

丹沢を・・・
甘く見てませんか？
体力を・・・
過信してませんか？

● 死亡事故のリスク (秦野市内過去3年半)

交通事故 約12,000件 (死亡5件)

約2,400件に1件が死亡事故

山岳遭難事故 約120件 (死亡6件)

● 丹沢の遭難事故の主な要因

疲労41、転倒37、道迷い22、滑落16

(ヘリコプター出動30回)

秦野警察署山岳救助隊

丹沢は

あなたの体力、技量、装備で、 登れる山ですか？

丹沢登山の前にチェックしてみましょう!!

- Q 事前に登山に向けたトレーニングをしましたか？
日頃、平場で10キロ走る人でも疲労で動けなくなることがあります。
平場を走破する脚力と斜面を踏破する脚力とは別物です。
- Q 体調は万全ですか？ 体力を過信してませんか？
死亡事故6件の年代（50代1人、60代3人、70代2人）。
また、遭難者の約7割が50代以上の方です。
- Q 登山ルートは体力に見合ったものですか？ 登山届は出しましたか？
遭難事故の約7割が下山中に発生しています。目的地は山頂ではありません。下山する体力が計算されたルートになってますか？
- Q 人気の大倉尾根、鍋割山、表尾根を甘く見てませんか？
遭難事故の約4割が大倉尾根で発生してます。
また、遭難事故の約7割が大倉尾根、鍋割山、表尾根に集中してます。
- Q 装備は万全ですか？ 足りない物はありませんか？
登山靴、リュック、雨衣、飲料水2L、食料、非常食、懐中電灯、救急セット、
スマートホン、モバイルバッテリー、紙の登山地図、コンパス。
これらは山の必需品です。必ず装備してください。
- Q クマ除けグッズ（鈴など）は持ちましたか？
全国でクマの被害が増えてます。丹沢でも複数の目撃があります。

上の項目のうち一つでも不十分な方は、弘法山や頭高山などの低山に変更するか、ルートを短縮して、体力が残っている早期の下山に努めてください。秦野警察署山岳救助隊