

ファミリーキャンプ 持ち物チェックリスト

pinoblog.com 「パパは時短を極めたい」 | 必須=ないと詰む あると便利=快適性UP 状況次第=スタイルで判断

| ① テント・寝具 (9選) | | | ② リビング用品 (3選) | | |
|---------------|---------------------|-------|---------------|-------------|------|
| チェック | アイテム | 重要度 | チェック | アイテム | 重要度 |
| | テント | 必須 | | テーブル | 必須 |
| | グランドシート | 必須 | | チェア (人数分) | 必須 |
| | ペグ・ペグハンマー | 必須 | | 扇風機・ハンディファン | 状況次第 |
| | キャンプマット (スリーピングパッド) | 必須 | | | |
| | インナーマット | あると便利 | | | |
| | 敷きパッド・冷感敷きパッド | あると便利 | | | |
| | 枕 | あると便利 | | | |
| | 寝袋 (シュラフ) | 状況次第 | | | |
| | タープ | 状況次第 | | | |

| ③ 照明・焚き火グッズ (12選) | | | ④ 調理器具 (9選) | | |
|-------------------|-------------------|-------|-------------|---------------------|-------|
| チェック | アイテム | 重要度 | チェック | アイテム | 重要度 |
| | ランタン | 必須 | | 加熱器具 (バーナー・カセットコンロ) | 必須 |
| | 焚き火台 | 必須 | | 燃料・ガス缶 | 必須 |
| | 焚き火シート | 必須 | | 調理器具 (鍋・フライパン等) | 必須 |
| | 火ばさみ | 必須 | | まな板・包丁 | 必須 |
| | 着火剤 | 必須 | | 料理用トング | 必須 |
| | ライター・マッチ (予備含め2つ) | 必須 | | カトラリー (箸・スプーン等) | 必須 |
| | 薪 | 必須 | | アルミホイル | あると便利 |
| | 炭片付けシート | 必須 | | サランラップ | あると便利 |
| | ヘッドライト (一人一本) | あると便利 | | ケトル | 状況次第 |
| | 焚き火用グローブ | あると便利 | | | |
| | 火吹き棒 or 送風機 | あると便利 | | | |
| | 炭・BBQグリル | 状況次第 | | | |

| ⑤ 食器・冷蔵管理 (6選) | | | ⑥ 衛生・清掃グッズ (11選) | | |
|----------------|---------------------|-------|------------------|------------------|-------|
| チェック | アイテム | 重要度 | チェック | アイテム | 重要度 |
| | クーラーボックス | 必須 | | 食器洗い道具 (洗剤・スポンジ) | 必須 |
| | 保冷剤 (or 凍らせたペットボトル) | 必須 | | 手指消毒液 | 必須 |
| | 食器 (皿・コップ) | 必須 | | ゴミ袋 (大・小 各複数枚) | 必須 |
| | カゴ・ネット (洗い物用) | あると便利 | | ティッシュ・ペーパータオル | 必須 |
| | ウォータージャグ | 状況次第 | | 布巾 (ふきん) | 必須 |
| | 使い捨て皿・コップ | 状況次第 | | ウェットシート (ボディシート) | 必須 |
| | | | | 歯ブラシ・歯磨き粉 | 必須 |
| | | | | 汚れもの用ビニール袋 | あると便利 |
| | | | | 洗濯ロープ・洗濯ばさみ | あると便利 |
| | | | | ウエス (結露・ギア拭き用) | あると便利 |
| | | | | 食器乾かし (水切りラック等) | あると便利 |

| ⑦ 個人用品・衣類 (7選) | | |
|----------------|----------------------|------|
| チェック | アイテム | 重要度 |
| | サンダル (クロックス等) | 必須 |
| | 着替え (子どもは多めに) | 必須 |
| | タオル類 (バスタオル・フェイスタオル) | 必須 |
| | 帽子 | 必須 |
| | レインウェア (カッパ) | 必須 |
| | 入浴グッズ (シャンプー等) | 状況次第 |
| | サングラス | 状況次第 |

| ⑧ 医療・安全グッズ (6選) | | |
|-----------------|---------------------|------|
| チェック | アイテム | 重要度 |
| | 救急セット (絆創膏・消毒薬等) | 必須 |
| | 虫刺されグッズ (かゆみ止め等) | 必須 |
| | 虫除けグッズ (スプレー・蚊取り線香) | 必須 |
| | 日焼け止め (SPF50+) | 必須 |
| | 保険証 (または写し・全員分) | 必須 |
| | 常用薬・乗り物酔いの薬 | 状況次第 |

| ⑨ 電源・電気グッズ (5選) | | |
|-----------------|-------------------------|-------|
| チェック | アイテム | 重要度 |
| | 電動空気入れ (電動ポンプ) | あると便利 |
| | モバイルバッテリー (20,000mAh以上) | あると便利 |
| | 予備電池 (単1～単4) | 状況次第 |
| | 屋外用延長コード (防水) | 状況次第 |
| | ポータブル電源 | 状況次第 |

| ⑩ 遊び道具 (5選) | | |
|-------------|---------------------|-------|
| チェック | アイテム | 重要度 |
| | トランプ・UNO等の室内用遊び道具 | あると便利 |
| | ポケット図鑑 (虫・植物・星等) | あると便利 |
| | シャボン玉・ラジコンなど外遊びおもちゃ | あると便利 |
| | 虫取り網・水遊び道具 | 状況次第 |
| | 花火 | 状況次第 |

| ⑪ 赤ちゃん・幼児用品 (4選) | | |
|------------------|---------------|------|
| チェック | アイテム | 重要度 |
| | オムツ (多めに) | 状況次第 |
| | おしり拭き (枚数多めに) | 状況次第 |
| | 抱っこ紐 | 状況次第 |
| | ストローコップ | 状況次第 |

| ⑫ その他 (3選) | | |
|------------|----------------|-------|
| チェック | アイテム | 重要度 |
| | 養生テープ・ガムテープ | あると便利 |
| | コロコロ (粘着クリーナー) | あると便利 |
| | 雑巾 | あると便利 |