

| ☑ | 持ち物 | 備考 |
|---|---------------|-----|
| | 寝袋 | |
| | インナーフリース | |
| | 枕 | |
| | 薄手の長袖 | 春・夏 |
| | 長袖 | 秋・冬 |
| | 暖かいインナー | 秋・冬 |
| | ジャケット・防寒具 | 秋・冬 |
| | レインウェア | |
| | 長靴・ウォーターシューズ | |
| | 帽子 | |
| | 軍手・グローブ | |
| | タオル | |
| | 着替え | |
| | 虫よけスプレー・蚊取り線香 | |
| | かゆみ止めスプレー | |
| | 日焼け止めクリーム | |
| | 救急セット・常備薬 | |
| | ぞうきん | |
| | 洗顔セット | |
| | 歯ブラシ・歯磨き粉 | |
| | 洗剤・スポンジ・たわし | |
| | ゴミ袋 | |
| | ビニール袋 | |
| | 新聞紙 | |
| | ゴム手袋 | |
| | キッチンペーパー | |
| | ラップ・アルミ фоль | |

| ☑ | 持ち物 | 備考 |
|---|-------------|-----|
| | ライター・バーナー | |
| | まな板 | |
| | 包丁・ナイフ | |
| | コンロ | |
| | 鍋・調理器具 | |
| | ケトル・やかん | |
| | 食器・カップ | |
| | うちわ | |
| | 各種燃料・着火剤 | |
| | 保冷剤・氷 | |
| | クーラーボックス | |
| | 椅子 | |
| | テーブル | |
| | ランタン | |
| | ヘッドライト・懐中電灯 | |
| | ハンマー | |
| | ペグ・ロープ | |
| | キャンプマット | |
| | グラウンドシート | |
| | タープ | |
| | テント | |
| | 焚き火台・薪 | |
| | 虫かご・網 | |
| | 食材・飲み物 | |
| | カイロ | 秋・冬 |
| | モバイルバッテリー | |
| | 乾電池 | |