

登山を安全に楽しく!

令和6年中における県内での山岳遭難発生件数及び遭難者は、
過去最多となる183件209名、死亡者は4名、

年代別では50代以上が全体の約6割を占めています。

山岳遭難原因としては

1位 疲労



2位 道迷い



3位 転倒



となっています。

未経験者だけでなく登山経験者も自分の体力を過信せず、

無理のない登山計画を立てましょう。



安全で楽しい登山にするために...

□ 登山計画書を提出しましょう。

登山ルートや危険箇所などを把握し、登山計画書を作成の上、
各都道府県の提出先や登山口にある投函箱へ投函しましょう。
神奈川県内の山岳であれば神奈川県警ホームページからも提出できます。



□ 健康状態と気象状況は良好ですか？

健康状態と気象条件をチェックし、
少しでも不安があれば勇気をもって中止しましょう。



□ 装備品は携行しましたか？

気象・体調の変化に対応できるようカッパや防寒着を必ず携行しましょう。
エネルギー吸収の速い食べ物を摂取し、万が一に備え、ライトや救急用品なども携行しましょう。
「YMAP(ヤママップ)」 「コンパス」等の登山アプリを事前にダウンロードしましょう。



□ 早めの出発、早めの下山を心掛けましょう。

遭難の多くは、下山時に発生します。
時間に余裕をもって早めに出発し、日暮れ前に下山を完了するようにしましょう。

