

冬山レジャー の 心得

バックカントリースキー・登山などのレジャーにおける
遭難が全国的に相次いで発生しています。

**守っていますか？ ルールとマナー。
危険な行動はやめましょう。**

一、登山届・下山届の提出

雪山は絶えず危険にさらされています。
万一の事態に備え、山に登る際は、登山届・下山届を
出しましょう。

二、コースを外れない

スキーコースや登山道を外れての行動は、遭難の
危険性がより高まります。
スキーコース、登山道から外れないようにしましょう。

三、単独行動は危険！

一人では適切な判断ができにくく、さらに遭難した
場合に救助を求めることができません。単独での
行動はやめましょう。

四、携帯電話等の持参

いざというとき、警察消防に連絡通報できるのは携帯
電話や無線機です。
入山前はフル充電を確実にいきましょう。
また、気温が低いと消費時間も早いので予備の電源
を用意した方が安全です。

五、気象状態の確認

入山する前に必ず期間中の気象状況を確認し、注意
報・警報の発令中は回避しましょう。登山中少しでも
天候悪化の兆しが見えたら、潔く登山を中止するか
引き返す勇気を持ちましょう。

六、万全な体調で

冬山は天候が急激に変化し、厳しい寒さにより
体力が消耗します。

七、雪崩・雪びに注意

雪崩による遭難事故が全国的に発生しています。積雪、
降雪の状況や気温の変化など十分注意しましょう。
稜線では風下に大きな雪びができ、危険な稜線を
形つくっています。
雪崩のおきやすい場所や雪び等、危険な場所には近づか
ないことが大切です。

※登山届けの提出先は地域により異なります。
管轄の市町村へご確認ください。