

STEP - 川あそびの服装 -

1 ヘルメット (STEP用意)



頭のケガ防止になります。
(帽子は昼食時などの休憩中に使用しますので、ご持参ください)

2 ライフジャケット (STEP用意)



足のつかない場所で上半身が浮かびやすくなります。
溺れることを防ぐために着用します。

3 長袖・長ズボン



ジャージなど乾きやすい化繊素材のものでご参加ください。
虫刺され対策とケガ防止になります。
気温が高くても水に入ると寒くなるため、防寒用の雨具や
ウィンドブレイカーもあると体を冷やさずに活動できます。

4 水着



水着は下着と比べて水にぬれても活動がしやすいため、
インナーの代わりに着用することをおすすめします。

5 靴下・靴 ※川から上がった時に履く靴もお持ちください



川底は滑りやすく、踏むと危ないものが落ちている可能性があるため、運動靴かウォーターシューズを履きます。また、靴擦れ防止で靴下も履きます。動きにくく、流される可能性のあるサンダル、クロックス、長靴はNGです。

体温調節をこまめに出来る服装でご参加ください！