

登山、ハイキングの前に



ちょっと待った!



✓ 自分自身や大切な人を守るために、セルフチェックを

体調は大丈夫?

少しでも異変があれば、勇気ある断念も



天気は大丈夫?

前日の雨や予報（雨、風、気温）に注目
雨雲レーダーもチェック!



持ち物は大丈夫?

靴、雨具、飲料水など、もしものに備えた準備を



スマホの充電は大丈夫?

もしものときに使える電池残量はある?



日没前に下山できる?

所要時間と日没時間を確認



迷ったときにルートを再確認できる?

地図は持ってる? 登山アプリは使える?



登山届は出した?

電子申請なら今からでも出せます



いばらき電子申請・届出サービス（登山届）URL
https://www.pref.ibaraki.jp/kenkei/a06_shinsei/mountain_climbing/

無理なく、安全な登山を!



茨城県警察