

山岳遭難の防止！

安全登山のために

★8月11日は「山の日」です



山岳遭難防止のポイント

- **無理のない計画を**
経験・体力・技術などを考慮した、余裕のある登山計画を立てましょう！
- **単独登山はできるだけ避け複数人で登山を**
単独登山者による遭難は、疲労や怪我で行動できなくなった場合に助けを呼ぶことができないなど、状況によっては生命への危険が生じる大きなリスクがあります！
※比較的低い山でも、山菜採りなどへ単独で出掛けて遭難したケースが発生していますので、ご注意ください！
- **装備品・携行品の充実を**
夏山でも、着替え（防寒具）や雨具など適切な装備品を準備しましょう！
また、山はどんなアクシデントがあるか分かりません。慣れた山でも、日帰り登山であって、予期せぬ事態に備えて、照明具や非常食、携帯電話（予備電池）なども携行しましょう。
- **非常時の連絡先や登山計画書の提出を**
夏計画や非常時の連絡方法などは、家族・職場・友人などに告げるとともに、グループで登山する場合などでは、事前に最寄りの警察署や警察本部地域課へ登山届を提出しましょう！



登山事故は自己責任です！

体力や技術、経験があっても「山を甘く見た」ことが事故(遭難)の大きな原因となっていますので、くれぐれもご注意ください。

