

本區域有 亞洲黑熊棲息

與熊共生的必知事項



發行 2025 年 3 月 環境省 信越自然環境辦公室
製作 NPO 法人 信州亞洲黑熊研究會

您現在身處熊的棲息地

請時刻留意熊的動向並謹慎行動。

熊不會主動襲擊人類，但若牠們記住食物或垃圾的味道，就會變得具有危險性。

不要讓熊吃到食物或垃圾

- ✓ 妥善保管食物及垃圾以免產生味道



熊記住食物和垃圾的味道後
變危險的過程



避免突然出現在熊的面前

- ✓ 發出聲響（鈴鐺、收音機、拍手、說話聲）



若不慎在近距離遇到熊

- ✓ 慢慢後退
- ✓ 不要大聲吼叫！
- ✓ 不要跑！



背面有詳細的應對方法。請折成四折後隨身攜帶

亞洲黑熊（食肉目熊科）

在日本主要分布於本州與四國地區。亞洲黑熊為棲息於森林的大型哺乳類動物，生活在孕育著各種生物的富饒自然環境中。胸前的月牙斑紋與性格因熊而異。



特技是爬樹和
辨別氣味！

草類（7月） 橡實（10月）
根據食物會有不同的顏色、形狀

夏季常有熊靠近人類的聚居處，但也有熊會往高山地區的花田移動

熊的成長過程



食物及生活模式

- 以草或樹果為主食，同時也會吃昆蟲，屬於雜食性動物（食物會隨季節改變）
- 活動範圍的海拔高度隨季節改變

熊的活動範圍

一天的移動距離：約 1~3km
一年間的活動範圍：約 10~700 km²

熊的活動時間

春~夏：主要在日間出沒（晚間則出沒於建築物附近）
秋：日間與夜間都會出沒

進入冬眠（11月中旬~）

*通常會在 12 月底前進入冬眠



2月初誕下幼熊

糧食空窗期（7月下旬~9月上旬）

繁殖期（5月~8月左右）

開始活動（3月下旬~4月）



- 高山地區的熊會食用草本植物、莓果類等果實
- 許多熊因食物短缺而變瘦

飽食期（9月中旬~）

- 為了冬眠而大量攝取食物
- 在高山的熊也為了尋找橡實而下山



漿果類
（櫻花的果實等）

社會性昆蟲
（螞蟥、蜂類）

迷你奇異果

山葡萄

海拔
(m)
2400

2000

1600

1200

800

千萬不能讓熊拿走食物或垃圾！！

一旦讓熊嘗到味道，牠便會記住「靠近人類就有食物」，因而變得不懼怕人類。

避免誘發熊隻的危險性，安全地享受山林之樂吧。



妥善保管露營場中的食物及垃圾

✓ 不要放置於野外或帳篷前室

✓ 食物及垃圾：為避免產生味道，請放入密封袋*1後再裝進行李中 *1…夾鏈袋等

✓ 廚具及餐具等：擦拭乾淨放入密封袋後，再裝進行李中



- 包裝紙、喝完的飲料罐、寶特瓶也會吸引熊
- 盡量避免使用油、氣味強烈或會產生廚餘的食材
- 遵從管理員的指示



食物及垃圾請隨身帶離

✓ 為避免產生味道，請放入密封袋後再裝進行李中

✓ 暫放行李時*2，請完全密封，避免散發味道（熊會被味道吸引）

*2…為了登頂而暫時放置行李



若行李遭熊破壞，請向附近的設施通報

休息時產生的垃圾

✓ 撿起掉落的垃圾與食物

避免與熊近距離接觸

✓ 發出聲響*3，提醒熊有人類在附近

*3…鈴鐺、收音機、拍手、發出聲音等

✓ 盡量結伴同行

✓ 遇到視野不佳處、溪谷、強風、雨天時要特別注意

✓ 直到下山前都要謹記「避免遇熊的對策」



當熊注意到人類後，通常會逃走或躲起來



若被熊襲擊

✓ 面朝下趴在地上，護住頸部、臉部、腹部

✓ 不要亂動

熊為了保護自己或幼熊，會出於本能攻擊人類



建議戴上安全帽！



若遇到熊

✓ 保持冷靜慢慢後退（要看著熊）

✓ 不要大聲吼叫

✓ 不要背向熊跑走（熊會出於本能追上來）

✓ 不要向熊丟行李或石頭

若驚嚇或刺激到熊，可能會引發攻擊，非常危險

若遇見看到人也不逃跑的熊

✓ 不要強行通過，靜待熊自行離去

✓ 絕對不能靠近（有可能會被熊攻擊）

✓ 不要靠近拍照



若發現不逃跑的熊，請向附近的設施通報