

山岳遭難の防止について

～山で遭難しないために～

○ 登山する前に・・・

- 1 事前に登山ルートを確認して、各自の経験、技術、体力などに応じた無理のない登山計画を立てましょう。
- 2 単独登山は控え、複数で登山しましょう。
- 3 登山計画書や登山カードを提出し、家族などにも登山コースや帰宅時間を教えておきましょう。
- 4 登山届受理システム「コンパス」、登山地図アプリ「ヤママップ」や「ヤマレコ」もぜひご活用ください。
- 5 日帰り登山でも、登山地図や防寒着、雨衣、非常食、照明具、ツェルト（簡易テント）、携帯電話の予備バッテリー、熊よけ鈴、熊撃退スプレーを必ず携行しましょう。



コンパス



ヤママップ



ヤマレコ



○ 登山中は・・・

- 1 悪天候時や体調不良の場合は、無理をせず勇気をもって引き返しましょう。
- 2 日帰り登山では、目的地に着かなくても、日暮れまでに下山しましょう。

～山で遭難した場合は～

○ 道に迷った場合は・・・

道に迷ったら、先に進まず、位置が分かるところまで引き返しましょう。
戻れない場合は、むやみに動かず、尾根に出て救助を待ちましょう。

○ 救助要請する場合は・・・

携帯電話や無線機などで救助要請する場合は、電波が届く場所を探して通報してください。

なお、電池の消費を抑えるため、救助要請とは無関係な通信は控えましょう。
救助のヘリコプターの音が聞こえたら、上空を見通せる広い場所に出て、目立つ色の衣類を振って合図しましょう。

