

至東京
三保バス停
街道の湯

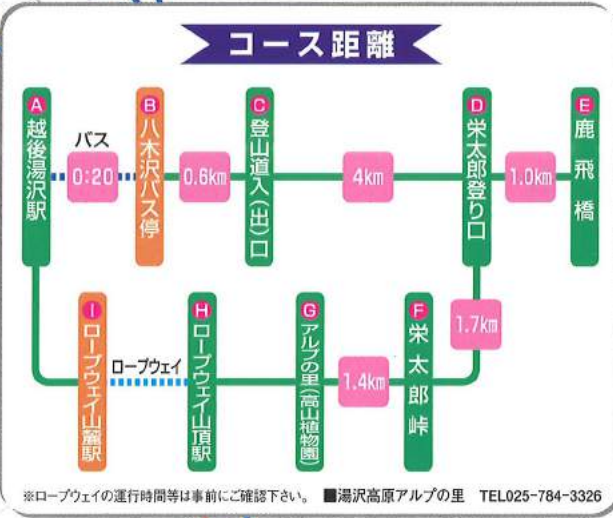


■フイトンチッドとは…
樹木から放散されて周囲の微生物などを殺す働きをもつ物質。1928年にソ連のトーマンが提唱したもので、樹木の香気成分であるテルペン類がこれに相当すると考えられる。森林浴の効用の源とされる。



初心者向け日帰りコース トレッキング湯沢Iコースガイド

●期間／6月中旬～11月上旬
※但し、降雪状況により変更になります。ご確認ください。



- 30分コース
- 1時間コース (ミニトレッキングコース)
- 2時間30分コース (アルプの里パノラマコース)
- トレッキング湯沢Iコース

※八木沢口、湯沢高原ロープウェイ口のどちらからでもOK。ただし、柴太郎峠までの登りはなかなかハード。体力に自信がなく山登りはちょっと、という方や、小さなお子様連れの方は、八木沢口からフイトンチッド広場までの往復がおすすめ。



沢渡り



プナ姫

携行品一覧(夏山)

品名	小冊子	品名	小冊子	品名	小冊子
地図・コンパス	○	救急薬品	○	藪薙ぎ(等部に前記)	○
時計・ラジオ	○	携帯トイレ	○	スバツツ	○
ヘッドランプ	○	アイゼン	○	こみ持ち罫り用袋	○
筆記用具	○	弁当・行動食	○	綿引	○
健康保険証	○	非常食・嗜好品	○	ロールペーパー	○
コンロ・炊事用具	○	水筒	○	ビッケル	○
ナイフ	○	ツェルト	○		
ライター・マッチ	○	雨具・ザックカバー	○		

○必ず持参。○あれば便利なもの、状況によって必要なもの。



事故防止のために

- しっかりとった装備を持ち、綿密な計画をたてて登山にのぞみましょう。
- 事前に山の天気調べて、入山時は天候の変化に気をつけましょう。
- 休憩のために地図を見て、現在地を確認しましょう。
- もし、天候、体調、ルートなどに不安があったら、登山を中止しましょう。
- 日帰り登山が可能な場合も無理な計画をたてず、地元民宿等を利用して前泊・後泊などを取り入れ、余裕を持った登山を行きましょう。



山を守るために

- 高山植物を折ったり、持ち帰ったりしてはいけません。
- 登山道からはみ出して歩いてはいけません。
- こみは全て持ち帰りましょう。携帯トイレを持ちましょう。
- 登山道へ盲導犬以外の動物の持込み、運込みはつしめましょう。
- 登山道へオートバイや自転車を乗り入れてはいけません。

湯沢のことなら

湯沢町観光協会

☎025(785)5505

〒949-6101 新潟県南魚沼郡湯沢町越後湯沢駅東口構内

http://www.e-yuzawa.gr.jp/

