



熊野古道歩きについて



熊野古道は、遊歩道ではなく、急な坂や道幅が狭いところもあります。
また、古道内には動物や虫がくらしています。
山歩きと同じ服装、装備がオススメです。しっかりと準備をして歩きましょう。

〜〜〜服装・装備〜〜〜

必需品

- 帽子…日射病予防や汗止め、ケガ防止に。
- 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…速乾性の長袖・長ズボンがオススメです。
- 地図 雨具 タオル 補助食（アメなど） 時計
- 救急用品 虫よけ 手袋

あると便利で安心

- 懐中電灯 ストック レジャーシート ゴミ袋
- クマよけの鈴



〜〜〜注意が必要な動物や虫〜〜〜

マムシ



体長45～80cm。
頭が三角形で牙に毒があります。
かまれたら直ぐに救急車を呼びましょう。

ムカデ



かまれると強烈な痛みを伴います。
暖かい時期・湿気の多い時期に活発に活動します。

スズメバチ



強力な針を持ち、秋に最も活動的になります。
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・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て遭遇することがあります。
- ・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特に注意してください。
- ・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、どのコースでも道はず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。



〜〜〜平均気温&日没時間〜〜〜

	1月	2月	3月	4月	5月	6月
最高気温(℃)	10.1	11.8	15.4	19.7	24.2	26.4
最低気温(℃)	-1	-0.3	2.4	6.8	11.8	17.5
日没時刻	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(℃)	29.8	32.0	28.8	23.9	18.2	12.9
最低気温(℃)	21.5	21.9	18.5	12.3	6.4	1.1
日没時刻	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。

