

安全対策は
本当に大丈夫？

発生多発！

山岳遭難

《登山前にチェック》

- 自分の体力、技能、健康状態に合う登山ですか。
- 日数合わせのために無理な行程を組んでいませんか。
- 気象状況と山岳の気候特性を正しく理解しましたか。
- 登山計画書は提出しましたか。
 - ・エスケープルート(緊急時の逃げ道)
 - ・パーティ全員で検討、理解
- 非常時のことも想定した適切な装備ですか。
 - ・ホイッスル携行
 - ・低体温症予防の防寒着
 - ・携帯電話や無線機などの連絡手段

少しでも無理があるときは
登山を中止しましょう。

登山計画書を必ず提出しましょう！

- 提出先は、
家族、クラブ(山岳会)、職場、学校、警察本部、警察署、交番、駐在所など

北海道警察



登山計画書を
ダウンロード
してみましょう。

登山計画書(登山届)

氏名 _____ 性別 _____ 年齢 _____ 緊急連絡先 _____
所属 _____ 山岳会(協会) _____ 会名 _____
代表者氏名 _____ 役職 _____
代表者住所 _____ 住所 _____
代表者電話 _____ 電話番号 _____

山域・山名		登山日	登山時間	登山者	登山者	登山者	登山者
山名	山名	日	時	氏名	氏名	氏名	氏名
山名	山名	日	時	氏名	氏名	氏名	氏名
山名	山名	日	時	氏名	氏名	氏名	氏名
山名	山名	日	時	氏名	氏名	氏名	氏名
山名	山名	日	時	氏名	氏名	氏名	氏名
山名	山名	日	時	氏名	氏名	氏名	氏名
山名	山名	日	時	氏名	氏名	氏名	氏名
山名	山名	日	時	氏名	氏名	氏名	氏名
山名	山名	日	時	氏名	氏名	氏名	氏名

イメージ

インターネットでも提出できます！

北海道警察



メールで提出！

山岳ガイド協会



コンパス

最新の気象をチェック！

気象庁



山の気候は変化が激しいので、
最新の情報をチェック
しましょう。



山菜採り遭難が増えています!

1 出かける前にチェックしましょう!

- 家族に**行き先**と**帰宅時間**を知らせましたか。
- **天気予報**は見ましたか。
- 仲間と一緒にですか。(複数人で行動しましょう!)
- **体調**が悪いときは、入山は止めましょう。
- **軽装**で入山は危険!**寒さ対策**をしていますか。
- **自分の位置を知らせる物**は持ちましたか。
(発煙筒、鏡、スマホの地図アプリ、**ホイッスル**等)
- 雨具(**目立つ色**)、食料、飲料水、携帯電話(予備バッテリー)は持ちましたか。

STOP

遭難事故

2 もし道に迷ったら...

- むやみに歩かず、風雨を避けられる場所で救助を待ちましょう。
- ホイッスルで大きな音を出したり、携帯電話のライトで周囲や捜索隊に自分の居場所を知らせましょう。

3 ヒグマに遭わないために

- ヒグマの目撃情報をテレビやラジオなどで確認しましょう。
- 出没情報のある場所、出没を知らせる看板のある場所には立ち入らないでください。
- 野山には仲間と入り、一人にならないようにしましょう。
- 鈴を鳴らすなど、音で人の存在や接近をヒグマに知らせましょう。
- 早朝、夕方、悪天候などで薄暗いときは、野山に入らないでください。
- 食べ物やゴミは必ず持ち帰りましょう。

捜索には、消防職員、消防団、警察官、役場職員のほか**多くの方**が関わっていることを、忘れないでください!

《注意》 捜索には、救助者の人件費、ヘリコプターの運航費など多額の費用がかかります。市町村によっては、費用の一部をご本人やご家族に負担を求める場合があります。