

# 北阿尔卑斯地区 栖息着黑熊

为了与熊共存而需要了解的知识



**環境省**  
Ministry of the Environment

发行方 2025年3月 環境省 信越自然环境事务所  
制作方 NPO 法人 信州黑熊研究会

## 您现在正处于熊的栖息地内

请时刻留意熊的动向并谨慎行动。

熊不会主动攻击人类，但如果它们记住了食物或垃圾的味道，就可能变得危险。

### 不要让熊吃到食物或垃圾

☑ 妥善管理食物和垃圾，防止气味外泄



熊会因记住了食物或垃圾的味道而变得危险



### 避免突然出现在熊面前

☑ 发出声响（铃铛、收音机、拍手、说话）



### 若不慎在近距离意外遭遇熊

☑ 缓慢后退

☑ 不要大声喊叫！

☑ 不要逃跑！



反面写有详细的应对措施。请对折两次后随身携带

## 黑熊 (食肉目熊科)

在日本分布于本州和四国地区。是栖息于森林中的大型哺乳动物，生活在拥有多种生物的丰富自然环境中。每只熊的月牙形花纹和性格各不相同。



夏季有很多熊会靠近人类居住地，但也有熊会爬到高山地带的草丛中生活

## 熊的成长



## 食物与生活习性

- 杂食性动物，以草类和树木果实为主，也吃昆虫类等（食物随季节变化）
- 活动区域的海拔高度会根据季节发生变化

### 熊的活动范围

每日移动距离：约 1~3km  
全年活动范围：约 10~700 km<sup>2</sup>

### 熊的活动时间

春~夏：主要在白天活动  
(在建筑物附近等区域也可能在夜晚活动)  
秋：昼夜均活动

### 开始冬眠 (11月中旬~)

\*大多会冬眠到12月底



幼熊在2月上旬出生

### 季节交替期 (7月下旬~9月上旬)

#### 交配期 (5月~8月前后)



草本植物类 浆果类

- 在高山地带主要食用草本植物类、浆果类等的果实
- 此期间食物较少，很多熊会变瘦

#### 开始活动 (3月下旬~4月)



多汁浆果类 (樱花果实等) 社会性昆虫 (蚂蚁、蜜蜂类)

#### 饱食期 (9月中旬~)

- 为冬眠储备能量而大量进食
- 原本在高山活动的熊也会为了寻找橡果而下山



海拔 (m)  
2400

2000

1600

1200

800

千万不要让熊吃到食物或垃圾！！

一旦熊尝到味道，就会记住“人类附近有食物”，从而变得不惧怕人类。

避免诱发熊的危险性，安全地享受山林乐趣。



### 妥善管理露营地的食物和垃圾

- ✓ 不要将其放置在野外或帐篷的前厅区域
- ✓ 食物和垃圾：为防止气味外泄，放入密封袋\*1后装入行李中 \*1…拉链式塑料袋等
- ✓ 烹饪器具和餐具等：擦拭干净，放入密封袋后装入行李中



- 💡 包装纸、喝完的易拉罐、塑料瓶也会吸引熊
- 尽量避免携带油、气味强烈的食品以及会产生垃圾的食材
- 遵从管理人员的指示



### 请将食物和垃圾随身携带

- ✓ 为防止气味外泄，放入密封袋后装入行李中
- ✓ 存放行李\*2时，必须严格密封，防止气味外泄（气味会吸引熊）

\*2…指为了向山顶攀登而临时存放行李

💡 如行李被熊翻动破坏，应立即向附近的管理设施报告



### 休息时产生的垃圾

- ✓ 有垃圾或食物掉落要捡起

### 为避免在近距离遭遇熊

- ✓ 发出声响\*3，让熊知晓人类的存在 \*3…铃铛、收音机、拍手、说话等
- ✓ 尽量结伴同行
- ✓ 在视野不佳处、溪谷边、强风或雨天时需格外注意
- ✓ 直至下山，都不要忘记“避免遇到熊的防范措施”



熊一旦察觉到人类存在，大多会逃跑或躲藏



### 遇到熊时

- ✓ 保持冷静，缓慢后退（同时观察熊的动向）
- ✓ 不要大声喊叫
- ✓ 不要转身逃跑（会引发熊的追逐本能）
- ✓ 不要向其投掷行李或石块等



惊吓或激怒熊可能导致其攻击，非常危险

### 如果遭到熊的攻击

- ✓ 立即俯卧，保护颈部、面部和腹部
- ✓ 保持不动



推荐佩戴头盔！

熊可能会为了保护自身或幼崽而本能地发动攻击

### 如果遇到见到人也不逃跑的熊

- ✓ 不要强行通过，应等待熊自行离开
- ✓ 绝对不要靠近（可能遭到攻击）
- ✓ 不要靠近拍照



母熊可能会在幼熊附近，非常危险！！



💡 如发现遇人不跑的熊，应立即向附近的管理设施报告

リサイクル適性(A) この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。