

白山は、**活火山**の1つです!
登山される際には、**登山届**を提出し
ヘルメットを持参しましょう!

あなたの身を守るのはあなた自身です!

合同キャンペーンスローガン

山岳遭難防止
対策強化期間

7/1^金

8/31^水

石川県

白山

岐阜県



知^{って}
備^{えて}

安全登山

「知る」とは?

●自身を知る

自身の体力・技術を過大評価せず、トレーニングと体調管理を!

●山を知る

登山ルートの特徴、危険箇所を確認しておく!

●天候を知る

事前に山岳の気象情報をモニタリングし、天候急変時の避難ルートを確認しておく!

●遭難時の対応方法を知る

救助要請先『警察(110番など)』

「備える」とは?

●無理のない 登山計画を策定

参加者全員で計画を立てる!

●登山届の作成・提出

警察、家族等へ登山届を提出する!

●装備品の準備

服装をはじめ、適切な装備品(ヘルメット、通信機器、地図、コンパス、常備薬等)を準備する!

●山岳保険へ加入



コース名称【区間】	距離 (km)	休憩を含まない標準時間	
		登り	下り
①白山禅定道～観光新道 【市ノ瀬～慶松平～室堂】	9.0	7:10	6:50
②砂防新道 【別当出合～黒ボコ岩～室堂】	6.0	4:00	2:30
③砂防新道～南電道 【別当出合～南電ケ馬場】	4.9	3:00	2:00
④観光新道 【別当出合～慶松平～室堂】	6.1	4:50	3:00
⑤エコーライン 【南電ケ馬場～室堂】	2.6	1:40	1:10
⑥トンビ岩コース 【南電ケ馬場～室堂】	1.7	1:40	1:10
⑦展望歩道 【南電ケ馬場～室堂】	3.1	2:00	1:30
⑧中宮道 【中宮温泉～室堂】	20.0	14:00	10:20
⑨平瀬道 【大白川～室堂】	6.9	4:10	2:50

このマップは株式会社北陸スタッフの協力を得て作成しています。