

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。
 - ・ホイッスル携帯
 - ・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

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)

登山計画書(登山届) 年 月 日

団体名 _____ 所属 _____ 緊急連絡先 _____
 山岳会(協会) 氏名 _____
 代表者氏名 _____ 氏名 _____
 代表者住所 _____ 住所 _____
 北海道警署 _____ 警署 _____

山 域・山 名		月 日		月 日		出 発 時 刻	
区 区 別	山 名	日	時	日	時	集合場所、氏名	住所(山岳会)記載あり

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。

少しでも無理があるときは
登山を中止しましょう。