

《 登山をされるみなさんへ 》

ストップ 山岳遭難

登山は自己責任です。安全登山に心掛けましょう!



- どの山に、どのコースで登るかご家族はご存じですか？
登山計画はまず **ご家族に知らせておく**ことが大切です。
登山届も提出しましょう。行程計画の確認にも有効です。
(登山届様式、送付先は三重県警ホームページ参照)
- 装備品は十分ですか？ 低山、日帰り登山でも慢心せず
照明具、登山靴、レインウェア、コンパス、地図、非常食を準備
しましょう。怪我、道迷いで**のビバーク**も考慮しましょう。
軽装、準備不足での遭難が命に関わります。
- 登る山はご自分の体力に合った山ですか？
ハイキング気分での登山は危険です。
必ず **体力に見合った山を選び**ましょう。
- 登り初めは遅くありませんか？
昼を過ぎると登山道が暗くなります。
時間毎の天気予報は必ず確認しましょう。
日の出から登り午前中には下山しましょう。
- 単独登山ですか？
単独登山は遭難時、命に係わる重大な事態に繋がります。
2人以上で登りましょう。
- いざという時の連絡方法は？
山中では**携帯電話の不感地帯**があります。
不感地帯内では携帯電話のバッテリーがすぐ減ります。予備
バッテリーを持ちましょう。**GPS機能**を**使えるように**しておくと、
位置が判明することが有り、救助がスムーズに進みます。



三重県山岳遭難防止連絡協議会
三重県警察本部