうと思います。 ・伊豆ヶ岳頂上の西側から、武甲山や武川岳が見えます。 ・子ノ権現では、一足2トンともいわれる鉄の草鞋や天然記念物の二本杉が観える。 				
参加者	計名				
説明(迷い道、道標等今後の参考にしたいこと)					

該当に○	○			
例会	○	山行企画		山行報告
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと用)
山名フリガナ	アカギ・クロヒヤマ～コマガタケ			
山名(標高)	赤城・黒檜山 (1828m) ～駒ヶ岳 (1685m)			
目的	赤城山の紅葉(体験登山)			
山域	上州 赤城山	地形図 1/25,000	赤城山	G B2
日時(西暦)	2024年10月12日(土)	天候	雨天中止	L 三輪
集合	我孫子駅内 05:35	形態	日帰り	交通手段 電車
コース	<p>我孫子駅(05:42)=上野(06:15/06:25)=高崎(08:15/08:18)=前橋駅(08:33/08:45)=あかぎ広場(09:50/10:00)～(20)～黒檜山登山口～(90)～駒ヶ岳分岐～(15)～黒檜山～(15)～駒ヶ岳分岐～(45)～駒ヶ岳～(15)～分岐～(30)～駒ヶ岳登山口～(10)～赤城山ビジターセンター=前橋駅=上野駅=我孫子駅</p> <p>赤城山ビジターセンター発：15:15(富士見温泉行)、16:40、17:17</p>			
コース出典(参照文献)	山と高原地図 2021、YAMAP			
歩行時間	4時間		標高差:560m	
装備	日帰り一般装備、防寒着、昼食1回、非常食			
費用	約8000円(JR4,620円+バス3,500円)+企画費			
メモ	<p>山頂からの360度の展望が紅葉しているかも。 JRの料金は、「休日おでかけパス」2,720円+神保原-前橋往復836円を事前に購入するか、「大人の休日倶楽部」で3,230円になります。 バスではスイカが使えるが、往復で3500円掛かるので、4000円の残高を確認すること。 帰りの時間が20:00以降になる予定です。</p>			
参加者	計名			
説明(迷い路、道標等今後の参考にしたいこと)				

該当に○		○			
例会	○	山行企画		山行報告	
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと用)	
山名フリガナ		タキゴヤマ			
山名(標高)		滝子山(1,610m)			
目的	富士山の展望				
山域	大菩薩連嶺	地形図 1/25,000	笹子	G	C2
日時(西暦)	2024年10月20日(日)		天候	雨天中止	L 徳永
集合	我孫子駅改札 4:45	形態	日帰り	交通手段	JR
コース	我孫子駅(4:51)=日暮里駅(5:21/5:23)=東京駅(5:35/5:44)=高尾駅(6:51/7:06)=笹子駅(7:57)～(20)～中央道～(50)～道証地蔵～(60)～曲り沢峠分岐～(90)～滝子山～(40)～檜平～(40)～平栗沢分岐～(50)～藤沢子神社～(20)～初狩駅=新宿駅=我孫子駅 初狩駅上り 16:54/17:48				
コース出典(参照文献)	山と高原地図 24 大菩薩連嶺				
歩行時間	6時間10分		標高差 1,010m		
装備	日帰り登山一般、雨具、防寒具、ヘッドランプ、帽子、手袋、ストック、日焼け止め、昼食、行動食等				
費用	約¥3,160- (休日お出かけパス使用、大月以遠は乗り越し) +企画費				
メモ	*大菩薩連嶺南端の山で富士山の展望が抜群です。 *曲峠分岐から先のルートはガイドマップでは“崩落あり、注意”と有りますが、実際はそんなに危険な所は無く、連続する滝が素晴らしいとネットには有るので、こちらで計画しました。 *山行実施前に改めて問題無いか現地に確認、必要なら曲り峠経由の迂回路を行います。(+20分) *成田線利用の方は必要であれば車で迎えに行きます。				
参加者	計名				
説明(迷い路、道標等今後の参考にしたいこと)					

該当に○		○			
例会	○	山行企画		山行報告	
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと用)	
山名フリガナ		ロクロウジヤマホッポウ		ロクロウジヤマ	
山名(標高)		六郎地山北峰(1,101m)～六郎地山(1,097m)			
目的	前日光の超地味山				
山域	前日光	地形図 1/25,000	日光南部	G	A2
日時(西暦)	2024年11月5日(火)		天候	11月8日	L 久保
集合	4時30分頃自宅周辺	形態	日帰り	交通手段	車
コース	自宅周辺(4:30)=294号線=日光有料道路=清滝=滝が原峠=三ノ宿山・六郎地山稜線鞍部駐車場(8:00)～(120)～六郎路地北峰～(30)～六郎地山～(30)～六郎地山北峰～(100)～駐車場=我孫子				
コース出典(参照文献)	ヤママップ				
歩行時間	約4.5時間		標高差:約190mアップダウン多い		
装備	秋山装備一式				
費用	約6,000円(人数次第) +企画費				
メモ	<ul style="list-style-type: none"> ・日光南部の超地味山 ・アプローチは清滝の湯から滝が原峠経由、東大足川上流の日光沢に下る林道が三ノ宿山～六郎地山の稜線とクロスする鞍部から取付き予定。 ・駐車場からアップダウンが多く露岩が多い稜線をピストン、稜線上には踏み跡あり。 ・歩行時間はあくまで参考。 				
参加者	計名				
説明(迷い路、道標等今後の参考にしたいこと)					

該当に○		○			
例会	○	山行企画		山行報告	
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと用)	
山名フリガナ		モモクラヤマ			
山名(標高)		百蔵山(1,003m)			
目的	体験登山				
山城	中央線沿線	地形図 1/25,000	大月市	G	B1
日時(西暦)	2024年11月9日(土)		天候	雨天順延	L 山田
集合	各駅改札内乗車 10 分前	形態	日帰り	交通手段	JR
コース	天王台駅(5:57)=我孫子駅(6:00)=日暮里(6:31/6:36)=神田(6:46/7:08)=高尾(8:05/8:09)=猿橋駅(8:42/9:00)~(30)~百蔵山登山口~(20)~浄水場~(80)~百蔵山・昼食~(10)~猿橋分岐~(60)~百蔵山登山口~(25)~猿橋駅=高尾=新宿=我孫子駅				
コース出典(参照文献)		山と高原地図「高尾・陣馬」2022			
歩行時間	3時間45分		標高差:683m(猿橋駅~)		
装備	昼食、行動食、水(スポーツ飲料を含む)、雨具、防寒着、帽子、手袋、ストック、ヘッドライト、常備薬等				
費用	3,960円(休日おでかけパス利用は2,720円)+企画費				
メモ	1)今年最後の体験登山です。 2)百蔵山山頂から富士山が美しく見える「秀麗富嶽十二景」に選ばれている山です。 3)初心者向けの山です。				
参加者	計名				
説明(迷い路、道標等今後の参考にしたこと)					

該当に○		○			
例会	○	例会企画		例会企画報告	
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと用)	
山名フリガナ		コフングン～オシジョウ			
山名(標高)		さきたま古墳群と忍城を歩く			
目的	さきたま古墳群と行田市の史跡巡りウォーキング				
山域	行田市	地形図 1/25,000	—	G	-----
日時(西暦)	2024年11月14日(木)	天候	雨天中止	L	山口
集合	我孫子駅6時45分下り	形態	日帰り	交通手段	電車
コース	<p><集合場所は4番線ホーム(成田線直通増結車両11号車乗り場付近)></p> <p>我孫子駅(6:54)=上野駅(7:28/7:49)=北鴻巣駅(8:44/8:55)～(90)～さきたま緑道歩き～史跡の博物館・さきたま古墳群(11:00/13:45)～忍城巡り～足袋蔵巡り～行田市駅(15:56)=羽生(16:09/16:28)=久喜(16:47/16:53)=北千住(17:38/17:49)=我孫子駅(18:11)</p>				
コース出典(参考文献)	行田市ホームページ				
歩行時間	3時間30分			標高差	
装備	日帰りウォーキング・昼食・飲み物・行動食				
費用	約3,400円(含む入館料)+通信費				
メモ	<p>1) 北鴻巣駅から「さきたま緑道」(武蔵水路に沿った4.5kの歩行者専用の遊歩道)を「さきたま古墳公園」に向かいます。</p> <p>2) 「さきたま古墳群」は埼玉県名発祥の地、行田市にあり5世紀末から7世紀初期頃に造られた9基の大型古墳群が群集している。先ず史跡の博物館を見学し予備知識を得てからそれぞれの古墳を巡る予定。</p> <p>3) 行田は忍城の城下町として発展、江戸時代から昭和30年代にかけては足袋作りが盛んな商業の町であった。忍城見学と足袋蔵など市内の史跡巡りを予定。</p> <p>(忍城は映画「のぼうの城」、足袋はTVドラマ「陸王」で有名)</p>				
参加者					計名
説明(迷い路、道標等今後の参考にしたいこと)					

該当に○				○	
例 会	○	山行企画		山行報告	
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと用)	
山名フリガナ		キシコマガタケ～ホウケンダケ			
山 名(標高)		木曾駒ヶ岳(2956.1m)～宝剣岳(2931m)			
目 的	体験テント山行				
山 域	中央アルプス	地形図 1/25,000	木曾駒ヶ岳	G	A1
日時(西暦)	2024年8月23日(金)～24日(土)		天 候	23:晴/曇り 24:晴/曇り	L 山田
集 合	各家迎え	形態	テント泊	交通手段	自家用車
コース	8/23 我孫子(4:50)=柏 IC=高井戸=談合坂 SA=駒ヶ根 IC=菅の台バスセンター(10:00/10:15)=しらび平ロープウェイ(11:00/11:19)=千畳敷(11:20/12:00 昼食)～八丁坂分岐(12:25/12:30)～八丁坂途中(12:50/13:20)～千畳敷(14:00/14:20)=しらび平ロープウェイ(14:30/14:50)=菅の台バスセンター(15:30/15:45)=駒ヶ根キャンプセンター泊 8/24 駒ヶ根キャンプセンター(8:00)=駒ヶ根 IC=談合坂 SA=柏 IC=我孫子				
コース出典(参照文献)	山と高原地図「木曾駒ヶ岳・空木岳」2016				
歩行時間	8/23=1時間25分			標高差:約140m	
装 備	共同:テント、マット、コッヘル、バーナー、ガス、食料 個人:シュラフ、マット、食器、防寒着、ライト、ヘルメット等				
費 用	約16,000円(車台、ガソリン代、高速代、駐車料、バス、ロープウェイ、キャンプ場、食料等むかえ)+企画費				
メ モ	1)新人の一人が八丁坂途中(2,800m近く)、高山病らしい症状(胸が苦しい、頭痛、顔色が悪い等)が出てきた。休憩をしても回復しないため登山を中止して下山した。しらび平ロープウェイまで下山すると症状が消えた。 2)駒ヶ根キャンプセンターでテント泊講習をした。 3)今後、テント泊は事前講習をしてから実施するようにしたい。				
参加者	L山田京子、写真中村晴美、会計小峰一嘉子				計3名
説明(迷い路、道標等今後の参考にしたいこと)					

該当に○				○	
例会	○	山行企画		山行報告	
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと・山孫子兼用)	
山名(フリガナ)		カヤガタケ			
山名(標高)		茅ヶ岳(1704m)			
目的	深田久弥終焉の地を訪ねて				
山域	山梨県韮崎市	地形図 1/25,000	韮崎	G	A1
日時(西暦)	2024年9月7日(土)		天候	晴れ	
日時(西暦)	2024年9月7日(土)		天候	晴れ	
集合	我孫子駅改札 5:45	形態	日帰り	交通手段	JR. 路線バス
コースタイム	成田線の方 湖北駅 5:19=我孫子駅 5:26 我孫子駅 5:53=日暮里(6:23/6:26)=新宿(6:47/7:00 あずさ1号)=韮崎駅 (8:36/8:51 山梨峡北交通バス)=深田記念公園(9:15/9:30)~(160)~茅ヶ岳 (12:00/13:30)~(尾根コース 135)~深田記念公園 15:45/16:15=韮崎 駅 16:30/16:53=新宿=我孫子駅 19:50				
コース出典参考文献	山と高原地図 No26 2014(金峰山・甲武信岳)				
歩行時間	歩行時間:4時間 55分		標高差:764m		
装備	夏季山行一般装備 食事=昼食 1食分 水分余裕目に持参!!				
費用	11,720円 (JR9,320+バス1,200+企画費200円) JRは大人の休日倶楽部メンバーは7,924円				
メモ	<ul style="list-style-type: none"> ・日本百名山の著者深田久弥の終焉の山として一躍有名になった山なので路線バスは立席になった。駐車場もほぼ満車だった。 ・深田久弥氏終焉の地の石柱の碑は思ったより小さかった。 ・山頂は小広く平らかで展望には恵まれているが、周囲の山は雲が湧き、富士山は雲の上に頭が少し、八ヶ岳の山頂は雲の中で、期待した眺望はイマイチだった。 ・登山道は登り降りともに湿地が多く、靴底に土が付着して滑り、注意して歩いていたが、尾根道の下りでは滑って尻もち着いたり、転んだりして苦労したがケガすることはない良かった。 				
参加者 (企画書不要)	L 坂本久、SL 中村信江、写真 濱口治雄、大村ふさ子、須藤香、赤津安澄				計 6 名
説明(迷い道、道標等今後の参考にしたいこと) 下りは尾根道を選択したのは正解。(地元の人が居て教えてもらった。)					

2024年9月5日

写真展への出展写真提供のお願い

写真展担当：松浦、中村(信)、中易(康)

2024年度の写真展は、11月19日(準備)、11月20日～11月27日にアビックオーレ(イトーヨーカドー我孫子南口店)1階エントランス左側で開催を予定しています。

写真展には、多くの会員の皆様から9月30日迄に出展写真(全体で50枚)の提供をお願いします。(3～4枚/人を目標)

出展写真とその明細書は新グーグルドライブ(**共有アイテム→山行報告用フォルダ→2024年度写真展→出展写真/出展写真明細表**)に登録いただくか、松浦宛にメール添付で送付下さい。各出展写真のファイル名、題名、撮影場所、撮影年月は、グーグルドライブにある出展写真明細表様式を利用させていただき、以下の表を利用して写真と関連付けて下さい。(様式を自分のPCにダウンロードし、**写真のファイル名を“自分の名字と写真番号 写真タイトル”**とし、その**ファイル名と写真明細表のファイル名を関連付けてアップロード**して下さい。(既に松浦が登録してありますから参照下さい)

出典写真は出展者に返却を予定しています。返却が不要な方はその旨をお知らせ下さい。

出展写真明細表

氏名	氏名：			
	①	②	③	④
ファイル名				
題名				
撮影場所				
撮影年月				

以上

2024年 9月 運営リーダー会議 議事録

(敬称略)記録係(会務)

開催日	2024.9.5(木) 18:00～20:00	場 所	天王台北近隣センター
出席者	運営リーダー委員: 9名		議事録担当: ー
出席者名	三輪、久保、西野、徳永、山田、中村(信)、中易、松浦、山口 議事録担当:三輪		
No	議 題	結 果	
1	山行企画の審議	例会山行:3件、例会企画:1件 審議承認。	
2	山行実施チェック	実施:0件。(中止:3件、一部実施1件)	
3	行事確認	10月定例会(10/19) 我孫子南近隣センター 15時～ (令和7年2月までは定例会開始時間は15時～)	
4	議題	1)新人教育山行 ・テント山行 参加者:3名 ・ビバーク山行 参加予定者:6名(新入会員3名) 2)秋の体験山行 10/12(土)赤城・黒檜山～駒ヶ岳(ポスター掲示8/16-9/16)「あしあと」8月号と9月号に掲載、募集 現時点 体験者3名、湖北山の会?名 11/9(土)百蔵山 (ポスター掲示9/16-10/16) 広報あびこ9/16掲載、募集締め切り10/16 「あしあと」8月号と9月号に掲載、募集 3)今後の講習について 10/19 和室で筋肉トレーニング 11/23 会議室で講師によるストレッチ講習会	
5	その他	写真展について 募集文書を「あしあと」9月号に再提示。一人4枚を提出してもらわなければならないかも。 装備品リストを作成、「あしあと」に掲載し、例会で説明 遭難対策費の定期貯金は解約し、普通預金に。金時山の費用は一般会計から出費済。年度末に会計処理をする。	

以上

必ず読んでから作成してください!!ご協力お願いします。



【各種報告書等の提出について】

2023年4月 運営委員会決定

文書名	用途	提出先	提出期限
山行企画書、 例会企画書 (リーダー会審査・ あしあと兼用)	リーダー会審査用	坂本 久 松浦 薫	運営委員会の1週間前
	「あしあと」用	坂本 久	運営委員会で指定
	但し、「あしあと」用は運営委員会で変更なければ提出不要		
山行報告書 例会企画報告書	H/P用 (写真も送る)	松浦、金子 中村、新井	山行実行後 1週間
	「あしあと」用	坂本 久	山行実行後 1週間
ホームページ	写真の枚数 日帰り=9枚 1泊2日=12枚 1日増加毎=+3枚	松浦 薫 金子 良一 中村 信江 新井 直之	山行実行後 1週間
山行報告書と写真の提出は Google Drive 使用して、提出先にアップロード済みメール連絡			
山行計画書 例会企画計画書	参加者と本部届用	参 加 者 会長・リーダー会長	山行の前日まで

《作成要項》

- ① 山行企画、例会企画・山行報告書、例会報告書は**統一書式**を使用下さい。下記⑤
- ② Word でフォントはMS明朝、サイズは10.5、(山名のみ12太字です)年号は西暦。コース時間等の記述は、半角でお願いします⇒(9,=,0)
- ③ タイトルの**山名フリガナ**は、**山名のみ**でフリガナのサイズは**(9)**で別枠にして入力ください。山行報告の**参加者**は**フルネーム**です。(集計の為必要です。)
- ④ 天候の欄は、「雨天中止」or「変更後山行日」を入力する。
- ⑤ 山行企画、例会企画・山行報告、例会企画報告の**見本**は、ホームページ「会員の広場」の「あしあと」写真をクリックして、「山行企画・報告兼用の統一書式」2020.2.22例会で連絡の変更版をダウンロードして使用。フォーマットや文字を変更しないで下さい。例会企画は変更して使用する。
- ⑥ 2020.2.22 例会で新設した山行計画書兼登山届もご利用ください。

『あしあと』No531 2024年9月号

発行: 我孫子登山倶楽部

代表: 〒270-1164 我孫子市寿 2-9-20-208

可児 慎一

編集: 坂本 久

原稿作成・メール配信は 坂本 久

緊急時対応備品リストに関して

リーダー委員会 山田/徳永

4月の体験登山金時山の山行で参加者が転んでケガをされるという事故がありました。その時は会員が持参した救急セットで手当ををし救急隊員からも適切な手当と評価されましたが、後で考えると矢張り不足していたと考えられる物もありました。

改めて緊急時対応の装備品リストを纏めて見たらと言う声があり、リーダー会で検討の結果を添付に纏めましたので今後の山行の参考にして下さい。

必要あれば今後とも随時改正の予定です。

なお、

* 山行の必携品：保険証、雨具、ザックカバー、磁石、ヘッドライト、地図、ホイッスル、帽子、手袋等当然と考えられるアイテムは下記リストには含まれません。

* ◎: 必携、○: 推奨

緊急時対応備品リスト

2024/9/1

リーダー委員会

		リーダー	各個人	備考
救急セット				
医薬品、医療品等	常備薬	◎	◎	各個人特有の物
	一般的薬品	◎	○	ロキソニン、下痢止め（ストッパ） 総合感冒薬（パブロン、ベンザ等）
	脚攣り用薬品	○	○	ツムラ漢方68,コムレケア等 バンテリン等塗布薬
	塩分補給用品	◎	◎	スポーツドリンク、塩錠剤等
	包帯	◎	◎	白十字
	ガーゼ	◎	◎	白十字
	三角巾	◎	◎	白十字 タオル,大型ハンカチ等代替可
	副木	○		代替品を適宜考慮する
	消毒用水	◎		注水用キャップも準備
	消毒用アルコール	○		
	滅菌粘着パッド	◎		白十字FC
	テーピングテープ	◎	◎	含むテーピング要領説明書、 NICHIBAN 25mmx12m
	ハサミ	◎	○	テーピング講習会を開く（*）
	絆創膏	◎	◎	
	ポイズンリムーバー	○		季節、場所を考慮する
	虫除けスプレー	○	○	
	虫刺され、かゆみ止め	○	○	ムヒ等
	綿棒	○	○	
その他	ツェルト	○		目的地に依って判断
	レスキューシート	◎	◎	
	予備電池	◎	◎	ヘッドランプ、スマホ用
	非常用燃料（メタ等）	○	○	
	非常食	○	○	カロリーメイト等
	雑用ロープ	◎	○	3~4mm(径) x 6m程度
	使い捨てカイロ	○	○	夏でも冷えた時に有効
	日焼け止め	○	○	塗布型よりスプレータイプが
	サングラス	○	○	ベター

（*） 予算措置等の必要があるので検討課題とします。