

登山装備表(雪がない時の日帰りの例)

この登山装備は、あくまで目安です。
必要に応じて変更してください。

服装・履物	品目	チェック	品目	チェック	品目	チェック	品目	チェック
		長袖シャツ・長ズボン		帽子		登山靴		防寒着
	速乾性の下着		手袋		厚手の靴下		ウィンドブレーカー	

一般携行品	品目	チェック	品目	チェック	品目	チェック	品目	チェック
	ザック・ザックカバー		腕時計(防水)		非常食		水筒・登山用魔法瓶	
	ツェルト・レスキューシート		方位磁石(コンパス)		ラジオ		ナイフ	
	雨具		地図 ※国土地理院発行の 1/25,000か1/50,000		健康保険証		ゴミ袋	
	懐中電灯・ヘッドライト(予備電池も)		筆記用具		救急セット・常備薬		ロールペーパー	
	タオル		ライター・マッチ		無線機・携帯電話		登山届(写し)	



防災ヘリによる
山岳救助に**手数料**がかかります

「埼玉県防災航空隊の緊急運航業務に関する条例」の一部が改正され、平成30年1月1日から、原則として、指定された地域において埼玉県防災ヘリコプターによる救助を受けた場合、手数料を納付していただくことになりました。



詳細はこちら

お問い合わせ先
埼玉県危機管理防災部 消防課
〒330-9301 さいたま市浦和区高砂3-15-1
TEL 048-830-8171
FAX 048-830-8159

遭難しないための 山登り安全ガイド

あなたを守る
7つの
ポイント



埼玉県マスコット
コバトン

彩の国  埼玉県

あなたを守る7つのポイント

埼玉県は低い山が多く、初心者向けだと思いませんか？
でも、安易に登ると非常に危険です。
あなたが無事に帰るために、7つのポイントを確認しましょう。



準備編

当日編

1

万全の服装と 装備で登山しよう

- 裏面を参考に服装や携行品を確認しよう。
- 地図やコンパスの使い方をマスターしておこう。



2

体力や技術に あった計画で

- 体力や技術の過信は遭難のもと。
- 時間に余裕のある計画を立て、今一度、冷静に見直そう。

3

登山届(登山計画書) を出す

- 山岳救助隊は登山届をもとに捜索をする。
- 登山届を提出し、写しは家族などにも渡しておこう。

4

引き返す勇気を 持って

- 体調がおかしいと思ったら、その場で帰る勇気。
- 天候情報、山岳情報を確認し、場合によっては中止する。

5

早めの出発 早めの下山

- 暗い山道は危険がいっぱい。上級者でも死亡事故が多い。
- 明るいうちに下山しよう。



6

現在地を 常に確認

- 今自分はどこにいるか、常に地図とコンパスで確認を。
- 現在地を確認することで、適切なペース配分で登れているかの確認もできる。

7

携帯電話を 上手に活用

- 緊急時に有効な連絡手段。でも圏外も多く過信は禁物。
- 山ではあっという間に電池が消耗する。必要なとき以外は電源を切って。



携帯版登山届を
利用しましょう。

埼玉県警察本部では、携帯電話による登山届の受付を行っています。
埼玉県内の山登りを計画している方は、是非ご利用ください。

右記HPから登山届(登山計画書)の用紙の入手、届出ができます。



登山届(登山計画書)に関する問い合わせは
埼玉県警察本部地域総務課
TEL 048-832-0110

※登山情報については、山を管轄する警察署へ