



# ちょっとした登山、山歩きでの

## 事故が増えています！

### 登山に潜む10の危険！

登山を気軽に楽しむ人が増えてきている一方、本格的な登山でなくても遭難する方が増えてきています。登山中には10の危険があると言われていています(道迷い、転倒・転落・滑落、熱中症・脱水症、落石、火山噴火、落雷、増水・鉄砲水、危険な野生動物、雪崩・崩落、低体温症・凍傷)。これらの危険を踏まえ、遭難を未然に防ぐためには、いくつかの入念な事前準備を行うことが大事になります。

※遭難…命を失うような危険にあうこと。(デジタル大辞泉)

### 安全な登山のための準備

ハンドブックはこちら→



登山前の体調管理、体力に合った登山計画、装備の確認、登山計画の共有といった事前の準備は、ご自身やご家族、ご友人が、遭難を未然に防ぐとともに、安全で楽しい登山を行うために大変重要です。

国立登山研修所では、(公社)日本山岳ガイド協会とともに、基本事項を網羅した資料「安全登山ハンドブック」を毎年発行しています。

また、国立登山研修所をはじめ、スポーツ庁や警察庁等から構成される協議会で作成している「山岳遭難セーフティーカード」もご参考ください。万が一、道迷いや事故が発生した場合の対処方法が載っております。

\*\*\*

予め起こり得る危険の予測と、それを避ける判断を行い、安全な登山を心がけましょう。

セーフティーカードはこちら→



### 【参考】

昨年度の山岳遭難者数は、前年より431人多い3,506人で、統計が残されている1961年以降で最多となったことが、警察庁のまとめで分かりました。

また、近年では低山においても多くの山岳遭難事故が発生しています。どのような山に登る際にも安全登山のための事前準備を徹底しましょう。

