

第31回 夏山登山教室 実施要項

長野県山岳協会 東北信支部

長野県山岳協会の活動目的には『正しい登山を指導普及する』ことが挙げられています。この『夏山登山教室』は、長野県山岳遭難防止対策協会の協力をいただきながら、登山愛好者を対象に、経験豊かな講師を招き、楽しく・安全な登山の普及のために開催するものです。

<期日> 平成30年7月8日(日)

<場所> 長野市中条 信州100名山 虫倉山の登山(不動滝コース)

<主催> 長野市中条公民館・長野県山岳協会 <共催> 長野県山岳遭難防止対策協会

<後援> 長野県教育委員会 <主管> 長野県山岳協会 東北信支部

<日程>

受付 7:30～ 長野市中条 やきもち家(TEL 026-267-2641)

開講式 8:00～8:30 メンバー紹介/諸注意等

※マイクロバスにて登山口へ移動。

登山 不動滝駐車場 9:00→金倉坂→あずま屋→山頂 11:00～11:20→不動滝 12:30

★講習内容： 荷物の背負い方、歩き方、休憩場所の選定や取り方、地図の見方、危険箇所の見極め方や対処、安全な下り方、自然観察など

※下山後マイクロバスにてやきもち家へ移動。

昼食 13:00～14:00 やきもち家にて、おぶつことおやき。入浴も可。

講演 14:00～15:00 『夏山の安全登山について』

【講師】 山岳遭難防止アドバイザー 中嶋豊さん

閉講式 15:00～15:15

解散 15:30 頃

<募集人員> 先着40名程度 (小学生以上を対象)

※小/中学生が参加される場合は、原則として保護者の方もご参加ください。

<参加費> 一人 **1,500円** (お昼、お風呂、マイクロバス、講習費、保険料 込み)

※受付にて集金させていただきます。

<持ち物>

【講演会】 筆記用具

【登山】 登山靴(靴底が平らなものは不可、グリップ力のある物)、ザック(日帰り用)、

雨具(ポンチョ等は不可)、防寒具(フリース等)、行動食、帽子、水筒(ペットボトルでも可)、

手袋、携帯電話、筆記用具、常備薬、保険証 等

<あれば便利な物>

地図(2万5千分の1等)、コンパス(方位磁針)、GPS、スパッツ、サングラス、ツェルト(簡易テント)

※里山といえども、山の天候は変わり易いので、服装には十分注意して下さい。

(綿製品、ジーパンは不可)

※装備等について不明な点がございましたら、事前にお問い合わせ下さい。

※入浴希望の方は、着替えやお風呂セットを持参下さい。

<申込み方法>

6月29日(金)までに別紙の参加申込書に必要事項を記入の上、以下の申込み先まで TEL またはメールにてお申し込みください。

先着順で締め切り、申込者代表者にご連絡いたします。

◎申込み先

・長野市中条公民館 026-267-2145 担当：岩下彰

・長野県山岳協会 東北信支部事務局：松下徳孝

携帯 090-1117-2998

E-Mail: mt.mushikura@ngnjanis.or.jp

<注意事項>

- ① 申込みは全日程参加出来る方のみお願いいたします。部分参加の方は要相談。
- ② 天候等の状況によっては日程の一部を変更する場合があります。
- ③ 万が一、申込み内容に変更が生じた場合は、すみやかにご連絡願います。