

## さいたま市民ハイキング 計画書

### 市民講座 「山を安全に登る」

- 主催 : さいたま市山岳連盟
- 実施日時 : 5月28日(日) 8時集合
- 集合場所 : 高麗駅(西武秩父線)、(車の場合は駅前に有料駐車場あり)
- 山 域 : 奥武蔵 日和田山~物見山~北向き地藏~五常の滝
- 参加費用 : 2,000円(資料代、保険含む)・・・(当日、集合時に徴収)
- 募集人員 : 40名(応募多数の場合は抽選、結果は申込者全員に通知)  
行動中は約10名の班構成として行動
- 役員配置 : CL(チーフリーダー)・SL(サブリーダー)、班毎の正・副班長を付ける、  
先導、医療
- 行 程 : 標準歩行時間 約5.5時間(休憩含む)  
高麗駅発8時30分~日和田山~高指山~物見山~ヤセオネ峠~北向地藏  
~五常の滝~武蔵横手駅15時頃着予定
- 装 備 : 通常の日帰りハイキング  
(雨具、防寒具、ヘッドランプ、軽登山靴、帽子、手袋、保険証等)
- 食 糧 : 行動食(飴、クッキー・チョコレート、果物等)、昼食、飲料水
- 安全講習 : ①地図の読み方と進行方向等(地図、コンパス)  
②必須の装備(雨具、ヘッドランプ、地図、コンパス、携帯電話)  
③携行食料(高カロリー、レトルト食品等)  
④行動中の注意事項(歩き方、ストック使用)  
⑤緊急時の対応(医薬品、野生生物対応、連絡方法、ホイッスル、レスキューシート等)
- 雨 天 : 小雨は決行、大雨等の悪天時は中止(前日の天気予報で通知)
- 募集方法 : さいたま市報(予定)、市岳連HP
- 申込方法 : ハガキ又メールにて、氏名・住所・年令・性別・電話(自宅・携帯)
- 申 込 先 : 〒330-0852 大宮区大成町2-453-3  
渋谷直克 電話 携帯 080-7756-9201(17時~22時)  
不在時はSMS(ショートメール)で連絡下さい。  
メール : aloka7211@yahoo.co.jp
- 抽 選 : 応募多数の場合は抽選とし、5月20日頃に連絡します。