

ラフティング持ち物チェックリスト

必要なもの			
持ち物	必要な理由	重要度	チェック
水着	ラフティングに必須	3	<input type="checkbox"/>
Tシャツ（夏）	夏場などウェットスーツを着ない場合に必要	3	<input type="checkbox"/>
短パン（夏）	夏場などウェットスーツを着ない場合に必要 男性は短パンサイズの水着を着用する場合のみ必要なし	3	<input type="checkbox"/>
濡れてもいい靴	ラフティングに必須	3	<input type="checkbox"/>
便利なお助けグッズ			
持ち物	おすすめな理由	重要度	チェック
タオル	ラフティング後、体を拭いたりシャワーを浴びたりするので	3	<input type="checkbox"/>
濡れたものを入れる袋	ラフティングで濡れたものを入れるのに便利	3	<input type="checkbox"/>
ヘアゴム	髪が長いとライフジャケットに絡まってしまう危険があるため	2	<input type="checkbox"/>
メガネバンド	ラフティング中のメガネの紛失を避けるため	2	<input type="checkbox"/>
水泳用ゴーグル	ラフティング中コンタクトレンズを無くしたくない方におすすめ	1	<input type="checkbox"/>
ラッシュガード	肌の露出を避けたい人はTシャツの代わりに	1	<input type="checkbox"/>
防水カメラ	ツアーの思い出作りに	1	<input type="checkbox"/>
ボディケアグッズ			
持ち物	おすすめな理由	重要度	チェック
日焼け止めクリーム	屋外のアクティビティに必須	2	<input type="checkbox"/>
虫除けスプレー	自然の中でのアクティビティに必須	2	<input type="checkbox"/>
保湿ケア用品	ラフティング後の肌荒れ防止に	1	<input type="checkbox"/>
メイク道具	ラフティング後のメイク直しに	1	<input type="checkbox"/>
生理用品	必要な場合はタンポンか月経カップがおすすめ	1	<input type="checkbox"/>