

遭難防止

無理のない計画で登山届は必ず提出



山では自己責任が原則です。自分の経験、体力、装備などに見合った無理のない計画で山を楽しみましょう。登山届は必ず提出しましょう。

山の危険を知ろう



落石や雪崩、転滑落、天候の急変など、山にはさまざまな危険が潜んでいます。安全登山のために危険を知り適切な対処法を学びましょう。

マナーとルール

あいさつと声かけを



すれ違いなどでは気持ちよくあいさつをかわしましょう。追い抜く際など、おたがいの安全のために必要な場面では声かけを欠かさずに。

登り優先、先行者優先



登山道では登りの人と先に行く人が優先です。すれ違いや追い抜く際は声をかけてから安全に通過しましょう。

自然保護

登山道からはずれない



登山道をはずれると、植生の破壊など生態系に重大な影響を与えます。また転滑落や道迷いにもつながります。

ごみは必ず持ち帰る



「ごみ」は家まで持ち帰りましょう。排泄物で山を汚さないよう、トイレや携帯トイレを使うなど、山をよごさないよう努めましょう。