



致各位登山者

请在计划上留在余地

- ◇ 请选择符合体力，经验，技术的山岳，登山路线。
- ◇ 请在日程上保持宽裕。（有时因为纠纷，日程会延迟。）



请控制单独登山

- ◇ 也有因为一点小事故而无法合作，陷入重大事故。

请减轻行李

- ◇ 住宿在小屋的登山的情况下，尽量减轻行李，保持体力宽裕。
- ◇ 请不要省略必要的装备。（雨具，应急食品，前灯等）



请注意天气预报

- ◇ 明显预测到恶劣天气的情况下，请勇敢的撤退。

请确保通信手段

- ◇ 收发机，手机也很有效。（在寒冷地区请保温电池，确保预备电池）

请一定把计划告诉家人

- ◇ 请和家人分享登山计划。



请参加保险

- ◇ 万一的情况下，要花费高额的搜索费用。请一定能加入山岳保

万一遇险时的候

首先冷静下来吧！

迷路的时候

- ◇ 可以的话，回到原来的位置。
- ◇ 不知道原来的位置的时候，尽量登山脊等视野好的地方。
- ◇ 晚上请绝对不要到处走动，请尽快露营。



如果因为受伤或疾病不能走的时候

- ◇ 请尽量采取应急措施，不消耗体力，等待救援。（如果有来你家人等的申报，救援队或直升机会去救助。）



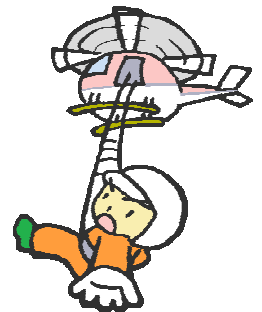
有直升机或救援队的呼唤的时候

用烟雾通知

- ◇ 请考虑用打火机，火柴，燃气灶等出烟。
- ◇ 携带车用的发烟筒也是一种方法。

发光通知

- ◇ 请使用镜子发出反射光，从直升机可以看得很清楚。



挥动东西通知

- ◇ 请系上毛巾，头巾，衬衫作为标记。

发出声音通知

- ◇ 吹笛子，敲东西，调高收音机的音量，发出大声等，请回应地上搜索队的呼唤。