

攀登罗臼岳

罗臼岳（1661 米）是知床山脉中最高的一座山。知床山脉由一系列火山组成，这些火山穿过知床半岛中部，从东北向西南延伸。通往罗臼岳顶峰的步道有两条。如果天朗气清，游客登顶后可以看到周围的山峰和鄂霍次克海。

知床半岛与加拿大南部和蒙古中部的纬度相近，因此，山区环境和天气条件较为恶劣。在这个纬度，偃松等耐寒高山植物会在海拔 1100 米的山上生长。而在日本主岛本州岛上，这类高山植物通常只生长在海拔 2000 米以上的地方。

这里地形崎岖，有巨大的岩石和陡峭的峡谷，登山口和山顶之间的海拔落差高达 1000 米以上。如果从罗臼温泉登山口出发，徒步往返大约需要 11 个小时。攀登罗臼岳需要周详的计划，只推荐有经验的徒步者尝试。

登山口和登山季

罗臼温泉登山口靠近知床国立公园罗臼游客中心，位于熊之汤露天温泉对面。知床半岛西岸斜里町的岩尾别温泉处也有一个登山口。可以从一个登山口出发，在另一个登山口结束旅程，但须注意，从岩尾别返回罗臼的公共交通工具有限。知床的登山季从每

年 7 月上旬持续到 9 月中旬。登山者应注意，直到 7 月山上都会有积雪，因此可能需要准备冰爪和冰镐。

小心熊类出没

熊生活在知床山脉，包括罗臼岳。它们往往会避开人类，并且对噪音很敏感。登山者应随身携带熊铃，以避免在徒步过程中遇到熊。