

# トレイルランニング 安全・マナーのお願い TRAIL RUNNING SAFETY GUIDE



みなさんが安全に山を楽しむ  
よう、歩行者に出会ったときは声  
をかけ、すれ違いや追い越しは、  
必ず歩いてください。

**Slow down and walk  
when passing others.**



怖い思いをさせないよう  
お互い思いやりをもって  
行動しましょう。

**Enjoy the trail with  
consideration each  
other!**



**Thank you for your kindness!**