

富士登山は、「低酸素」かつ「長い行程」で身体的負荷が大きく、登山経験が少ない方にとって、心臓突然死など「病気による遭難」のリスクが高いと言われています。このような事態を未然に防ぐために、当ガイドサービスでは参加基準を設けています。

- ・ Aに当てはまる場合は、参加することができません。
- ・ Bに当てはまる場合、医師の許可が必要です。
- ・ Cに当てはまる場合、ガイドに申告をお願いします。

### A（参加することができません）

お申込時点でひとつでも該当する場合は、富士登山にお申し込みできません。

- 登山に支障があると思われるご持病、体質がある方
- 高血圧・高脂血症のお薬を服用されている方
- 高血圧(※)  
収縮期血圧140mmHg以上 または  
拡張期血圧90mmHg以上 のいずれか
- 心筋梗塞や狭心症を発症したことがある方  
※ワーファリン等を服用している方  
※ニトログリセリン等を携帯している方
- 高血糖(※)  
空腹時の血糖値126mg/dL以上
- 初めてのご参加で60歳以上の方
- 高コレステロール(※)  
LDLコレステロール 140mg/dL以上 または  
HDLコレステロール 40mg/dL以下 のいずれか
- 15歳未満の方
- (※)1年以内の健康診断の検査値
- 運動をする習慣がない55歳以上の方
- 腎結石の疑いがある方

### B（参加するには医師の許可が必要です）

医師の診断を受け富士登山の許可を得なければ、参加することができません。

※グラウンドアップにもその内容をお知らせください。

- ぜんそくをお持ちの方
- 循環器・呼吸器に関係するご持病をお持ちの方
- 日常的に膝痛や腰痛がある方
- 過去に大きな病気・手術をされた方

### C（参加するにはグラウンドアップに申告が必要です）

以下に当てはまる場合、グラウンドアップに申告してください。

- アレルギーをお持ちの方
- 外反母趾や内反小趾で痛みがある方
- 過去に高山病の経験がある方
- BMI値が25を超える方  
※BMI値 = 体重kg ÷ (身長m × 身長m)