



## さいたま市民ハイキング（市民講座）お願いと注意事項



～参加者の皆様へ～（必ずご一読下さい。）

この度は、さいたま市山岳連盟主催の「市民ハイキング」にお申込を頂き、誠にありがとうございます。ご出発に先立ち、下記の点についてご理解・ご協力頂き、万全な心構えでご参加をお願い申し上げます。

### 【お願い】

- 団体登山では、他のメンバーや他の団体・ハイカーに配慮しながら登るのが基本です。自分勝手な行動はご遠慮ください。
- 登山においては、自分の行動はご自身で管理するのが約束事です。たくさん荷物を持ってきてバテてしまう。歩くルートも、どんな山や地形かも、人任せといった「観光気分」でのご参加は、事故のもとです。しっかりと心構えと事前の準備をしてください。
- 登山中、具合が悪くなられた方は、遠慮なく引率者にご相談ください。無理は禁物、他人の迷惑です。
- 登山中は、引率者の案内に、ご理解とご協力をお願い致します。
- 山でのマナー「ゴミは持ち帰る」「高山植物は採らない」「登山道をはずれない」などは必ず守りましょう。
- 最近特に写真を撮るために登山道をはずれる方やストックで植物を突く方が増えております。雪のない場所では、ストックにキャップをつけたまま歩きましょう。また、団体登山では、他の方のご迷惑になりますので、ザックに鈴などの音の出るものを付ける事はご遠慮ください。
- 登山道は基本的に登り優先です。狭い道では山側に身を寄せて、譲り合いの精神でお願いします。
- 駅での集合時間と集合場所は必ず守るようお願いいたします。
- 安全を第一に考え、雨天や強風、増水など状況により、登山コースを変更あるいは、中止する場合があります。その際に、参加費の返却はございません。また、追加費用が生じた場合は、自己負担になります。あらかじめご了承の上、参加するようお願い致します。
- 参加中に被られた一定の損害は、旅行傷害保険の範囲内で保障いたします。ただし、登山中における事故・災害について、主催者側では一切の責任を負いません。応急手当はいたしますが、万一遭難などが発生した場合に要する救助費用は、各自負担となります。（※個人で山岳保険・任意保険に加入していなければ、自己負担は多額となります。）
- 手荷物は各自の管理となります。特に忘れ物や盗難、靴の履き間違いに関して、主催者側では、一切責任は負いかねますのでご了承ください。

### 【注意事項】

- ご自身の体力、脚力を過信しない（昔は……だったは通用しません）。体調を整えて参加してください。
  - 団体全体より遅れたり、体調が悪いなど、引率者が安全登山の遂行に支障が出ると判断した場合は、下山をお願いする場合があります。なお、その際に別途交通費などの諸費用が発生すれば、自己負担になります。
  - 事前にガイドブックや地図で「机上登山」を心がけてください。また、山行中は地図を携帯してください。
  - 山行計画に適した、しっかりとした装備でご参加ください。明らかに装備不良のお客様には当日においても山行をお断りする場合がございます。また、山行中の靴底剥れが頻発しています。出発前にご自身の靴を再点検しましょう。
  - 下山時の事故（特に滑落）が増えています。登山開始から終了まで、油断せずに歩きましょう。
  - 雨や汗でザックが濡れてもいいように、衣類や貴重品は、防水性の袋や小物入れに入れてください。
- ※楽しい登山になるよう、皆様のご理解・ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。