

# 寝袋の選び方

キャンプで必要なアイテムのひとつ、寝袋。封筒型とマミー型の違いとは？  
どれだけの寒さに対応しているの？  
そんな疑問にお答えします。

## 寝袋の種類

### ■封筒型

長方形で封筒に似た形をしていることからそう呼ばれています。

布団に近い寝心地で、ある程度寝袋の中でも体を自由に動かすことができます。横にファスナーが付いているものが多く、開閉によって温度の調節が可能です。

テントサイト（テントを設置してキャンプをする場所）まで車で乗り入れが可能な、オートキャンプ等で使用されることが多いです。



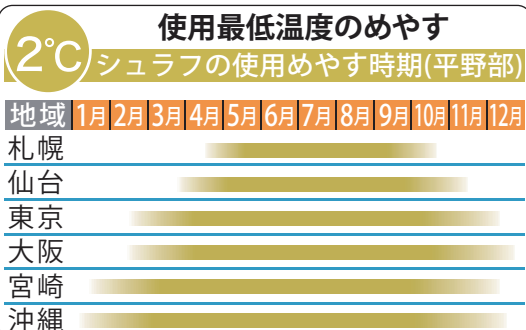
### ■マミー型

この形の寝袋で寝ている姿がミイラに似ていることから、マミー（mummy：ミイラの意味）と呼ばれています。

足の先に行くほど狭くなる寝袋で、頭まですっぽりと入ります。体に合わせた形状なので、封筒型に比べ保温性が高いのが特徴です。収納性が高く、登山などによく使用されます。



## 使用最低温度のめやす



季節やキャンプをする地域によって、使用する寝袋も変わってきます。

国内で使用する場合は、左記を参考にしてください。

また、アルミマットやフリース等を加えると、さらに快適な寝心地になります。

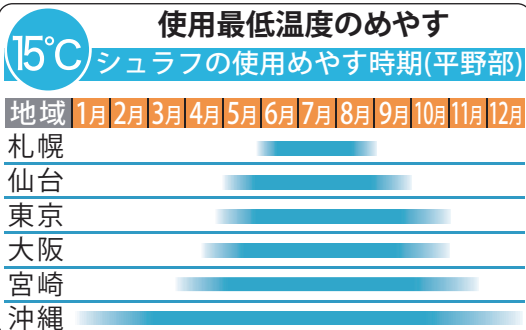
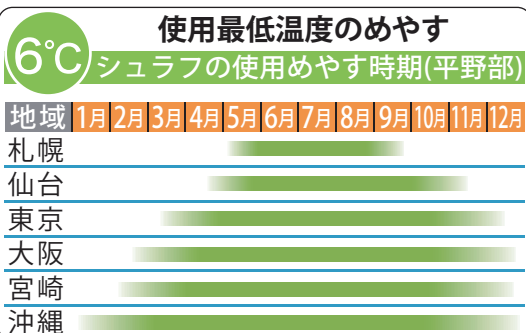
※シュラフとは別名、寝袋のことを言います。

※1. 想定使用状況：長袖シャツ・フリース・パーカー・長ズボン・くつ下着用の上、アルミマット使用。

※2. 上記チャートは平野部の平均的な目安です。晴天・曇天、天候による気温変化にはご注意ください。

※3. アウトドアメーカーLOGOS社内基準

※4. メーカーにより適正使用温度の明記がない寝袋もあります。



## How To 情報

コメリドットコム「HowTo情報」には、DIY情報、住まいや暮らしに役立つノウハウが満載です。

