

# 登山カード

平成 年 月 日提出(提出者 )

注意 時間は0時~24時で記入

登山・ハイキング計画書												
団体・代表者 住所：氏名	〒 - 電話番号 ( )											
登山ルート名							ルート経験者	有 ・ 無				
登山期間	平成 年 月 日発~ 年 月 日着 日間						帰宅予定日時	日 時 分				
登山目的												
行動予定表												
参加者	任務	氏名	年齢	血液型	緊急連絡先			電話番号				
事故対策	山岳保健及びエスケープルート記入											
	食料：食分	緊急連絡先		氏名	電話番号 ( )							
	予備食：食分			氏名	電話番号 ( )							
共同装備	要否	品名	数量	担当	要否	品名	数量	担当	要否	品名	数量	担当
		夏山テント				コンロ				ローソク		
		冬山テント				コッヘル						
		フライシート				救急薬品						
個人装備	要否	品名		要否	品名		要否	品名		要否	品名	
		上	衣		登	山	靴		こ	う	も	り
		ズ	ボン		予	備	靴	ひ	も	ヘ	ッ	ラン
		セ	ター		キ	ス	リ	ン	グ	ビ	ニ	ール
		夏	ヤ	ツ	ケ	ア	タ	ツ	ク	計	画	書
		帽	子		エ	ア	ー	マ	ツ	地	図	
		替	下	着	シ	ュ	ラ	フ		コ	ン	パ
		替	靴	下	シ	ュ	ラ	フ	カ	保	険	証
		ス	パ	ツ		水		筒		古	新	聞
	軍		手		雨		具		時		計	