

市民登山学校 2月定例実技実施要項『国見山』～雪山の魅力を知る～

●日時 令和8年2月15日（日） 午前6時 市役所玄関前 出発【雨天・降雪実施】 ※10分前には集合すること
午後6時 市役所玄関前 帰着予定
※参加人数、登山状況、交通事情等により、帰着時間が前後する可能性があります。

●対象山 国見山（徳島県）1,409m

★道の駅停車中に
スパツツ（ゲイター）を着用しておくこと。

△登山道中に
トイレはありません。

●コース 市役所——財田道の駅——大歩危道の駅（トイレ・登山準備・準備体操）——祖谷トンネル手前・・登山開始
6:00 7:00 8:00 8:30 9:00

・・後山峠・・第2防火帯・・（・・頂上 ※余力があれば）・・後山峠・・祖谷トンネル手前——巡回の湯（予定）——市役所

14:45 16:00~17:00 18:00

白銀の世界を楽しむことができる
国見山は、初めて雪山にチャレンジ
する方にお勧めのフィールドです！

温泉を予定しておりますが、状況次第では立ち寄らない可能性有！

●定員 先着40名（第47期生が優先となります。募集締切後、空席があった場合は〇Bに御連絡いたします。）

●参加費 5,500円

服装（ウェア、レイヤリング、手袋等）は、
保温力のある冬山に適したものを
選びましょう。休憩中は重ね着し、
体温を逃がさないよう工夫しましょう！

●持ち物 **必須** 昼食、行動食（天候によって調整）、非常食、飲料、防寒具（ダウン、ネックウォーマー等）、ザック、ザックカバー、登山靴、登山用靴下、雨具（セパレート）、スパツツ（ゲイター）、着替え、帽子、タオル、手袋（保温性のあるもの・防水が良い）、ヘッドライト（絶縁しておく／予備電池含む）、コンパス、地形図、（2万5千分の1『大歩危』等）、ビニール袋、ティッシュ、携帯電話、エマージェンシーシート、時計、救急用品、常備薬、健康保険証の写し、携帯トイレ、筆記用具等

【状況に応じて】 笛、折畳み傘、カイロ、日焼け止め、サンゴラスやゴーグル、カメラ、モバイル充電器 等

●申込・振込 **申込み／振込み期日・・・令和8年2月6日（金）正午まで <期日厳守>**

特別な装備
(アイゼン・ピッケル等)は
必要ありません

※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。（詳細は裏面）

※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。

●周知会 **日時** 2月12日（木）午後6時30分開始 **場所** 高松市役所 11階 114会議室

行程の確認、班員との顔合わせ、リーダー決め、バス乗り場確認、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

- ・時間厳守でお願いします。
- ・荷物は全てリュックに入れて背負い、両手を自由にしてください。（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でください。
- ・足元は厚手の靴下に登山靴着用してください。
- ・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してください。
- ・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、情報を共有しておいてください。
- ・体調が悪くなった時は、必ず班員と講師に状態等を伝え、判断を仰いでください。
- ・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ってください。
- ・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ってください。
- ・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。

●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 Mail: suishin02@taka-spo.or.jp

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、全員が班長、副班長を経験できるよう、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。
- ・夏でも長袖長ズボン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。

《キャンセルについて》

令和6年1月実技より、以下の通りキャンセル料がかかります。

- ①締切日当日午後5時までは無料
- ②締切日翌日以降・・・500円
- ③当日・・・・・・・参加費用×100%

平日午後5時以降と土曜・日曜・祝日は事務局とは連絡が取れませんので、
翌開館日扱いとさせていただきます。
ご注意ください。