

# 冬山登山における注意事項

冬山で遭難しないために次の点に注意しましょう。

## ○ 無理のない計画と『登山計画書』の提出を

登山技術、体力、経験に応じた山を選ぶとともに、無理のない計画を立て、登山計画書は家族や職場のほか、最寄りの警察署又は交番、駐在所に提出しましょう。北海道警察のホームページからメールで登山計画書を提出することもできます。

## ○ パーティーでの登山を

単独登山は行動中のアクシデントに対応できないことがあります。特に冬山はリスクが高いためから単独での登山を避け、経験豊富なリーダーのもとで、パーティーを組んでの登山に努めましょう。

## ○ 万全の装備と余裕のある食料などの準備を

装備の不備や食糧の不足が生死につながることもあります。ビーコンやプローブ、シヨベルなどの雪崩対策装備のほか、悪天候の条件下にも耐えられる防寒装備、非常時のツェルトやヘッドライト、予備の食料などを準備しましょう。

## ○ 通信機器の携行を

万一の場合の連絡手段として、携帯電話などを携行するとともに、予備のバッテリーを携行しましょう。

## ○ 入山前に気象状況の確認を

入山前には、必ず気象状況を確認するとともに、冬山は天候が急変しやすいので絶えず気象の変化に気を配り、天候の悪化が予想されるときには中止しましょう。

## ○ 慎重な行動を

バックカントリースキーは大自然が相手です。雪崩や滑落、立木への衝突など、様々な危険が潜んでいるので、慎重な行動に心掛けましょう。

