

# asobi基地キャンプ・春（日光）持ち物リスト

持ち物	説明
着替え	<p>やや標高が高く内陸ですので、東京・神奈川・千葉等よりも気温が低めです。5月上旬の日中の最高気温は20℃に届くかどうか、最低気温は10℃を少し下回ることもありそうです。直前の天気予報も確認してください。</p> <p>汚れてもよい服（絵の具遊びや泥遊びも始まるかもしれませんよ!？）トイレに行きにくくなる子もいます。不安がある場合は下着も多めに持参してください。</p> <p>帰宅用の服は別にしておき、解散後に着替えるのがおすすめです（間違っても朝に着替えしないでくださいね😓）。</p>
パジャマ	<p>こだわりがなければ不要です。スウェットやジャージ等のほうが、汚れても気にならず、保温性も高く、使い勝手が良いでしょう。行動着で寝ても何も問題はありません。</p>
防寒着	<p>風が吹くと体感温度がグッと下がりますので、防風性能の高いウインドブレーカー等がほしいです。また、朝晩は10℃以下になる可能性を見越して厚手の防寒着を必ず持参してください。</p>
レインウェア	<p>晴れ予報でも必ず持参ください。片手がふさがってしまうと、活動に支障をきたす場面が多いため、キャンプでは傘のみはNGです。防水透湿素材の上下があると、子どもたちは、雨をモノともせず元気に遊び回ります。</p> <p><u>雨のキャンプが劇的に楽しくなる！レインウェア（雨合羽）の選び方 完全解説</u></p>
水着やラッシュガード、濡れてもいい服装	<p>川遊び用です。いざというときに、子どもを救助できるように、必ず、大人も水に入れる準備をしてください。川は水温が冷たいため水際での水遊びが中心になりそうです。水量はそこまでありませんのでライフジャケットは任意とします（ただし、絶対に子どもだけで遊ぶ状態にならないように全員で注意しましょう）。</p>
水遊び用の靴	<p>川底は、裸足では踏ん張れません。怪我防止のため水遊び用の靴を用意してください。使い古した運動靴や上履き、マリンシューズなど、かかとで止められるもの。ビーチサンダルは流されてしまうためNGです。</p>
バスタオル／お風呂用品ほかアメニティ	<p>川の水は冷たいので、すぐに濡れた体を拭いてあげられるようにしてください。またキャンプ場にシャワー室とサウナ（別料金）、車で10～15分圏に温泉施設があります。</p>
お泊りグッズ	<p>洗顔、歯磨きほか、任意のアメニティグッズ類</p>
食器セット	<p>①カトラリー（はし、スプーン、フォーク等）②コップ ③カレー皿 ④汁物用お椀があれば、大抵の状況に対応できます。メラミン、ホーロー、プラスチックなど、割れにくいもの。</p>
ハンギングドライネット	<p>必須ではありませんが、洗った食器の乾燥／保管場所としてとても重宝します。Amazon等で千円台から購入できますので、入手してしまってもよいでしょう。例：<a href="https://amzn.to/3EKOGke">https://amzn.to/3EKOGke</a></p>

持ち物	説明
ネックライト	夜間のテント内や手元用の明かりです。スマートフォンのLED照明でも代用できますが、片手がふさがると不便なケースが多いため、気軽に首から下げておける、ネックライトをおすすめします。例： <a href="https://amzn.to/30Egzav">https://amzn.to/30Egzav</a>
モバイルバッテリー	スマートフォン等の充電用。室内に電源はありますが、人数が多いので、思うように使えないかもしれません。
チェア、テーブル（可能な方のみ）	車参加で、焚き火にぴったりのアウトドア用のチェアやテーブルを所持している方は、ぜひ持ってきてください。※現地でイス・テーブル不足の可能性があります
常備薬	<p>運営側では、切り傷、擦り傷、火傷の軽微なものについては、湿潤治療の用意をしています。それ以外は治療・投薬はしませんので、通常の家族旅行・家族キャンプ同様に、各自で準備・対応をお願いします。</p> <p>必要に応じて各自で準備いただく物の例／保険証、かゆみ止め、虫よけ、その他常備薬など</p>
自宅で使用している枕／キャンプ用の携帯枕	必須ではありませんが、特にお子さんは、枕が変わると、うまく寝付けないケースがあります。車参加の場合、自宅で使っている枕を持ち込むと、安眠できる可能性を高くできます。キャンプ用の携帯枕を購入するのもおすすめです。
寝具（レンタルをしない方）	<p>寝袋を購入する場合は、快適温度・使用可能温度をチェックします。春・秋のキャンプでは、5℃対応を目安としてください。</p> <p><a href="#">パパ&amp;ママのための寝袋・スリーピングバッグ・シュラフの選び方 完全ガイド</a></p>
就寝時の防寒アイテム	<p>夜間・明け方に冷え込み寒いかもしれません。寝袋の方は対応温度を確認してください（レンタル品は5℃対応。ただし5℃まで寒くないわけではなく、体質・基礎代謝に大きく左右されます）。</p> <p>万が一に備えて、毛布（車の方）や、サバイバルブランケット（エマージェンシーシート）を用意すると安心です。特に後者は、安価な上に、かさばらないので、キャンプ以外の緊急時にも備え、購入しておいてもよいでしょう。</p> <p>参考：<a href="#">寒くて眠れない！？春・初夏・秋キャンプの防寒対策 徹底解説</a></p>