

遠足の注意事項

山登り編

第5回山登りツアーに

ご参加の皆さまへ

今回の山登りは〇〇県の

〇〇〇山に挑みますが、

事前に下記の注意事項を

読んでおいて下さい。

事故が起こらないように

充分お気をつけ下さい。

① 山登り時は、なるべく身軽な格好&少量の荷物で挑んで下さい。

② 飲食料は当事務局が用意しますが、それ以外に必要な物がありましたら、各自持参して下さい。

③ 体調が優れない場合は、無理をせずに休むか、引率者に報告して下山して下さい。

④ もし道に迷った時は、携帯しているランシーバーで本部にまで連絡して下さい。

⑤ 怪我をした際は、すみやかに応急処置をし、引率者と共に下山して下さい。

⑥ 頂上に到着しても、あまり体力を消耗しないようにして下さい。

⑦ 下山し終わるまでがツアーですので、常に緊張感を持って行動して下さい。

