

来た時よりも美しく!

沢活動が終了したら、洗浄の上、種類、サイズごとに整理整頓し、元の場所にご返却ください。

## ライフジャケット

沢活動を行う場合は、必ず装着する。  
留め具をすべて装着し、ベルトの長さを調節してください。

※ベルトが緩いと、水中ではジャケットが頸部を圧迫し危険です。

## ヘルメット

沢登りを行う場合は、必ず装着する。  
留め具をすべて装着し、ベルトの長さを調節してください。

## 長袖

肌は露出しない。

## 軍手

必ず装着する。

## 長ズボン

ジーンズ(デニム)等綿素材のズボンは水にぬれると動きにくくなります。  
ハーフパンツ・七分丈も不向きです。

## 靴

中に靴下を必ず履く。

※沢活動に適した靴を参照ください。

- ▶ 2人以上で、ライフジャケットの留め具がすべてしっかりとまっているかを確認しましょう。
- ▶ キッズ用は股下を通すベルトがついています。背面から股下を通して、前で留め具をとめます。(すべての留め具をとめない、ベルトが体にかからず大変危険です。)
- ▶ メガネを使用されている方は、飛び込みの際にはずしてください。
- ▶ 子どもたちは、名札やホイッスル(首に紐をかけるアイテム)などをはずしてください。倒木などに紐が絡みつくと、頸部を圧迫し、大変危険です。