

# 富士山入山前体調確認自己チェックシート(吉田ルート)

## 富士山入山前体調確認チェック項目

- 1 □ 37.5 度以上または平熱+1 度以上の発熱がある。
- 2 □ 倦怠感や息苦しさがある。
- 3 □ 咳や味覚、嗅覚の異常、その他体調が優れないといった症状がある。
- 4 □ 2 週間以内に新型コロナウイルス感染確定者、濃厚接触者と接した。
- 5 □ 2 週間以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国・地域へ訪問・経由した、または当該在住者と濃厚接触した。
- 6 □ 登山を行う場合で、基礎疾患や年齢等により高所登山へ健康不安があり、主治医等から登山を止められている。
- 7 □ グループ及びツアー等団体のなかに上記項目に該当する入山者がいる。
- 8 □ 上記 1~7 に該当する項目はない。**
- 9 □ ワクチンを接種済、又は 2 週間以内に PCR 検査を受け、陰性と判定されている。

※来訪当日に上記 1~7 の項目に 1 つでも当てはまる場合は、登山や来訪を中止していただきますようお願い致します。

登山期間中の富士スバルラインの営業時間  
**3 時~18 時 (下りゲート 19 時 45 分閉鎖)**

※例年 24 時間の営業が変更となるため、ご注意ください。上記の時間帯外はバス、タクシー等も含め、五合目から下りすることはできなくなります。

五合目発のバス等の出発時刻を考慮し、計画的に登山を行っていただきますようお願い致します。

### ◆五合目下り最終バス出発時刻

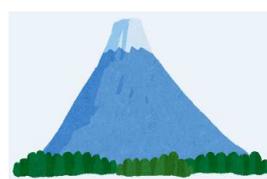
- ・路線バス 15:40 (7/1~7/20)  
17:40 (7/21~)

- ・シャトルバス 18:30 (7/21~8/31)

### ◆登山所要時間の目安

登り 6 時間 10 分 下り 4 時間 5 分  
合計 10 時間 15 分(休憩時間含まず)

※所要時間は目安で、個人差によってさらに時間を要することがあります。



## With コロナ時代の新しい富士登山マナー

①から⑦は登山前(事前の計画)から、⑧から⑫は登山中(現地での行動)のご協力をお願いします。

<p><b>1 発熱・症状があるときは登山を行わない</b></p> <p>※コロナ禍の救助活動は時間もあり、救助者への負担も大。必ず万全の体調で※持病がある方や年齢等で健康不安の方は入山を止めましょう</p>	<p><b>2 なるべく住居を共にしている人と少人数で登山</b></p> <p>※大人数の場合、少人数のグループに分かれて行動しましょう</p>	<p><b>3 混雑する日や時間帯を避ける</b></p> <p>※混雑予想カレンダーを活用しましょう※山頂からのご来光は密になりがちです山小屋付近からもご来光を楽しめます</p>
<p><b>4 山小屋は必ず事前に予約</b></p> <p>※山頂でご来光を見たい方は必ず予約をしてください※富士山ではテント泊は禁止です</p>	<p><b>5 宿泊をとまわらないご来光目的の夜間登山は行わない</b></p> <p>※安全な登山と山頂での密回避のためです</p>	<p><b>6 最新情報をよく確認し、安全に配慮した余裕のある登山計画を立てる</b></p> <p>※感染対策を行っているからの登山は平時よりも時間がかかります</p>
<p><b>7 感染対策グッズを準備</b></p> <p>※マスク、手ぬぐい、消毒液(アルコール除菌タイプ)※ヘッドライト、携帯用の手指消毒剤</p>	<p><b>8 同行者以外の人とはソーシャルディスタンスを確保</b></p> <p>※距離を確保する際、登山道からは絶対に外れないこと(落石のおそれあり)</p>	<p><b>9 必要に応じて、マスクや手ぬぐいなどで鼻と口を覆う</b></p> <p>登山道でのすれ違い、屋内の公共施設 距離が確保できないとき</p>
<p><b>10 登山道の渋滞時には交互登山に協力を</b></p> <p>※安全誘導員がいる場合は、その指示に従いましょう</p>	<p><b>11 呼吸を荒らげないよう、無理のない自分のペースを維持</b></p> <p>※激しい呼吸は呼吸の飛躍が増えます※無理な追い越しは止めましょう</p>	<p><b>12 同行者以外との物品の共有、杖やロープへの接触は避ける</b></p> <p>※杖やロープは登山道を示すものであるため、絶対に触れないでください</p>
<p><b>13 トイレや売店を利用した後は、必ず手指消毒</b></p>	<p><b>14 ゴミや吐物は密閉式の袋に入れて持ち帰る</b></p> <p>※感染拡大の観点から密閉が必要</p>	<p><b>15 体調不良時等は速やかに登山を中止して下山</b></p> <p>※該当者との濃厚接触者も、症状の有無にかかわらず下山してください※天候悪化が予測される場合、登山を中止</p>

## 注意事項

①本シートは来訪前に印刷し、事前に体調確認、検温を実施のうえ、富士山にお持ちいただき、検温場所等でご提示ください。

②新型コロナウイルスに感染すると、高所では低酸素により急激に症状が悪化する可能性があります。また、コロナ禍の救助は例年と比べ、時間がかかることが予想され、救助活動者にも負担をかけることとなります。そのため、**健康不安がある方、体調が優れない方は登山や来訪を中止していただきますようお願い致します。**

③本シートは必ず下山するまでお持ちください。

※富士山は世界文化遺産です。富士山の環境保全のためにも、富士山内で本シートを捨てないでください。

新しい富士登山マナーQRコード↓



詳しい情報はこちら

富士登山 コロナ対策

検索

