

有4條登山道！夏季登山期間的注意事項

富士山的登山道開放期間為每年的7月上旬至9月上旬，這段期間被稱為夏季登山期間。但開放期間因登山道不同而有不同，請事先確認。※這個期間以外，登山道禁止通行。

每條路線使用不同顏色顯示

到山頂的登山道有4條，登山出發點的登山口也各自不同。

登山道名稱	路線顏色	登山口名稱
吉田登山道	黃色	富士SUBARU道路五合目
須走登山道	紅色	須走口五合目
御殿場登山道	綠色	御殿場口新五合目
富士宮登山道	藍色	富士宮口五合目

特別注意的4個事項

〈氣象〉 山頂的身體感受溫度在零度以下！山頂與市中心的標高差造成的溫差高達20攝氏左右。外加風的影響身體感受到的溫度更低，即使是夏季在山頂所感受到的溫度也有可能降到零下。此外，富士山的紫外線強，並且隨時有強風、起霧和打雷等突發性天氣的發生請務必注意。

〈裝備〉 出發前請務必確認所需裝備！觀光氣氛下毫無準備或是準備不足順便登山的情況下，容易遭遇山難事故。由於天氣變化劇烈，即使是夏季期間登山也請在出發前確認準備所需裝備。

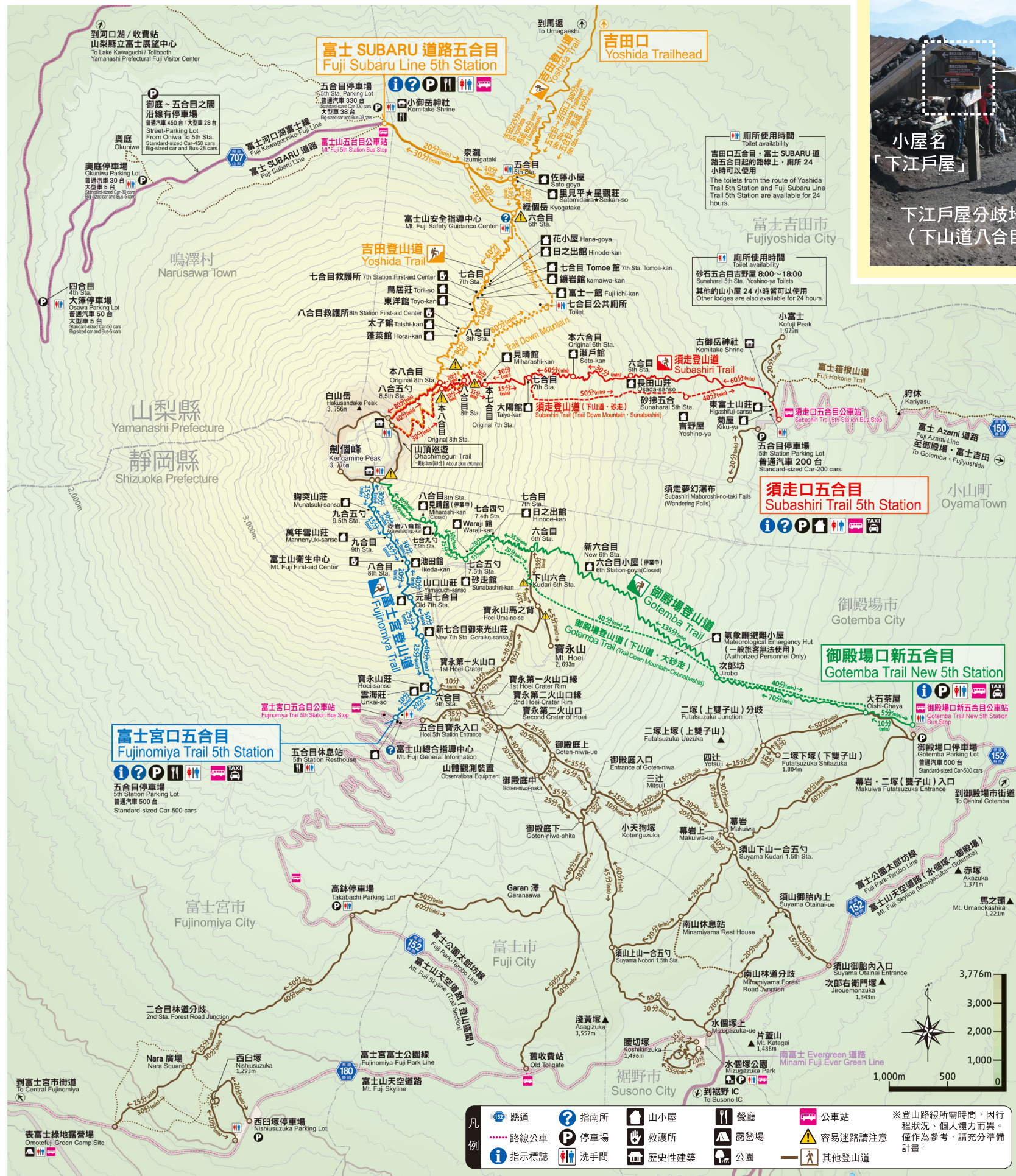
〈高山病〉 時間充分的登山行程！無法適應瞬間的高度變化，造成身體出現疲勞感、無力感、頭暈眩等高山病的症狀。由於高山病的症狀而放棄攀登山頂的登山客不計其數，因此請時間充分的進行登山。但在高山病發生時也請立即下山。

為避免高山病的發生

- 其一 出發的前一天請充分休息和有充足的睡眠
- 其二 出發前請在標高五合目附近休息1到2個小時
- 其三 慢行并有節奏的爬山
- 其四 頻繁的補充水分
- 其五 定期進行短暫的休息，但應注意保持體溫
- 其六 保持腹部深呼吸(吸氣、吐氣)

〈彈丸登山(突擊疲勞登山)〉

損壞安全和健康，請勿執行！前一天不充分休息徹夜登山叫做「彈丸登山」將導致登山道阻塞，在短時間內的海拔升高容易引起發高山病，請勿執行。



⚠️ 吉田登山道和須走登山道的迷路

吉田登山道的下山道，從山頂到八合目與須走登山道是同一條下山道路。而八合目是吉田路線和須走路線的分歧點，迷路的人很多請特別小心注意。吉田路線下山請從名為「下江戸屋」的小木屋前的小路左轉。



有關登山訊息請洽

吉田登山道

山梨縣富士山五合目總管理中心(五合目)	0555-72-1477
富士山安全指導中心(六合目)	0555-24-6223
富士吉田觀光振興服務	0555-21-1000

須走登山道

須走口五合目觀光指南所	0550-84-5582
小山町觀光協會	0550-76-5000
小山町商工觀光課	0550-76-6114

御殿場登山道

御殿場市觀光協會	0550-83-4770
御殿場市商工觀光課	0550-83-1212

富士宮登山道

富士山總合指導中心(五合目)	0544-22-2239
富士宮市觀光協會	0544-27-5240
新富士站觀光指南所	0545-64-2430
裾野市觀光協會	055-992-5005
富士宮市觀光課	0544-22-1111

● 相關詳細登山訊息請從這裡查詢 ●

環境省・山梨縣・靜岡縣等介紹的富士登山訊息的綜合網頁

- 富士登山正式網頁
<http://www.fujisan-climb.jp> (日語和英語)
- 從手機
<http://www.fujisan-climb.jp/mobile/>
(日語 / 僅限夏山期間)
※注意指南的全文在上述網頁內可以確認。

登富士山遇到困難時的對應辦法

〈靜岡縣・山梨縣警察〉
請用手機讀取右邊的號碼，
接通確認對應辦法。

- 高山病的對策
- 迷路時
- 請求救助時



※登山路線所需時間，因行程狀況、個人體力而異。僅作為參考，請充分準備計畫。