

丹沢のまもり

Enjoy safe mountain climbing.

令和7年夏号
神奈川県秦野警察署
山岳救助隊発行

登山には2リットル以上の水分を！

夏山シーズンは、**熱中症**による山岳遭難が多発する傾向にあります。

水分の準備不足によるものも多く、塔ノ岳や大山の縦走登山で500ミリペットボトル1本しか持っていないという遭難事例もあります。

熱中症予防のために、**水分は2リットル以上用意**しましょう。

水分の種類は、次の物を両方用意しましょう。

- ① ミネラル（塩分）等の失われた栄養素を補給するための**スポーツドリンク**や**経口補水液**等
- ② **水**は、喉の渴きを抑えるだけでなく、ケガした傷口の洗浄など、非常に便利な登山の必需品です。

水分の種類も
重要だなんて
知らなかったな～



遭難事故急増！ 安全な登山を！！

今年4月から6月までの間に、山岳遭難事故の発生件数が20件と急増しています。

※昨年、一昨年の約半数に当たる件数がわずか2カ月で発生しました!!

夏は、熱中症の他に**疲労**や**注意力散漫**になっての**転倒**等の事故が増える傾向にあり、安全安心な登山を心がけましょう。

秦野市内の
山岳遭難事故発生状況
(今年4月～6月)

発生件数 20件
※**前年同時期比+8件**