

# スキーヤー・スノーボーダー同士の接触事故に注意！！

国際スキー連盟(FIS)による10のルール

## 「10 FIS RULES」

※ 引用元「全国スキー安全対策協議会」HP

**1** 他者の尊重  
Respect for others  
尊重他人  
타인에 대한 존중  
Tôn trọng người khác



他の人への思いやりの心を忘れない。

A skier or snowboarder must behave in such a way that he does not endanger or prejudice others.

别忘了要体谅他人。

다른 사람들에게 배려의 마음을 잊지 마십시오.

Tôn trọng và quan tâm đến người xung quanh.

**2** スピードとスキーのコントロール  
Control of speed and skiing or snowboarding  
速度和滑雪控制  
속도와 스키 컨트롤  
Kiểm soát tốc độ và kỹ thuật trượt.



無茶な滑り方をしたりスピードを出しすぎない。

A skier or snowboarder must move in control. He must adapt his speed and manner of skiing or snowboarding to his personal ability and to the prevailing conditions of terrain, snow and weather as well as to the density of traffic.

不要鲁莽滑雪或滑得太快。

무리한 방법으로 미끄러지거나 속도를 너무 많이 내지 않는다.

Không trượt quá nhanh hoặc liều lĩnh.

**3** 滑走ルートを選択  
Choice of route  
选择滑雪路线  
선택 루트 선택  
Chọn tuyến trượt an toàn



前の人に危険が及ばないコースを選んで滑る。

A skier or snowboarder coming from behind must choose his route in such a way that he does not endanger skiers or snowboarders ahead.

选择一条不会让前方的人陷入危险的路线滑雪。

앞 사람에게 위험이 미치지 않는 코스를 선택하고 미끄러진다.

Trượt theo tuyến không gây nguy hiểm cho người phía trước.

**4** 追い越し  
Overtaking  
超越  
추월  
Vượt qua



追い越すときは前の人に近づきすぎない。

A skier or snowboarder may overtake another skier or snowboarder above or below and to the right or to the left provided that he leaves enough space for the overtaken skier or snowboarder to make any voluntary or involuntary movement. 超越前方の人時，不要靠得太近。

추월할 때는 앞 사람에게 접근하지 않는다.

Khi vượt, giữ khoảng cách an toàn với người phía trước.

**5** 合流と滑り出し  
Entering, starting and moving upwards  
滑雪道的汇入与起滑  
합류와 미끄러짐  
Nhập làn và bắt đầu trượt



合流や滑り出すときはまわりをよく確認する。

A skier or snowboarder entering a marked run, starting again after stopping or moving upwards on the slopes must look up and down the slopes that he can do so without endangering himself or others.

汇入或开始滑行时，仔细观察周围。

합류나 미끄러질 때는 주위를 잘 확인한다.

Quan sát kỹ xung quanh trước khi nhập làn hoặc bắt đầu trượt.

**6** コース内での停止  
Stopping on the piste  
在雪道内停止滑行  
코스에서 정지  
Dừng lại trên đường trượt



コースの途中で立ち止まってはいけない。

Unless absolutely necessary, a skier or snowboarder must avoid stopping on the slope in narrow places or where visibility is restricted. After a fall in such a place, a skier or snowboarder must move and clear of the slope as soon as possible.

不要在雪道的中途停止。

코스의 중간에서 멈추어 서지 않는다.

Không được đứng lại giữa đường trượt.

**7** 徒歩での登り降り  
Climbing and descending on foot  
不行上下坡  
도보로 오르내림  
Đi bộ lên/xuống



コースを歩くときは真ん中を歩かない。

A skier or snowboarder either climbing or descending on foot must keep to the side of the slope.

步行雪道路线时，不要走在中间。

코스를 걸을 때는 중간을 걷지 않는다.

Khi đi bộ trên đường trượt, không đi ở giữa đường.

**8** 標識や標示の順守  
Respect for signs and markings  
遵守标志和标记  
표지 준수  
Tuân thủ các biển báo và ký hiệu.



コースに立っている標識や標示を必ず守る。

A skier or snowboarder must respect all signs and markings.

务必遵守路线上的标志和标记。

코스에서 있는 표지를 반드시 지킨다.

Luôn tuân thủ các biển báo và ký hiệu trên đường trượt.

**9** 援助  
Assistance  
援助  
원조  
Cứu hộ



事故が起きたときはすぐに救護活動を行う。

At accidents, every skier or snowboarder is duty bound to assist. 发生事故时，立即展开救援行动。

사고가 일어났을 때는 곧바로 구호 활동을 실시한다.

Khi xảy ra tai nạn, hãy lập tức tiến hành cứu hộ và hỗ trợ người bị nạn.

**10** 身元の確認  
Identification  
确认身份  
신원 확인



事故が起きたときは必ず連絡先を交換する。

Every skier or snowboarder and witness, whether a responsible party or not, must exchange names and addresses following an accident. 发生事故时，务必交换联系方式。

사고가 일어났을 때는 반드시 연락처를 교환한다.

Khi xảy ra tai nạn, phải trao đổi thông tin liên lạc với nhau.

ルールを守って安全で楽しいスポーツを！  
RULES FOR THE CONDUCT OF SKIERS & SNOWBOARDERS

遵守规则，享受安全和愉快的运动

규칙을 지키고 안전하고 재미있는 스포츠

Hãy tuân thủ quy tắc để vui chơi thể thao an toàn

兵庫県美方警察署

