**キャンプと登山の持ち物の違い**

|  |  |
| --- | --- |
| **キャンプをする場合** | |
| 荷物の量 | ソロやファミリーによって変わる |
| 重要なアイテム | 眠るための道具と食事に関する道具 |

|  |  |
| --- | --- |
| **登山(ハイキング)をする場合** | |
| 荷物の量 | 軽量コンパクト |
| 重量なアイテム | 水分・体温調整・靴など動きやすさ重視 |