

# 発生多発! 山岳遭難 あなたの安全対策は、本当に大丈夫?

## 登山の前にチェック

- 自分の体力、技能及び健康状態に合った登山ですか
- 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・理解する
- 非常時のことも想定した適切な装備をお持ちですか
  - ・ 低体温症予防の防寒着
  - ・ 携帯電話・無線機など緊急時連絡手段
  - ・ 冬山ではビーコンなど雪崩に対する装備
- 連絡、通報のための通信手段はありますか

## 山岳遭難の死亡リスク

交通事故の約90倍(11件に1人が死亡)

山の気候は変化が激しいので、最新の情報を確認しましょう。

気象庁のホームページ  
<http://www.jma.go.jp/>



入山するときは  
ホイッスルを忘れずに

少しでも無理がある時は登山を中止しましょう。事故に遭わなければ、また、いつでも登れるのです。



登山計画書は必ず提出しましょう。

《提出先》

- 家庭、クラブ（山岳会）、職場、学校など
- 警察本部、警察署、交番、駐在所

《インターネットでも届出できます》  
(公財)山岳ガイド協会 北海道警察  
コンパス



登山計画書を提出していれば捜索活動がスムーズに行われます。

登山計画書はあなたの生命を守るザイルです。

北海道山岳遭難防止対策協議会