

登山計画書 Trekking Itinerary

長野県知事
Nagano Prefecture Governor

殿

年 月 日
Year Month Date長野県登山安全条例第21条第1項の規定により、
下記のとおり届け出ます。住所
Address
氏名
Name目的山域 Destination 北アルプス Northern Alps 中央アルプス Central Alps 南アルプス Southern Alps 八ヶ岳 / 奥秩父 Yatsugatake/Oku Chichibu その他山域 Other areas

主な山岳の名称 Mountain name(s)

氏名 Name	性別 Sex	年齢 Age	住所 Address / 自宅電話番号 Phone、携帯電話番号 Mobilephone	緊急連絡先 Emergency Contact	山岳保 険加入 insurance
リーダー Leader	男・女 M / F		(自宅) Phone (携帯) Mobile	氏名 Name 電話番号 Phone	有・無 Y / N
	男・女 M / F		(自宅) Phone (携帯) Mobile	氏名 Name 電話番号 Phone	有・無 Y / N
	男・女 M / F		(自宅) Phone (携帯) Mobile	氏名 Name 電話番号 Phone	有・無 Y / N
	男・女 M / F		(自宅) Phone (携帯) Mobile	氏名 Name 電話番号 Phone	有・無 Y / N
所属山岳団体名 Affiliate group			電話番号 Phone		

入山日 Trip Dates: From 月 Month 日 Date 下山予定日 To 月 Month 日 Date パーティー人数 No. in party 人 persons

月日 Date	行動予定 (詳細な予定を記入してください。) Schedule (in detail)	宿泊地 (山小屋・テント場) Accommodation

エスケープルート等
Escape route

装備品 [□にレ点] ※これだけあれば大丈夫だというリストではありません。 This is not an exhaustive list of equipment.
Gear (○必需品 *コロナ対策必需品 ●積雪がある登山などの必需品) (○Necessary gear *for COVID-19 measures ●for snow/winter)

<input type="checkbox"/> レインウェア Rainwear	<input type="checkbox"/> ヘッドランプ・予備バッテリー Headlamp・Spare battery	<input type="checkbox"/> 行動食・サプリメント Trail snacks・Supplements	<input type="checkbox"/> 登山計画書(控) Trekking Itinerary (copy)
<input type="checkbox"/> 防寒着 Jacket	<input type="checkbox"/> 携帯電話・予備バッテリー Mobilephone・Spare battery	<input type="checkbox"/> 非常食 Emergency rations	<input type="checkbox"/> ヘルメット Helmet
<input type="checkbox"/> 地図 Map	<input type="checkbox"/> 食料(日分) Food(For days)	<input type="checkbox"/> 救急用品・常備薬 First aid articles・Household medicine	<input type="checkbox"/> アイゼン Crampons
<input type="checkbox"/> コンパス Compass	<input type="checkbox"/> 飲料水(リットル) Drinking water(ℓ)	<input type="checkbox"/> ウェルト・サバイバルシート Emergency tent	<input type="checkbox"/> ピッケル Iceaxe
<input type="checkbox"/> マスク Mask	<input type="checkbox"/> 消毒液 Antiseptic solution	<input type="checkbox"/> 寝袋 Sleeping bag	<input type="checkbox"/> 体温計 Thermometer

その他装備品	山岳遭難保険	警察・消防の方へ
Garmin GPSMAP66i	レスキュー費用保険	Webサイトで私の位置を追跡できます。 https://share.garmin.com/000000 Webサイトから衛星経由でメールを送信できます。 △△△△△@inreach.garmin.com



【注意】登山計画書に関する個人情報は、山岳遭難発生時の救助・捜索活動のために利用します。

Personal information included in this hiking itinerary will be used to assist in search and rescue in case of emergency.

登山計画書は、地区山岳遭難防止対策協会等の民間の方々の御協力により回収しています。

These itineraries are collected in cooperation with area Mountain Rescue Associations.

山岳遭難発生等により救助・捜索活動を行った場合、経費を本人、ご家族、同行者等に請求する場合があります。

In the event of a mountain accident where search and rescue operations are performed, the cost of said operations may be billed to the victim, their family, or travel companions.