**山行計画書**

日程：

集合：

山域：

参加者：

行程：

装備品：

　　日帰りの場合

　　　　　□ザック・ザックカバー　□着替え　□帽子　□雨具　□傘

　　　　　□防寒具　□タオル　□昼食　□水　□非常食　□嗜好品

　　　　　□ヘッドランプ　□予備電球・電池　□腕時計　□筆記用具

　　　　　□地図　□コンパス　□サングラス　□カメラ　□お金

　　　　　□予備靴紐　□細引　□軍手　□保険証のコピー　□常備薬

　　　　　□ロールペーパー　□ビニール袋　□医療セット　□携帯電話

　　宿泊ありの場合

　　　　　□大ザック・ザックカバー　□登山靴　□寝袋　□シュラフカバー

　　　　　□テント類・カバー　□マット類・オールウェザーブランケット

　　　　　□ナイフ　□食器　□箸（フォーク）　□コッヘル、鍋類　□食料

　　　　　□ガスバーナー　□ガスボンベ　□ライター　□ポリタンク

　　　　　□着替え　□雨具　□傘　□帽子　□防寒具・セーター類

　　　　　□洗面用具　□タオル　□靴下　□医療セット　□常備薬

□サブザック・ザックカバー　□予備靴紐　□細引　□軍手

　　　　　□ヘッドランプ　□予備電球・電池　□腕時計　□筆記用具

　　　　　□地図　□コンパス　□サングラス　□カメラ　□お金

　　　　　□ロールペーパー　□ゴミ用袋・ビニール袋

□保険証のコピー　□携帯電話・無線機

□非常食　□嗜好品　□水

費用：

往復の予定：

食事計画：