

女子登山を 山の応援します! Beststyle



*これから登山を始めた女性におすすめです! 山で基本的に必要なウエアをご紹介します。

防水

春夏の急な天候の変化に対応するためには、防水・防風・透湿性に優れた「ゴアテックス」の雨具を着用するのがおすすめです!
レインウエアは、雨の時だけでなく、風が強い時や気温が低い時にも役立ちますので、山に行かれる時は必ず持って行きましょう。

レインウエア



◎上下セパレートタイプを選ぼう!



ダウン・フリースジャケット



速乾

吸汗・速乾性に優れた素材を着用することが基本です。
春～夏であれば、薄地のものを重ね着して、体温調節をしながら行動しましょう。
コットン素材は乾きが遅いため汗冷えの原因になりますので避けた方がよいでしょう。
日焼けが気になる方は、長袖タイプや半袖にアームカバーを合わせて着用することをおすすめします。

保温

年間を通して活躍してくれるおすすめアイテムです。
ダウンは小さくコンパクトになるので、2000M級の夏用に行かれるときは朝・晩の寒さに対応できます。
フリースも同様に防寒対策になり、肌寒い時の行動着としても着用できる便利なアイテムです。