

登山に行く時は



遭難 滑落事故
に注意しましょう!!



安全登山4項目



★ 入念な計画

登山計画書を提出し、行先を家族や友人に知らせ、急な計画の変更はやめましょう。

★ 体調管理

健康状態に少しでも不安がある時は、勇気を持って中止しましょう。

★ 早めの出発

無理な登山計画は立てず、自分の体力・技術・経験にあったゆとりある登山をしましょう。

★ 装備品の携行

地図やヘッドランプ等の必要な装備品を携行しましょう。

登山は楽しく安全に!!

