

持ち物チェックリスト

・絶対に必要なもの

【衣類】

- ワンピース
- T シャツ
- ハーフパンツ
- ロングパンツ（日焼け防止や外で寝る時に）
- パーカーなどの長袖（日焼け防止や外で寝る時に）
- 下着
- 帽子（つばが広めの物で首まで日焼け防止を）
- 水着
- ビーチサンダル（サンゴの上を歩く事もあるので、丈夫な物を）

【生活用品】

- タオル
- 界面活性剤無添加せっけん
- 界面活性剤無添加シャンプー
- アラウ <http://www.arau.jp/products/>
- 太陽油脂 <http://www.taiyo-yushi.co.jp/soap/products/index.html>
- 歯ブラシ
- 界面活性剤無添加はみがき粉
- アラウ <http://www.arau.jp/products/arau/hamigaki.html>
- 太陽油脂 <http://www.taiyo-yushi.co.jp/soap/products/dental/index.html>
- 日焼け止め（かなり日差しが強いです！焼かないためには SPF50 PA+++ など）
- 化粧品（化粧水、乳液など必要に応じて）
- 常備薬（胃薬、整腸薬、消毒液など必要に応じて）
- ティッシュ

【その他】

- 90L 以上のごみ袋（ボート移動時に荷物が濡れないように、あると便利）
- 小型懐中電灯（首から下げれるものだと両手が空いて便利）

・あればベターなもの

【衣類】

- ウィンドブレーカー（日焼け防止、ボート上での風除け）
- ※衣類は、圧縮袋やジッパー付き袋へ入れるとコンパクトになり、水ぬれも防げます。

- サングラス
- ウォータープルーフバック（ボートへ濡れたくない物を持っていくのに）
- ラッシュガード上（日焼け防止のため、フード付きがオススメ）
- ラッシュガード下（日焼け防止のため）

【生活用品】

- 爪切り（必要な方は）
- 絆創膏
- 目薬
- 酔い止め（乗り物に弱い人は）

【食品】

- お味噌汁・スープ
 - ふりかけ・味付けのり
 - うめぼし・漬物（お好みで。ただし島に冷蔵庫はありません）
 - お菓子
 - ジャムなど（朝はパンなので、お好みがあれば）
 - 缶詰・カップ麺
 - お茶・紅茶・コーヒー（島にもありますが、お気に入りがあれば）
 - お酒（本島のスーパーでも多少販売されています。持ち込む場合は制限に注意）
- ※基本的に食事に困ることはほとんどありません。

【シュノーケル用品】

- マスク
 - マスクストラップカバー（あると髪の毛がからみにくい）
 - シュノーケル
 - フィン（足ひれ）
 - ブーツ（砂浜にはサンゴもあるため、ブーツがあると便利）
 - グローブ（サンゴから手を保護するため。軍手でも可）
 - ボートコート（もしくはウィンドブレーカーやかっぱなど風がよけられるもの）
- ※レンタルもあります。それでは不安というかたは購入していくのも良いかと思います。
- マスクの曇り止め

【ダイビング器材】

シュノーケル用品に加えて

- メッシュバック
- BC
- レギュレーター
- ウエットスーツ
- フロート
- 水中ライト

- ダイビングコンピューター
- ウェイトベルト（自分専用の物がある人は）
- ログブック
- C カード

【その他】

- 洗濯バサミ（島にもありますが、持っているとう便利）
 - 鏡（ジープ島には設置がありません）
 - 延長コード（充電したいものが多い時に便利です）
- ※電圧 110V 60Hz 日本で使っているものがそのまま使用可
- 読書灯（夜 10 時に島の電気は止まります）
 - ジッパー付きビニール袋（濡れないようにや、コンパクトにするため）

【デジタル製品】

- デジタルカメラ
 - 充電器
 - 携帯電話
- ※電圧 110V 60Hz 日本で使っているものがそのまま使用可

【島に持ち込まない物】

- 浮き輪（潮の流れがあり、浮いていると流されてしまいます）
- ビーチボール（海へ飛んだら、こちらにも流されます）
- ドライヤー（発電機が壊れてしまいます）