

遭難しないための心掛け!

雪山は、山の知識や登山技術、体力が必要ですので、登山やスキー等で入山される方は、次のことに注意して遭難防止を心掛けましょう。

◆ **登山届**を提出して、家族等にも知らせましょう。

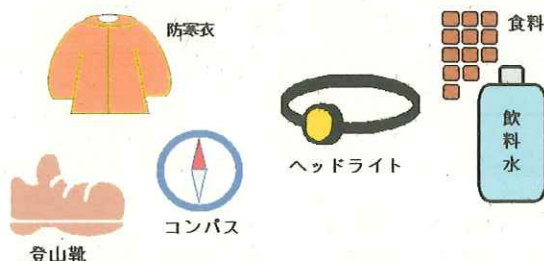
◆ 単独登山を避け、冬山経験豊富な登山者と登りましょう。



◆ 装備品を整えて使い方を覚え、緊急時に備えましょう。

～持ち物例～

携帯電話、防寒衣、ヘルメット、ヘッドランプ、クランポン(アイゼン)、ピッケル、スコップ、プローブ、ツェルト(小型テント)、ストック、ビーコン、ガスコンロ、目出し帽、非常食、地図、コンパス等



◆ 地図やコンパス等を持って位置を確認し、天候が悪いときは引き返しましょう。

◆ 携帯電話・スマートフォンの**GPS機能**は入山前に**ON**にし、**予備電池**も忘れずに携帯しましょう。

◆ スマートフォン用の**登山アプリ**は、現在地や危険箇所の確認のほか、登山届の提出等もできるため、活用しましょう。

◆ 自分たちで対処しきれない事態発生時は、早めに救助を要請しましょう。

◆ ビバークする際は、雪崩の危険がなく風の弱い場所を探し、雪洞やツェルトを利用して寒冷から身を守りましょう。

