

キャンプ&トレッキング用品 (オントレイル3泊4日・香港2泊)

レ Gear	Item	memo	weight
<input type="checkbox"/>	バックバック	GREGORY バルト口65 (青)	
<input type="checkbox"/>	サブバック	GREGORY インナー (黄)	附属のハイドレーションバッグ
<input type="checkbox"/>	サコッシュ	GREGORY サッチェルS (ページュ)	
<input type="checkbox"/>	テント	HOBO'S NEST	ダブルウォール 1350
<input type="checkbox"/>	シュラフ (ジュン)	mont-bellアルパインダウンハガー#5	対応9℃、リミット5℃ 439
<input type="checkbox"/>	マット	ニーモ・ゾアM	寝袋に同梱しドライバックに 275
<input type="checkbox"/>	ストーブ (共同装備)	SOTO SOD-310 ウインドマスター	4本ゴトク仕様
<input type="checkbox"/>	クッカー (共同装備)	トランギア・40周年赤アルミコップフェル	ポット大小+皿 (蓋兼用) 345
<input type="checkbox"/>	シェラカップ	snow peak チタンシェラカップ	
<input type="checkbox"/>	ウォーターボトル	mont-bell・クリアボトル0.75ℓ	行動用 120
<input type="checkbox"/>	キャンプ用ボトル	Platypus 2ℓ x2本	蓋の色を変える
<input type="checkbox"/>	ライター	百円ライター	預け荷物不可・現地調達
<input type="checkbox"/>	ナイフ (ツールナイフ)	レザーマンJuice (赤)	
<input type="checkbox"/>	武器	snow peak 箸と木製レンゲ	
<input type="checkbox"/>	ヘッドランプ	mont-bell パワーヘッドランプ	電池新品に 91
<input type="checkbox"/>	コンパス	SILVA フィールドコンパス	28
<input type="checkbox"/>	地図	山岳地形図	現地を探す
<input type="checkbox"/>	ガイドブック	香港アルプス (金子晴彦著)	必携 570
<input type="checkbox"/>	GPS	ガーミン20J	電池新品に 146
<input type="checkbox"/>	洗面セット	歯ブラシ、歯磨き、ODせっけん	
<input type="checkbox"/>	タオル	MSR 速乾タオル	
<input type="checkbox"/>	ウェットティッシュ	GATSBYの冷たいヤツ	必携
<input type="checkbox"/>	財布	取材用・長財布	
<input type="checkbox"/>	ケータイ	iPhone6Plus	
<input type="checkbox"/>	眼鏡	OAKLEY	
<input type="checkbox"/>	充電用品1	iPhone充電器+USB(ミニ) +変換	Lightning変換
<input type="checkbox"/>	充電用品2	15000mAh電池+USB (ミニ)	モバイルバッテリー2回分
<input type="checkbox"/>	電源アダプター	220v BFタイプ (3本足)	買う
<input type="checkbox"/>	ファーストエイド	オリジナルセット	
<input type="checkbox"/>	エマージェンシー	オリジナルセット	
<input type="checkbox"/>	トイレットペーパー	1巻き	芯を抜いてジップロックに
<input type="checkbox"/>	ジップロック	各サイズ・適宜	
<input type="checkbox"/>	筆記用具	A6ノートとボールペン	
<input type="checkbox"/>	名刺	英語版少々	

ウェアとアクセサリ (オントレイル3泊4日・香港2泊)

レ Gear	Item	memo	weight
<input type="checkbox"/>	ベース下 (パンツ)	4枚	
<input type="checkbox"/>	ミドルレイヤー上	patagonia メリノエアー	長袖
<input type="checkbox"/>	ミドルレイヤー下	なし	なし
<input type="checkbox"/>	ソックス	4足	オントレイル4日分
<input type="checkbox"/>	レインシェル	Helium2 (オレンジ)	アウター兼用 180
<input type="checkbox"/>	レインパンツ	mont-bell バーサライトパンツ	最軽量のもの 93
<input type="checkbox"/>	トレッキングパンツ	Haglofs	サイドポケット付き
<input type="checkbox"/>	防寒ウェア	なし	なし
<input type="checkbox"/>	旅パンツ	短パン?	必要?
<input type="checkbox"/>	ハット	バケツハットかキャップ	サンバイザー?
<input type="checkbox"/>	サングラス	TALEX偏光グラス	
<input type="checkbox"/>	グローブ	なし	
<input type="checkbox"/>	トレッキングボール	GRIPWELL GEM CARBON	シングルユース 192
<input type="checkbox"/>	トレッキングブーツ	MEINDL X-S70 MID GTX	GORE-TEXサラウンド搭載 960
<input type="checkbox"/>	サンダル	モンベル	最軽量
<input type="checkbox"/>	行き帰り用	半袖シャツ	

食糧計画 (オントレイル3泊4日)

レ Gear	Item	memo	weight
<input type="checkbox"/>	食糧	2人x8食=16食	現地買い出し。取材する
<input type="checkbox"/>	行動食	2人x4日分	現地買い出し。取材する
<input type="checkbox"/>	飲料水	行動用2ℓ・キャンプ用2ℓ	食事1回 (2人分) で2ℓ使用
<input type="checkbox"/>	嗜好品	コーヒー/お茶	インスタントで我慢する(T,T)