



持ち物リスト

KUMANO KIDS CAMP2025 with YAMAP

持ち物【服装】

百間山溪谷では、季節によりヒルが発生することがあるため、
以下のような服装・装備を推奨いたします。

- 長袖・長ズボン（できれば裾を靴下に入れる）
- 丈の長い靴下
- ハイカットの登山靴・スパッツ（ゲイター）の併用

帽子	つばの広いキャップや登山帽のこと。日差しから頭を保護するために使います。	レインウェア上下	上下でわかれたセパレートタイプのもの。悪天候時や防寒のために使用します。
長そでシャツ(1着)	ケガ・虫さされ・ヤケド防止のため、キャンプ中や登山中に使います。薄手の前開きシャツで脱ぎ着しやすいものがおすすめです。	下着(アンダーウェア)	洋服の下に着る下着のこと。日数+1日分を用意してください。
Tシャツ(日数分)	乾きやすく、汚れてもよいものを選びましょう。	靴下	くるぶしがかくれる長いもの。日数+1日分を用意してください。
長ズボン(1~2着)	アクティビティではケガ防止のために長ズボンを履きます。くるぶしまでかくれるもの。乾きやすい素材のものがおすすめです。	登山ができる運動靴(登山靴)	普段から履きなれている靴がおすすめです。滑りにくいソールのものを選びましょう。
半ズボン(1着)	アクティビティ外の時間に。暑さ対策のためにも1枚あると安心です。	濡れてもいい服(水着)上下	1日目の川遊び・2日目のカヌー体験で使用します。濡れても乾きやすいTシャツと半ズボン、下着をプラス1セット用意してください。水着でも構いません。綿素材の衣類はできるだけ避けてください。
ジャージ上下	寝間着や、寒いときの防寒として使用します。	サンダル	ウォーターサンダルやスポーツサンダルなど、かかとが固定できるものを用意してください。

持ち物【装備】

メインバック	すべての持ち物をいれるためのバッグです。	軍手	熱でとけたりしないように木綿製のもの。ゴムのすべり止めの無いもの。
サブバック	折りたたみのデイバッグやナップサックをご準備ください。現地アクティビティで使います。(ご持参いただく水筒や汗拭きタオルなどが入る大きさのもの)	ヘッドライト&予備の電池	夜のキャンプ場で使います。電池式のものをご準備ください。予備の電池も忘れずに。
衛生用品	ハンカチ、チリ紙、マスク、マスクケース、消毒用アルコール・ジェルや除菌シートなど。必要なものを準備してください。	フェイスタオル・バスタオル	汗ふきやお風呂、川遊びなどに使います。しほりやすいもの。
水筒	500ML～1L程度のもの。	洗面用具・薬	歯みがき粉、歯ブラシやシャンプー・ボディソープなどのアメニティをご用意ください。服用する常用薬、酔い止め薬だけでなく、かゆみ止め、ばんそうこう、虫よけスプレー、日焼け止めクリームなど
お弁当	1日目のお昼ごはん用 ※集合場所の紀伊田辺駅にはコンビニ(セブンイレブン)があります	ビニール袋	汚れた服を入れたり、ゴミ袋としてつかいます。レジ袋サイズのを5~6枚用意しておくと安心です。
カトラリー	おはし、スプーン、フォーク、コップなど	お財布	現金(小銭)と保険証のコピーをご用意ください。 現金は主にキャンプ場のコインシャワー(5分100円)を利用するために必要です。

KUMANO KIDS CAMP2025 with YAMAP お問い合わせ窓口

一般社団法人 田辺市熊野ツーリズムビューロー

担当:一石・梅原・林

TEL:0739-26-9025(平日 9:00~17:00)

メールアドレス:kumano-travel@tb-kumano.jp