

バックパッカーの持ち物 厳選60個

<input checked="" type="checkbox"/>	No.	商品名	必要度	備考
基本 装備	<input type="checkbox"/>	1 バックパック	★★★★★	これがなきゃバックパッカーじゃありません。
	<input type="checkbox"/>	2 バックカバー	★★★★	盗難と雨対策です。すぐ付け外しできる様、1番外側のポケットに。
	<input type="checkbox"/>	3 デイバック	★★★★★	普段歩く時のバックです。
	<input type="checkbox"/>	4 シューズ	★★★★★	履きなれたものを。トレッキングの予定があるなら専用シューズで。
	<input type="checkbox"/>	5 腕時計	★★★★	防水機能があるものを。
貴重 品	<input type="checkbox"/>	6 パスポート	★★★★★	これがないと飛行機乗せてもらえません。
	<input type="checkbox"/>	7 VISA	★★★★★	複数国を見て回る際には特にチェックを。
	<input type="checkbox"/>	8 現金	★★★★★	日本円と米ドルを。現地通貨は現地で換金を。
	<input type="checkbox"/>	9 トラベラーズチェック(TC)	★★★★	盗まれても大丈夫な紙幣です。現金とのバランスを考えて。
	<input type="checkbox"/>	10 クレジットカード	★★★★	国際対応しているものを。紛失時はすぐに停止できるように事前確認を。
	<input type="checkbox"/>	11 各種カード	★★★★	学生証、国際免許証、ユースホステル会員証など。予防接種証明書も。
	<input type="checkbox"/>	12 海外旅行保険証	★★★★	オンライン登録形式であっても紙で持ち歩きましょう。
	<input type="checkbox"/>	13 各種コピー	★★★★	現金以外の全てコピーを取りましょう。
	<input type="checkbox"/>	14 顔写真	★★★	3~4枚程度は用意を。パスポート紛失やビザの申請時に役立ちます。
	<input type="checkbox"/>	15 インナー財布	★★★★	盗難防止。腹巻型や首下げ型があります。
	<input type="checkbox"/>	16 南京錠	★★★★	鍵は落としがちなのでダイヤル式が便利です。
	<input type="checkbox"/>	17 ワイヤロック	★★★	バックパックの盗難防止用です。
衣類	<input type="checkbox"/>	18 ズボン	★★★★★	着替え用にもう1本。
	<input type="checkbox"/>	19 ティーシャツ	★★★★★	着替え用にもう1~2枚。
	<input type="checkbox"/>	20 シャツ	★★★★	ドレスコード用。ポロシャツでもOKです。
	<input type="checkbox"/>	21 ウインドブレーカー	★★★★★	雨除け&寒さ対策。小さくたためるものを。
	<input type="checkbox"/>	22 ダウンジャケット	★★★	非常に寒い国やトレッキングの予定があるなら。
	<input type="checkbox"/>	23 下着、靴下	★★★★★	着替え用に2セット。汚れることに注意です。
	<input type="checkbox"/>	24 水着	★★★★	寝間着や雨の日の移動にも役立ちます。
	<input type="checkbox"/>	25 サングラス	★★★★	靴が壊れた時、スリッパ代わりなど役立ちます。
	<input type="checkbox"/>	26 タオル	★★★★★	計3本。バスタオルはかさばるのでハンドタオルのみ。
	<input type="checkbox"/>	27 圧縮袋	★★★★★	100円で買えます。複数持っていて損はありません。
雑貨 ①	<input type="checkbox"/>	28 シャンプー、リンス	★★★★★	ゲストハウスにはありません。
	<input type="checkbox"/>	29 ひげ剃り(化粧品)	★★★★★	同上。
	<input type="checkbox"/>	30 歯磨きセット	★★★★★	同上。
	<input type="checkbox"/>	31 石鹸	★★★★	日本製は素晴らしいです。
	<input type="checkbox"/>	32 洗剤	★★★★	ふりかけケースやペットボトルに入れて。
	<input type="checkbox"/>	33 トイレトペーパー	★★★★	ティッシュの代わりにもなります。
	<input type="checkbox"/>	34 ウエットティッシュ	★★★	食事前やシャワーが使えないときに役立ちます。
	<input type="checkbox"/>	35 胃腸薬	★★★★★	正露丸やビオフェルミンを。現地で購入できる薬も役立ちます。
	<input type="checkbox"/>	36 薬一式	★★★★★	風邪薬などに加え、消毒薬や絆創膏も。
	<input type="checkbox"/>	37 エチケットセット	★★★★	爪切り、刺抜き、綿棒、耳かきなど。女性の方は生理用品も。
<input type="checkbox"/>	38 コンタクトレンズ&メガネ	★★★★	視力が低い人は。	
雑貨 ②	<input type="checkbox"/>	39 ローブと洗濯バサミ	★★★★	洗濯などいろんな場面で活躍します。
	<input type="checkbox"/>	40 万能ナイフ	★★★★	ナイフと栓抜きは特に便利です。
	<input type="checkbox"/>	41 簡易シュラフ(携帯シーツ)	★★★★	南京虫が流行ってたときに重宝。寒さ防止にも。
	<input type="checkbox"/>	42 裁縫セット	★★	飛行機内で頼むと買えます。
	<input type="checkbox"/>	43 懐中電灯	★★★	携帯でも十分ですが予備を。トレッキングするならヘッドライトを。
	<input type="checkbox"/>	44 水筒&スポーツ飲料の粉	★★★	体を崩したとき、トレッキングの際にも役立ちます。
	<input type="checkbox"/>	45 蚊取り線香	★★★	日本製が一番です。
	<input type="checkbox"/>	46 折りたたみ傘	★★★★	スコール対策。カッパでもいいですが暑さに注意を。
雑貨 ③	<input type="checkbox"/>	47 筆記用具(日記用ノート)	★★★★★	財布の次に重要。旅の醍醐味です。
	<input type="checkbox"/>	48 本	★★★★	ガイドブックや文庫本を。持ちすぎると重くなるので注意。
	<input type="checkbox"/>	49 カップ&発熱器&みそ汁の素	★★	現地の人たちや他の旅人に凄い喜ばれます。
	<input type="checkbox"/>	50 ゴムボールと折り紙	★★	現地の子供達と遊ぶ道具。言葉は通じなくても遊びは世界共通です。
	<input type="checkbox"/>	51 五円玉	★★	現地の人達が喜んでくれます。簡単なアクセサリにして渡すとGOODです。
デジ タル 機 器	<input type="checkbox"/>	52 iPhone(スマートフォン)	★★★★★	万能ツール。カメラ・計算機・目覚し時計・アドレス帳・辞書にもなります。
	<input type="checkbox"/>	53 携帯電話	★★★	2台持っている人は。長期滞在するなら現地で購入した方が低コストです。
	<input type="checkbox"/>	54 エネルギー	★★★★	充電器として。iPhoneでも2回充電できます。
	<input type="checkbox"/>	55 デジカメ	★★★★	写真が好きな方は。
	<input type="checkbox"/>	56 コンパクトスピーカー	★★	乾電池でも動くものを。
	<input type="checkbox"/>	57 変換コネクタ	★★★★★	1番大事です。全世界対応モデルを1つは。
	<input type="checkbox"/>	58 変圧器	★	必要な方は。携帯やカメラだけなら変圧器がなくても充電できます。
	<input type="checkbox"/>	59 ノートPC	★	必要な方は。ネットカフェがあるので短期旅行ではお勧めしません。
	<input type="checkbox"/>	60 延長コード	★★	あると便利です。なるべくかさばらないものを。