



～雪の時の歩き方とふくそう～

凍結路面を歩くコツ

ウインターライフ
推進協議会



小さな歩幅



靴の裏全体を
つけて



急がず焦らず
余裕を持って

雪道を歩く際の 注意点

手袋・帽子

×ポケットに
手入れない
両手はフリー



歩く時は
ペンギン歩きだよ!

垂直に靴の底をつけ
踏みしめるように



凍結時 **すり足で!** 歩幅を狭く

万が一の転倒時は
しりもちをつくように

