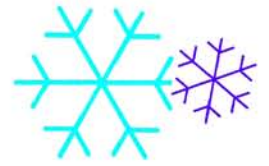




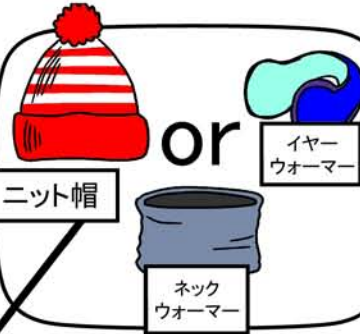
これで準備万端！ 冬のフィールドウェア



●**サングラス・ゴーグル**
冬の紫外線から眼や肌を守るための必需品。

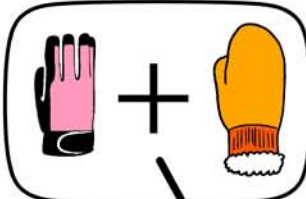


●**頭・耳・首・腰**
ここを温めろ！



この4カ所は冷えを感じやすい。簡易カイロなども使い上手く体を温めよう。

●**手袋**
一つで防水と保温を兼ねた手袋もあるが、防水に特化した物と薄手の保温性のある物を重ねる方がオススメ。



●**アウター**
防風・防水の要！

アウターの役割はずばり、防風・防水。しっかりした素材を選ぼう。



●**ミドル**
ミドルから脱げ！

フリースやセーターなどで空気の層を作る。暑い時はミドルを脱ぎ着して体温調節する。

●**インナー**
シーンによって必要な機能が違う！

ハイキングなど動くことが目的ならば、速乾性。野鳥観察など止まっている事が多いなら保温性。

●**ザックと中身**
入れておきたい物！

ザックは防水性の高い物かザックカバーを準備しておく。防水性に不安がある時はザックの内側にビニール袋を入れ更にその中に荷物を入れるとある程度カバーできる。



●**靴下**
ウェアと同じ考え方で着込んでいこう。



●**スノーブーツ**
スノーブーツの場合は、アウターの裾を入れず、ブーツを覆うようにしましょう。



●**登山靴**
登山靴の場合、予め防水スプレーなどをかけておき、スパッツを重ねよう。