

# 登山路线有四条！夏季登山期间的注意事项

富士山登山道路开放的期间为每年7月上旬至9月上旬，这个期间为夏季登山期间。但是各登山路线的开放时间各有不同，请事先做好确认。※这个期间以外，登山道路禁止通行。

## 各条登山路线以颜色区分

通向山顶的登山路线有四条，作为各条登山路线起点的登山口各有不同。

路线名称	路线颜色	登山口名
吉田路线	黄色	富士斯巴鲁线五合目
须走路线	红色	须走口五合目
御殿场路线	绿色	御殿场口新五合目
富士宫路线	蓝色	富士宫口五合目

## 特别注意的4个事项

### 〈天气〉山顶处体感温度在零度以下！

山顶与市内的海拔差异造成温差约为20℃。加之风吹的影响体感温度还会更低，即使在夏天山顶的体感温度也经常会在零度以下。此外，富士山的紫外线辐射强烈，并随时突发强风、雾、雷电等，天气变化迅速，请务必注意。

### 〈装备〉出发前务必确认必须的装备！

抱着一般观光的心情轻易登山很可能导致山难事故的发生。由于天气易变，即使夏季登山时也一定要事先确认并做好充分准备。

### 〈高山病〉制定一个充裕的登山计划！

无法应对剧烈的海拔变化，产生疲劳感、无力感、头痛、眩晕等症状。因高山病而放弃的登山者很多，以充裕的行程登山，如果出现高山病就应立即下山。

### 为避免高山病的发生

- 其1 登山前一天请充分休息(睡眠)
- 其2 出发前请在标高五合目附近休息1到2个小时
- 其3 慢行并以一定的步伐登山
- 其4 注意时常补充水分
- 其5 定期进行短暂的休息，但应注意保持体温
- 其6 保持腹式深呼吸

### 〈弹丸登山(突击疲劳登山)〉

损坏安全和健康，请勿执行！前一天不充分休息彻夜登山叫做“弹丸登山”将导致登山道阻塞，在短时间内的海拔升高容易引起发高山病，请勿执行。



## 务必注意吉田路线和须走路线的分歧点

吉田路线下山时，从山顶到八合目处与须走路线是同一条线路，在八合目处没有注意到吉田路线和须走路线分歧点而走错的人很多，务必特别注意。按吉田路线下山的，在山间小屋“下江户屋”前面的小道左转。



## 登山信息等咨询处

### 吉田路线

山梨县富士山五合目综合管理中心(五合目)	0555-72-1477
富士山安全指导中心(六合目)	0555-24-6223
富士吉田观光振兴服务	0555-21-1000

### 须走路线

须走口五合目观光咨询处	0550-84-5582
小山町观光协会	0550-76-5000
小山町商工观光课	0550-76-6114

### 御殿场路线

御殿场市观光协会	0550-83-4770
御殿场市商工观光课	0550-83-1212

### 富士宫路线

富士山综合指导中心(五合目)	0544-22-2239
富士宫市观光协会	0544-27-5240
新富士站观光咨询处	0545-64-2430
裾野市观光协会	055-992-5005
富士宫市观光课	0544-22-1111

## 登山的详细信息请咨询

环境省、山梨县和静冈县为富士山登山开设的综合网站

■富士山登山官方网站  
<http://www.fujisan-climb.jp> (日语和英语)

■手机链接...  
<http://www.fujisan-climb.jp/mobile/>  
 (日语/仅在夏季登山期间)

※注意指南全文均可以在上述网址内确认。

## 富士山登山遇到困难时的对应方法

〈静冈县·山梨县警察〉  
 请用手机扫描右边的QR码进行连接。以确认对应方法



- 高山病的对策
- 迷路了怎么办?
- 请求救助时?

※登山时间根据天气、路线状况、个人体力差异有所不同。仅作参考使用，请根据具体情况制定登山计划。