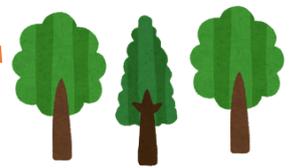


熊野古道歩きについて



熊野古道は、山歩きと同じ服装、装備がオススメです。
古道内には、動物や虫がくらしています。服装や装備はしっかりと準備をして歩きましょう。

服装・装備について

必需品

- 帽子・・・日射病予防や汗止め、強風時にはシバよけに。
- リュックサック・・・肩掛けバッグより肩や腰への負担が軽減されます。
- 履きなれたウォーキングシューズやトレッキングシューズ
- 十分な水分・・・500ml以上。夏場は、多めに準備しましょう。
- ウォーキングウェア・・・速乾性のものや長袖、長ズボンがオススメです。

準備したいもの

- 地図 雨具 タオル
- 補助食(飴など) 腕時計

あると便利で安心

- 懐中電灯 ストック 救急用品 虫よけ レジャーシート ゴミ袋 手袋



注意する動物や虫

マムシ 体調 45cm～80cm



頭が三角形・牙に毒を持つ
かまれた場合は直ぐに救急車を呼びましょう

ムカデ 咬まれると強烈な痛みを伴います。暖かい時期と、



湿気の多い時期に活発に活動します。

スズメバチ



強力な針を持つ。
秋に最も活動的。巣を見かけたら、静かに離れましょう。

その他の動物や虫

- ▲鹿や猪・・・夜行性なので昼間はめったに見かけませんが、シダなどに潜んでいます。
- ▲熊・・・紀伊半島は、ツキノワグマの生息地です。
- ▲ダニ・・・シダなどの茂ったところを歩く場合は注意してください。▲ヒル・・・雨の日、特に蒸し暑い日などは注意してください。

※動物や虫に出会うことは、歩く山道のコースやコンディション、天候により異なりますが、どのコースでも道を外れてむやみやたらに森に入らず、夏場でも肌を露出して歩かないようにしましょう。



日没時間&平均気温

	1月	2月	3月	4月	5月	6月
最高気温 (°C)	10.1	11.8	15.4	19.7	24.2	26.4
最低気温 (°C)	-1	-0.3	2.4	6.8	11.8	17.5
日没時間	17:30	17:41	18:06	18:30	18:52	19:10
	7月	8月	9月	10月	11月	12月
最高気温 (°C)	29.8	32	28.8	23.9	18.2	12.9
最低気温 (°C)	21.5	21.9	18.5	12.3	6.4	1.1
日没時間	19:08	18:43	18:04	17:24	16:56	16:53

紀伊山地の霊場と参詣道ルール

世界遺産「紀伊山地の霊場と参詣道」は、万物、生命の根源である自然や宇宙に対する畏敬を、山や森に宿る神仏への祈りという形で受け継いできた、日本の精神文化を象徴する文化遺産です。

私たちは、このかけがえのない資産がもたらす恵みを、世界の人々がいつまでも分かちあえるよう、参詣道を歩くにあたって次のことを約束します。

1. 「人類の遺産」をみんなで守ります。
2. いにしえからの祈りの心をたどります。
3. 笑顔であいさつ、心のふれあいを深めます。
4. 動植物をとらず、持ち込まず、大切にします。
5. 計画と装備を万全に、ゆとりを持って歩きます。
6. 道からはずれないようにします。
7. 火の用心をこころがけます。
8. ゴミを持ち帰り、きれいな道にします。

熊野古道に関するお問合せ先 熊野本宮観光協会

〒647-1731 和歌山県田辺市本宮町本宮 100-1 TEL 0735-42-0735 HP:http://www.hongu.jp