札幌管区気象台からのお知らせ
～春山登山や山菜採りは安全に楽しみましょう！～

５月になると春の日差しが日を追うごとに強くなって最高気温が10℃を超える日が多くなります。屋外でのレジャーやスポーツが盛んとなり、大型連休には旅行や帰省などで出かける機会も多くなります。

しかし、平地や山のふもとは春の装いでも山にはまだ多くの雪が残り、急激な気温の上昇に伴って雪どけによる沢の増水や、雪の多い傾斜地ではなだれの危険があります。また、日々の寒暖の差が激しい季節でもあり、冬山に逆戻りして、猛ふぶきや寒さにより身動きがとれなくなることも珍しくありません。

春山登山や山菜採りを楽しみにしている方も多いと思いますが、次のことに気をつけて遭難事故にあわないよう注意しましょう。また、空気が乾燥するため火災の起きやすい季節でもあります。タバコのポイ捨てやバーベキューの炭火の始末などにも注意しましょう。

○単独行動は避けて経験豊富な人と一緒に行くなど、体力と経験に応じたゆとりを持った計画にしましょう。
○春は残雪があったり登山道が荒れたりしているため、道に迷いやすくなります。地図とコンパス（方位磁石）は必ず携行しましょう。
○装備・持ち物、服装を整えて十分な食料を用意しましょう。特に防寒・雨具の準備は万全にしましょう。
○緊急時に備えて、ラジオや無線機・携帯電話などを携行しましょう。予備のバッテリーを用意するなど情報収集と連絡の手段を絶やさないよう注意しましょう。
○入山前には余裕を持って登山届け、下山後は速やかに下山届けは速やかに最寄りの警察まで提出しましょう。万が一遭難して救助を求めるときは、すぐに110番通報しましょう。
○計画を立てるときと出発前は最新の気象状況や天気予報を十分確認し、雷や急な強い雨を含め、悪天や天候の急変時には無理な行動を控えましょう。

●**問合先**／札幌管区気象台天気相談所　☎011－611－0170　http://www.jma-net.go.jp/sapporo/

５月の緊急救急当番医はつぎのとおりです（変更になる場合があります）

岩見沢市		土曜日　午後１時～午後６時 日曜・祝日　午前９時～午後６時						江別市		診療時間は各病院へお問合せください。	
《内科系》		《小児科系》		《外科系》		日	曜日	《内科系》		《外科系》	
海老原内科	日の出台1-16 ☎23-3000	－	－	北海道中央労災病院	４条東16丁目 ☎22-1300	3	祝	緑苑クリニック	野幌末広町2-12 ☎011-381-6490	渓和会江別病院	野幌代々木町81-6 ☎011-382-1111
								鈴木小児科医院	大麻扇町３ ☎011-386-5303		
北５条医院	北4条西10丁目 ☎22-2377	あくつこどもクリニック	10条西４丁目 ☎33-8000	倉増整形外科	２条西７丁目 ☎22-0288	4	日	たぐち内科クリニック	元町21-12 ☎011-389-7855	渓和会江別病院	野幌代々木町81-6 ☎011-382-1111
竹内医院	６条西２丁目 ☎22-0134	－	－	かまだクリニック	３条西４丁目 ☎24-8910	5	祝	谷藤病院	幸町２２ ☎011-382-5111	野幌病院	野幌町53 TEL 011-382-3483
								とがし小児科	野幌松並町25-2 ☎011-385-0150		
岩見沢市立総合病院	９条西７丁目 ☎22-1650	岩見沢市立総合病院	９条西７丁目 ☎22-1650	岩見沢市立総合病院	９条西７丁目 ☎22-1650	6	祝	はまもと内科クリニック	上江別東町4-27 ☎011-788-7636	江別市立病院	若草町６ ☎011-382-5151
森川内科クリニック	６条東１丁目 ☎33-5600	－	－	岩見沢北翔会病院	10条西21丁目 ☎32-2188	10	土	－	－	谷藤病院	幸町２２ ☎011-382-5111
おなかのクリニック	９条東１丁目 ☎25-5505	さとうキッズクリニック	大和１－９ ☎20-0310	北海道中央労災病院	４条東16丁目 ☎22-1300	11	日	平賀内科クリニック	野幌東町26-26 ☎011-382-5989	谷藤病院	幸町２２ ☎011-382-5111
石塚医院	５条東11丁目 ☎22-1718	－	－	岩見沢北翔会病院	10条西21丁目 ☎32-2188	17	土	－	－	江別市立病院	若草町６ ☎011-382-5151
中央医院	６条西６丁目 ☎22-0472	岩見沢市立総合病院	９条西７丁目 ☎22-1650	岩見沢市立総合病院	９条西７丁目 ☎22-1650	18	日	江別市立病院	若草町６ ☎011-382-5151	江別市立病院	若草町６ ☎011-382-5151
得地内科医院	３条西６丁目 ☎23-1515	－	－	岩見沢北翔会病院	10条西21丁目 ☎32-2188	24	土	－	－	谷藤病院	幸町２２ ☎011-382-5111
松藤医院	２条西４丁目 ☎22-3251	岩見沢こども産科婦人科クリニック	３条西10丁目 ☎32-0707	北海道中央労災病院	４条東16丁目 ☎22-1300	25	日	友愛記念病院	新栄台46-1 ☎011-383-4124	谷藤病院	幸町２２ ☎011-382-5111
								ウルトラ内科小児科クリニック	大麻栄町11-9 ☎011-688-8801		
かない内科消化器クリニック	２条西７丁目 ☎22-0768	－	－	かまだクリニック	３条西４丁目 ☎24-8910	31	土	－	－	渓和会江別病院	野幌代々木町81-6 ☎011-382-1111