

나가노 현에서 등산하시는 외국인 여러분께

안전한 등산을 즐기기 위한 주의사항

나가노 현은 웅대한 산악과 고원이 있어 사계절 내내 국내외로부터 많은 관광객을 맞이하고 있습니다. 특히 3000 미터급의 산들이 늘어있는 일본알프스는 「일본의 지붕」으로도 불리며 알피니스트의 동경의 땅으로 일본인뿐만 아니라 많은 외국분들이 찾고 계십니다.

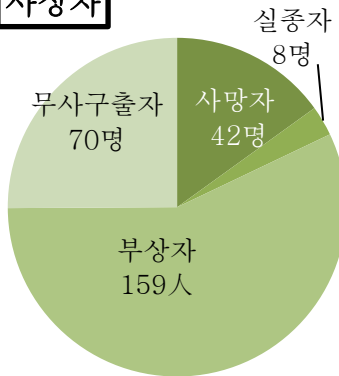
나가노현의 산악은ダイナミック한 경관과 풍부한 자연 등 산의 다양한 매력을 즐길 수도 있으나 가파른 지역이 많고 산마다 기상상황이 다르며 여름에도 눈이 남아있는 있는 등 위험이 항상 도사리고 있습니다. 이런 특성을 잘 이해하신 후에 무리하지 않은 등산계획과 철저한 장비 등 준비를 갖춘 후에 등반해주셨으면 합니다.

나가노 현내의 산악조난사고 현황 (2012 年)

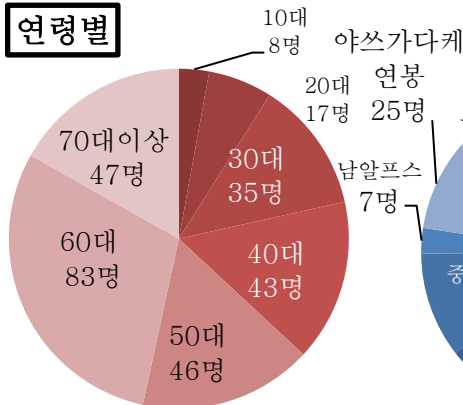
- 등산자 70 만 5,000 명
- 산악조난사고 254 건, 조난자 279 명

조난사고 내역

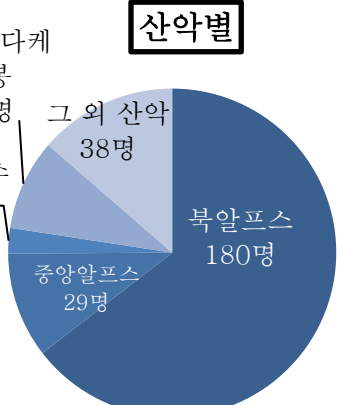
사상자



연령별



산악별



1 체력이나 능력에 맞는 산의 선택과 여유있는 일정

무리한 행동은 사고와 연결됩니다. 자신의 체력과 능력, 경험에 맞는 코스를 선택하는 것이 중요합니다. 낮은 산에서 경험을 쌓고, 오르고 싶은 산이 아닌 오를 수 있는 산을 고릅시다. 조난자 전체의 78.5%가 40 세 이상 중년의 등산자입니다.

(2012 년) 과거의 경험을 과신하지 말고 체력과 균형의 쇠퇴를 자각한 행동계획을 세웁시다. 또한 등산계획은 가족에게 알리고, 경찰서나 등산입구 상담소에 반드시 제출하시기 바랍니다. 메일을 이용하실 경우에는 아래의 주소로 나가노현경찰본부로 부탁드립니다. ⇒ (<http://www.pref.nagano.lg.jp/police/index/sangaku.htm>)

2 현지 산악가이드와 함께 등반합시다

산에서는 리더의 역할·책임이 상당히 중대합니다. 판단력·기술력·통솔력 등의 안전확보능력을 갖고 있으며 지역 산악에 통달한 산악가이드의 동행을 추천합니다. 산악가이드는 안전확보와 리스크회피를 위해 코스의 변경이나 등산의 중지등을 판단하는 경우도 있으니 협력해주시기 바랍니다.

3 필요한 장비의 준비

조난자 중에는 가벼운 장비만 갖춘 분이 계십니다. 경험자나 등산용품점의 조언을 얻고 등반하는 산에 맞는 장비를 갖추십시오. 특히 실족이나 넘어지면서 머리의 부상을 당하는 조난자 비율은 4명중 1명이므로 헬멧 착용을 권합니다.

4 입산 전에는 등산기간 중의 날씨 확인

날씨 판단이 틀려 철퇴가 늦어져 조난하는 경우가 증가하였습니다. 산악지대의 기상은 급격히 변화합니다. 기상 체크와 빠른 판단이 생사를 가르기 때문에 날씨 변화에 주의하고 악천후의 행동은 멈추도록 합시다.

5 산의 매너는 사고방지과 연결됩니다

「등산 우선」「산측대기」「빠른출발 빠른도착」등 등산매너는 주위의 등산자나 산장에의 배려일 뿐만아니라 사고 방지와도 연결됩니다. 해질 무렵이나 야간의 산장 도착은 하지않도록 합시다. 어두워지면 길을 잃는 등 조난당할 가능성이 높습니다.

6 만일의 상황에 대비하는 산악보험

구조·수색활동은 많은 비용이 들기때문에 가족들에게 경제적으로도 정신적으로도 커다란 부담을 줍니다. 조난은 누구에게나 일어날 수 있습니다. 만일의 상황에 대비하는 산악보험에 가입합시다.

【문의】

나가노현산악조난방지대책협회 (나가노현관광기획과내)

소재지 : 〒380-8570 長野県長野市大字南長野字幅下 692-2

전화 : 026-235-7250

E-mail : kankoki@pref.nagano.lg.jp