登山を安全に楽しむための基礎講習会

1　目　　的　　市民を対象に登山講習会を実施し、登山に関わる知識・技術の普及を図る。
2　主　　催　　富士宮山岳
3　後　　援　　富士宮市教育委員会（申請中）
4　会　　場　　富士宮市西公民館（予定）　富士宮市神田川町２７－４
5　日程と内容

第１回　５月２９日（水）　１９：００～２０：３０　「登山用具の機能・材質・選び方」編
・登山靴　・ストック　・ザック　・雨具　・下着　・帽子　・防寒具　・水筒
・ヘッドランプ　・ファーストエイド用具
・テント　・シュラフ　・コンロ　・食器
・用具のメンテナンス

第２回　６月１２日（水）　１９：００～２０：３０　「地図を読む（読図）」編
・地形図とは　・地図記号　・磁北線とは　・コンパスの使用法
・現在地を知るには
・ＧＰＳの使い方

第３回　６月２６日（水）　１９：００～２０：３０　「技術・結束法・準備と整理運動」編
・山での歩き方　・山での降り方　・ストックの使い方
・安全な岩場通過法　・山で活用するロープワーク
・安全登山の準備とトレーニング、下山後の体のメンテナンス

第４回　７月１０日（水）　１９：００～２０：３０　「天気を知ろう」編
・天気の変化はなぜおこる　・天気図から分かること　・観天望気に必要な知識は
・晴れの日は、どんな時
・気象情報の入手法（新聞・ラジオ・携帯・スマフォ）

6　登山実習の機会に関して
①期　日　　９月７日～８日　　富士山村山道（静岡県スポーツフェスティバル登山大会）
②期　日　　１０月６日　　至仏岳登頂か尾瀬散策（富士宮市民スポーツ祭）

7　費　用　　無料

8　募集人数　　１５名程度

9　申し込み先、問合せ先
４１７－０８０１　　富士市大淵３９１３―８７　工藤　方
０５４５－３６―１０４８
富士宮山岳会　事務所

10　申し込み書は、「スポーツプラザ十字屋」さんにあります。　富士宮市西町４―１