

# 夏山を甘く見るな 安全登山をめざして



「夏の仙丈ヶ岳」(提供：兵庫県高体連登山専門部)

令和5年7月  
兵庫県県民生活部  
兵庫県山の遭難対策協議会

涼しさを求めて、キャンプや登山を楽しむのに絶好の季節がやってきました。しかし、思わぬ事故やケガが発生しやすいので、油断は禁物です。自分の経験や技術、体力等にあわせたコースや無理のない日程で計画するとともに、慎重な行動で安全登山を心がけましょう。

## ○ 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、兵庫県山岳連盟及び神戸登山研修所(右記QRコード)等に掲載の登山に関する様々な情報の収集と登山目的にあった装備を持参し、事故防止に努めましょう。



(公社)日本山岳・スポーツクライミング協会

## ○ 登山計画書を忘れずに

- 1 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。
- 2 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。
- 3 登山計画書は、裏面様式をご利用ください。また、(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。
- 4 兵庫県警察は、山岳安全対策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。



兵庫県山岳連盟  
神戸登山研修所

## ○ 単独登山は危険です

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。

## ○ 登山計画は綿密に

- 1 グループの中から、経験、技術、判断力、体力の豊かな人をリーダーに選びましょう。
- 2 リーダーは、そのメンバーの体力・健康状態・登山経験をよくみて、山の決定、行程及び日没時間などを十分に検討して、無理のない計画をたてましょう。
- 3 装備は、登山形式、日程、コースなどによって種類を選択し、特に非常食、救急用品、雨具、通信機器、着替えなどの用意をしましょう。
- 4 登山規制地域を確認しましょう。
- 5 山岳保険、傷害保険に必ず加入しましょう。

ア 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〕



日山協山岳共済会山岳共済事務センター

イ 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)

スポーツ安全保険

連絡先〔(公財)スポーツ安全協会 TEL 0570-087109〕



## ○ 事前に山の状況を調査研究しておこう

- 1 コース、ルート、山小屋など山の状況を事前に調査し、適切な時間配分を検討しましょう。
- 2 夏山の遭難事故は、転落、落石をはじめ、大雨に伴う遭難などが多いので、危険地帯を十分把握し、緊急時の避難コース、避難場所、下山ルートなども考えておきましょう。また、台風や集中豪雨などによる大雨、雷雨を予知し、避けるようにしましょう。
- 3 山小屋、国立公園、私有林などの利用については、施設の利用に関する規則などをよく確認しましょう。

## ○ 出発に際して

- 1 リーダーは全員の健康状態を把握し、計画書の内容を徹底してください。また、全員が家族や勤務先への連絡が確実になされていることを確認しましょう。
- 2 留守本部や現地連絡先と、危急時の打ち合わせをしておきましょう。
- 3 全員にトランシーバーの使い方、規則などを徹底しておきましょう。
- 4 通信手段として携帯電話は便利な道具ですが、山では通話できない地域も多く過信は禁物です。コースの要所で感度チェックを行い、通話可能かどうか確認してください。また、予備のバッテリーも忘れず持参しましょう。
- 5 万一の山岳遭難に備え、服装は明るい色（オレンジ等）の上着を着用するようにし、上空の開けた場所で救助を待つようにしましょう。
- 6 万が一に迷った際には、歩きまわらずに救助を待つようにしましょう。

### ～ 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。

## ○ 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。

## ○ 兵庫県内の登山について

- 1 六甲山付近  
夏の六甲山付近の遭難は、表六甲の大月地獄谷、西山谷などの滝の多い地形のコースで起きています。危険地帯の表示がありますから、少々回り道でもコースに従って歩きましょう。
- 2 雪彦山（せっぴこさん）付近  
岩場の多い山ですから、岩登りは、経験豊かなしっかりしたリーダーの指導がある場合以外は、絶対につつしんでください。

## ○ その他

- 1 野生動物（クマ・イノシシ等）による人身被害を防ぐため、それぞれの生態や出会ったときの対応を調べておきましょう。※クマ出没情報が増えています。
- 2 登山のマナーを守りましょう。（ゴミはすべて持ち帰る。トイレ利用や排便マナーの向上。）
- 3 夏山登山を楽しむ人の増加に伴い、熱中症発症者数も増加しています。熱中症対策を万全にして登山に臨みましょう。

### 【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"/> ズボン(ストレッチ素材)	<input type="checkbox"/> 登山計画書	<input type="checkbox"/> 常備薬	<input type="checkbox"/> カメラ
<input type="checkbox"/> シャツ(乾きやすい素材)	<input type="checkbox"/> コンパス	<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> シュラフ
<input type="checkbox"/> インナー(乾きやすい素材)	<input type="checkbox"/> 地図	<input type="checkbox"/> トイレットペーパー	<input type="checkbox"/> シュラフカバー
<input type="checkbox"/> 靴下(乾きやすい素材)	<input type="checkbox"/> 筆記具	<input type="checkbox"/> ゴミ袋(ポリ袋)	<input type="checkbox"/> マット
<input type="checkbox"/> 手袋(乾きやすい素材)	<input type="checkbox"/> 身分証明書	<input type="checkbox"/> トレッキングポール	<input type="checkbox"/> 食器類
<input type="checkbox"/> 帽子	<input type="checkbox"/> 健康保険証(コピー)	<input type="checkbox"/> サングラス	<input type="checkbox"/> コップ・炊事用具
<input type="checkbox"/> 防寒着(セーター・フリース)	<input type="checkbox"/> レスキューシート	<input type="checkbox"/> カラビナ	<input type="checkbox"/> コンロ
<input type="checkbox"/> 着替え	<input type="checkbox"/> ナイフ	<input type="checkbox"/> ロープ	<input type="checkbox"/> 燃料・予備燃料
<input type="checkbox"/> 雨具(上下)	<input type="checkbox"/> ホイッスル	<input type="checkbox"/> スリング各種	<input type="checkbox"/> テント一式
<input type="checkbox"/> スパッツ	<input type="checkbox"/> ライター・マッチ	<input type="checkbox"/> 標識テープ等	<input type="checkbox"/> ランタン
<input type="checkbox"/> 登山靴(防水性の高いもの)	<input type="checkbox"/> ローソク	<input type="checkbox"/> 油性太字ペン	<input type="checkbox"/> 携帯トイレ
<input type="checkbox"/> ザック(ザックカバー)	<input type="checkbox"/> 行動食・非常食	<input type="checkbox"/> ラジオ	<input type="checkbox"/> ピッケル
<input type="checkbox"/> ヘッドランプ(予備電池)	<input type="checkbox"/> 水筒・テルモス	<input type="checkbox"/> 天気図用紙	<input type="checkbox"/> アイゼン
<input type="checkbox"/> スマートフォン(携帯)	<input type="checkbox"/> ファーストエイドキット	<input type="checkbox"/> ツェルト	<input type="checkbox"/> 各種登攀用具
<input type="checkbox"/> モバイルバッテリー	<input type="checkbox"/> テーピングテープ	<input type="checkbox"/> GPS・高度計	<input type="checkbox"/> ライフジャケット
<input type="checkbox"/> 時計	<input type="checkbox"/> 日焼け止め・虫除け	<input type="checkbox"/> トランシーバー(予備電池)	<input type="checkbox"/> その他(くま鈴)

兵庫県内における山岳遭難一覧表(令和4年6月～令和4年11月発生)

日付	管轄警察署	山岳名	概要	原因	遭難者の状況		登山届の提出
6/1	葦合	六甲山	ハイキング中	道迷い	60代女	無事救助	×
6/4	西脇	南部	登山中	滑落	70代男	軽傷	×
6/10	宝塚	南部	ハイキング中	道迷い	70代女	無事救助	×
6/12	加古川	南部	登山中	転倒	50代女	軽傷	×
6/12	有馬	六甲山	観光	道迷い	20代男・20代女	無事救助	×
6/19	生田	六甲山	サイクリングのため入山	滑落	60代男	重傷	×
6/19	たつの	南部	観光	道迷い	60代男	無事救助	×
6/26	豊岡	北部	魚釣りのため入山	病気	40代男	無事救助	×
6/26	南但馬	北部	登山中	滑落	60代男	死亡	×
7/1	東灘	六甲山	登山中	道迷い	40代男	無事救助	×
7/3	須磨	六甲山	登山中	病気	70代男	死亡	×
7/17	芦屋	六甲山	ハイキング中	道迷い	50代女	無事救助	×
7/23	西宮	六甲山	登山中	病気	50代男	死亡	×
7/23	川西	南部	ハイキング中	道迷い	60代男	無事救助	×
7/24	西宮	六甲山	岩登り中	転落	50代女	死亡	×
7/31	灘	六甲山	ハイキング中	病気	70代男	無事救助	×
8/5	赤穂	南部	登山中	転倒	60代女	軽傷	×
8/6	須磨	六甲山	登山中	道迷い	20代女	無事救助	×
8/7	須磨	六甲山	登山中	道迷い	20代男	無事救助	×
8/8	高砂	南部	登山中	病気	10代男	無事救助	×
8/11	灘	六甲山	ハイキング中	道迷い	20代男	無事救助	×
8/11	たつの	南部	作業のため入山	道迷い	70代男	軽傷	×
8/14	高砂	南部	登山中	病気	40代女	無事救助	×
8/16	有馬	南部	自然観賞のため入山	道迷い	70代男	無事救助	×
8/20	淡路	南部	目的不明	道迷い	50代女	無事救助	×
8/21	有馬	六甲山	沢登り中	転落	50代男	軽傷	×
8/27	姫路	南部	岩登り中	転落	60代男	重傷	○
8/27	南但馬	北部	登山中	滑落	50代男	軽傷	×
8/27	福崎	南部	ハイキング中	滑落	40代女・50代女	軽傷	×
8/28	有馬	六甲山	登山中	滑落	60代男	重傷	×
9/4	有馬	南部	岩登り中	転落	40代男	重傷	×
9/9	芦屋	六甲山	ハイキング中	道迷い	60代女・60代男	無事救助	×
9/12	須磨	六甲山	登山中	動物	70代男・40代男・70代女・70代男・70代男	軽傷	×
9/12	南但馬	北部	登山中	その他	70代女	軽傷	×
9/12	芦屋	六甲山	ハイキング中	道迷い	30代男	無事救助	×
9/22	芦屋	六甲山	ハイキング中	道迷い	30代女・60代女	無事救助	×
9/24	芦屋	六甲山	登山中	道迷い	40代男	無事救助	×
9/25	葦合	六甲山	写真撮影のため入山	疲労	10代男	無事救助	×
9/28	南但馬	北部	山岳救助訓練のため入山	滑落	20代男	軽傷	×
10/1	東灘	六甲山	登山中	道迷い	40代女	無事救助	×
10/2	有馬	南部	ハイキング中	道迷い	60代男	無事救助	×
10/2	姫路	南部	登山中	道迷い	60代男	無事救助	○
10/2	神戸北	六甲山	ハイキング中	道迷い	30代男・5歳男・3歳女	無事救助	×
10/8	葦合	六甲山	ハイキング中	道迷い	20代男	無事救助	×
10/9	神戸北	六甲山	ハイキング中	道迷い	50代女	無事救助	×
10/10	東灘	六甲山	登山中	病気	70代男	死亡	×
10/13	東灘	六甲山	登山中	転倒	50代女	重傷	×
10/16	芦屋	六甲山	犬の散歩のため入山	道迷い	60代男・50代男・50代女(2)	無事救助	×
10/23	加古川	南部	登山中	転倒	70代女	軽傷	×
10/25	福崎	南部	ハイキング中	道迷い	60代女・20代女	無事救助	×
10/29	灘	六甲山	登山中	滑落	50代男	重傷	×
11/3	有馬	六甲山	ハイキング中	道迷い	70代男	無事救助	×
11/3	小野	南部	山菜採り中	道迷い	80代男	無事救助	×
11/6	兵庫	六甲山	登山中	道迷い	60代男	無事救助	×
11/7	たつの	南部	観光	道迷い	60代男	無事救助	×
11/11	灘	六甲山	登山中	道迷い	80代男・70代女	無事救助	×
11/12	東灘	六甲山	登山中	病気	60代男	死亡	×
11/12	有馬	六甲山	ハイキング中	転倒	60代男	軽傷	×
11/16	高砂	南部	目的不明	疲労	60代男	無事救助	×
11/18	須磨	六甲山	ハイキング中	道迷い	70代男	無事救助	×
11/19	芦屋	六甲山	岩登り中	転落	40代女	重傷	○
11/20	東灘	六甲山	登山中	転倒	60代男	重傷	×
11/23	西宮	南部	目的不明	転倒	70代女	軽傷	×
11/24	東灘	六甲山	登山中	道迷い	10代男・10代女	無事救助	×
11/27	葦合	六甲山	観光のため入山	道迷い	40代男	無事救助	×
11/28	川西	南部	写真撮影のため入山	滑落	50代男	軽傷	×

# 登山計画書（登山届）

年 月 日

御中

団体名	_____	緊急連絡先	
所 属	_____ 山岳連盟（協会）	氏 名	_____
代表者氏名	_____	住 所	_____
代表者住所	_____	電 話	_____
代表者電話	_____	救助体制	ある（ 名） なし
搜索費用にあてる保険加入の有無	あり なし	保険会社名	（ _____ ）

目的の山域・山名						
登山期間			最終下山日	(予備日含む)		
任務	氏 名	性別	年齢	住 所		緊急連絡先・氏名
	生年月日			電 話		住所または電話
	.....			.....		.....
	.....			.....		.....
	.....			.....		.....

日 程	行 動 予 定
(1) /	
(2) /	
(3) /	
荒天・非常時対策 エスケイプルート	

(概念図)

テント（型・人用・張）		ツェルト（人用・張）	
ロープ（m・本）		通信機器（台・MHz）	
携帯電話番号		食 料（日分）	
非 常 食（日分）		燃 料（日分）	

(その他連絡事項)

【提出先】 家庭、クラブ（山岳会）、職場、学校、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、登山地域の都道府県警察本部地域課（北海道を除く県庁所在地）、地元の警察署、交番、駐在所

【注 意】 登山計画書を提出したところには、必ず下山報告をすること

【様 式】 （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、ダウンロードできます。

<http://www.jma-sangaku.or.jp/tozan/plan/data/tozantodoke.pdf>