

登山計画書 Trekking Itinerary

長野県知事
Nagano Prefecture Governor

様

年 月 日
Year Month Date

住所
Address
氏名
Name

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。

目的山域 ☐ 北アルプス ☒ 中央アルプス ☐ 南アルプス ☐ ハケ岳 / 奥秩父 ☐ その他山域
Destination Northern Alps Central Alps Southern Alps Yatsugatake/Oku Chichibu 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			氏名 Name	有・無 Y / N
			(自宅) Phone (携帯) Mobile	電話番号 Phone	
	男・女 M / F			氏名 Name	有・無 Y / N
			(自宅) Phone (携帯) Mobile	電話番号 Phone	
	男・女 M / F			氏名 Name	有・無 Y / N
			(自宅) Phone (携帯) Mobile	電話番号 Phone	
	男・女 M / F			氏名 Name	有・無 Y / N
			(自宅) Phone (携帯) Mobile	電話番号 Phone	
	男・女 M / F			氏名 Name	有・無 Y / N
			(自宅) Phone (携帯) Mobile	電話番号 Phone	

入山日 Trip Dates 月 Month 日 Date 下山予定日 Return Date 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)
※裏面登山ルートもご記入ください。 Please check and answer the back side of this form. All answers are required.	

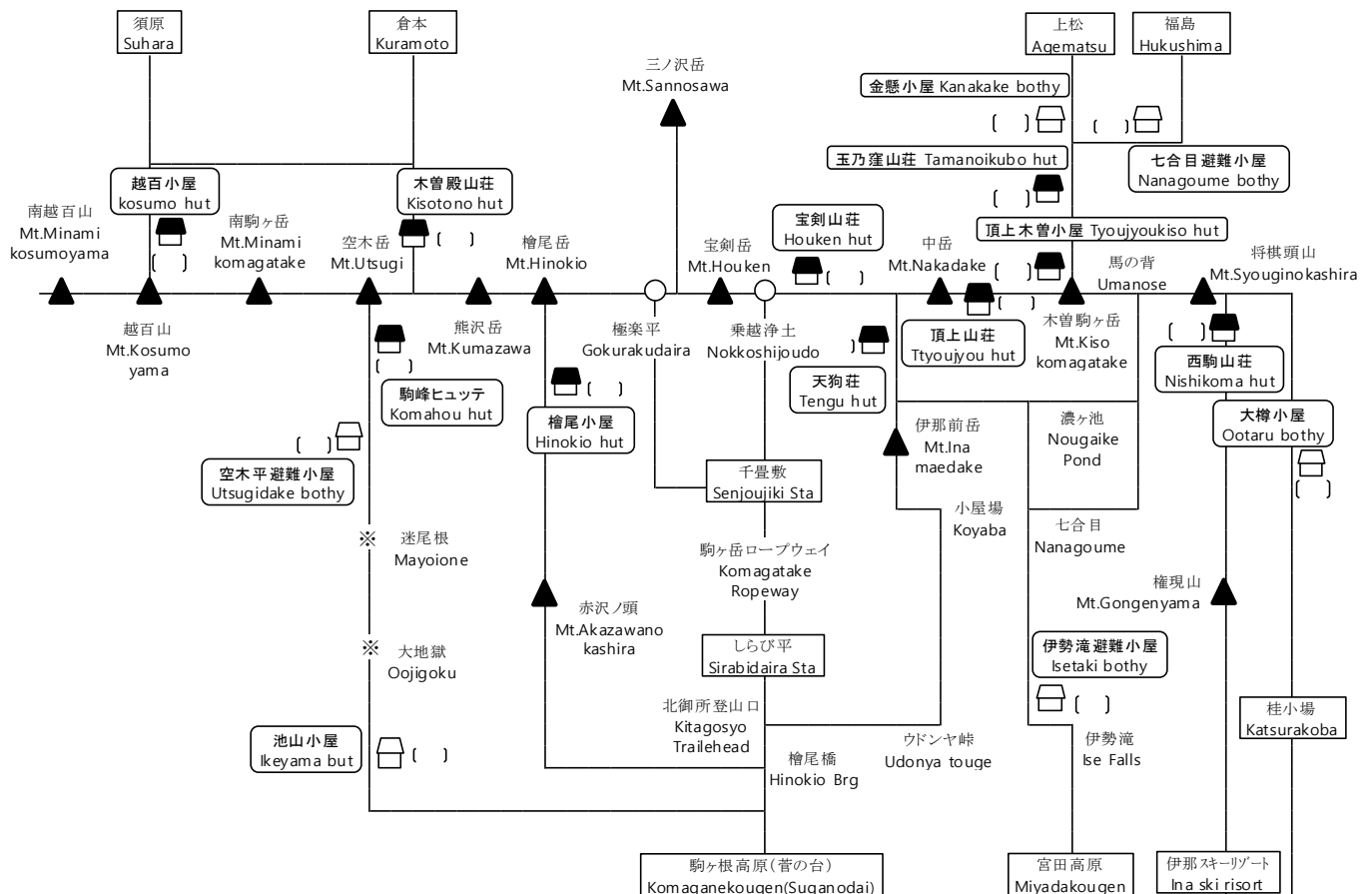
エスケープルート Escape route、非常時の行動等 Emergency plan

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 ●積雪がある登山などの必要品) (○Necessary gear ●for snow/winter)			
☐ レインウェア Rainwear	☐	☐ ヘッドランプ・予備バッテリー Headlamp・Spare battery	☐
☐ 防寒着 Jacket	☐	☐ 携帯電話・予備バッテリー Mobilephone・Spare battery	☐
☐ 地図 Map	☐	☐ 食料 (日分) Food (For days)	☐
☐ コンパス Compass	☐	☐ 飲料水 (リットル) Drinking water (l)	☐
☐ 行動食・サプリメント Trail snacks・Supplements	☐	☐ 非常食 Emergency rations	☐
☐ 登山計画書(控) Trekking Itinerary (copy)	☐	☐ 救急用品・常備薬 First aid articles・Household medicine	☐
☐ ヘルメット Helmet	☐	☐ アイゼン Crampons	☒
☐ ピッケル Iceaxe	☒	☐ ツェルト・サバイバルシート Emergency tent	☐
所属山岳団体名 Affiliate group		電話番号 Phone	

その他 Others

※ 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
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.

中央アルプス登山ルート Central Alps Climbing Route



※英語で記入してください。

Please write in English.

※登山計画書は緊急時のために必ず提出してください。

Please submit a trekking itinerary in case that there is an emergency.

(It is mandatory to submit your itinerary for trekking.)

※登山日程を矢印で記入してください。

Please indicate your route of trekking plan that you will take, mark with arrow on the map above.

※登山計画書の情報は緊急時以外で使用いたしません。

We will only be used your personal information for searching and rescue purposes in the case of an emergency situation.

※冬山登山は危険を伴います。経験豊富な方、また十分な装備で登山をしてください。それ以外の方の登山はご遠慮ください。

During winter period, it is extremely dangerous to climb up to the mountain, so only advanced with well experiences climbers are preferable!! We will also ask to set up all equipment for winter. e.g. crampon, ice ax etc...

※単独登山は非常に危険です。出来る限り単独登山はお控えください。

Climbing alone will improve high risk of dangerousness so make the party or group to climb up together and enjoy your trekking!!

※体調に注意しながら、安全に下山できるよう心掛けましょう。

You should always make sure your health condition is well and safe to be back with your great memories of your trekking.

※ご協力ありがとうございます。

Thank you for your cooperation. Have a wonderful time at Central Alps Mountain.

Central Alps mountain distress Prevention Association
中央アルプス地区山岳遭難防止対策協会

Nagano Prefecture Komagane Police Department
長野県駒ヶ根警察署（地域課）TEL:0265-83-0110

Nagano Prefecture Komagane city Hall
長野県駒ヶ根市役所（商工観光課）TEL:0265-83-2111