

# 山岳遭難防止のポイント！！

- 経験や体力、技術に応じた無理のない登山計画を立てましょう！
- 登山計画書を作成し、家庭や職場、登山口の登山届ポストに提出しましょう！
- 雨具や携帯電話など、充実した装備品や携行品を準備しましょう！
- 天候等の気象情報を確認し、早めに中止するか、引き返しましょう！
- 遭難事故は下山時に多く起きています。道に迷ってしまったら、下山するのではなく来た道を引き返しましょう！



**熊にも注意！**



## 「その性暴力が、なかったことになってしまう前に」

4月は「若年層の性暴力被害予防月間」です。  
 同意のない性的行為や性的行為の強要は、どのような理由・関係性であっても、すべて性暴力です。  
 これらの被害やトラブルに巻き込まれた場合は、1人で悩まず、

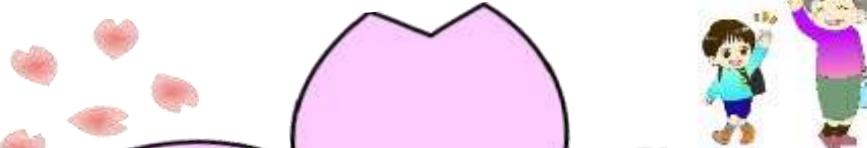
- ・最寄りの警察署
- ・警察相談専用電話 #9110
- ・性犯罪被害相談電話#8103

へご相談ください。

浜田駅前交番  
Tel.22-2400  
浜田警察署  
Tel.22-0110



浜田警察署HPはこちら！



「ながら見守り」  
にご協力ください

散歩しながら、仕事をしながら、庭の手入れをしながらなど、日常生活の活動に「防犯の視点」をプラスして地域を見守る、誰でも気軽に始めることができるボランティアです。



島根県警察本部  
採用ショートドラマ  
張り込み編



視聴先はこちら是非ご覧ください☆  
(島根県警察公式YouTubeチャンネル)