



## 会津トレイルを楽しむための 服装・持ち物

### 服装

- リュックサック
- トレッキングシューズ
- 上着（休憩時や天気の急変時に便利）
- ズボン（動きやすく速乾性素材のもの）
- シャツ（速乾性素材の半袖・長袖）
- スtock
- 帽子
- 手袋
- マスク



### 持ち物

- 飲料水
- 地図
- 携帯電話
- 時計
- クマよけ鈴
- タオルや手ぬぐい
- レインウェア
- 着替え
- 行動食（チョコレートや飴、ビスケットなど）



現地で必要なものがなくて困ったり、荷物が多すぎて疲れたりすることのないようしっかりと準備をしましょう。



## 会津トレイルのルール

トレイルを歩くときはマナーを守り、  
安全第一で利用してください。

- 安全管理は自己責任が基本です。決して無理をしないようにしましょう。
- 事前に距離や時間、交通機関などを把握し、余裕のある計画を立てましょう。
- 交通ルールを守り、事故に注意しましょう。
- 自然道では落石や倒木、土砂崩れ等に注意しましょう。  
また、天候が悪い時や積雪期は歩行を控えましょう。
- 動植物を持ち帰ったり、傷つけたりしないようにしましょう。
- ゴミは必ず持ち帰りましょう。
- コース外の森や田畑、民家の敷地などには入らないようにしましょう。  
また、施設の損壊に注意しましょう。
- 他のハイカーや地元の方に配慮した行動を心掛けましょう。
- キャンプやたき火は、決められた場所で行いましょう。
- クマやハチなどの野生動物に注意。クマよけ鈴を携帯しましょう。

**緊急時の救助要請**

**警察 110 救急車 119**

