

8ス庁第731号
令和8年6月23日

各都道府県知事
各指定都市市長
各都道府県教育委員会教育長
各指定都市教育委員会教育長
各国公立大学長
各国公立高等専門学校長 殿
構造改革特別区域法第12条1項の
認定を受けた各地方公共団体の長
公益社団法人日本山岳・
スポーツクライミング協会会長
公益財団法人全国高等学校体育連盟会長

スポーツ庁次長
浅野 敦行

夏山登山の事故防止について（通知）

登山事故の防止については、例年関係各方面の御協力をいただいているところですが、本格的な夏山登山の時期においても、依然として遭難事故が多く発生しています。また、クマとの遭遇による事故も発生しています。

登山における遭難事故は天気に関する不適切な判断、不十分な装備、体力的に無理な計画の作成等に起因することが多く、リスク管理の観点から事故防止を図るための万全の措置を行うことが必要です。

また、火山には、噴気や火山ガスが発生している危険な場所があり、登山する場合には、気象庁や各都道府県等が発表している最新の情報を入手し、十分に注意する必要があります。

クマとの遭遇による事故については、クマに遭遇しないことが何より重要であるため、登山前にあらかじめクマの出没情報を確認してください。また、クマに遭遇しないための準備や、遭遇した際の対応等を事前に十分理解し、クマ鈴や

夏山を楽しむために道迷い、転倒、体調管理に要注意

令和8年6月 山岳遭難対策中央協議会

登山計画の作成は山頂への第一歩目です

例年、山岳遭難は夏に向けて多発する傾向にあります。

とりわけ、遭難者に占める40歳以上の割合は約8割と高く、遭難態様別では道迷い、転倒・滑落、疲労・病気が占める割合が高くなっています。

登山コースの事前学習不足や地図とコンパスの不携帯、地図読みスキルの不足等は道迷いの原因となり得ます。転倒・滑落事故では、「つまづき」や「スリップ」といったことが原因となって、骨折等の重傷を負うケースが目立っています。山の中で大きな怪我をしてしまうと自力での下山は難しくなります。最後まで笑顔で登山を続けるために、一步一步慎重に歩きましょう。

また、夏山の天気は午後から崩れやすい傾向にあるので、「早発ち、早着き」が基本です。夕立が降る前に目的地に着いて、ゆっくり体を休めながら翌日のルートを確認しましょう。余裕のある行動は夏山の楽しさと安全性を倍増させます。

皆さんの夏山登山が良い思い出になるように、次のことに留意してください。

○ 入念な登山計画を立てましょう

登山は計画する段階から始まっています。対象山域の最新情報（山岳情報、気象情報、火山情報等）を入力し、入山中に考えられるリスク回避の対策を前もって立てるようにしましょう。

○ 登山地図アプリを上手に活用しましょう

「根拠なく、なんとなく進む」、これが道迷いの大きな要因です。登山地図アプリも使ってルートを確認しながら歩きましょう。（※全ルートを把握するためにも紙地図とコンパスを併用しましょう。）

○ クマに気を付けましょう

クマに遭遇しないことが何よりも重要であるため、登山前にあらかじめクマの出没情報を確認し、クマに遭遇しないための準備や、遭遇した際の対応等を事前に十分理解することが重要です。

環境省ではクマに関する情報を公開していますので、活用してください。



環境省
国民向けのクマに
関する情報ホームページ

○ 次の一步に集中しましょう

登山では、たった一步の踏み間違いで大怪我をすることがあります。慎重に歩いて、自分の足で帰りましょう。

○ ヘルメットを着用しましょう

転落・滑落や落石の危険がある場所ではヘルメットを着用しましょう。

毎年、「ヘルメットさかぶっていれば・・・」という悲しい遭難事故が起こっています。

○ 水分をたくさんとりましょう

リュックを軽くするために飲み物を減らすのは絶対にやめてください。水分不足は熱中症や高山病のリスクを高めます。水分補給の目安は、次の式を参考にしてください。

$$\text{必要な水分量(ml)} = \text{体重(kg)} \times \text{行動時間(時間)} \times 5$$

○ 常備薬を持ちましょう

登山は体に大きな負担がかかります。体力の消耗だけでなく、標高の高さによる低酸素や流した汗による脱水、テントや山小屋生活でのストレスなど、目に見えない負荷がかかっています。

常用している薬がある方は必ず持参してください。

【山岳遭難対策中央協議会構成省庁・団体】（太字は「幹事会」構成省庁・団体）

内閣官房 警察庁 環境省 気象庁 消防庁 林野庁 総務省 防衛省 スポーツ庁
（独）日本スポーツ振興センター （株）NTT （株）JR東日本 （公財）日本スポーツ協会
（公社）日本山岳・スポーツクライミング協会 群馬県 山梨県 静岡県 富山県 長野県

夏山装備チェックリスト

登山目的にあった装備を持参しよう。山岳保険の活用を検討を。
(○は必ず持参のもの。△は状況によって持参のもの。)

品名	品名	品名
○ズボン	○筆記具	△捜索用発信機
○シャツ（長袖のもの）	○携帯トイレ	△GPS
○靴下（登山用）・予備靴下	○ロールペーパー	△カメラ
○登山靴	○タオル・手拭	△マット
○帽子	○ポリ袋	△伸縮式ストック
○手袋（グローブ）・予備手袋	○ヘッドランプ	△テント一式
○防寒衣（フリース・セーター）	○ラジオ	△装備整理袋
○セパレート雨具	○予備電池・電球	△シュラフ（スリーピングバッグ）
○サングラス	○粘着テープ（テーピングなど）	△シュラフカバー
○行動食、非常食	○ナイフ	△ヘルメット
○飲料水・保温ボトル	○コップ・炊事用具	△ハーネス
○時計	○食器類	△ロープ
○スマートフォン（バッテリーパック）	○コンロ	△カラビナ
○高度計	○燃料・予備燃料	△スリング各種
○コンパス（方位磁石）	○ライター・マッチ	△スパッツ
○1/25000地形図	○ホイッスル	△ツェルト
○ルート図	○クマ鈴	△クマ撃退スプレー
○登山計画書	○レスキューシート	
○身分証明書	○ファーストエイドキット	
○健康保険証	○日焼け止め	
○緊急連絡票	○塩分やブドウ糖等の食品	

※この装備リストは夏山の標準的な装備です。対象とする山の難易度、登山方法により必要な装備は変わりますので、事前にパーティーで装備の要否や追加装備の有無をよく検討してください。

気軽なつもりでも「登山」安全対策と山への感謝は忘れずに

※研修会、講習会等の問合せ先

(独)日本スポーツ振興センター 国立登山研修所 TEL: 076-482-1211
<https://www.jpnsport.go.jp/tozanken/>

(公社)日本山岳・スポーツライミング協会 TEL: 03-5843-1631
<https://www.jma-sangaku.or.jp/>

山岳遭難が多発しています!!

大丈夫？あなたの登山計画

気象条件、体力、経験等に見合った山を選択し、余裕のある安全な登山計画を立てましょう。

1. 登山計画はパーティ全員でよく検討し、作成しましたか。
2. 入山前、入山中の気象情報を確認していますか。（携帯電話、ラジオ等）
3. 気温の変化に備え、防寒対策は十分ですか。
4. エスケープルート（万一の時の逃げ道）は考えていますか。
5. 応急処置のための医薬品や器具は準備しましたか。
6. 緊急時の連絡手段は準備しましたか。（スマートフォンなどの予備バッテリーの確保（PSEマーク付きが望ましい）も忘れずに！※モバイルバッテリーの持ち込みが禁止されている山小屋もあるので要確認）
7. 山岳保険の活用を検討しましたか。※遭難に伴う捜索・救助には費用が発生する場合があります。
8. 条例等で入山が規制されている地域でないか確認しましたか。

登山届はあなたの生命を守る命綱です。

【登山届の提出】

- 安全登山のための自己点検の機会となります。
- 遭難事故の発生を警察、消防が認知した段階で、遭難した山域を早期に特定することが可能となり、捜索救助活動が迅速かつ合理的に行われます。
- 捜索救助活動にかかる膨大な社会的及び個人的負担を軽減させることができます。
- 家族や関係者を安心させることができます。

【提出先】

- 知事等（登山届の提出が条例で義務化されている場合）
- 山域を管轄する警察本部または警察署など
（インターネットを使って申請ができる警察本部等もあります。）
- 家庭、クラブ（山岳会）、職場、学校など
- 山域の登山指導センターや案内所、登山口の登山届ポストなど
- インターネットの登山届サイト（山と自然のネットワーク「コンパス」など）



（コンパス）

これまでも登山届を提出したことにより、早期に救助できた事例が数多くあります。登山届を提出するということは、あなたの生命を守る命綱であると考えて必ず実行しましょう。

また、登山届の提出先には、下山の報告を忘れずにしてください。

登山前からの最新の気象状況把握が重要

～天気予報を踏まえた計画と、登山中の急激な気象変化に細心の注意を～

山の天気は、平地とは比較にならないほど急変します。特に天気予報で「大気の状態が不安定」等が予想される場合は、急な大雨、落雷、突風等が起こりやすい状況です。また、台風等により大雨となった場合には、土砂災害や河川の増水等の危険が生じます。**登山の数日前から、最新の気象情報で今後の天気の見通しや早期注意情報（警報級の可能性）、火山の状況について確認し、ゆとりある計画作りが必要です。また、登山中も常に最新の気象情報を利用し、気象の急変等に備えた適切な判断が何より重要です。**

気象情報の入手先

常に最新の気象情報を利用することが大切です。ラジオやテレビの他、インターネットや携帯端末を利用した情報の入手も可能です。(公社)日本山岳・スポーツライティング協会のホームページに、以下の入手先等をまとめていますので、御利用ください。

<https://www.jma-sangaku.or.jp/sangaku/plan/weather/>

□気象庁ホームページ

警報・注意報、キキクル（危険度分布）、天気予報の他、地上・高層天気図、気象衛星、アメダス、気象レーダー、ウィンドプロファイラ（上空の風）等の様々な情報を確認することができます。警報が発表された場合等に通知が届くサービスも民間事業者から提供されていますのでご活用ください。

<https://www.jma.go.jp/jma/index.html>

https://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/bosai/ame_push.html



気象庁ホームページ



プッシュ型通知サービスについて

□国土交通省防災情報提供センターホームページ

国土交通省防災情報提供センターホームページでは、河川、道路、気象等の各種防災に関する情報を見ることができます。

<https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/>

また、その一部を携帯端末向けホームページで見ることができます。

<https://www.mlit.go.jp/saigai/bosaijoho/i-index.html>

□民間気象会社等のサービス

民間気象会社等では、特定の山を対象に気象情報提供サービスを行っているところがあります。

(詳細は、各民間気象会社等にお尋ねください。)



防災情報提供センター
携帯端末向けホームページ (Top)

火山情報にも注意

気象庁では、「噴火警報」や「火山の状況に関する解説情報」などを火山ごとに整理した「火山登山者向けの情報提供ページ」(下記URL)を公開しています。

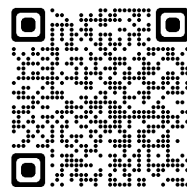
https://www.data.jma.go.jp/vois/data/tokyo/STOCK/activity_info/map_0.html

また、噴火の発生事実を迅速に発表する「噴火速報」は、ラジオやテレビのほか、民間事業者が提供する携帯端末のアプリ等で知ることが出来ます。火山の噴火に気づいた時、噴火速報が発表された時は直ちに身の安全を図りましょう。噴火速報の説明や民間事業者のサービスについては「噴火速報について」(下記URL)をご覧ください。

https://www.data.jma.go.jp/vois/data/tokyo/STOCK/kaisetsu/funkasokuho/funkasokuho_toha.html

火山には、噴気や火山ガスが発生している危険な場所があります。登山する山が火山の場合は、火山にどのような危険があるのかを確認して、登山計画を立てましょう。

登山前には、気象庁や地元自治体が発表している最新の情報を確認し、十分注意して登山してください。



火山登山者向けの
情報提供ページ



噴火速報について

クマ撃退スプレーの所持、ゴミ（食料）の適切な処理、その他地域ごとのルールに従うことが重要です。

については、別紙参考資料1～4を参考として、関係機関・団体及び関係者に周知するとともに、関係者の密接な協力の下、この趣旨を登山者に周知徹底され、事故防止に万全を期されるよう御配慮願います。

また、参考資料には、登山計画サイト等のホームページのQRコードも掲載しておりますので、ぜひ御活用ください。

このことについて、都道府県知事におかれては、所管の関係部局・機関・団体及び高等学校（中等教育学校後期課程、特別支援学校高等部を含む。以下「高等学校等」という。）に対して、都道府県・指定都市教育委員会教育長におかれては、所管の関係部局・機関・団体及び高等学校等並びに域内の指定都市を除く市区町村教育委員会に対して、構造改革特別区域法（平成14年法律第189号）第12条第1項の認定を受けた地方公共団体の長におかれては、域内の学校設置会社及び当該会社が設置した高等学校等に対して周知願います。

また、公益社団法人日本山岳・スポーツクライミング協会及び公益財団法人全国高等学校体育連盟におかれては、各都道府県加盟団体等に周知するとともに、当該団体等において事故防止に係る積極的な取組が行われるよう御協力願います。

なお、学校への周知につきましては、学校における働き方改革の観点から、周知の範囲及び方法については、全ての学校に一律に周知する以外にも、例えば他事務連絡とまとめて周知する、教育委員会主催の教員研修の場で配布する等、必要に応じて御判断いただきますよう、お願いします。

【担当】

（登山一般に関して）

スポーツ庁健康スポーツ課

担当：松尾、外岡

電話：03-5253-4111（内線2684）

アドレス：kensport@mext.go.jp

（運動部活動に関して）

スポーツ庁地域スポーツ課

担当：学校運動部活動係 行武

電話：03-5253-4111（内線3953）

アドレス：tiikisport@mext.go.jp

令和 8 年 6 月 18 日

令和 7 年における山岳遭難の概況等

警察庁生活安全局生活安全企画課

主な山岳地の登山についての問い合わせ

参考資料3

山 岳	気 象 ・ 火 山 情 報		山 岳 情 報		
			担当警察本部等	電話番号	ホームページアドレス
主な山域の 情報	気象庁ホームページ(地域の情報) https://www.jma.go.jp/jma/menu/areas.html 気象庁ホームページ(火山登山者向けの情報提供ページ) https://www.data.jma.go.jp/vois/data/report/activity/info/index.html 各地の気象情報に関する問い合わせの電話番号は以下の通りです。		警察庁生活安全局 生活安全企画課	03-3581-0141	山岳遭難の概況 https://www.npa.go.jp/publications/statistics/safetylife/sounan.html
北海道全山域	札幌管区気象台	011-676-5025	北海道警察本部 地域企画課	011-251-0110	安全登山情報・クマ出没情報 https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/info/chiiki/sangaku/sangaku-top.html
利尻岳 大雪山系 十勝岳	札幌管区気象台	011-676-5025	北海道警察 旭川方面本部地域課	0166-35-0110	安全登山情報 https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/00ps/asahikawahonbu/02_oshirase/chiiki/401_anzentozan/401_anzentozan.html
八 甲 田 山 系	仙台管区気象台	022-290-5320	青森県警察本部 地域課	017-723-4211	山岳遭難 https://www.police.pref.aomori.jp/seianbu/chiiki/sangakusounauninsetugai.html
八 幡 平	仙台管区気象台	022-290-5320	岩手県警察本部 地域課 秋田県警察本部 地域課	019-653-0110 018-863-1111	登山を楽しく安全に～山岳遭難防止～ https://www.pref.iwate.jp/kenkei/oshirase/seikatsuanzen/3000008.html 登山届について https://www.police.pref.akita.lg.jp/kenkei/news/tozantodoke
鳥 海 山 系	仙台管区気象台	022-290-5320	山形県警察本部 地域課 秋田県警察本部 地域課	023-626-0110 018-863-1111	登山届は、あなたの命綱 https://www.pref.yamagata.jp/800020/kensei/police/procedures/tozan/tozan-todoke.html 登山届について https://www.police.pref.akita.lg.jp/kenkei/news/tozantodoke
蔵 王 山 系	仙台管区気象台	022-290-5320	宮城県警察本部 地域課 山形県警察本部 地域課	022-221-7171 023-626-0110	山岳情報 https://www.police.pref.miyagi.jp/tiiki/sangakuyouhou/indexsangakuyouhou.html 登山届は、あなたの命綱 https://www.pref.yamagata.jp/800020/kensei/police/procedures/tozan/tozan-todoke.html
飯 豊 連 峰	仙台管区気象台	022-290-5320	山形県警察本部 地域課 福島県警察本部 地域企画課	023-626-0110 024-522-2151	登山届は、あなたの命綱 https://www.pref.yamagata.jp/800020/kensei/police/procedures/tozan/tozan-todoke.html 山岳関係 http://www.police.pref.fukushima.jp/03_05sangakusouan.html
	東京管区気象台	03-5422-1018	新潟県警察本部 地域課	025-285-0110	登山情報 https://www.pref.niigata.lg.jp/site/kenkei/osirase-anzen-ansin-mizuyamajsetugajikko-sangaku-index.html
越 後 山 脈 苗 場 山	東京管区気象台	03-5422-1018	新潟県警察本部 地域課	025-285-0110	登山情報 https://www.pref.niigata.lg.jp/site/kenkei/osirase-anzen-ansin-mizuyamajsetugajikko-sangaku-index.html
妙 高 山 系	東京管区気象台	03-5422-1018	新潟県警察本部 地域課	025-285-0110	登山情報 https://www.pref.niigata.lg.jp/site/kenkei/osirase-anzen-ansin-mizuyamajsetugajikko-sangaku-index.html
谷 川 岳 草 津 白 根 山	東京管区気象台	03-5422-1018	群馬県警察本部 地域課	027-243-0110	山岳情報 https://www.police.pref.gunma.jp/site/police/list283-1466.html
丹 沢 山 系	東京管区気象台	03-5422-1018	神奈川県警察本部 地域総務課	045-211-1212	登山を楽しく安全に https://www.police.pref.kanagawa.jp/kurashi/umi_yama_jiko/mesg0004.html
奥 秩 父 山 系	東京管区気象台	03-5422-1018	埼玉県警察本部 地域総務課	048-832-0110	山岳情報 https://www.police.pref.saitama.lg.jp/kurashi/sangaku-suinan/index.html
			山梨県警察本部 地域課	055-221-0110	山岳情報 http://www.pref.yamanashi.jp/police/sangaku/index.html
			長野県警察本部 山岳安全対策課	026-235-3611	山岳情報 http://www.pref.nagano.lg.jp/police/sangaku/
富 士 山	東京管区気象台	03-5422-1018	山梨県警察本部 地域課	055-221-0110	山岳情報 http://www.pref.yamanashi.jp/police/sangaku/index.html
			静岡県警察本部 地域課	054-271-0110	山岳情報 https://www.pref.shizuoka.jp/police/kurashi/umi_yama/sangaku/index.html
			長野県警察本部 山岳安全対策課	026-235-3611	山岳情報 http://www.pref.nagano.lg.jp/police/sangaku/
南 ア ル プ ス	東京管区気象台	03-5422-1018	山梨県警察本部 地域課	055-221-0110	山岳情報 http://www.pref.yamanashi.jp/police/sangaku/index.html
			静岡県警察本部 地域課	054-271-0110	山岳情報 https://www.pref.shizuoka.jp/police/kurashi/umi_yama/sangaku/index.html
			長野県警察本部 山岳安全対策課	026-235-3611	山岳情報 http://www.pref.nagano.lg.jp/police/sangaku/
中 央 ア ル プ ス	東京管区気象台	03-5422-1018	岐阜県警察本部 警備第二課	058-271-2424	山岳情報 https://www.pref.gifu.lg.jp/site/police/4157.html
			山梨県警察本部 地域課	055-221-0110	山岳情報 http://www.pref.yamanashi.jp/police/sangaku/index.html
八 ケ 岳	東京管区気象台	03-5422-1018	長野県警察本部 山岳安全対策課	026-235-3611	山岳情報 http://www.pref.nagano.lg.jp/police/sangaku/
			山梨県警察本部 地域課	055-221-0110	山岳情報 http://www.pref.yamanashi.jp/police/sangaku/index.html
北 ア ル プ ス	東京管区気象台	03-5422-1018	長野県警察本部 山岳安全対策課	026-235-3611	山岳情報 http://www.pref.nagano.lg.jp/police/sangaku/
			富山県警察本部 山岳安全課	076-441-2211	山岳情報 https://police.pref.toyama.jp/anzen/sangakujouhou/index.html
			岐阜県警察本部 警備第二課	058-271-2424	山岳情報 https://www.pref.gifu.lg.jp/site/police/4157.html
大 峰 山 系 大 台 山 系	大阪管区気象台	06-6949-1300	奈良県警察本部 地域課	0742-23-0110	山岳遭難対策 https://www.police.pref.nara.jp/000000011.html
大 山	大阪管区気象台	06-6949-1300	鳥取県警察本部 地域課	0857-23-0110	大山登山情報 http://www.pref.tottori.lg.jp/policedaisen/
剣 山 系	大阪管区気象台	06-6949-1300	徳島県警察本部 地域課	088-622-3101	安全で楽しい登山のために https://www.police.pref.tokushima.jp/04anzen/p15360/index.html
			高知県警察本部 地域課	088-826-0110	安全登山のために https://www.police.pref.kochi.lg.jp/docs/2023103000416/
石 鎚 山 系	大阪管区気象台	06-6949-1300	愛媛県警察本部 地域課	089-934-0110	登山者の皆様へ https://www.police.pref.ehime.jp/chiiki/tozan.htm
			高知県警察本部 地域課	088-826-0110	安全登山のために https://www.police.pref.kochi.lg.jp/docs/2023103000416/
脊 振 山 系 多 良 山 系	福岡管区気象台	092-401-0950	佐賀県警察本部 地域課	0952-24-1111	登山計画書の提出 https://www.police.pref.saga.jp/kurashi/machizukuri/_3538.html
霧 島 山 系 屋 久 島 山 系 開 闔 岳	福岡管区気象台	092-401-0950	鹿児島県警察本部 地域課	099-206-0110	山岳情報 https://www.pref.kagoshima.jp/ja10/police/shinsei/sonota/sangaku.html

登山届

参考資料 4

目的の山域及び山名						
日程	年 月 日 時 <small>ころ</small> ~ 年 月 日 時 <small>ころ</small>					
行程等	登山口					
	経由地・ルート名 宿泊地					
	下山口					
氏名等	氏名 年齢..... 歳 <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女 携帯電話番号 登山口までの交通手段 <input type="checkbox"/> 自家用車 車両番号 : <input type="checkbox"/> 公共交通機関 (電車 ・ バス ・ タクシー)					
緊急連絡先	続柄 <input type="checkbox"/> 家族 <input type="checkbox"/> 友人 <input type="checkbox"/> その他 (.....) 氏名 : 電話番号 :					
同行者	<input type="checkbox"/> 有 (人) / <input type="checkbox"/> 無 (単独)					
	No	氏名	年齢	性別	携帯電話番号	
	1		歳	男・女		
	2		歳	男・女		
※3人以上の場合は裏面に記載のこと。						
「もしも」のための備え～道迷い、救助、ビバーク						
アプリ その他	●登山アプリ <input type="checkbox"/> ヤマレコ (ID:.....) <input type="checkbox"/> YAMAP (ID:.....) <input type="checkbox"/> ジオグラフィカ (ID:.....) <input type="checkbox"/> コンパス (ID:.....) ●ココヘリ <input type="checkbox"/> 加入済み (ID:.....)					
装備品	<input type="checkbox"/> レインウェア <input type="checkbox"/> ヘッドランプ <input type="checkbox"/> ツェルト <input type="checkbox"/> 防寒着 <input type="checkbox"/> 断熱マット <input type="checkbox"/> 無線機 <input type="checkbox"/> 携帯電話 <input type="checkbox"/> モバイルバッテリー					
豆知識	迷ったら、来た道に戻る 救助要請は早めに (110番 / 119番) ショートメールの方が、音声通話より繋がる可能性大					

両面印刷ではない場合のみ本欄も記載

目的の山域及び山名

日 程

年 月 日 ~

年 月 日

代表者氏名

同行者	同行者追加				
	No	氏名	年齢	性別	携帯電話番号
	3		歳	男・女	
	4		歳	男・女	
	5		歳	男・女	
	6		歳	男・女	
	7		歳	男・女	
	8		歳	男・女	
	9		歳	男・女	
	10		歳	男・女	

提出先 ○知事等（登山計画書の提出が条例で義務化されている場合）

○山域を管轄する警察本部または警察署等（インターネットで申請ができる警察本部等もあります。）

○家庭、クラブ（山岳会）、職場、学校等

○山域の登山指導センターや案内所、登山口の登山届ポスト等

○インターネットの登山計画サイト(山と自然のネットワーク「コンパス」等)

注意 登山計画書（届）を提出したところには、必要に応じて下山の報告をすること
条例に基づく登山届出（提出義務があります）は所定の届出先に提出すること



(コンパス)

※ 登山計画書（届）の記入例については、（公社）日本山岳・スポーツクライミング協会の
ホームページをご確認ください

<https://www.jma-sangaku.or.jp/sangaku/plan/>



※ インターネットによる登山届もご利用ください。

<https://www.mt-compass.com/>



1 概要

(1) 全国の発生状況

令和7年の山岳遭難は

○ 発生件数	3, 122件	(前年対比+176件)
○ 遭難者	3, 623人	(前年対比+266人)
うち死者・行方不明者	332人	(前年対比+32人)
負傷者	1, 480人	(前年対比+90人)
無事救助	1, 811人	(前年対比+144人)

であった。

過去10年間の山岳遭難発生状況を見ると、令和2年から3年連続で増加し、令和6年中は減少したが、令和7年中は再び増加に転じた。

(2) 都道府県別の発生状況

都道府県別の山岳遭難発生状況を見ると、最も多いのが長野県358件、次いで北海道199件、山梨県が192件であった。

(3) 遭難者の多い主な山岳別遭難状況

山岳別の遭難者数を見ると、観光地として有名な富士山は減少したが、穂高連峰や高尾山等の遭難者が例年(過去5年平均)と比較し増加した。

2 特徴

(1) 目的別・態様別

遭難者3, 623人について、目的別にみると、登山(ハイキング、スキー登山、沢登り、岩登りを含む。)が79.1%と最も多く、次いで山菜・茸採りが6.5%を占めている。

また、態様別にみると、道迷いが30.9%と最も多く、次いで転倒が19.2%、滑落が17.3%を占めている。

(2) 年齢層別

遭難者のうち40歳以上が2, 739人と全体の75.6%を占め、また、60歳以上が1, 723人と全体の47.6%を占めている。

また、死者・行方不明者では、40歳以上が304人と全体の91.6%を占め、60歳以上が221人と全体の66.6%を占めている。

(3) 単独登山者の遭難状況

単独登山(「山菜・茸採り」、「観光」等を含む。)遭難者1, 367人のうち、死者・行方不明者は209人で、15.3%を占めており、複数登山(2人以上)遭難者の死者・行方不明者の割合(5.5%)と比較すると9.8ポイント高くなっている。

(4) 訪日外国人の遭難状況

訪日外国人の山岳遭難は、発生件数174件、遭難者数246人（うち死者・行方不明者が6人）で、いずれも平成30年の統計開始以降、最多となった。

(5) 通信手段の使用状況

発生件数3,122件の76.3%が遭難現場から通信手段（携帯電話、無線機（アマチュア無線を含む。））を使用し、救助を要請している。

3 山岳遭難防止対策

山岳遭難の多くは、天候に関する不適切な判断や、不十分な装備で体力的に無理な計画を立てるなど、知識・経験・体力の不足等が原因で発生していることから、遭難を防ぐためには、次に掲げる点に留意する必要がある。

○ 的確な登山計画と万全な装備品等の準備

気象条件や体力、技術、経験、体調等に見合った山を選択し、休憩時間を確保した余裕のある登山日程、携行する装備、食料等に配意し、安全な登山計画を立てる。

登山計画を立てるときは、滑落等の危険箇所や、トラブル発生時に途中から下山できるルート（エスケープルート）等を事前に把握する。

また、常に最新の気象情報を把握するとともに、登山予定の山の気候に合った服装や登山靴、ヘルメット、雨具（レインウェア）、ツェルト（簡易テント）、地図（登山地図アプリを含む。）、コンパス、行動食等登山に必要な装備品や、万一遭難した際に助けを呼ぶための連絡用通信機器（携帯電話、無線機、予備バッテリー等）を準備するなど、装備を万全に整える。

GPS機能付きの携帯電話等は、自分の現在地をより速やかに救援機関に伝えることができるなど、救助要請手段として有効であるものの、多くの山岳では通話エリアが限られることやバッテリーの残量に注意する必要がある。

なお、単独登山は、トラブル発生時の対処がグループ登山に比べて困難になることが多いことを念頭に、信頼できるリーダーを中心とした複数人による登山に努める。

○ 登山計画書・登山届の提出

登山計画書・登山届は、家族や職場等と共有しておくことにより、万一の場合の素早い捜索救助の手掛かりとなるほか、計画に不備がないか事前に確認するものであることを認識する。また、作成した登山計画書・登山届は、一緒に登山する仲間、家族や職場等と共有するとともに、登山口の登山届ポスト、インターネットや登山地図アプリを活用して都道府県警察、自治体などに提出する。

○ 道迷い防止

地図の見方やコンパスの活用方法を習得し、登山には地図やコンパス等を携行して、常に自分の位置を確認するよう心掛ける。

なお、登山地図アプリと紙の地図を併用することで、より正確な位置を把握することができるため、道迷いの防止につながる。

○ 滑落・転落防止

日頃から手入れされた登山靴やピッケル、アイゼン、ストック等の装備を登山の状況に応じた的確に使いこなすとともに、気を緩めることなく常に慎重な行動を心掛ける。

また、滑落・転落するおそれがある場所を通過するときは、滑落・転落や上方からの落石に備え、必ずヘルメットを着用する。

○ 的確な状況判断

霧（ガス）や吹雪等による視界不良や体調不良時等には、道に迷ったり、冷静さを失ったりして、滑落等の危険が高まることから、「道に迷ったかも。」と思ったら、闇雲に進むことなく、今歩いて来た道（トレース）を辿り、正規の登山道まで引き返すなど、状況を的確に判断するとともに、早めに登山を中止するよう努める。

○ バックカントリースキーによる遭難に注意

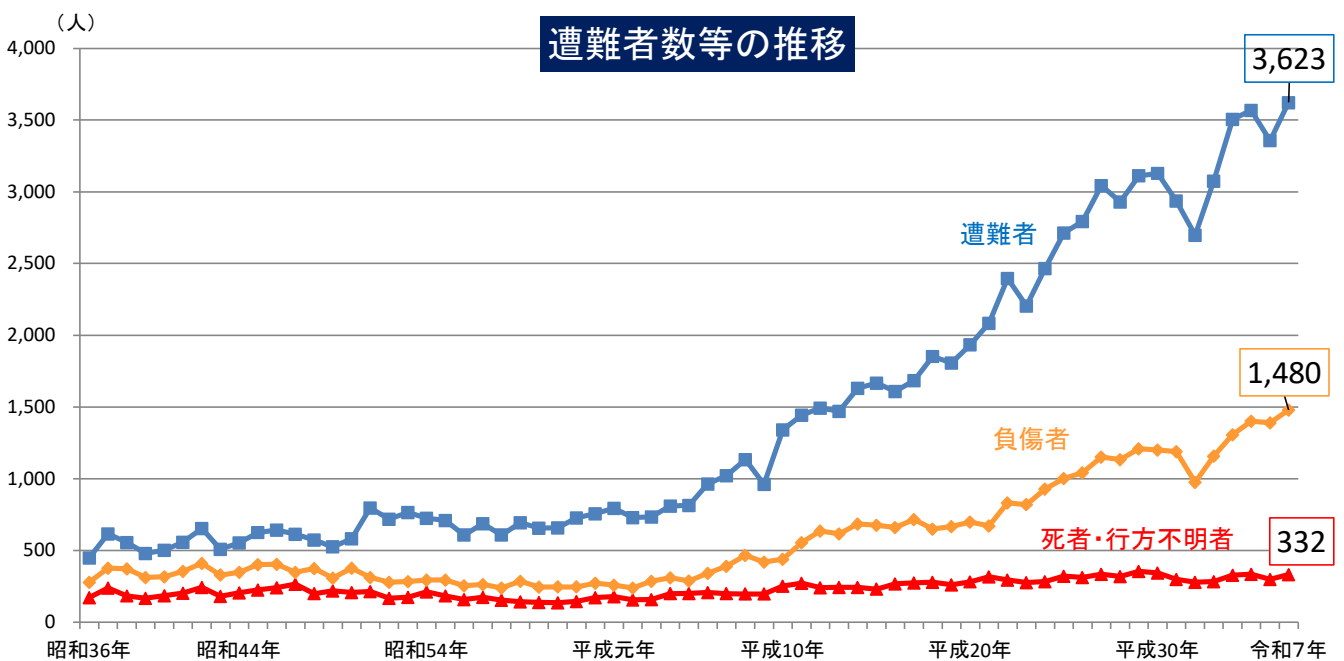
バックカントリースキーは、冬山登山と同様の知識・技能・装備が必要であることから、安易な行動は厳に慎む。

また、天候や積雪の状況、滑走するコースや地形を必ず確認し、登山計画書・登山届の提出、必要な装備品の携帯等、事前の準備を徹底する。

注：％は、小数点以下第2位を四捨五入（表1～10においても同じ。そのため、合計の数字と内訳の計が一致しない場合がある。）。

表1 概要

	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年	令和7年	
											構成比
発生件数(件)	2,495	2,583	2,661	2,531	2,294	2,635	3,015	3,126	2,946	3,122	
遭難者数(人)	2,929	3,111	3,129	2,937	2,697	3,075	3,506	3,568	3,357	3,623	100.0%
死者・行方不明者	319	354	342	299	278	283	327	335	300	332	9.2%
死者	278	315	298	267	241	255	301	293	265	299	8.3%
行方不明者	41	39	44	32	37	28	26	42	35	33	0.9%
負傷者	1,133	1,208	1,201	1,189	974	1,157	1,306	1,400	1,390	1,480	40.9%
無事救出者	1,477	1,549	1,586	1,449	1,445	1,635	1,873	1,833	1,667	1,811	50.0%



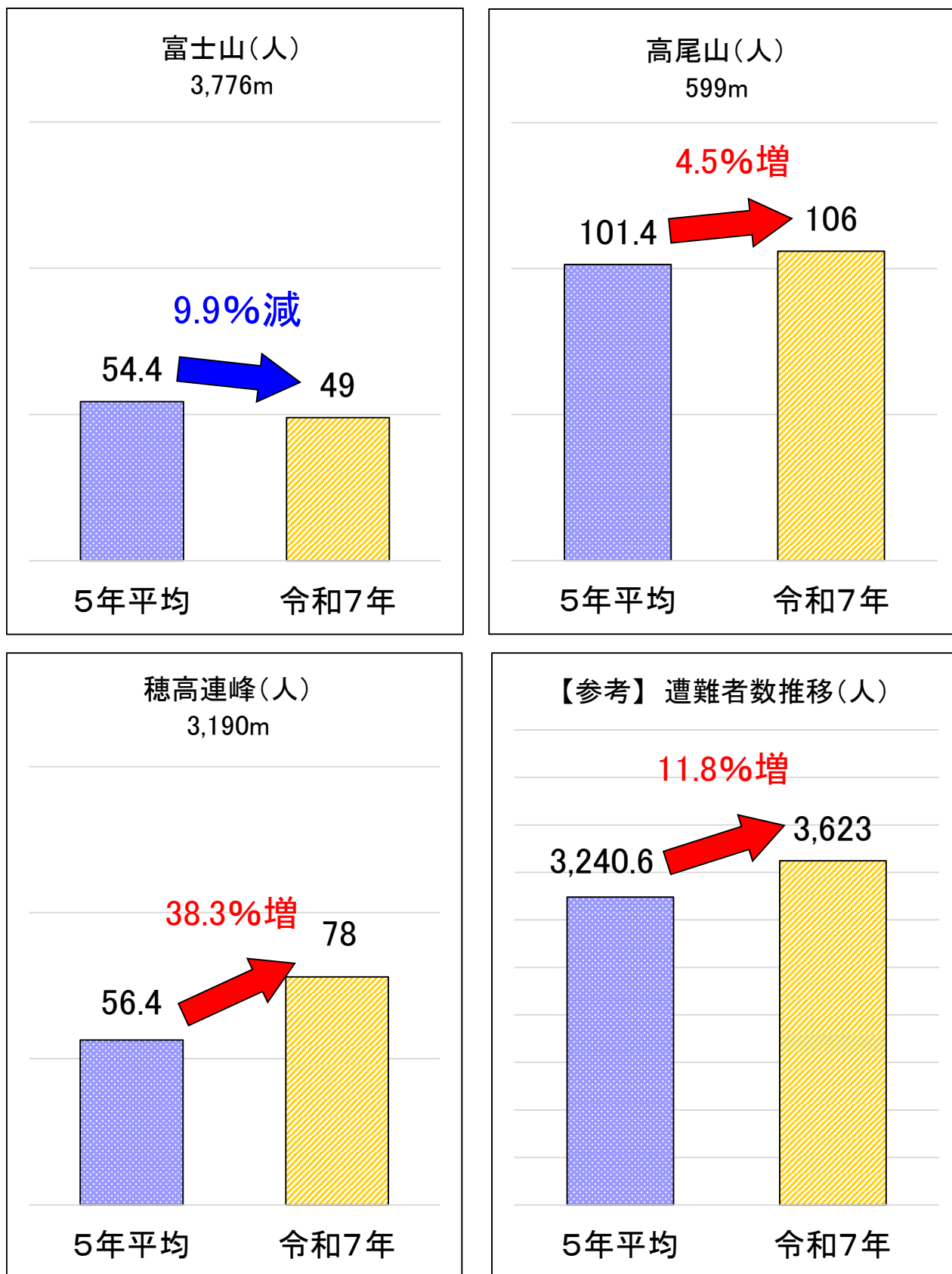
注:「遭難者数」には、昭和51年から無事救出者を含む。

表2 都道府県別山岳遭難発生状況

(令和7年)

都道府県	発生件数 (件)	遭 難 者 数 (人)				
		死者	行方不明者	負傷者	無事救出	
北海道	199	250	18	1	79	152
青森県	54	76	4	1	13	58
岩手県	41	44	5	1	22	16
宮城県	19	23	4	1	5	13
秋田県	26	27	5		5	17
山形県	68	74	3	2	38	31
福島県	94	108	11	1	60	36
東京都	151	166	15		67	84
茨城県	47	49	5		31	13
栃木県	70	80	8	3	37	32
群馬県	139	151	14	1	66	70
埼玉県	77	86	4	2	44	36
千葉県	18	28			6	22
神奈川県	175	196	9	5	72	110
新潟県	97	112	13		38	61
山梨県	192	219	22	1	105	91
長野県	358	392	51	4	170	167
静岡県	107	114	7		46	61
富山県	165	178	14	1	99	64
石川県	34	39	3	1	17	18
福井県	30	32	6		12	14
岐阜県	123	156	16		58	82
愛知県	42	63			17	46
三重県	80	94	10	1	31	52
滋賀県	77	94	5		48	41
京都府	37	51	1		14	36
大阪府	32	44	2		17	25
兵庫県	126	146	7	1	65	73
奈良県	53	62	5	2	31	24
和歌山県	18	28			3	25
鳥取県	28	29	3		18	8
島根県	9	12			7	5
岡山県	17	22	3		4	15
広島県	29	33	2	1	11	19
山口県	15	18			6	12
徳島県	9	10	4	1	3	2
香川県	4	4			3	1
愛媛県	29	30	6		9	15
高知県	11	16	3	1	3	9
福岡県	59	75	2		20	53
佐賀県	7	8	2		4	2
長崎県	19	23			9	14
熊本県	18	20	1		7	12
大分県	49	63			29	34
宮崎県	14	16	4		5	7
鹿児島県	38	41	2		19	20
沖縄県	18	21		1	7	13
合計	3,122	3,623	299	33	1,480	1,811

表3 主な山岳別遭難状況



注:「5年平均」は、令和2年から令和6年までの5年間の平均としている。

表4 目的別山岳遭難者

	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年	令和7年	
	人数	人数	人数	人数	人数	人数	構成比
登山	2,038	2,395	2,726	2,761	2,676	2,866	79.1%
登山	1,681	1,995	2,333	2,365	2,267	2,488	68.7%
ハイキング	233	260	248	224	222	209	5.8%
スキー登山	43	48	38	66	87	86	2.4%
沢登り	42	50	47	70	62	45	1.2%
岩登り	39	42	60	36	38	38	1.0%
山菜・茸採り	381	346	319	334	296	235	6.5%
その他	278	334	461	473	385	522	14.4%
観光	33	49	70	86	54	103	2.8%
作業	38	46	52	57	46	61	1.7%
溪流釣り	40	37	47	38	35	27	0.7%
写真撮影	13	23	28	28	18	21	0.6%
自然観賞	22	18	23	30	23	35	1.0%
山岳信仰	4	6	12	19	25	14	0.4%
狩猟	6	13	11	6	10	16	0.4%
スキー	52	46	75	80	83	123	3.4%
その他	65	79	73	101	63	95	2.6%
不明	5	17	70	28	28	27	0.7%
合計	2,697	3,075	3,506	3,568	3,357	3,623	100.0%

目的別山岳遭難者構成比の推移

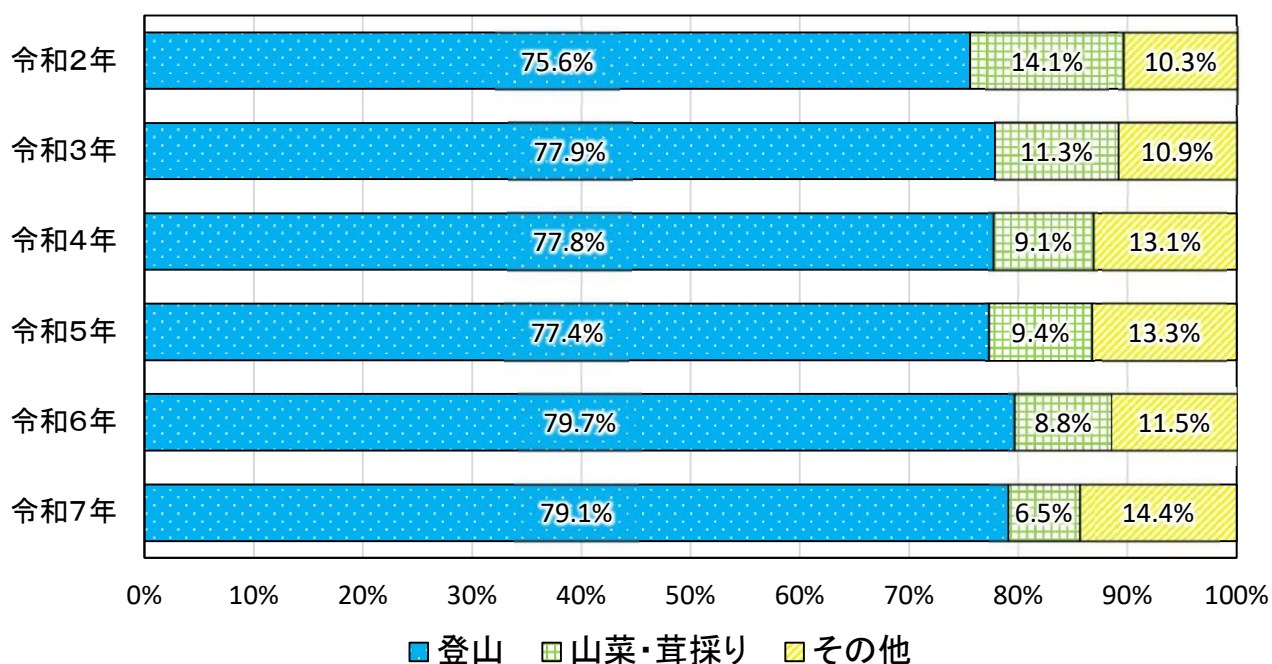


表5 態様別山岳遭難者

	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年	令和7年	
	人数	人数	人数	人数	人数	人数	構成比
道 迷 い	1186	1277	1280	1204	1021	1119	30.9%
滑 落	423	496	578	617	577	626	17.3%
転 倒	371	510	602	604	671	694	19.2%
病 気	188	218	285	308	256	294	8.1%
疲 労	170	204	286	324	343	356	9.8%
そ の 他	359	370	475	511	489	534	14.7%
転 落	93	79	98	112	86	79	2.2%
悪 天 候	27	32	34	37	39	43	1.2%
野生動物襲撃	39	27	38	45	37	41	1.1%
落 石	8	15	10	21	15	19	0.5%
雪 崩	8	11	13	20	27	24	0.7%
落 雷	0	0	0	1	0	1	0.0%
鉄 砲 水	0	1	58	0	2	14	0.4%
有 毒 ガ ス	0	0	0	1	0	3	0.1%
そ の 他	105	124	153	170	198	215	5.9%
不 明	79	81	71	104	85	95	2.6%
合 計	2697	3075	3506	3568	3357	3623	100.0%

態様別山岳遭難者構成比の推移

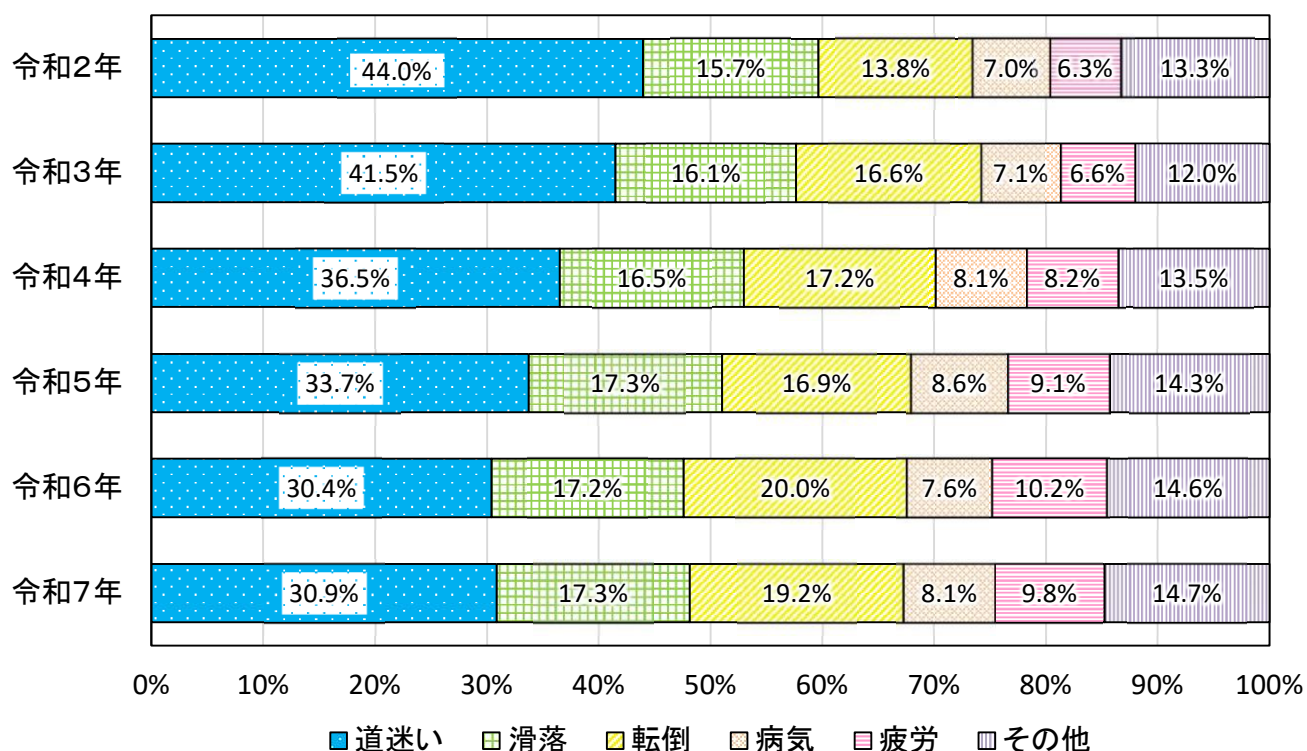


表6 年齢層別山岳遭難者

	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年	令和7年	
	人数	人数	人数	人数	人数	人数	構成比
20歳未満	154	186	154	195	127	164	4.5%
20～29	194	247	296	268	300	429	11.8%
30～39	231	229	258	253	235	283	7.8%
40～49	321	413	406	465	377	388	10.7%
50～59	444	513	562	623	624	628	17.3%
60～69	511	572	708	706	630	693	19.1%
70～79	636	702	823	790	771	749	20.7%
80～89	196	207	236	248	265	271	7.5%
90歳以上	7	5	12	18	11	10	0.3%
不明	3	1	51	2	17	8	0.2%
合計	2,697	3,075	3,506	3,568	3,357	3,623	100.0%

年齢層別山岳遭難者構成比の推移

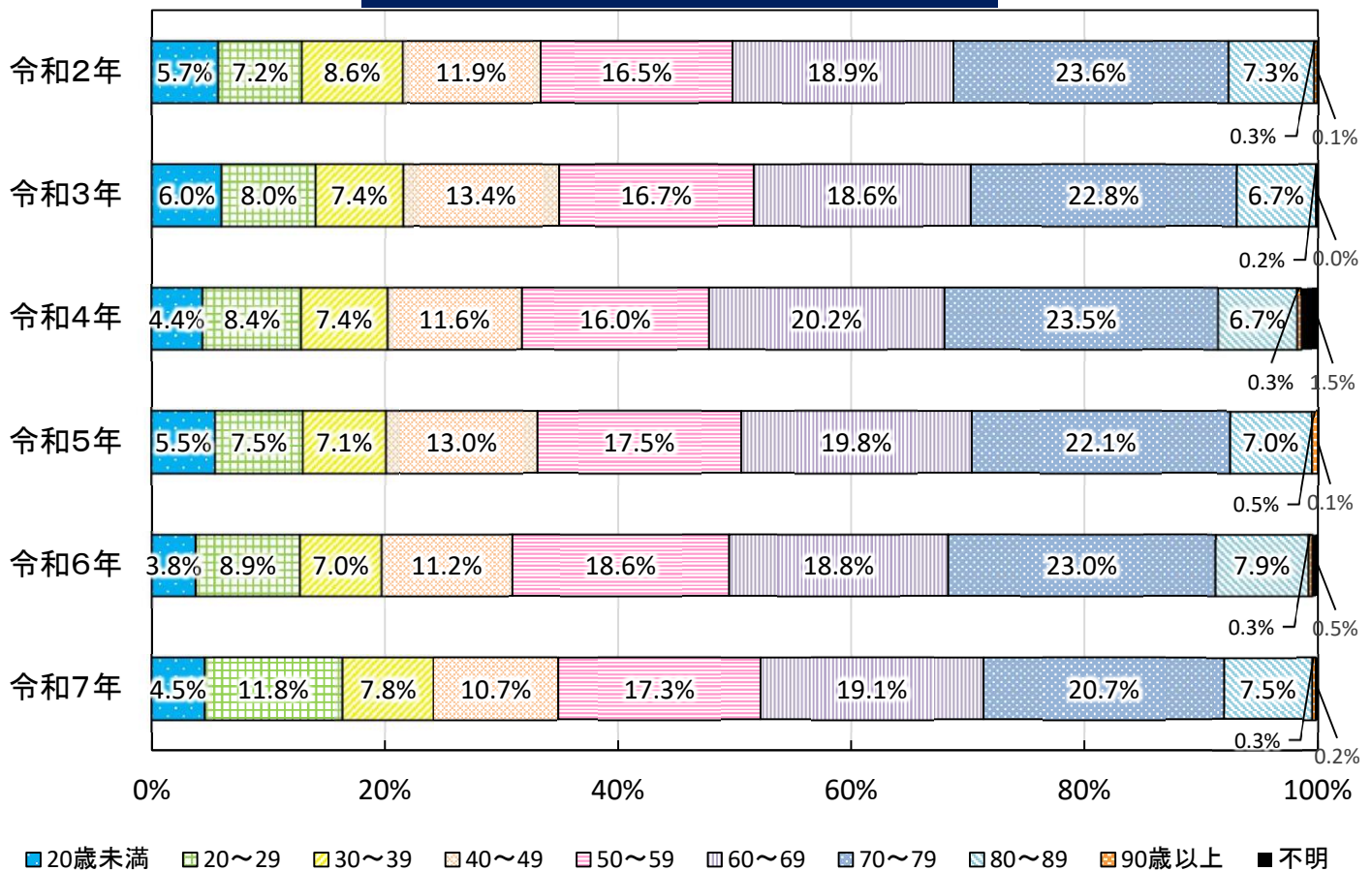


表7 年齢層別山岳遭難者(死者・行方不明者)

	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年	令和7年	
	人数	人数	人数	人数	人数	人数	構成比
20歳未満	2			2		2	0.6%
20～29	8	6	9	6	7	13	3.9%
30～39	14	13	10	19	18	13	3.9%
40～49	16	24	32	32	22	31	9.3%
50～59	35	36	45	50	61	52	15.7%
60～69	69	61	71	58	58	64	19.3%
70～79	96	102	113	117	87	102	30.7%
80～89	37	39	41	45	47	49	14.8%
90歳以上	1	1	6	5		6	1.8%
不明		1		1			
合計	278	283	327	335	300	332	100.0%

年齢層別山岳遭難者(死者・行方不明者)構成比の推移

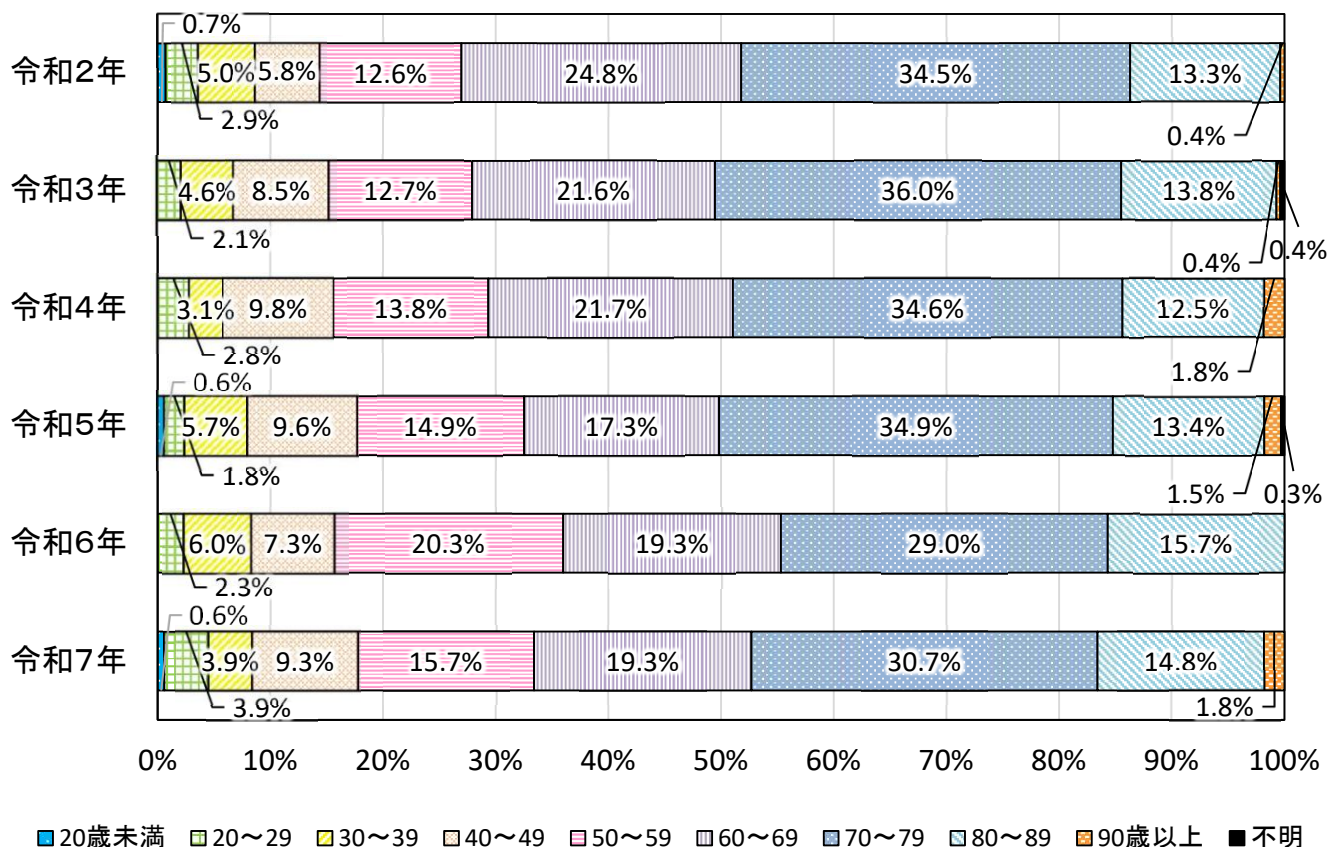
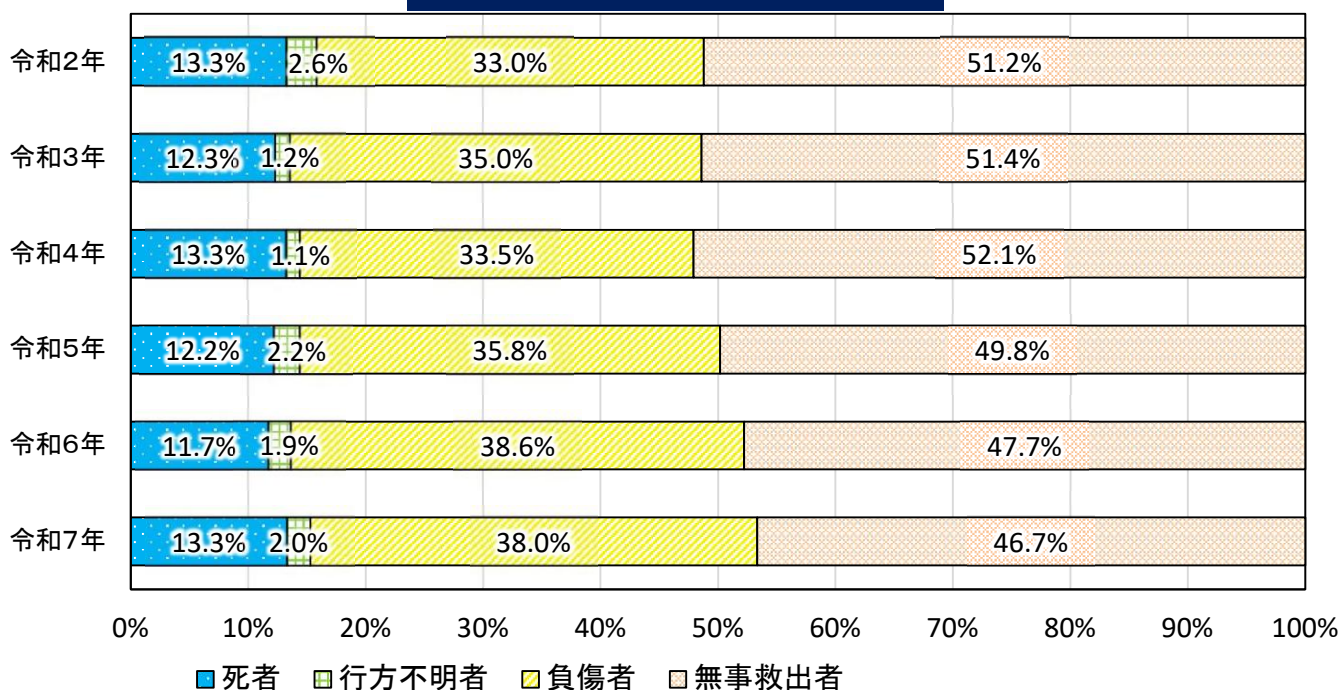


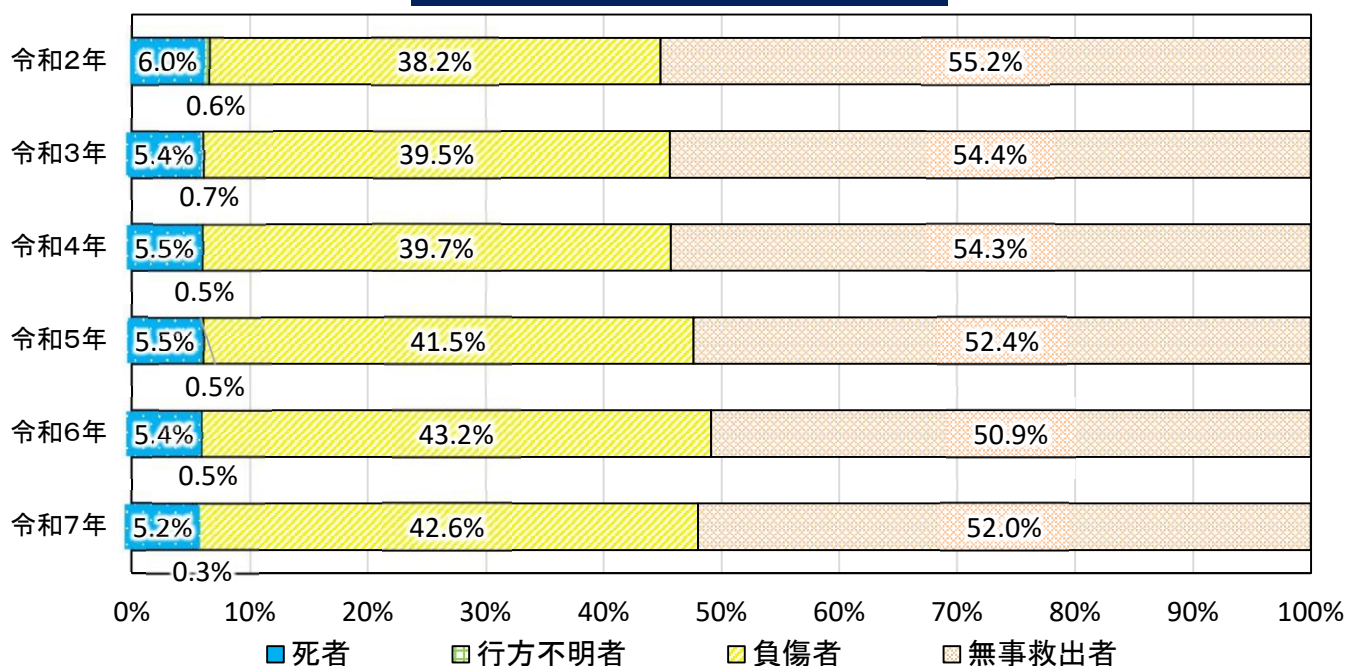
表8 単独登山者の遭難状況

	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年	令和7年	
	人数	人数	人数	人数	人数	人数	構成比
遭難者	1,086	1,282	1,394	1,423	1,311	1,367	
死者・行方不明者	172	174	201	205	179	209	15.3%
死者	144	158	185	174	154	182	13.3%
行方不明者	28	16	16	31	25	27	2.0%
負傷者	358	449	467	509	506	520	38.0%
無事救出者	556	659	726	709	626	638	46.7%
全遭難者に占める単独登山者の割合	40.3%	41.7%	39.8%	39.9%	39.1%	37.7%	

単独登山者の遭難状況の推移



複数登山者の遭難状況の推移

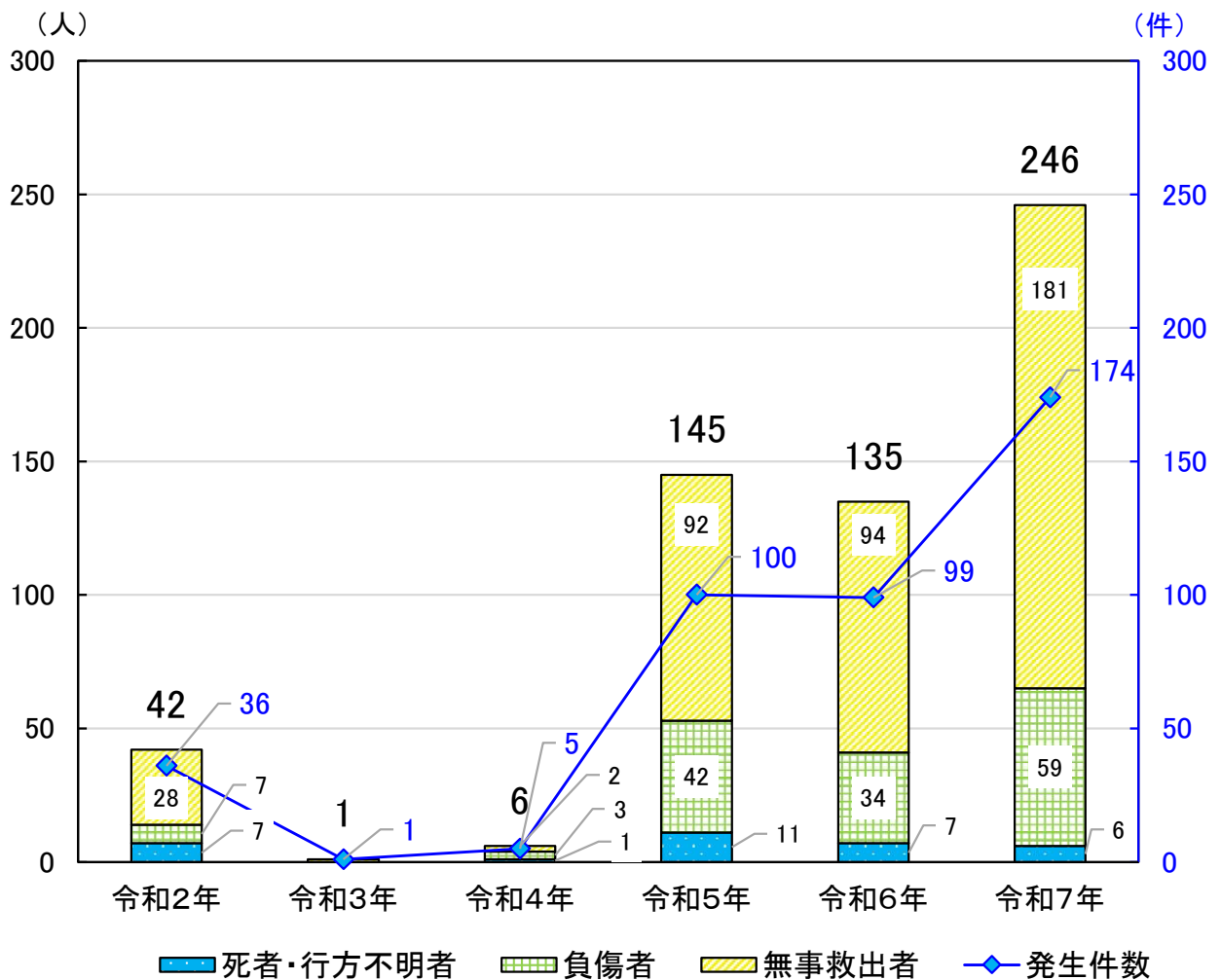


注:この頁における「登山者」とは、目的が「山菜・茸採り」「観光」等の者も含む。

表9 山岳遭難発生件数、遭難者数等の推移(訪日外国人)

	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年	令和7年
発生件数(件)	36	1	5	100	99	174
遭難者数(人)	42	1	6	145	135	246
死者・行方不明者	7		1	11	7	6
死者	6		1	8	6	6
行方不明者	1			3	1	
負傷者	7		3	42	34	59
無事救出者	28	1	2	92	94	181

遭難者数等の推移(訪日外国人)



※ 訪日外国人とは、外国籍を有する者のうち、日本に住所を置く者を除いたものをいう。

表10 通信手段の使用状況

	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年	令和6年	令和7年	
	件数	件数	件数	件数	件数	件数	構成比
発生件数	2,294	2,635	3,015	3,126	2,946	3,122	
使用あり	1,837	2,161	2,371	2,345	2,144	2,383	76.3%
携帯電話	1,815	2,142	2,351	2,338	2,123	2,364	75.7%
無線機	22	19	20	7	21	19	0.6%
使用なし	457	474	644	781	802	739	23.7%

注1:通話エリア圏外、バッテリー切れ等は「使用なし」に含む。

注2:携帯電話・無線機併用は、無線機に計上。

通信手段の使用状況の推移

