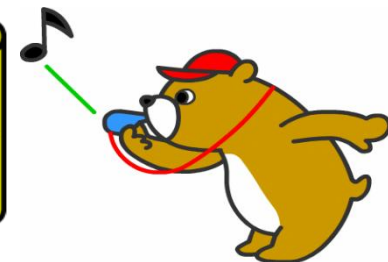




# 山菜採り、準備不足と油断で命取り

山に入るときはホイッスルを忘れずに



## 山菜採りに行く前にチェックしましょう

- 家族に行き先地と帰宅時間を知らせましたか
- 天気予報は見ましたか
- 仲間と一緒に入山しましたか
- 体調が悪いときは、入山は止めましょう。
- 軽装で入山は危険！寒さ対策していますか
- 自分の位置を知らせる物は持ちましたか  
(発煙筒、鏡、スマホの地図アプリ等)
- 雨具(目立つ色を着用)、食料、飲料水、携帯電話(バッテリーも)、ホイッスルは、持ちましたか



## もし、道に迷ったら

- むやみに歩かず、風雨が避けられる場所で救助を待ちましょう。
- ホイッスルで大きな音を出したり、携帯電話のライトで周囲や捜索隊に自分の居場所を知らせましょう。

## ヒグマに遭わないために

- ◇ヒグマの目撃情報をテレビやラジオなどで確認しましょう。
- ◇出没情報のある場所、出没を知らせる看板のある場所へは立ち入らない
- ◇野山には仲間と入り、一人にならないようにしましょう。
- ◇鈴を鳴らすなど、音で人の存在や接近をヒグマに知らせる。
- ◇早朝、夕方、悪天候などで薄暗いときは、野山に入らない
- ◇食べ物やゴミは、必ず持ち帰りましょう。

## ダニ等による感染症に注意

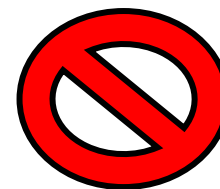
- ◇山に入るときは、長袖、長ズボン、手袋等を着用し、肌の露出を避けましょう。
- ◇ダニ等に刺された後に体調を崩したときは、速やかに医療機関を受診しましょう。

**北海道山岳遭難防止対策協議会**

STOP



# 遭難事故



山菜採りによる  
遭難事故が年々、  
増えています!

！軽装は危険。死傷事故が毎年、発生しています。

思わぬ怪我や寒さで低体温症を発症するリスクが高まります。

！目先の収穫よりも安全第一で！

遭難者の多くは高齢者です。山菜採りに夢中になり過ぎると疲労や持病の悪化を招いたり、道に迷う危険性があります。

！捜索には、救助者の人件費、ヘリコプターの運航費など多額の費用がかかります。

市町村によっては、費用の一部をご本人やご家族に負担を求める場合があります。

！捜索には、消防職員、消防団、警察官、役場職員のほか多くの方が関わっていることを忘れないでください！