

7. 事前準備

登山届は 出しましたか？



登山届はスマートフォンからも提出できます。



8. 事前準備

防寒対策は しっかりと



朝晩は気温が下がります。また、風や雨により体温が下がり、命の危険があります。夏でも防寒対策をしましょう。

9. 登山中

情報はスマホでも 入手できます



噴火速報を自動で受信できるアプリ →



10. 登山中

こまめに 休憩しましょう



登山では知らず知らずのうちに体力が消耗します。こまめに休憩し、水分や行動食をとりましょう。

11. 登山中

山の上で役立つ 気象情報



雨、雷の状況



気温、天気の詳細



12. 登山中

常に天気に 気を配りましょう



空の様子に注意しましょう。落雷や突風など、天気が急変しそうな時には速やかに下山するか、安全な場所に避難しましょう。

13. 登山中

危険な場所に 立ち入らないで！



窪地や谷には火山ガスが留まっている可能性があります。立入禁止の場所には、絶対に立ち入らないようにしましょう。

14. 登山中

もしも噴火したら…



岩陰などに急いで避難しましょう。ヘルメットをかぶりマスクやタオルで口をふさぎましょう。