

#### 4. 旅支度

##### ア、着衣分を含めた当初の荷物（\*印は、途中で自宅へ返送したり廃棄したものの）

衣 類	長袖シャツ2枚(1枚*) 速乾肌シャツ2枚 同ブリーフ3枚ズボン1本 ウインドブレーカー1枚* 靴下2足 足指靴下2足 アウトドア用ベスト 手袋 速乾タオル2枚 ハンカチ1枚
雨 対 策	ゴアテックス雨具上下 スパッツ ザックカバー 折りたたみ傘 地図用ビニールケース
洗 面 具	歯磨粉 歯ブラシ 歯間ブラシ クシ 整髪料少々 カミソリ*
救 急 品	足マメ対策(消毒薬 化膿止 メンタム ガーゼ ホータイ カットバン テーピング カット綿 はさみ ナイフ 穴あけ針) バンテリン2本 トクホン 花粉症の薬* 下痢止め・胃薬少々
小 物 類	腕時計(方位計・高度計付) 携帯電話 デジカメ CF3枚 懐中電灯小 爪きり 耳搔き ちり紙 ビニール敷き 縫製セット 細引きロープ ビニール袋 ハンガー* 洗濯バサミ* ドライヤー 線香 ローソク ライター マッチ お賽銭袋 歩数計 二又* ザック 35L ウエストポーチ
記 録	鉛筆、ボールペン、メモ用紙
地 図	へんろみち保存協会編纂「四国遍路ひとり歩き同行二人」地図編 昭文社でか字マップ四国道路地図* 1枚もの四国地図
遍路用品	一番で購入：納経帳、白衣、経本、納札、金剛杖、ビニール付菅笠、数珠 <購入しなかったもの> 法衣、鈴、輪袈裟、ズタ袋、札挟みなど
現 金 等	出発時：お賽銭 10円玉 30枚、1円玉 61枚、現金 7万円、郵便局に口座新設 健康保険証写し 年金受給者証写し
準備メモ	事前に読んだ、へんろみち保存協会ガイドブック・四国遍路の案内書、司馬遼太郎作品、四国四県の郷土史 掬水遍路館などのインターネット情報等から気をついたことをガイドブックの余白にメモ。史跡・有名店舗・旅館一覧も含む。

イ.靴 ... 山道はトレッキングシューズが良いが、舗装道路はかかとが丸いウオーキングシューズが歩きやすく疲れない。迷った挙句に使い慣れたトレッキングシューズにしたが本音は“まむし”が怖かったのである。歩き終えた時、靴裏のギザギザは見事になくなっていた。底の厚いウオーキングシューズの人が多かった。

ウ.雨対策 ... 雨は傘を使うより雨具で装備したほうがよい。傘を使うと金剛杖もあるので両手がふさがり何をするにも不便だった。ビニール付菅笠は日除けだけでなく雨具としても一級品だった。

今回は上記のように雨用の完全武装を持参し、3月の気候を考えウインドブレーカー、そして秘密兵器にドライヤーを持ってきた。

雨に濡れた靴・一晩で乾かない厚い靴下、乾燥機のない宿ではドライヤーが役に立った。少しかさばるが必需品だ。

なお、ポンチョはトンネルでは車が通ると風圧で裾が舞い上がる。牟岐町のトンネルで舞い上がった裾がトラックに絡み、引きずられ重傷を負った人がいたのを聞いた。若し使用するならトンネル内では広がらないように裾をしばること。

**エ．携帯とデジカメ**…平成のお遍路は携帯電話必携である。遍路道沿いにはまず公衆電話は無く、宿泊施設の予約（電話は朝7時頃、お昼前後、夕方方が宿の人がつかまりやすい）には手許にないとタイミングを逸する。

携帯は目覚し時計として、またカメラ機能を使ってメモ代わりに史跡などの説明や石碑の文言を撮って重宝した。

デジカメで何でも撮ろうとコンパクトフラッシュも3枚用意したが、たくさん撮ったわりにはテーマのない写真になった。お寺の写真なら各案内書の写真がきれいに撮れているし、自然や生活の営みを撮った写真も中途半端だった。

お遍路のなかには八十八ヶ所の大師像だけを、山門だけをとテーマを決めて撮っていた人がいたが、どちらにしても最初の靈山寺のスタートから決めていないと出来ないことである。