屋久島トレッキング
持ち物チェックリスト

出発前の確認にご利用ください。A4印刷してチェックできます。

※「ヤクスギランド ゆっくり散策ツアー」は装備規定が異なります。専用の服装・持ち物案内をご確認ください。

必ず準備するもの

- □ 上下セパレート型レインウェア
- □ トレッキングシューズ
- □ ザック（リュック）
- □ 薄手で速乾性のあるベースレイヤー（肌着）
- □ Tシャツなど上半身の着替え 1枚
- □ 行動食（おやつ）
- □ 水分（500ml〜1.5L程度）
- □ 携帯トイレ
- □ ポケットティッシュ
- □ ゴミ袋 数枚
- □ 荷物を防水する袋
（ビニール袋・ジッパー付き袋・防水スタッフバッグなど）
- □ 身分証明書のコピー
（健康保険証・運転免許証など）
- □ 常備薬 ※必要な方

ツアー・季節・参加条件によって必要なもの

- □ ミドルレイヤー（薄手のフリースなど）
- □ アウターレイヤー（防風ジャケットなど）
- □ お弁当 ※昼食が必要なツアーのみ
- □ ヘッドライト ※10月〜4月の縄文杉ツアーは必須
- □ 交通費 ※ツアー代とは別に現地で交通費のお支払いが必要な方
- □ 荒川登山バスチケット ※事前に購入された方
- □ ツアー代金 ※当日現金支払いを選ばれた方

あると便利・快適なもの

- □ トレッキングポール
- □ 折りたたみ傘
- □ 手袋・防寒グローブ
- □ 帽子
- □ タオル
- □ ザックカバー
- □ スマートフォン用防水ケース
- □ モバイルバッテリー
- □ ウェットティッシュ
- □ 虫よけスプレー
- □ 日焼け止め
- □ 下山後の着替え
- □ 替えの靴下
- □ 痛み止め ※長距離ツアーで痛みが不安な方

持ち物についての補足

行動食

歩行中の休憩で食べるおやつ・軽食。チョコレート、飴、ゼリー、塩分タブレットなど、すぐ食べられる個包装がおすすめです。

携帯トイレ・ポケットティッシュ

携帯トイレはすべてのツアーで必要です。紙は付属していないため、ポケットティッシュ等もあわせてご用意ください。

荷物の防水

ザックカバーだけでは強い雨で中まで濡れることがあります。着替え・スマートフォン・財布などは袋に入れて必ず防水してください。

トレッキングポール

脚や膝の負担軽減に役立ちます。使い慣れていない方は1本でも十分。登山道保護のため先端にゴムキャップを装着してください。

タオル

雨や汗を拭くために使用します。夏場は冷感タオルがあると、沢の水などで冷やして暑さ対策にも使えます。

痛み止め

長距離ツアーで、膝などの痛みが不安な方は、必要に応じて痛み止めをご用意ください。

装備に迷った場合など、お気軽にご相談ください。
LINEで写真を送っていただければ、服装・装備について確認します。

LINE

©2026 Andy's 8909 GUIDE | yakushima-andys.com