個人ｏｒ委員会/登山計画書

リスクグレード―

○○○○年○○月○○日

（公社）ＪＡＣ東海支部

○○委員会

○○岳～○〇岳縦走

1. **山行日** 2023年○○月○○日～○○日(○泊○日)

**予備日** ○○日 **最終下山時間** ○○日○○時頃

1. **山域・山行形態** 北ア・北部 テント泊縦走・小屋泊まり縦走、日帰り、沢登り・・・等
2. **集合場所** ・・・・・・ **時間** ・・・
3. **交通手段** 公共交通機関、マイクロバス、マイカー、レンタカー

**交通アクセス** **往路：**○月○日 金山(6:00)～○○IC～○○IC～○○登山口Ｐ(7:30)

**復路：**○月○日 登山口Ｐ(16:00)～○○温泉～○○IC～○○出口～金山(19:00)

1. **参加費** ・・・・・
2. **山行中止判断** ・・・・・・・
3. **日程・コース** ○○登山口(8:00)～○○峠～○○岳山頂(0:00/0:00)～・・・・・～○○峠  
   ～○○登山口(15:30) 歩行時間6時間30分、所要時間7時間00分

**エスケープルート：**○○峠～○○小屋

1. **緊急連絡先(留守本部)**
   1. 日本山岳会東海支部 ○○委員会　 東山昇 090-1234-5678 自宅052-123-4567  
      **住所：**　名古屋市○○区○○町1-23
   2. 日本山岳会東海支部 ○○委員会 松本みどり 090-2345-1000 自宅052-456-7890  
      **住所：**　名古屋市○○区○○町4-56
2. **緊急連絡先(他会本部)** ○○山行会　代表　滝谷一郎 080-1236-9874 自宅 0564-23-4567  
   　　　**住所：**　岡崎市○○区○○町12-34
3. **現地宿泊先** ○○山荘 松本市○○町○○ 現地：090-7890-1234　Fax：XXX-XXXX
4. **メンバー**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No. | 役割 | 氏　　名 | 年齢 | 性別 | 現住所／電話(自宅・携帯) | | 緊急連絡先(氏名/続柄/Tel) |
| 1 | CL | ○○　○○○ |  |  | 名古屋市○○区○○町1-234-5 | | ○○ ○○　　(夫) |
| 052-123-4567 | 090-1234-5678 | 080-1236-9874 |
| 2 | SL |  |  |  |  | |  |
|  |  |  |
| 3 | 記録 |  |  |  |  | |  |
|  |  |  |
| 4 | 気象 |  |  |  |  | |  |
|  |  |  |
| 5 | 装備 |  |  |  |  | |  |
|  |  |  |
| 6 | 食料 |  |  |  |  | |  |
|  |  |  |

1. **計画書提出先** ・各自の自宅　・緊急連絡先　・県警or所轄の警察　・東海支部　・登山口
2. **登山地域の県警本部地域課** ○○県警察本部地域課 0263-55-0110
3. **交通手段が車の場合** トヨタ　ランクル　白　名古屋355　み1234　○○所有
4. **特記事項** CLのココヘリID　 0055A0-012 全員YAMAPを利用しています  
   ○○峠下の崩落地通過時にはスリップ・落石に特に注意して行動します
5. 装備表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 共同装備 | 数 | 単位 | 重量 |  | 担当者 | 個人装備 | 数 | 単位 | ✓ | 個人装備 | 数 | 単位 | ✓ |
| ◆テント用品 |  |  |  |  |  | ◆縦走装備 |  |  |  | ◆その他 |  |  |  |
|  |  |  |  | kg |  | ザック |  |  | □ | 保険証 |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  | 登山靴 |  |  | □ | 持病薬 |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  | ヘッドライト |  |  | □ | 携帯 |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  | アイゼン |  |  | □ | 予備電池 |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  |  |  |  | □ | ティッシュ |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  |  |  |  | □ | 計画書 |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  |  |  |  | □ | 地形図 |  |  | □ |
| ◆調理用具 |  |  |  |  |  |  |  |  | □ | コンパス |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  |  |  |  | □ | ホイッスル |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  |  |  |  | □ | サングラス |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  |  |  |  | □ | 行動食 |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  | ◆衣類 |  |  |  | 飲み物 | 2 | L | □ |
| ◆通信他 |  |  |  |  |  | 雨具 |  |  | □ | テルモス |  |  | □ |
| 無線機 |  |  |  | kg |  | 防寒具 |  |  | □ |  |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  | 手袋 |  |  | □ |  |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  | アンダーウエア |  |  | □ |  |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  | 防止 |  |  | □ |  |  |  | □ |
| ◆ギア |  |  |  |  |  |  |  |  | □ |  |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  |  |  |  | □ |  |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  | ◆ギア |  |  |  |  |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  | ヘルメット |  |  | □ |  |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  | シュリンゲ |  |  | □ |  |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  | カラビナ |  |  | □ |  |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  |  |  |  | □ |  |  |  | □ |
| ◆その他 |  |  |  |  |  |  |  |  | □ |  |  |  | □ |
| 医薬品 | 1 | 式 |  | kg |  | ◆緊急パック |  |  |  |  |  |  | □ |
| ツェルト | 2 | 張り |  | kg |  | レスキューシート |  |  | □ |  |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  | ライター |  |  | □ |  |  |  | □ |
|  |  |  |  | kg |  | ろうそく |  |  | □ |  |  |  | □ |
|  |  |  |  |  |  | 細引き |  |  | □ |  |  |  | □ |
|  |  |  |  |  |  | ライター |  |  | □ |  |  |  | □ |

※　リスクチェック表　及び　ルート図　を添付