

富士登山についてのご注意（2021年版）

※必ずお読みください。

2013年世界遺産登録に伴い、富士山保全協力金として入山料1,000円(任意)を登山道中にて徴収しておりますのでご協力をお願いします。(※旅行代金には含まれておりません。)

●富士登山の参加条件●

夏の富士登山は比較的容易とされていますが、ハイキングとは異なります。完全な登山準備が必要です。また参加条件は、小学生以上～69歳までの健康な方とさせていただきます。体力・足腰に不安がある方は、参加をご遠慮願います。旅行条件成立後であっても以下の場合にはツアーの参加をお断りいたします。

- ①あらかじめ明示した年齢、技能その他の参加条件を満たしていないと判断した場合。
- ②旅行者が病気、必要な介助者の不在、その他の事由により、当該旅行に耐えられないと認められるとき。
- ③引率者、その他の者による指示への違背、これらの者または同行する他の旅行者に対する暴行または脅迫などにより 団体行動の規律を乱し、当該旅行の安全かつ円滑な実施を妨げた場合。
- ④服装・装備等が不備で、安全性に問題があると判断した場合。
- ⑤他の旅行者に迷惑を及ぼし、ツアーの円滑な実施を妨げるおそれのある方。
- ⑥ツアーに対して、合理的な範囲を超える負担を求められる方。
- ⑦コースグレードを検討の上、当社の判断により無理と思われる方。
- ⑧その他、当社の業務上の都合があるときにはご参加をお断りする場合があります。

●免責事項について●

体力・技術・装備不足や体調不良等で途中登山を断念した場合を含み離団中に発生する費用及び万一の事故の際の遭難捜索援助等に要する費用は、お客様負担となります。不測の事態に備え捜索付きの傷害保険へのご加入を強くお勧めいたします。

1. 行程上の注意

- ① 雨天でも登山は決行しますが、悪天候時は登山ガイドの判断により登山を中止したり行程を変更したりする場合があります。また道路状況及び天候等の事情又は登山道の混雑状況により行程、宿泊・仮眠箇所、出発時間などを変更させていただく場合があります。宿泊箇所の変更により、当日宿泊代金の追加徴収をする場合もあります。また、官公庁の勧告・指示・命令、登山ガイドの判断で登山ができない場合がございますので予めご了承ください。その場合、旅行代金の返金はありません。
- ② 当日、著しく装備品の不備や体調の不良が認められる場合は旅行参加をお断り又は登山をご遠慮いただく場合があります。あらかじめ健康には留意され、必ず装備品をご用意ください。
- ③ お客様の体調はご自身でしか分かりません。旅行中に万が一、体調不良となった場合は絶対に無理をせずガイドや添乗員にお申し出ください。状況によって休憩や登山の中止などをお願いすることがあります。その際にご協力をお願いします。また登山中の体調管理等は自己責任となりますのでご注意ください。

- ④ 体調不良などで登山を断念し当日宿泊予定以外の山小屋で、宿泊又は休憩される場合、宿泊・休憩代はお客様負担となり旅行代金の返金もありません。(体調不良等で登山を途中断念された方は各自での下山となる場合があります。)
- ⑤ 往復ともに河口湖・吉田ルート歩きますが、一部を除き登山道と下山道は異なった道のりとなります。また状況により下山道を登ったり、登山道を下る場合や予定の歩行時間と異なる場合があります。
- ⑥ 五合目から山頂間の往復には登山ガイドが同行いたします。
- ⑦ 登山中は団体行動となり自由行動はできません。また休憩等は登山ガイドの指示に従ってください。
- ⑧ 原則、往復同じバスを利用します。登山時に不要な荷物(入浴用品等)はバス車内に置いておくことができますが、紛失等の責は負いかねます。富士急雲上閣のコインロッカー(大・中・小のサイズあり:1回300~500円程度)をご利用ください。貴重品類は各自で保管ください。

2. 富士山および山小屋について

- ① 七合目・八合目の山小屋は、すでに標高3,000m以上となります。気温も平地より15℃程度低くなっています。また山頂では天候・時間帯により0℃程度まで気温が下がりますので十分な防寒の準備をお願いします。
- ② 空気も薄くなっており、高山病への注意が必要です。特に睡眠不足等、体のコンディションにはご出発前からご留意ください。絶対に無理をしないでください。
- ③ 水は必需品です。五合目から上で使う最低限の水は必ずご自宅からご用意ください。飲料用だけでなく洗面用の水もお客様で用意が必要です。ただしあまり多く用意してしまうとその分だけ荷物になり体力を消費します。高価ですが、山小屋でも購入することができます。なお、山小屋では飲料水ほかジュース・ビール等も販売しております。
- ④ 山小屋では男女混合の相部屋となり、混雑状況によっては隣の方とふれあう程度(1人あたり1畳程度)の利用となる場合があります。他のお客様のご迷惑とならないようご協力ください。また混雑のため十分な仮眠を取れない場合もございますので、出発前日には十分な睡眠をおとりください。また心配な方はアイマスクや耳栓などをご持参ください。
- ⑤ 富士山での夕食や朝食は質素です。ご心配な方は缶詰などをご持参ください。
- ⑥ ご来光は4:30~5:30頃です。天候やコース、行程や登山道の事情により頂上以外でのご来光となる場合やご覧いただけない場合があります。
- ⑦ 富士山ではテント張りはできません。大変危険ですので、野外で就寝せず、必ず山室に宿泊してください。山室には、中で明日の登山に備え宿泊している人たちがいますので、外では静かにしましょう。富士山では、クレジットカードや電子マネーについてほとんど取り扱いしている施設がありません。食事代・トイレ使用料など、必ず現金をご用意してください。

3. トイレについて

- ① 五合目より上でのトイレはチップ制(有料)となります。五合目や宿泊の山小屋においてもトイレの使用は有料です。あらかじめ多めに小銭をご用意ください。(1回 200円程度)

4. 入浴について

- ① 五合目や山小屋では入浴できません。(バス出発後、最終日の入浴施設まで入浴はできません。)
- ② 各コースの「溶岩の湯 泉水」ではシャンプー・ソープは設置されておりますが、タオルなどは各自でご持参ください。入浴施設で、貸しタオルセット 300円もあります。

5. 装備・服装について

富士山は直射日光が強いので、長袖・長ズボン・帽子・サングラスなど日焼け予防が必要です。観光地として名高い富士山。簡単に五合目まで行けるので安易に考えがちですが、くどいようですが日本一高い山なんです。山頂を目指すにはきちんとした装備を！

- ・靴・・・足首から砂の入らない物が望ましい(下山時は長い砂道を歩きます)。
※なるべく底の厚い、できたらくるぶしまで包む靴を。
- ・スパッツ・・・砂利・雨の侵入防止のためにあると便利です。
- ・服装・・・登山開始時は半袖でも大丈夫ですが、徐々に気温が下がってきますので長袖・長ズボンで。ジーンズは不可。体感温度差はかなり激しいので、軽くて温度調節のきくものを。
- ・帽子・・・日中は日除け、夜は防寒になります
- ・雨具・・・セパレートタイプのレインスーツがよい。防寒着にもなり、変わりやすい山の天候では必須。富士山では横から雨が降ったり、下から吹上げてくる場合もあります。
※100円ショップで購入したような雨具では何の役にも立ちません。
- ・手袋・・・ケガ防止、防寒具にもなります。八合目付近は手をつけて登るような場所があります。
- ・着替え・・・登り始めは汗をかくこともあります。雨対策としてビニール袋に入れておくと便利です。
- ・その他・・・水・ヘッドライト・予備電池・帽子・常備薬・タオル(汗ふき用、入浴用)・バスタオル(入浴用)・ティッシュペーパー・ウェットティッシュ・携帯酸素ボンベ・つえ・キャンディー等
行動食・傘(登山時以外用)・カメラなど

☆持ち物チェックリスト(□の中に要チェック！)

★必要な持ち物★

- ザック
- トレッキングシューズ
- レインウェア(上下セットのもの)
- 帽子
- 手袋
- ヘッドライト
- 防寒具
- 着替え用のTシャツ
- バンドエイド・消毒液
- 水(飲料以外の分も含む)、飲料
- 行動食(キャンディなど)
- 常備薬
- 健康保険証のコピー
- 靴ひもの予備
- 予備の電池
- ハンドタオル(2枚)
- 傘(登山時以外用:折り畳み式)
- 時計
- ティッシュペーパー
- ゴミ袋
- 携帯灰皿(喫煙者は必須)

☆あると便利なもの☆

- 日焼け止め
- サングラス
- 携帯酸素ボンベ
- 厚手のソックス
- バスタオル
- スパッツ
- カメラ
- 携帯電話
- 非常食(缶詰など)
- ストック(つえ)

◆登山について

自分に合ったペースで昇りましょう。人に合わせたり、長く休むとかえって疲れることがあります。高山病予防のため、登山前には必ず五合目で1時間以上薄い空気に対して身体を慣らすと楽です。頂上までの所要時間(体力や小休止・昼夜により異なる)登山4~7時間/下山2~3時間

●富士山の五合目は2,300m

富士山は五合目まで車で簡単に行けてしまうので、なかなかその高さを実感できないのですが、五合目は標高2,300m!通常、海拔0~100m付近で生活している私たちに影響を及ぼさないわけがありません。まさか!とお思いの方は、ためしに五合目に到着したら、ちょっと走ってみてください。その苦しいこと苦しいこと、、、

●高山病って?

高山病とは……高山病とは低酸素状態に置かれたときに引き起こされる病気です。運動神経が優れていようが、若かろうが、かかってしまうのがこの病気。七合目、八合目と標高が高くなるにつれて、めまい、吐き気、頭痛が襲ってきます。

●治すには

もう気分は最悪。でも、みんなはまだ元気だし! ってことで無理してついていっても辛くなるばかり。とにかく下山しましょう。五合目まで降りてくると、あら不思議!大抵の人はけろっとしてまいります。そう!高山病は降りるだけで治るのです。

●その時に大切なこと!

グループとの連絡方法、待ち合わせの時間や場所などをきちんと決めておくことを忘れずに!富士山では携帯電話が通じます(一部携帯会社は通じ難い場所があります。)ので、連絡先をお互いに確認しておきましょう。