

福島登山の 7つの心得

福島県には吾妻山、安達太良山、磐梯山、燧ヶ岳、沼沢の5つの活火山があります。「有毒ガス」が含まれる噴気地帯には近づかないよう心がけ、風による噴気の流れにも気をつけましょう。

2 計画にゆとりを持ちましょう

厳しい気象条件を踏まえ、技術・体力・経験に応じた無理のない計画を立てましょう。過信は禁物です！予備日をとることも忘れずに。

3 体調を整えて！

睡眠不足や風邪などの体調不良は大敵です。思わぬ事故を招かないためにも、無理をせず、良好な体調で入山してください。

1 入山者カードを忘れずに

あなたを助ける手がかりです！忘れずに提出するのはもちろん、詳しく記入しましょう。また、家族や職場、学校などにも連絡をしておきましょう。

4 装備、食糧、燃料は十分ですか？

山岳状況にあった登山用具を持参してください。十分な装備があると気持ちにも余裕がもてます。活火山に登山する場合は万が一に備え、ヘルメットの持参をお薦めします。

5 情報収集は万全ですか？

入山前に最新の山の情報や天候などをよく確認しましょう。現地の登山指導員や山小屋関係者、経験者などから意見を聞き、危険箇所の把握をしておくことも重要です。

6 天候には気を配りましょう

山の天気は急変します！天気予報に常に気を配って行動しましょう。悪天候が予想されるときには、速やかに行動を中止してください！引き返す勇気も必要です。

7 経験者と一緒に行動を！

単独での入山を避け、経験豊かで判断力のあるリーダーと登りましょう。リーダーはパーティー全体の状況を把握し、無理をさせず、事故防止に万全の体制をとってください。

防寒具になる雨具、地図とコンパス、ヘッドランプ、非常食は必需品です。万が一、遭難した場合のため無線機や、携帯電話等の通信機器を携帯しましょう。

【リーダーの応急時対策】

- ◆常に、自然条件とパーティーの力を考え、的確な状況判断と、早めの決断・行動が大切です。
- ◆事故に遭ったら、冷静に全員を安全地帯へ移動させ、今後の行動を検討してください。
- ◆自力での下山が不可能と判断したら、できるだけ早く救助を依頼してください。
- ◆救助を依頼する場合には、遭難の状況(日時、場所、ケガの程度)、遭難者の住所・氏名・連絡先を確実に伝達してください。
- ◆ビバーク(不時露営)は、日没前に、そして体力のあるうちに準備し、風当たりの強い場所などは避け、雪洞やツェルトを利用して救助を待ってください。また可能であれば濡れた服は着替え、カロリーの高いものを食べ、睡眠をとるなどして体力を温存してください。
- ◆危急時に備え、携帯電話、無線機、ツェルト、レスキューシート、ライター、携帯燃料や非常食(チョコレート、乾燥果物など)を携行してください。

ヘリによる救助が増えていますが、ヘリの運行は天候に左右されやすく、飛行できない場合も多いのが現状です。
事故に遭わないよう心がけて、登山を楽しみましょう。

入山者カードは、登山口にある登山ポストに提出しましょう。
前もって地区協議会に郵送またはファックスで提出することもできます。

地区協議会	所属市町村	事務局所在地	電話番号	ファックス番号
福島市山岳遭難対策協議会	福島市	福島市観光コンベンション推進室 〒960-8601 福島市五老内町3-1	024-525-3722	024-535-1401
安達太良山岳遭難対策委員会	二本松市	二本松市市民部生活環境課市民生活係 〒964-8601 二本松市金色403-1	0243-55-5102	0243-22-4479
白河地区山岳遭難対策協議会	西郷村	西郷村住民生活課地域安全係 〒961-8501 西白河郡西郷村熊倉字折口原40	0248-25-2197	0248-25-4517
猪苗代地区山岳遭難対策協議会	猪苗代町 磐梯町 北塩原村	猪苗代町商工観光課 〒969-3123 耶麻郡猪苗代町城南100	0242-62-2117	0242-62-5175
喜多方地区山岳遭難対策協議会	喜多方市 西会津町	喜多方市生活防災課 〒966-8601 喜多方市字御清水東7244-2	0241-24-5221	0241-22-9571
南会津地区山岳遭難対策協議会	南会津町 只見町 下郷町 檜枝岐村	南会津町住民生活課 〒967-0004 南会津町田島字後原甲3531-1	0241-62-6120	0241-62-6106

福島県警でも登山届を受付しています。QRコードからも登山届を提出できます。〔手順〕QRコード⇒3.登山届の提出⇒メール作成⇒入力画面

福島県警察本部地域部総合運用指令課	〒960-8686 福島市杉妻町2-16 メール：fp-tiiki_anzen@police.pref.fukushima.jp	024-522-2151	024-521-6480
-------------------	---	--------------	--------------

福島県山岳遭難対策協議会

(事務局) 福島県観光交流局観光交流課
〒960-8670 福島市杉妻町2-16
電話 024-521-7286

(福島県警登山届入力画面)
QRコード

