

# 冬山遭難事故をなくそう



令和6年12月

兵庫県県民生活部  
兵庫県山の遭難対策協議会

冬山の遭難事故は、年末と年始に多発しています。登山計画を立てるときは、安全を第一にして事前研修を重ね、慎重な行動をとることが大切です。今年こそは、冬山遭難事故がゼロになるよう、次のことに注意しましょう。



(公社) 日本山岳・スポーツクライミング協会



兵庫県山岳連盟  
神戸登山研修所



## 1 登山情報について

(公社) 日本山岳・スポーツクライミング協会ホームページでは、登山に関する様々な情報が掲載されています。十分な情報と装備をもって登山に臨み、事故防止に努めましょう。

## 2 山へ登るときは、登山計画書を忘れずに届け出を

- 遭難事故発生時の捜索、救助活動に支障が生じるため、山へ登るときは必ず届け出ましょう。
- 届け出先は、家庭、職場、学校などのほか、山城の登山指導センターや案内所、登山口の登山届ポスト、登山地域の警察本部地域課（北海道を除き県庁所在地にあります）または入山地所轄警察署地域課、交番、駐在所に提出しましょう。
- 登山計画書は、別添様式をご利用ください（右記 QR コード）。また、神戸登山研修所（TEL 078-940-1850）にてお求めいただくか、(公社) 日本山岳・スポーツクライミング協会ホームページから、ダウンロードすることもできます。
- 兵庫県警察は、山岳安全ネットワーク協議会が運営するオンライン登山届受理システム「コンパス」の利用協定を締結しています。「コンパス」を利用すれば、パソコン・スマートフォン等から登山届を提出できますので、ご利用ください。

## 3 単独登山は厳禁です

未経験者（組織未加入者）や少し経験のある中高年の単独登山者の遭難事故が増加しています。一人での登山は気ままに行動できますが、万が一遭難が起きた場合に生命の危機にさらされる確率が高まります。経験あるリーダーと一緒に登りましょう。

## 4 登山計画は綿密に

- 【リーダー】** グループの中から、経験、技術、判断力、体力の豊かな人を選出
- 【リーダーの役目】** メンバーの体力・健康状態・登山経験から、無理のない計画の作成（山の決定、行程及び日没時間など十分な検討が必要）
- 【装備】** 登山形式、日程、コースなどによって種類を選択  
特に非常食、救急用品、雨具、通信機器、着替えなどの用意
- 【事前確認】** 登山規制地域や、登山計画等を確認
- 【保険】** 山岳保険や傷害保険に必ず加入（以下参照）

**山岳保険**：日本山岳協会山岳共済会へ入会された方には、次の共済保険制度があります。  
(遭難捜索費用を含みます)

日山協山岳遭難共済、日山協特別共済（別途、手続きが必要になります）

連絡先〔神戸登山研修所 〒657-0838 神戸市灘区王子町2-2-1 TEL 078-940-1850〕

**傷害保険**：会員以外の一般の方々には、民間損害保険会社の山岳保険の他、次の傷害保険があります。（4名以上のグループであれば加入できます）

連絡先〔(公財) スポーツ安全協会 <https://www.sportsanzen.org>〕

## 5 事前に山の状況を調査研究しておこう

- コース、ルート、山小屋など山の状況を事前に十分調査し、適切な時間配分を検討
- 緊急時の避難場所、避難コース、下山ルートなどの確認
- 冬山では、降雪時や大雪の直後、気温上昇時などによって雪崩が発生しやすいので注意
- 入山地の遭難例を調べるとともに、気象記録などについても確認

## 6 出発までに再確認

- 【リーダー】** 全員の健康状態を確実に把握するとともに、計画書の内容を徹底  
登山者全員が事前に家族や勤務先へ登山計画を伝達しているかの確認
- 【情報共有】** 留守本部や現地連絡先と、危急時の打ち合わせの実施  
全員にトランシーバーの使い方や、規則などの徹底
- 【通信手段】** 携帯電話は、山では不感地帯も多く過信は禁物  
予備のバッテリーを持参し、コースの要所で、通話可能かどうか確認
- 【万一の備え】** 服装は明るい色（オレンジ等）の上着を着用
- 【遭難時】** 道に迷った際には、焦ってむやみにあたりを歩きまわったりせずに、その場で休憩をとり、行動食を食べたり水分を補給したりしてまずは気持ちを落ち着かせる。  
救助を待つ時は、上空の開けた場所へ

～ 兵庫県消防防災航空隊・神戸市航空機動隊からのお願い ～

県内の山岳救助には当隊のヘリが出動することがあります。ヘリでの救助活動中はダウンウォッシュと呼ばれる強烈な風が発生するため、物品の飛散、砂塵の巻き上げや落石、雪崩が誘発されることがあり大変危険です。ヘリが救助活動を行っている場合は出来るだけその場から離れてください。

また、救助要請された以外の方は、むやみにヘリに向け手を振ったりしないでください。

## 7 天気予報に注意

常に天気予報に注意し、注意報や警報などの気象情報が出されているときは登山を中止する勇気を持ちましょう。

## 8 兵庫県内の登山について

六甲山付近	遭難件数の多い山なので、入・下山コースは必ず家族に伝達 冬は日没が早く、寒さが厳しくなるので、防寒の備えと早めの下山 夕刻からは、徒歩による下山は危険、バス、ケーブルカー等を利用 凍結箇所が多くスリップに注意。早めに尾根道を下山
但馬・奥播磨の山	谷筋は登り下りともに慎重に行い、激しい降雪時には、登山を中止 氷ノ山での厳寒期の単独登山や初心者登山は控え、地元の人の警告を遵守 スキーツアーでも、「登山をする」という心構えで万全な装備 春近いときの降雨の最中やその直後、または南風の吹くフェーン現象が起きるようなときの山歩きは回避

## 【登山装備一覧】～登山目的にあった装備を持参しましょう～

<input type="checkbox"/> 肌着上下(吸汗速乾素材)	<input type="checkbox"/> 伸縮性ストック	<input type="checkbox"/> コンパス	<input type="checkbox"/> 食器類
<input type="checkbox"/> ズボン(保温・吸汗速乾素材)	<input type="checkbox"/> ルックザック	<input type="checkbox"/> 1/25000 地形図	<input type="checkbox"/> コップ・炊事用具
<input type="checkbox"/> シャツ(保温・吸汗速乾素材)	<input type="checkbox"/> サングラス	<input type="checkbox"/> ルート図	<input type="checkbox"/> コンロ
<input type="checkbox"/> 防寒着(セーター・羽毛服)	<input type="checkbox"/> ゴーグル	<input type="checkbox"/> 登山計画書	<input type="checkbox"/> 燃料・予備燃料
<input type="checkbox"/> 防風防水透湿パーカ	<input type="checkbox"/> ヘッドランプ	<input type="checkbox"/> GPS	<input type="checkbox"/> シュラフ
<input type="checkbox"/> 防風防水透湿オーバーパンツ	<input type="checkbox"/> 予備電池・電球	<input type="checkbox"/> 高度計	<input type="checkbox"/> シュラフカバー
<input type="checkbox"/> 帽子・防寒帽(目出し帽)	<input type="checkbox"/> 救急用品(各種薬等)	<input type="checkbox"/> 身分証明書	<input type="checkbox"/> マット
<input type="checkbox"/> 靴下・予備靴下	<input type="checkbox"/> ローツク	<input type="checkbox"/> 緊急連絡票	<input type="checkbox"/> テント一式
<input type="checkbox"/> 手袋・予備手袋	<input type="checkbox"/> ライター・マッチ	<input type="checkbox"/> 携帯電話(予備電池)	<input type="checkbox"/> 大型スノーシャベル
<input type="checkbox"/> オーバー手袋	<input type="checkbox"/> テルモス・水筒	<input type="checkbox"/> 健康保険証	<input type="checkbox"/> スノーソー
<input type="checkbox"/> ロングスパッツ	<input type="checkbox"/> 非常食	<input type="checkbox"/> トランシーバー(予備電池)	<input type="checkbox"/> ランタン
<input type="checkbox"/> 登山靴	<input type="checkbox"/> 救急用品(各種薬等)	<input type="checkbox"/> 天気図用紙	<input type="checkbox"/> 修理用具一式
<input type="checkbox"/> わかんじき	<input type="checkbox"/> テーピングテープ	<input type="checkbox"/> ラジオ	<input type="checkbox"/> サブザック
<input type="checkbox"/> スノーシュー	<input type="checkbox"/> ナイフ	<input type="checkbox"/> 筆記具	<input type="checkbox"/> ヘルメット
<input type="checkbox"/> アイゼン	<input type="checkbox"/> ホイッスル	<input type="checkbox"/> 油性太字ペン	<input type="checkbox"/> ザイル(ロープ)
<input type="checkbox"/> ピッケル	<input type="checkbox"/> レスキューシート	<input type="checkbox"/> ロールペーパー	<input type="checkbox"/> カラビナ
<input type="checkbox"/> スノーシャベル	<input type="checkbox"/> ツェルト	<input type="checkbox"/> タオル(手ぬぐい)	<input type="checkbox"/> スリング各種
<input type="checkbox"/> 雪崩ビーコン	<input type="checkbox"/> 時計	<input type="checkbox"/> ポリ袋	<input type="checkbox"/> ハーネス
<input type="checkbox"/> 携帯ゾンデ棒	<input type="checkbox"/> カメラ	<input type="checkbox"/> 装備整理袋	<input type="checkbox"/> 各種登攀用具

