

冬の利尻山に入山される方へ

令和7年10月29日
稚内地方気象台
環境省稚内自然保護官事務所
北海道旭川方面稚内警察署
利尻富士町
利尻文士町
北海道宗谷総合振興局

利尻山では2024年2～3月にバックカントリーで2件の死亡事故が発生しています。

冬の利尻山に登山やスキー・スノーボードをしに行く方は、次のとおり“身を守る”行動を心がけましょう。

- 利尻山は海上の独立峰であるため、気象状況は非常に不安定です。吹雪などの急な天候不良に注意を!!
- 気温がマイナス30℃くらいになることがあります。風により体感温度はさらに下がり、低体温症や凍傷の危険も!!
- 視界不良（ホワイトアウト）による道迷いや雪崩、アイスバーンによる滑落など、遭難事故に注意を!!
- 雪崩や雪庇の踏み抜きに注意し、単独行動を避け、複数人で活動しましょう!!
- 気象や地形などを十分に調べ、無理のない計画と万全な装備を!!

装 備

● 連絡手段を確保するための装備

無線機 携帯電話・スマホ 予備のバッテリー

- ・ 万が一遭難して、救助を求めるときは、**真っ先に110番通報!**
- ・ 110番通報することで位置情報の特定につながる場合があります。
- ・ 電波の届かない場所も多いので注意してください。



● 道迷いや遭難を回避するための装備等

地図 コンパス GPS ルート旗 カラーテープ ヘッドライト ココヘリ

● 冬山用の装備等

ウェア 手袋 帽子・ヘルメット ゴーグル カイロ 十分な食料・飲料水

ビバーク用の装備	ツェルト（簡易テント）	エマージェンシーシート	バーナー（コンロ・ストーブ）
雪崩に備えた装備	ビーコン	スコップ	プローブ（ゾンデ）
滑落防止用の装備	アイゼン	ピッケル	ストック

入山する際の留意事項

● 無理のない、ゆとりを持った計画で

- ・ 単独行動を避け、経験あるリーダーのもと、各自の体力に合わせ、無理のないゆとりをもった計画にしましょう!
- ・ 天候の急変やフェリー・飛行機の欠航を考慮して、予備日も設定し、計画立てを行いましょう!

● 山岳遭難防止情報及び登山計画書（登山届）の提出について

- ・ 最寄りの警察署又は地元駐在所へ。北海道警察にはWEBでの提出も可能です!

※スキー・スノーボードの場合も提出して下さい。

【北海道警察】山岳遭難防止情報サイトURL

<https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/info/chiiki/sangaku/sangaku-top.html>

登山計画書の提出



● 気象情報や天気予報の確認

- ・ 出発前にはもとより、登山やスキー・スノーボードの最中も常に最新の気象状況を確認し、天候の急変等に備えましょう!
- ・ 悪天が予想される場合には、途中でも登山やスキー・スノーボードを中止し引き返す等、

適切に判断し、無理な行動を控えましょう!

【稚内地方気象台】

<https://www.data.jma.go.jp/wakkanai/index.html>

011-676-5025（音声による24時間自動応答）

※天気予報は「1#」、観測結果は「2#」、市町村別の警報等は「3#」、その他のご相談は「4#」を押してください。

稚内地方気象台



ごみは持ち帰りましょう!!

【国立公園利用のマナー】

※利尻島では利尻山の環境を守るため「**利尻ルール**」を呼びかけています。

○携帯トイレを持参する!

なお、冬期間はトイレブースが閉鎖されております。

利尻富士町ホームページ 登山時のマナー（利尻ルール）について

<https://www.town.rishirifuji.hokkaido.jp/rishirifuji/1398.htm>

