

2022 年度

# 初級 登山教室



楽しい登山のはずが、ヒヤッとしたり道に迷いそうになったりしたことはありませんか？  
教室では正しい登山知識を机上講習で学び、実地山行で実技講習を行います。  
これから山登りを始めたい人、ある程度経験している人にも基礎から安全な登山を学べる  
チャンスです。4回の実技山行を行い、最後は岩手山（2,038m）の登頂を目指します。

## 日 程

開催日	項目	講習内容
6月8日(水)	机上講習(第1回)	①登山の魅力・計画・歩き方(30分) ②服装・装備・食料・飲み物(45分)
6月12日(日)	【鞍掛山】897m	・パーティー行動の基本 ・服装・装備・パッキング
7月6日(水)	机上講習(第2回)	③地図の見方・使い方(75分)
7月10日(日)	【三ツ石山】1,466m	・コンパス・GPSの使い方 ・ルートファインディング
8月3日(水)	机上講習(第3回)	④山の天気・気象情報の活用(45分) ⑤トレーニングの方法(30分)
8月7日(日)	【秋田駒ヶ岳】1,637m	・観天望気(予報と実際) ・気象条件と行動判断
8月31日(水)	机上講習(第4回)	⑥事故・アクシデント対策(45分) ⑦ロープワーク(30分)
9月4日(日)	【岩手山】2,038m	・修了山行

(注) 机上講習時間 18:45~20:15 (机上講習後の次回の山行打合せを含む)

会 場 机上講習：アイーナ 5階 501研修室  
住所：岩手県盛岡市盛岡駅西通1丁目7-1 ☎ 019-606-1717

対 象 18歳から65歳までの方

定 員 20名(先着順で受付します)

受講料 机上講習1講座1,000円/計4,000円・実技山行無料(実費のみ)

申込先 ・メール [syr3535zz@gmail.com](mailto:syr3535zz@gmail.com) 小田

・FAX 019-619-1014 宛先は「登山教室」

・電話 019-662-3535 or 090-8781-8137 小田

下記の内容をお伝えください。メール/faxでは記入の上送付ください。 盛岡山友会ホームページ

①名前(ふりがな) ②性別 ③生年月日 ④住所 ⑤電話番号 ⑥e-mailアドレス

・申込受付期間 5月9日(月)~5月31日(火)

主 催 盛岡山友会(岩手県勤労者山岳連盟所属 創立35年)

後 援 盛岡市



QRコード：  
盛岡山友会ホームページ