

致登夏季利尻山的各位

~为了安全舒适的登山~

2026年6月18日
稚内地方气象台
环境省稚内自然保护区
北海道旭川方向稚内警察署
利尻町・利尻富士町・礼文町
北海道宗谷综合振兴局

山上的天气很严酷！

- 即使山脚很热，山顶附近的气温也可能低于10℃
- 风雨会使体感温度大幅波动
- 需要注意突然的雷雨、视线不良引起的迷路和滑落

为了安全地登山！

- 制定宽松的登山计划吧（清晨出发，日落前下山吧）
- 准备充足的食物、水、防寒用品等万全的准备

【国家公园使用礼仪『利尻规则』】

在利尻岛，为了保护利尻山的环境，正在呼吁遵守利尻规则

■请携带便携式厕所，并使用便携式厕所隔间

（利尻山设有6处移动厕所隔间（驾泊路线3处、俱形路线2处、姬沼庞山探胜路1处））

■为了防止登山道荒芜，请在登山杖上装上橡胶帽

■为了保护高山植物，请不要坐在植物上，也不要踩踏植物



请把垃圾带回去！

装备品

○确保通信手段的装备

- 万一遇难需要求助时, 首先应该拨打110
 - ☐手机·智能手机 ☐备用电池 etc.
- ※因为有很多地方手机信号无法覆盖, 所以请注意

○为了避免迷路或遇难的装备

- 事先在地图上确认路线吧
 - ☐地图 ☐指南针 ☐全球定位系统 etc.

○为防备意外的装备

- 即使是当天来回的计划, 也尽量随身携带, 以防万一
 - ☐充足的补给食 ☐足够的水 ☐防寒衣·雨具 ☐光 ☐哨子 ☐头盔
 - ☐野营装备: 简易帐篷、应急毯、喷灯(炉灶·炉子) etc.



进入山中时的注意事项

○制定合理且宽裕的计划

- 利尻山由于坡度陡且容易滑倒, 所以会发生跌倒事故和因疲劳导致的行动不能情况
- 事先调查山的情况, 根据各自的体力和技术进行有余裕的登山

○登山计划书的提交

去最近的警察局或当地派出所(也可以通过网络提交)

【北海道警察网站】

<https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/info/chiiki/sangaku/sangaku-top.html>



《北海道警察网站》

○确认气象信息和天气预报

在预料到恶劣天气或天气急剧变化时, 应避免勉强行动

【稚内地方气象台网站】

<https://www.data.jma.go.jp/wakkanai/index.html>

011-676-5025(通过语音的24小时自动应答)

※天气预报是「1#」、观测结果是「2#」、按市町村的警报等「3#」、
其他咨询事项「4#」请按



《稚内地方气象台网站》



※俱形路线从第九合目之后的登山道
由于山体滑坡而封闭通行



《环境相网站》