

霞喀羅古道

多日登山型步道建議裝備清單

更新日期：2018/3/2

參考自 登山補給站 <https://www.keepon.com.tw/thread-c47af9b1-17d8-e411-93ec-000e04b74954.html>

類別	項目	春季	夏季	秋季	冬季	備註
行走裝備	大背包+背包套	☆	☆	☆	☆	
	頭燈	☆	☆	☆	☆	
	防水袋	☆	☆	☆	☆	
	護膝					
	綁腿					
	工具手套	☆	☆	☆	☆	
	地圖+指北針	☆	☆	☆	☆	
	登山杖	☆	☆	☆	☆	
	GPS	☆	☆	☆	☆	
	高度計					
	行動電話	☆	☆	☆	☆	
	手錶	☆	☆	☆	☆	
	傘帶					
	路條					
雨傘						
衣著	排汗衣	☆	☆	☆	☆	
	快乾排汗長褲	☆	☆	☆	☆	
	排汗內衣褲	☆	☆	☆	☆	
	禦寒衣物	☆		☆	☆	
	兩截式雨衣褲/硬殼衣與雨褲	☆	☆	☆	☆	
	排汗襪+厚襪					
	登山鞋/雨鞋					
	遮陽帽	☆	☆			
	保暖帽			☆	☆	
	墨鏡					
頭巾						
食物	糧食	☆	☆	☆	☆	
	預備糧					
	隨身糧(行動糧)	☆	☆	☆	☆	一天以上
	碗、筷餐具					
	瓦斯罐	☆	☆	☆	☆	
	爐頭	☆	☆	☆	☆	
炊具						

類別	項目	春季	夏季	秋季	冬季	備註
	檔風板					
	水瓶/水袋	☆	☆	☆	☆	
	濾水器					
	保溫瓶					
	打火機					
	瑞士刀					
	垃圾袋					
住宿裝備	睡袋	☆	☆	☆	☆	
	睡墊	☆	☆	☆	☆	
	帳篷	☆	☆	☆	☆	
	地布	☆	☆	☆	☆	
	枕頭					
	露宿袋					
	盥洗用具	☆	☆	☆	☆	
	輕便拖鞋					
	衛生紙	☆	☆	☆	☆	
其他	防曬乳					
	保濕乳液					
	濕紙巾					
	防曬唇膏					
	乾洗頭					
	女性衛生用品					
	防蚊液					
	紙、筆					
	健保卡					
	錢					
	入山、入園證					
	登山紀錄	☆	☆	☆	☆	
	登山保險	☆	☆	☆	☆	
	相機					
	望遠鏡					
	太陽眼鏡/雪鏡					
	冰爪					
冰斧						
團體裝備	無線電					
	衛星電話	☆	☆	☆	☆	
	收音機					
	炊事帳(外帳)					
	營燈	☆	☆	☆	☆	

類別	項目	春季	夏季	秋季	冬季	備註
	山刀、鋸子					
	鏟子					
自救包	大黑塑膠袋					
	急救毯	☆	☆	☆	☆	
	哨子					
	反光鏡					
	3mm 細繩					
	打火機					
	火種					
	備用電池	☆	☆	☆	☆	
	鹽巴					
醫藥包	紗布					
	三角巾					
	彈性繃帶					
	透氣膠帶	☆	☆	☆	☆	
	碘酒					
	OK 繃	☆	☆	☆	☆	
	棉片					
	抗生素藥膏	☆	☆	☆	☆	外傷用
	感冒藥					
	止瀉藥					
	止痛藥					
	抗生素(消炎藥)					
	胃腸藥					
	個人用藥	☆	☆	☆	☆	
	剪刀、指甲刀					
Diamox(丹木斯)						
Adalat(冠悅達)						
備註：☆為必帶						