

山域・山名

登山形態

救助体制 管轄警察署

有 無

連絡先 団体名 氏名 連絡先

救助体制有の場合

ふりがな 性別 保険 血液型 年齢 電話/携帯電話 (山中で所持している場合)

 氏名 男 女 型 歳

住所 緊急連絡先

日程 期日: 月 日 ~ 月 日 予備日 日

ルート

		行 動 予 定	連 絡 先 (小屋・交通など)
月	日		
-----	-----	-----	-----
月	日		
-----	-----	-----	-----
月	日		
-----	-----	-----	-----
月	日		
-----	-----	-----	-----
月	日		
-----	-----	-----	-----

荒天時の対応・エスケープルートなど

〈食料計画〉

	朝 食	昼 食	夕 食	行 動 食
月 日				
-----	-----	-----	-----	-----
月 日				
-----	-----	-----	-----	-----
月 日				
-----	-----	-----	-----	-----
月 日				
-----	-----	-----	-----	-----

予備食

非常食

〈装備表〉

ウェア <input type="checkbox"/> アンダーウェア上(着)下(着) <input type="checkbox"/> 半袖シャツ(着) <input type="checkbox"/> 長袖シャツ(着) <input type="checkbox"/> トレッキングパンツ <input type="checkbox"/> ショートパンツ <input type="checkbox"/> 靴下(足) <input type="checkbox"/> 帽子 <input type="checkbox"/> 手袋 <input type="checkbox"/> 防寒着 <input type="checkbox"/> その他()	行動用具 <input type="checkbox"/> 登山靴 <input type="checkbox"/> スパッツ <input type="checkbox"/> ストック <input type="checkbox"/> 軽アイゼン <input type="checkbox"/> ザック <input type="checkbox"/> サブザック <input type="checkbox"/> スタッフバッグ <input type="checkbox"/> ビニール袋 <input type="checkbox"/> レインウェア <input type="checkbox"/> ザックカバー <input type="checkbox"/> 傘 <input type="checkbox"/> サングラス <input type="checkbox"/> ヘルメット <input type="checkbox"/> 水筒() <input type="checkbox"/> テルモス <input type="checkbox"/> ナイフ <input type="checkbox"/> ヘッドランプ <input type="checkbox"/> 予備電池 <input type="checkbox"/> 笛 <input type="checkbox"/> コンパス <input type="checkbox"/> 地図 <input type="checkbox"/> コース資料 <input type="checkbox"/> タオル <input type="checkbox"/> カメラ <input type="checkbox"/> 筆記用具 <input type="checkbox"/> 腕時計 <input type="checkbox"/> その他()	緊急装備・他 <input type="checkbox"/> ツェルト <input type="checkbox"/> エマージェンシーシート <input type="checkbox"/> ファーストエイドキット <input type="checkbox"/> 常備薬 <input type="checkbox"/> リベアキット <input type="checkbox"/> 保険証 <input type="checkbox"/> 細引き <input type="checkbox"/> 携帯電話 <input type="checkbox"/> ラジオ <input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> その他()
幕営・調理用具 <input type="checkbox"/> テント <input type="checkbox"/> フライ <input type="checkbox"/> ポール <input type="checkbox"/> ペグ <input type="checkbox"/> テントマット <input type="checkbox"/> 個人マット <input type="checkbox"/> シュラフ <input type="checkbox"/> シュラフカバー <input type="checkbox"/> コンロ <input type="checkbox"/> コンロ台 <input type="checkbox"/> 燃料() <input type="checkbox"/> ライター <input type="checkbox"/> コップ() <input type="checkbox"/> 食器・カップ() <input type="checkbox"/> その他()	生活用具 <input type="checkbox"/> ロールペーパー <input type="checkbox"/> 洗面用具 <input type="checkbox"/> 虫よけ <input type="checkbox"/> 日焼け止め <input type="checkbox"/> 携帯トイレ <input type="checkbox"/> その他()	

