



富士山登山ルート3776

Mount Fuji Climbing Route 3776

年 月 日

挑戦計画書

挑戦者の心得7カ条（ガイドマップ参照）を踏まえ、以下の挑戦計画に従い、自己の責任のもと挑戦します。

挑戦者	緊急連絡先
氏名 _____	氏名 _____
住所 〒 _____	住所 〒 _____
電話 _____	電話 昼間 _____
	夜間 _____
	救援態勢 ・ある (名) ・なし

目的等					
最終目的地		□富士山山頂 (3776m) □その他 ()			
挑戦期間		令和 年 月 日 () ~ 令和 年 月 日 ()			
宿泊先		月 日			
		月 日			
		月 日			
日付		行動予定 (ルート等)			
挑戦者および同行者氏名		現住所		雨具の色	緊急連絡先
		性別	血液型	生年月日	ザックの色
挑戦者		同上			同上
					同上
同行者					
同行者					
同行者					
同行者					
【持ち物チェックリスト】					
ガイドマップを参考に、持ち物に不備がないようチェック（確認）をしてください。以下のリストにないものでも、各自で必要なものは必ずご用意ください。					
【服装】 <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 防寒具（着脱しやすいもの） <input type="checkbox"/> 手袋 <input type="checkbox"/> スニーカー（舗装路用） <input type="checkbox"/> 登山シューズ（登山用） <input type="checkbox"/> ザック（35～40リットル程度） <input type="checkbox"/> 長袖シャツ <input type="checkbox"/> 長スボン <input type="checkbox"/> 靴下（厚手のもの） <input type="checkbox"/> 着替え（必要な日数分）					
【その他】 <input type="checkbox"/> 雨具 <input type="checkbox"/> 非常食（ 日分） <input type="checkbox"/> 飲み物（ リットル） <input type="checkbox"/> ガイドマップ <input type="checkbox"/> 時計 <input type="checkbox"/> 健康保険証 <input type="checkbox"/> ストック <input type="checkbox"/> 薬、ばんそうこう <input type="checkbox"/> ヘッドランプ（予備電池） <input type="checkbox"/> サングラス <input type="checkbox"/> タオル、水溶性ティッシュ <input type="checkbox"/> ゴミ袋（5枚程度） <input type="checkbox"/> マスク、カイロ <input type="checkbox"/> スパッツ <input type="checkbox"/> 日焼け止め、リップクリーム <input type="checkbox"/> ヘルメット <input type="checkbox"/> 携帯電話（電池式充電器） <input type="checkbox"/> 熊鈴					

～アンケート～

「富士山登山ルート3776」をどこで知りましたか？下記からお選びください。（複数回答可）

- ルート3776ホームページ Facebook Instagram Twitter YouTube その他ウェブサイト
 新聞 テレビ ラジオ 雑誌 イベント チラシ・ポスターなど 知人からの紹介など YAMAP