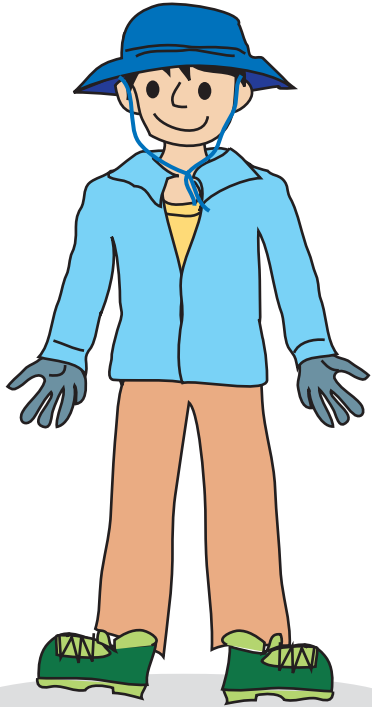


# 知床五湖 地上遊歩道を散策するときの服装

Gear and clothing list. for the ground pathway.

夏 (6～9月)

summer (Jun ~ Sep)



日差しを遮る帽子

Sunhat

薄手の長そでと長ズボン

虫刺されや下枝から肌を守る

Long sleeved shirts. Long pants

薄手の手袋または軍手

森の中の不意なトゲから守る。

あると便利

Light gloves or mitts

履きなれた靴

足の甲が隠れるスニーカーや  
トレッキングシューズ等が良い。  
サンダルやヒールは不向き。

Comfortable shoes

春 (4～5月)・秋冬 (10～11月)

Spring (Apr, May) Autumn/Winter (Oct, Nov)



暖かい帽子

Wool or fleece hat

保温性のある上着と長ズボン

ダウンや重ね着等。

風を通さない素材のもの。

Warm clothes

保温性のある手袋

Warm gloves or mitts

履きなれた靴

トレッキングシューズや長靴、  
中綿のあるブーツ等。

Comfortable shoes

両手が使える  
リュックやポシェット

Small Backpacks.



水またはお茶は持ち込み OK !

注意：甘いにおいや糖分が入っている  
ものは、ヒグマや鉢を誘因します。  
食べ物のお持込もご遠慮ください。

Water or unsweetened tea.  
Other drink are prohibited which bears  
are attracted.

虫除け

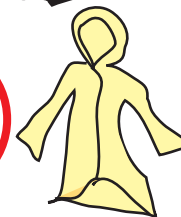
5～8月頃は、蚊が大量に  
発生することがあります。

Insect repellent.



雨の日

rainy day



「春」と「雨の日」は長靴が必要

地上遊歩道は未舗装である為、毎年4～5月初旬の  
雪解けの時期と雨の日は、道に大きな水たまりや  
ぬかるみができ、靴がドロドロに汚れます。  
Rubber boots are needed in spring and any wet  
conditions.

傘よりもカッパを

地上遊歩道で傘を利用すると視界が悪い上に、  
強風等で壊される方が多いです。

両手が使えるカッパがお勧めです。

Rain wear. Umbrella not recommended.

※知床五湖から約9 km離れた知床自然センターにて長靴レンタル実施中。ガイドツアーへ参加を予定されている方は、事前にガイド事業所へレンタルが可能かご確認ください。

Rental rubber boots are available at Shiretoko Nature center (11km away from Shiretoko Goko Lakes). For those who are joining guided tour, please contact the guide company for rentals.