

# 丹沢のまもり

Enjoy safe mountain climbing.

令和7年冬号  
神奈川県秦野警察署  
山岳救助隊発行

## 令和6年山岳遭難事故発生状況

発生件数	38件	(前年比-2件)
遭難者数	39人	(前年比-3名)
死亡者数	1人	(前年比-3名)

昨年に続き、

過去最悪の発生状況!!!

昨年の山岳遭難(秦野警察署管内)は、過去最多だった令和5年とほぼ同数でした。

遭難の形を見てみると、毎年多い疲労の遭難のほか、今年は転倒や滑落などの大きな怪我を伴う遭難の多さが目立ちました。

### 【疲労対策】

- ▣ 体力に合った・・・**無理は禁物!** 登りたい山と、登れる山は同じではありません。  
コース選び
- ▣ こまめな休憩・・・**休憩はキツくなる前に。** 水分・塩分補給も忘れずに。
- ▣ 早期の撤退・・・**限界が来てからギブアップは遅すぎます!** 登った分だけ下りもあります。複数登山では、仲間に言い出せずに遭難する人が多くなっています。

### 【転倒対策】

- ▣ 足元をよく見る・・・下山は**疲労が溜まり、当たり前ことができなくなります**  
帰るまでは、集中を切らずに。
- ▣ 道具の活用・・・トレッキングポール等は、言葉通りの転ばぬ先の杖!  
**登りと下山で長さの設定が変わるので、**  
お店で確認しましょう。

今年も安全な登山を!

