

藤田の個人的な個装リストチェック表
内容はネパールでの氷河観測を想定

普段着
運動靴

登山靴
鋌付長靴
厚手靴下（化繊）×4
靴下（軍足）×2
Tシャツ・パンツ×3
防寒肌着上下（化繊）
フリース上下
羽毛服
ゴア雨具
手袋（厚手1・薄手2）
軍手×2
防水手袋
帽子（薄手1・厚手1）
シュラフ
マット（エア1・銀1）
サンダル
サングラス
ストック
スパッツ
メインザック
サブザック
ザックカバー
かさ
テルモス
ヘッドランプ（予備電池も）
十得ナイフ
日焼け止めクリーム
リップクリーム
歯ブラシセット
爪切り

石鹸・タオル
細紐
コンパス
コンベックス・折尺
南京錠

航空券
パスポート
証明写真
野帳・ノート・筆記具
地図・氷河写真（ラミネート）
辞書・文献・本
個人常備薬
時計（高度計・コンパス付）
カメラ（レンズフィルタ）

現金（予算チェック）

ノートPC（充電変圧器）
PC バッテリ充電キット
ハードディスク
ハンディ GPS

ピッケル
アイゼン
名刺