



なかむら 地域 だより

令和7年7・8月号

7月・8月のテーマ 山岳遭難



中村署HP

低山だから大丈夫？

山岳遭難は低山でも発生しています！！

安全な登山計画を立てる！！

気象条件や体力、技術、経験、
体調等に見合った山を選択しましょう。
余裕のある登山行程、携行する装備、
食料等に配慮して
安全な登山計画を立てましょう！



登山届を出す！！

登山計画書は、家族や職場等の身近な方と
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ります。



遭難したと思ったら、直ぐに110番通報する！！

「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、早めに登山を中止し、
目印となる物を見つけて110番通報等により救助を求めてください。



遭難したと思ったら

直ぐに110番通報！