**白山登山須知**

1. 請隨時留意天氣變化。山區氣候變化劇烈，尤其是白山等高海拔地區。出發前應事先查詢天氣預報，特別是颱風季，請根據當時氣候狀況隨時準備取消或更改行程。健行或登山需自行承擔責任及後果。另外，晚上禁止入山。

2. 牢記白山是一座活火山。登山前請務必查詢火山狀況和相關警戒資訊。

3. 請儘早到達目的地。請儘早出發，避免在天黑後行走。如計劃在山上過夜，最晚應於日落數小時前抵達小屋或營地。

4. 請做好應急準備。隨身攜帶雨具、保暖外套、換洗衣物以及充足的飲用水和足夠的糧食。

5. 請將登山行程告知親友。登山者攀登白山前需填寫登山申請表，該表格可在每條登山道的入口領取。此外，請務必將您的路線和行程告知家人或朋友。

6. 觀賞但不觸摸。日本《自然公園法》禁止從山上獵捕動物、採集植物或岩石，也禁止攜帶外來動、植物進入。違者將處以罰鍰。

7. 請勿偏離設有路標的登山道。為了您自身的安全，也為了保護脆弱的高山植物和山嶽，請勿偏離登山道。

8. 熊出沒，請注意。如果獨自健行，請使用熊鈴、收音機，或是任何可以持續發聲的東西，向熊示意您的存在，並避免突然驚擾它們。儘管熊攻擊人的事件鮮少發生，但每位健行者仍應警惕防備。

9. 錯峰登山。7月下旬至8月的每個週末或節假日正逢旺季，登山道及山間小屋都相當擁擠。若時間許可，建議於平常日登山以避開人潮。

10. 春秋兩季謹防嚴寒氣候。即使在非冬季的季節，山上也可能急劇降溫，甚至下雪。請隨時留意天氣預報，並隨身攜帶適合雪地環境的衣物和裝備。

11. 垃圾隨身帶。由於山上沒有垃圾處理設施，登山者應將所有垃圾帶下山。

12. 腳踏車或其他帶輪車輛不得進入白山。

13. 僅南龍馬場一處允許搭帳篷露營。

萬一發生緊急情況，請撥打110報警。會說英語的員警有限，請放慢語速，減少艱澀詞彙，並儘量使用日語關鍵字，例如「Hakusan」（白山）、「Tozan」（登山）、「Jiko」（意外事故）等。員警會聯繫翻譯給您回電話。如果使用手機，警方一般能確定您的所在位置。