



山菜・キノコ採りに伴う遭難防止！

令和6年中、県内の山菜・キノコ採りに伴う遭難は20件22名（うち死者3名）でした。身近な山で道に迷うケースが多く、いつも行く山と油断せずに次のことを守りましょう。

～ 遭難しないための心掛け ～



- ① 慣れた山でも家族等に行き先を必ず告げて、複数名で入山しましょう。
- ② **携帯電話を身に付け、登山アプリやGPS機能を有効に**しましょう。
- ③ 道に迷ったら来た道に戻り、分からなければ見晴らしの良い場所で救助を要請しましょう。
- ④ 急斜面は滑落しやすいので、ヘルメットや命綱を使用しましょう。
- ⑤ 食料や水のほか、天候の急変に備えて雨具を準備しましょう。
- ⑥ クマ鈴、ホイッスル（警笛）、ラジオ等を携行しましょう。



寒河江警察署 河北交番（電話 0237-73-2541）



笑顔で帰るためのルール！



- ☐ 登山計画を必ず立て、登山届を提出しましょう。家族にも知らせましょう。
- ☐ 事前トレーニングを行い、体力、技術にあった無理のない登山をしましょう。こまめに水分、塩分等を補給しましょう。
- ☐ 天候の急変に備えましょう。（レインウエア、予備の食料・飲料、携帯電話、予備電池、地図、コンパス等）
- ☐ クマとの遭遇に気をつけましょう。（ラジオ、ホイッスル、クマ鈴等）
- ☐ 気象情報（雪崩情報等）、火山情報は、登山中もこまめにチェックしましょう。
- ☐ 携帯電話の**GPS**は、入山前にオンにしましょう。
- ☐ 道に迷ったら、来た道に戻りましょう。見晴らしの良い所で助けを呼びましょう。

寒河江警察署 河北交番（電話 0237-73-2541）