

春山も雪崩・滑落・天候の急変に要注意

－万全な計画と装備で－

登山計画書の作成と提出は 安全登山の第一歩

例年、大型連休前後の春山において多くの遭難事故が発生しています。

とりわけ、遭難者に占める中高年登山者の割合は7～8割と高く、転・滑落、道迷い、転倒などの事故が多発しています。

この時期、ふもとは初夏の装いでも、山では天候が急変すれば降雪や吹雪もあり、冬山に様変わります。雪崩にも注意する必要があります。春山に対する認識が甘く、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・体力の不足から、遭難に至ることが多く見受けられます。

また、仲間に連れて行ってもらうだけという人まかせな考えからか、登山中に仲間とはぐれて道に迷うなど、離散型の遭難事故も多くみられます。

登山は、自己責任において行わなければなりません。それは計画から帰宅するまでの一切を自分で主体的にやり遂げるということです。登山は計画する段階から始まっています。遭難事故は準備を十分に行なうことでそのリスクを減らすことができます。対象山域の最新情報入手し、登山計画書を作成しながら入山中に考えられるリスクを整理して、リスク回避の対策を前もって立てるようにしてください。

○ 登山計画書を作成する際の留意事項

- ① 「道迷い遭難」などを起こさないように、地形の特徴を1/25000地形図で把握する。
- ② 常に最新の気象情報や火山等に関する情報入手し登山計画を立てる。
- ③ 単独登山を避け登山計画書を提出のうえ、万全な計画・装備を持って出かける。

○ 山での行動の留意事項

- ① 長時間の行動により想像以上に体力・集中力は落ちることを自覚する。
- ② 意識的に仲間と声を掛け合い、こまめに休憩を取り、糖分・水分補給などで心身をリフレッシュする。
- ③ 最新の気象情報を確認した上で、気象状況の変化に常に気を配る。
- ④ 滑落などの危険がある場所では、ヘルメットを着用する。

○ 安全な登山を実行するための留意事項

- ① (公社)日本山岳・スポーツクライミング協会及び各都道府県山岳連盟等の講習会などを利用して安全登山に必要な知識や技能を身につける。
- ② 日頃からトレーニングを怠らず体力の向上に努める。
- ③ 経験豊かで判断力のあるリーダーのもと、各自の体力と経験に応じた山に登る。

※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

<http://www.jpnsport.go.jp/tozanken/>

(公社)日本山岳・スポーツクライミング協会 TEL: 03-3481-2396

<http://www.jma-sangaku.or.jp/>

【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)日本体育協会
(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

過信は禁物、下山する勇気が何より重要

～春山は突如として冬山と化すことがある。なだれにも注意～

この季節は、高気圧と低気圧が交互に通過し、時折、低気圧が急発達しながら通過するなど、天気の変わりやすい時期です。このため、雨や雪、気温の急変、突風や落雷、霧など、春山では、命にかかわる急な天気変化も珍しくありません。突如として冬山と化し、猛吹雪となることもあります。また、ふもとは初夏の装いでも、登山コースの周辺には雪が残っている場合があります。なだれに巻き込まれて遭難する事故も毎年のように発生しています。

安全に春山を楽しむためには、登山の数日前から週間天気予報などを参考に、行動期間中の天気の推移を見極め、積雪等、登山ルート最新の状況を確認した上で登山計画をたてるのが大切です。連休だからといって、自然を無視した無理な登山計画は命取りです。登山中も常に最新の気象情報等に気を配り、天気の急変が見込まれる場合には、速やかに下山する等、安全サイドに立った適切な判断が何より重要と強く認識してください。

登山する山が火山である場合は、火山にどのような危険があるのかを確認するとともに、気象庁等が発表している火山に関する最新の情報を確認しましょう。また、火山の活動に異変を感じたら、速やかに下山するか、安全な場所に避難しましょう。

気象庁ホームページ <http://www.jma.go.jp/jma/index.html>

火山登山者向けの情報提供ページ http://www.data.jma.go.jp/svd/vois/data/tokyo/STOCK/activity_info/map_0.html

気象・火山情報まとめ(日本山岳・スポーツライミング協会) <https://www.jma-sangaku.or.jp/sangaku/?ca=39>

春山も気象の急変に要注意！ ～「気象遭難」が多発しています～

- 1 登山計画書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 雪崩に対する知識と装備(雪崩ビーコン、プローブ、シャベル等)は十分ですか。
- 6 応急処置のための医薬品や器具は準備しましたか。
- 7 緊急時の連絡手段は準備しましたか。(無線機、携帯電話などの充電も忘れずに！)
- 8 山岳保険の加入は済みましたか。
- 9 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。

登山計画書はあなたの生命を守るザイルです。

●登山計画書の提出

- 安全登山のための自己点検の機会となります。
- 遭難事故の発生を早い段階で警察が認知でき、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(登山計画書の提出が条例で義務化されている場合)
- 家庭、クラブ(山岳会)、職場、学校など
- 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」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
- 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。

これまでも登山計画書を提出したことにより、命拾いをしたという事例が数多くあります。登山計画書を提出することは、あなたの生命を守るザイルであると考えて必ず実行しましょう。また、登山計画書の提出先には、下山の報告を忘れずにしてください。