

5 điều cần tuân thủ để leo núi an toàn.



1 Nộp kế hoạch leo núi.

Lập kế hoạch an toàn.

Thông báo cho gia đình, công ty và cảnh sát biết lịch trình.

2 Những thứ nhất định phải mang theo.

Áo mưa, Đèn đội đầu.

Điện thoại di động

Bản đồ (hoặc ứng dụng bản đồ)

Nhiều đồ ăn, Pin sạc dự phòng



3 Khi sức khỏe không tốt hoặc thời tiết xấu thì hãy dừng leo núi.

Uống đủ nước và bổ sung dinh dưỡng thường xuyên.

4 Xuất phát sớm và đến nơi sớm.

Khởi hành từ sáng sớm, cố gắng đến điểm đích trước buổi chiều.

Không di chuyển vào ban đêm.



5 Nếu bị lạc đường, hãy quay lại nơi mà bạn biết đường.

Nếu không thể quay lại, hãy đứng yên tại chỗ và gọi số khẩn cấp 110.



Có thể nộp đơn đăng ký leo núi bằng ứng dụng. Compass, Yamareco, Yamap V.V...



Đội cứu hộ tai nạn leo núi - Cảnh sát tỉnh Shizuoka