夏山における遭難防止!!

昨年中、県内では85件の山岳遭難が発生し101人もの方が遭難されています。

このうち、4割に当たる37件が7月と8月の夏山で発生しています。

こうした山岳遭難を防ぐために、次のことをお願いします。

① 必ず登山計画書を提出していただき、日程やコースを家族や周りの方にも知らせておいてください。

山では天候が急変したり、落石などの危険が常につきまとっています。

万が一遭難された場合に登山計画書が提出されていないと、遭難の事実や登山ルートが分からず捜索活動の遅れにつながります。登山計画書は登山者の安全をつなぐ命綱です。

なお、登山計画書は登山口などに備えられている登山届ポストのほか、登山予定の山を管轄する警察署、警察本部地域課、又は県警ホームページからインターネットで提出することができます。

② 安易な気持ちでの登山は、命に関わる事故を招くおそれがありますので、十分な装備を整え山の地形やコースなどしっかり把握したうえで無理のない日程で登山をしていただくということです。

大自然の中での行動は、思いのほか体力を消耗するものです。登山をされる方は、自分の体力や経験に応じた山を選んでいただくとともに、日頃から体力作りを心がけ、経験豊富なリーダーのもとにパーティーを組んで登山されることも大切かと思います。

警察では夏山登山中、北アルプスなどで山岳パトロールを行うほか、ホームページで情報を提供したり安全な登山の呼びかけを行いますが、何よりも登山に出かける皆さん一人ひとりが安全第一の慎重な行動を心がけることが大切です。

どうか、事故のない楽しい夏の思い出を作っていただきたいと思います。

水の事故を防ごう!!

水による事故は一年を通して起こりうることですが、特にこれからのシーズンは、海・川・プールなど水と接する機会が多くなり水難事故の発生が全国的にみても急増します。楽しいはずの水遊びが時によっては大惨事になりかねません。

水の事故を起こさないように心がけましょう。

◆事故が起きないようにするには

・子どもだけで川に行かせない

・幼児や子どもたちから目を離さず、常に全体を見渡せる場所で監視する。

・立ち入り禁止区域、増水した河川、悪天候時には水辺に近づかない。

・飲酒後、睡眠不足や体調が悪いときは泳がない。

・泳げると過信しない。

◆溺れている人を見つけたら

・1人で助けようとせず、大きな声で周りの人に知らせ、助けを求める。

・119番通報する。

・浮き輪などがあれば近くに投げたり、棒などを差しのべる。

・必要に応じて応急手当（心臓蘇生法等）を行う。

◎外だけではない水の事故

水の事故といえば、海・川・プールなどを思い浮かべる方がほとんどですが、乳幼児、高齢者のいる家庭では事故にも注意が必要です。

浴槽の残り湯や洗濯機に転倒し溺れたりすることがあります。顔が浸かるくらいの深さがあれば人は溺れることがありますので注意しましょう。