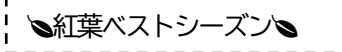



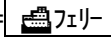


市民登山学校 11月定例実技実施要項『星ヶ城』～瀬戸内の山～

- 日時 令和5年11月19日(日) **午前6時15分** 市役所玄関前 出発【雨天実施】※10分前には集合すること
午後5時50分 市役所玄関前 帰着予定
※参加人数、登山状況等により、帰着時間が前後する可能性があります。

- 対象山 星ヶ城山(小豆島町) 816.7m【瀬戸内海最高峰】 

- コース 市役所—高松港== 池田港== 内海ダム北登山口・・こううん駅・・四望頂・・山頂駅前
6:15発 6:50発 7:50着 9:00 9:30 10:20 10:40
・・星ヶ城山・・ 山頂駅前<裏参道を下山>・・猪ノ谷== 池田港== 高松港—市役所
12:00 12:40 13:40 15:00 15:40 16:25発 17:25着 17:50着
昼食

- 定員 先着40名(第45期生が優先となります。募集締切後、空席があった場合のみOBさんに御連絡いたします。)

- 参加費 8,000円 (国際両備フェリー運賃含む)
公共交通機関を利用しますので、一般の方の御迷惑とならないよう、御協力をお願いいたします。

- 持ち物 **【必須】** 昼食、行動食(天候によって調整)、非常食、飲料、ザック、登山靴、登山用靴下、雨具(セパレート)、着替え、ヘッドライト(絶縁しておく/予備電池含む)、タオル、手袋(防水が良い)、帽子、ビニール袋、スパッツ(ロングが良い)、ザックカバー、携帯電話、時計、ティッシュ、エマージェンシーシート、救急用品、常備薬、健康保険証の写し、筆記用具 等
【状況に応じて】 防寒具、コンパス、地形図、(2万5千分の1「草壁」「寒霞渓」等)、笛、折畳み傘、虫よけ、日焼け止め、サングラス、カメラ、携帯トイレ、モバイル充電器 等

- 申込・振込 **申込み/振込み期日・・11月2日(木)正午まで <期日厳守>**

※振込手数料は参加者負担となります。
※参加人数の不足により催行中止となった場合は、事務局より御連絡いたします。
※申込み後にやむを得ずキャンセルする場合は、事務局まで必ず電話連絡をお願いします。
※申込締切日以後のキャンセルは、入金の有無にかかわらず、理由を問わずキャンセル料が発生します。
※申込みにより取得した個人情報は、市民登山学校実技運営の目的以外に使用することはありません。
また、本人の承諾無く、第三者に開示することはありません。

場所のお間違えの無いように

- 周知会 **日時** 11月16日(木)午後6時30分開始 **場所** 高松市総合体育館南館1階5・6・7会議室
行程の確認、班分け、班員との顔合わせ、リーダー決め、持ち物の確認等を行います。
※欠席不可。やむを得ず欠席される方は、必ず事前に事務局まで御連絡をお願いいたします。
※周知会を欠席された場合、翌日に事務局までお越しいただくか、電話にて周知会での内容をお問い合わせください。

- 注意事項
 - ・時間厳守のこと。
 - ・荷物は全てリュックに入れて背負い、両手を自由にする。 (原則ストックは使用しない。)
 - ・集団行動のため、リーダーの指示に従い、個別行動はとらないこと。
 - ・足元は厚手の靴下に登山靴着用のこと。
 - ・健康に不安がある時は、医師・主治医の診断を受けてから参加すること。
 - ・持病等で体調に心配がある時は、事前に班員と講師に伝え、情報を共有しておくこと。
 - ・体調が悪くなった時は、必ず班員と講師に状態等を伝え、判断を仰ぐこと。
 - ・実技の一環として、登る山や天気、装備品等について各自情報収集を行うこと。
 - ・行動開始後は、一つのパーティであるという認識と協力意識を持つこと。
 - ・周辺の施設や店舗等への無断駐輪・無断駐車は、お控えください

汗をかいて身体を冷やすことがないよう、休憩まで待たずに、各自こまめな衣類調節を行いましょう。

- 連絡先 〒760-0066 高松市福岡町四丁目36番1号 市民登山学校事務局(スポーツ協会内) 担当:後藤
TEL:823-2311 FAX:822-0120
主催 市民登山学校 後援 高松市/高松市スポーツ協会

市民登山学校の登山

- ・原則5人一組、事務局で班編成します。班のメンバーは毎月入れ替えます。
- ・周知会にて班長、副班長を決め、役割を担って活動します。登山経験の有無にかかわらず、全員が経験できるよう積極的に立候補しましょう。
- ・常に集団行動を意識し、自己中心的な行動は控えてください。班毎にしっかりと協力体制を取りましょう。また、他の登山者に迷惑がかからないよう、周囲に配慮してください。
- ・引率講師が全体のリーダーです。常に指示をよく聞き、従ってください。
- ・ツアー旅行の登山ではありません。一人一人が学校の生徒としての自覚を持ってください。
- ・公共の施設や乗物を利用します。市民登山学校の生徒として、節度ある行動を取ってください。
- ・ストック等は原則使用しません。不安があり、使用したい場合は、事前に講師に御相談ください。
- ・長袖長ズボン登山靴帽子着用が市民登山学校の基本です。衣類の重ね方や素材を工夫して体温を調節しましょう。