

<川遊びの服装>

【濡れても良いシャツ】

速乾性のある化学繊維素材のシャツ。綿素材ですと乾きにくく、体温を奪われやすいです。ラッシュガードなどマリンスポーツ用を推奨。

【濡れても良いズボン】

化学繊維素材のズボン。長ズボンか、極力地肌隠れるもの。スパッツに短パンでも OK です。短パンのみは×。肌の露出部分が多いとケガをする可能性が増えます。ジーパン素材のものは、水分を含むと重くなりますので、お控え下さい。マリンスポーツ用を推奨。

【軍手】

岩場での切り傷や危険な生き物から身を守るために着用します。

【濡れても良い靴下】

濡れた靴を素足で履くと靴ずれをおこしやすいです。

【濡れても良い靴】

サンダル不可。靴は運動靴やウォーターシューズを用意ください。足先やかかたが出るような靴ですと、岩場で足を切る恐れがあります。濡れてもよい靴下をはいて靴をはきます。

【滑り止め用の軍足】

岩場の川床は非常に滑りやすいです。濡れても良い靴の上に軍足を履きます。軍足による滑り止めの効果があります。

※補足：水着（基本、川遊びはひざ下程度の水深で行いますが、濡れた場合に着ると便利です。服の下に着用します。）