

# シュラフの利用

## ① シュラフの使用

1 シュラフを袋から出して、袋をなくさないようにシュラフに結びつけておきます。



2 シュラフシーツのひもを結びます。  
4つのうち2つか3つ結んでおくといいです



3 シュラフシーツをシュラフの中に入れます。足元まで丸まらないように手を入れて伸ばしながら入れます。

奥にシーツを入れます



なかひろ中で広げます



4 完成



## ② シュラフの片付け

1 シュラフからシュラフシーツを取り出し、シュラフのひもをほどきます。シュラフは、奥に手を入れ、裏返しにします。

ひもをほどきます



シュラフを裏返します



2 裏返したシュラフを天日干しします。  
雨天時は、キャンプセンター2階をご利用ください



晴天時は、テントの上を使ったり、ロープを張ったりするなどして、屋外で干してください。

3 干した後にたたみ、できるだけ小さく丸めます。

あたまぶぶんお頭の部分を折ります



ちい小さく丸めます



たてはんぶんお縦に半分を折ります



あしほうからくうきをぬきながら、丸めると良いです。

おしいまえに、かぞえやすいように並べると、てんけんがしやすくなります。

