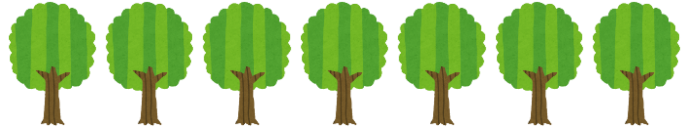


山岳遭難防止のポイント



① 無理のない登山計画を立てましょう。

自分の体力・技術・経験に応じた計画を立てましょう。

② 登山計画書（登山届）を作成・提出しましょう。

この計画書は、安全に登山する意識を持っていただくために作成し、万一、遭難した際の捜索・救助活動を行うために利用するものです。登山する際は、家族等に予定を伝えておき、また、山を管轄する警察署、交番、警察本部等に登山計画書（登山届）の提出をお願いします。

③ 装備品・携行品を確認しましょう。

食料・水、雨具・防寒具、スマートフォン・携帯電話（予備バッテリー）、懐中電灯・ヘッドランプ等

④ 情報収集をしましょう。

最新の気象情報や登る山の情報など、事前に情報収集しておきましょう。

⑤ 下山の時こそ注意し、道に迷ったら引き返しましょう。

遭難のほとんどは、下山中に起きています。下山は、足腰に疲労が溜まり、注意力が低下して、転倒や滑落や、道標に気付かずに迷ったりするなどの危険が高まります。ゆっくり慎重に下山しましょう。

【福岡県内の山岳遭難・事故の発生状況や登山計画書の様式はコチラ】

福岡県警察ホームページ↓↓↓

www.police.pref.fukuoka.jp/tiiki/areapolice.html

糸島警察署（０９２）—３２３—０１１０

