利尻山登山計画書

【注意】利尻山登山は、ハイキングや低山のトレッキングコースではありません。入念な登山計画、☐ 装備、技術、判断力が必要です。十分ですか？

【確認】利尻山登山にあたり、登山道に関する情報等を町や関係機関が配布若しくは掲示しているもの☐ のから収集し、登山道の危険箇所や注意事項を十分に確認しましたか？

【約束】利尻山登山は登山者自身が登山の是非を判断し、自己責任で登山してください。☐ よろしいですか？

No. ／

入山月日	／	入山時刻	：	経　路	1. 鴛泊コース往復 2. 沓形コース往復 3. 鴛泊コース→沓形コース 4. 沓形コース→鴛泊コース 5. コース 合目まで
下山予定月日	／	下山予定時刻	：		

リーダー	氏　名		年　齢	歳
	住　所		性　別	男 ・ 女
	電話番号	携帯電話		
	装　備	水（　　ﾘｯﾄﾙ）・非常食・救急用品・防寒着・地図・ヘッドランプ・アイゼン・携帯トイレ		
同行者 ※4名以上の場合は、同書を複数枚使用してください。	氏　名		年　齢	歳
	住　所		性　別	男 ・ 女
	電話番号	携帯電話		
	装　備	水（　　ﾘｯﾄﾙ）・非常食・救急用品・防寒着・地図・ヘッドランプ・アイゼン・携帯トイレ		
	氏　名		年　齢	歳
	住　所		性　別	男 ・ 女
	電話番号	携帯電話		
	装　備	水（　　ﾘｯﾄﾙ）・非常食・救急用品・防寒着・地図・ヘッドランプ・アイゼン・携帯トイレ		
	氏　名		年　齢	歳
	住　所		性　別	男 ・ 女
	電話番号	携帯電話		
	装　備	水（　　ﾘｯﾄﾙ）・非常食・救急用品・防寒着・地図・ヘッドランプ・アイゼン・携帯トイレ		

共同装備品	アマチュア無線 （有・無） コールサイン（　　） 使用周波数帯（　　）			
	その他の緊急用装備品（　　）			
緊急連絡先	名　前	続柄（　　）	電話番号	
	住　所			
宿泊施設名	前泊:	当日泊:		

その他、緊急時の捜索活動に役立つ情報（経路の変更案や外見の特徴、既往症など）

＊ 名前・電話番号は、遭難救助に関わる活動にのみ利用します。その他の情報は、統計処理した上で公開する場合があります。

…… きりとり線（登山計画書の提出先に連泊する場合は、切り取り不要）……

下山報告書

下山月日	／	下山時刻	：	登山計画書の提出先
経路	1. 鴛泊コース往復 2. 沓形コース往復 3. 鴛泊コース→沓形コース 4. 沓形コース→鴛泊コース 5. コース 合目まで			1. 鴛泊コース登山口 2. 沓形コース登山口 3. 警察官駐在所 4. 宿泊先（　　）

リーダー	氏　名	グループ人数	名
	住　所		

利尻山登山計画書控え

※登山計画書の記入が終わりましたら、<u>下記の注意事項を必ずお読みになり</u>、必要な対応をしてください。

※読んだ後は、必ず下山までお持ちください。

1	水は2ﾘｯﾄﾙ以上（1人当たり）持ってください（途中に水場はありません）。
2	経路の変更をするときは、必ず宿に連絡してください。
3	下山予定時間を過ぎる場合は、必ず電話をしてください。
4	夕方17時以降連絡がなく、19時を過ぎた時点で下山が確認できない場合は、警察官駐在所に遭難が発生したものとして連絡します。
5	お持ちの携帯電話は、わからない電話からの着信を拒否する設定にしていませんか？今一度、確認してください。
6	朝5時に出発して、11時から正午までに頂上に到着する見込みがない場合は、無理せず途中で下山してください。登りで7時間から8時間を要している場合、下山には6時間以上要することが予想され、季節によっては日没を過ぎるのと、体力の消耗で遭難等が発生する可能性が高くなります。 【下山検討の目安】8合目の長官山まで4時間以上かかり、長官山から2時間以上経過しても頂上につかない場合は、その地点で引き返すことをお薦めします。
7	事故、怪我等が起きた場合は警察官駐在所に連絡してください。 鴛泊駐在所：0163－82－2110　沓形駐在所：0163－84－2110
8	宿泊した宿（施設）又はされる宿の（施設）の電話番号はご存知ですか？電話帳等にて確認され、あらかじめ携帯電話に登録をお願いします。また万一に備え、下記にもﾒﾓされることをお薦めします。 宿泊施設名：　　電話番号：

利尻ルール（利尻登山の3つのルール）
1．携帯ﾄｲﾚを使いましょう。 〈ﾄｲﾚブースの場所〉＊鴛泊コース：6.5合目、避難小屋、9合目　＊沓形コース：避難小屋、8.5合目
2．ｽﾄｯｸは登山道を傷つけないよう、キャップをつけて使ってください。
3．植生を踏みつけたり、植生の上に腰を下ろしたりしないでください。

利尻山は島人の大切な財産です。
山を傷つけないように優しく登山するようお願いします。