

令和7年

7月

波田交番だより

発行

松本警察署
波田交番

0263-92-2040

『夏山遭難防止』

いよいよ夏山シーズンとなり、広大なアルプスの景観を求め、1年で最も登山が活発になるシーズンですが、山岳遭難が多発するシーズンでもあります。令和6年中の7月、8月の長野県内の山岳遭難は、発生件数116件、死者15人、行方不明者1人、負傷者53人、無事救出者56人の合計125人を記録しました。特に北アルプスでの発生が67件と県下全体の約6割を占め、遭難の態様としては転倒や転落・滑落が最も多く、下山中の遭難が目立ち、疲労や道迷いによる行動不能による遭難也多発しています。年齢別では40歳～50歳が約3割、60歳以上が約6割で、40歳以上の中高年齢層の遭難者が全体の約9割を占めています。登山者の皆さんは、登山は観光ではなく、危険を伴うスポーツであることを十分理解し、自分の体力・技術・経験に合った山を選び、安全で楽しい登山を心掛けてください。

登山計画書の作成と共有

自身の体力・技術に見合った計画を立てましょう。計画書はWEBやアプリでも提出できます。計画は家族や友人とも共有しておきましょう。



もしもに備えた装備品の携行

ヘッドライト、雨具、簡易シェルターは必携品です。低山でも侮ってはいけません。スマートフォンの予備電源もお忘れなく。

最新の気象情報を確認

入山前に必ず最新の気象情報を確認しましょう。体が濡れた状態では夏山でも低体温症の原因となります。

体調管理を万全に

登山は持久力が必要なスポーツです。日頃から運動を習慣化し、入山前はしっかり体調を整えましょう。持病のある方は医師の判断を仰いでください。

適切な栄養と水分補給

行動時間に見合った十分な行動食と水分を携行しましょう。こまめな水分補給で、脱水症状や熱中症に注意してください。

7月は「青少年の非行・被害防止全国強化月間」です。

家庭・職場・地域などの社会全体が一体となって非行少年を生まない社会づくりを実現させましょう。

非行は子供からのSOSサインです。保護者の皆さん、子供が発するSOSサインを見逃さないで！

- 1 帰宅時間が遅くなったり、無断外泊をするようになった。
- 2 友達の名前や外出先を言いたがらない。
- 3 服装(見た目)が派手になった。等...

少年に関する相談は、24時間対応の
ヤングテレホンへ
026-232-4970
(長野県警察本部生活安全企画課)

オンラインゲームを含むSNS等の利用がきっかけで、
殺人・誘拐・性犯罪・闇バイト等の重大な犯罪に巻き込まれる可能性があります。

★ 犯罪に遭わないために

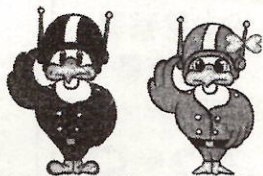
- 1 インターネット・SNS等の使用上のルールを決める。
- 2 スマートフォン等は、必ずフィルタリングを利用する。
- 3 知らない人とは連絡を取らない(個人情報をお教えしない)。
- 4 SNS(オンラインゲーム)で知り合った人にむやみに会わない。

子供たちを犯罪の被害者にも加害者にもさせないためには、過度に使用を制限するのではなく、成長段階に応じて知識、理解、活用する能力を養わせ、子供さん自身が適切に判断できることが重要です。

熊出没
注意



波田地域では、今年も熊目撃情報が度々あります。万が一熊に遭遇した時は大声を出したり等、むやみに刺激することなく冷静な判断対応をお願いします!!



長野県警察シンボルマスコット「ライボくん ライビィちゃん」

松本警察署

令和7年7月号

ビィじいさん



電話でお金詐欺防止キャラクター

「電話でお金詐欺」 撃退通信

その警察官、ホンモノですか？

“ニセ警察”詐欺に注意

警察官等をかたり、捜査名目で現金等をだまし取る手口が増えています。県下において、4月末までに発生したオレオレ詐欺の約9割（34件）が警察官をかたり、捜査名目で現金等をだまし取る手口でした。

被害額は電話でお金詐欺全体の約5割（2億3,263万円）を占め、高齢者だけではなく、20代から50代の若い世代への被害も増加しています。

だましの手口



ニセ警察官

あなたの口座が犯罪に使われていて、このままでは逮捕されてしまいます。あなたの無実を証明するため、口座のお金を調べる必要があります。必ず戻ってくるので、お金を指定された口座に移動させてください。

対策

- 警察からの問い合わせに対して心当たりのない場合は、一旦電話を切ってからお近くの警察署に電話をして確認しましょう。
- 国際電話を悪用した被害が多いことから、固定電話であれば国際電話不取扱受付センター（0120-210-364）へ申し込みを、携帯電話であれば国際電話の着信規制が可能なアプリを利用しましょう。

最新の手口や、発生状況を知り、詐欺を見破りましょう！
長野県警察安全・安心アプリ「ライポリス」では、最新の詐欺被害発生状況や防犯対策を知ることができます！！

インストールはこちら→



松本警察署 0263-25-0110