

2025年度

登山女子 募集要項

1 ねらい 登山初心者を対象に、春・初夏・盛夏・初冬の各シーズンを体験する年間4回シリーズとして実施し、登山のノウハウや危険回避等を学びながら本格的な登山のきっかけ作りとする。

2 期 日 ①春5月6日（火）【祝日】 ②初夏6月15日（日）
③盛夏8月17日（日） ④初冬11月15日（土）～16日（日）【1泊2日】

3 場 所 オーエンス泉岳自然ふれあい館および泉ヶ岳



4 定 員 20名（20歳以上の女性） 定員を超えた場合は抽選

5 参加条件 登山初心者で、年間4回の行事すべてに参加できる方
（※登山初心者…ハイキング程度の経験は含みますが、泉ヶ岳等の山には登ったことのない方）

6 日 程

DATE	時 間	内 容
5/6 （火） 祝日	8:30 集合 AM:ハイキング （昼食持参） PM: 講義&実技 16:30 解散	■ハイキング ：泉ヶ岳スキー場リフト利用～兎平～岡沼～お別れ峠～滑降コース～ふれあい館 ■講義&実技 ：・「登山に必要な体の作り方」（予定） 外部講師：健康運動指導士 渋谷祐子氏 ・「泉ヶ岳について、装備、服装、安全登山について」 講師：ふれあい館 女性施設ボランティア
6/15 （日）	8:30 集合 AM～PM 登山 1530 解散	■登山 ：リフト～お別れ峠～（登山）滑降コース～泉ヶ岳頂上（持参昼食）～（下山）水神コース～ふれあい館
8/17 （日）	8:30 集合 AM：沢登り& ロープワーク （昼食持参） PM:講義 14:00 解散	■沢登り ：ヒザ川（七北田川源流）沢登りコース ■ロープワーク ：基本的なロープの結び方 ■講義 ：「山岳遭難について」 外部講師：宮城県警山岳遭難防止担当課
11/15 （土） ～16 （日）	DAY1 13:00 集合 13:30 講話・実技 17:00 夕食 19:00 交流会 21:00 就寝 DAY2 06:00 起床 07:00 朝食 08:00 登山 15:30 解散	DAY1 ■講話 ：「女性の登山について」 ■実技 ：「地図の見方/GPSの使い方の基礎」 ■夕食 ：アスリートのための特別食 ■交流会 ：焚火を囲み交流 DAY2 ■登山 ：ふれあい館～（登山）表コース～頂上（昼食）～（下山）かもしかコース～滑降C～ふれあい館 ※昼食は、登山用のフリーズドライを使用。

7 参加費 ①～③2000円/人（リフト代・保険料・資料代など）
④7000円（宿泊費・食事代（フリーズドライ含む）・保険料など）

※当日受付で集金します。おつりのないようにご協力をお願いします。

※原則4回参加できる方が対象です。万が一参加できない回がある場合、①～③回はキャンセル料が発生しませんが、④回目は食事提供のためキャンセル料が発生します。

8 保険について

イベント中に怪我をした時のために傷害保険に加入します。(参加費に含む)

補償額 ①死亡・後遺障害 300 万円 ②入院 1 日につき 3,000 円 ③通院 1 日につき 2,000 円

9 申し込み方法

往復ハガキの場合：①氏名 ②年齢 ③住所 ④電話 ⑤交通手段 ⑥メールアドレス ⑥登山経験の有無（登山初心者を対象のため…記入例：ハイキング程度、過去登山の経験はあるが近年はない、全くの初心者 など）

ふれあい館 HP の場合：Google フォームへ上記を記入（要項 QR コードからも可）

■グループでの申し込みはできません。ハガキの場合は 1 人 1 枚でお送りください。

■申し込み締め切り **4月21日（月）まで**

10 その他

- ・悪天候により中止の場合もあります。中止の場合は開催日前日の午後 4 時までにお電話または E メールにてご連絡します。また、当館ホームページ上でもお知らせします。

参加にあたって…注意点・駐車場

- 1 春～夏～初冬の山を登りますので、基本的な服装が必要になることがあります。各回装備については事前にご連絡致します。なお、最低限、スニーカーではなく軽登山用の靴・雨具が必要になります。
- 2 体力に自信のない方・持病のある方は、主治医などの意見をお聞きになり参加申し込みをしてください。
- 3 駐車場は、ふれあい館施設内の「つどいの広場」が利用できます。

ご不明な点がございましたら下記連絡先までお問合せください。

オーエンス泉岳自然ふれあい館

〒981-3225 仙台市泉区福岡字岳山 9-8

TEL 022-379-2151 FAX 022-379-2152

E メール info@shizenfureaikan.jp

ホームページ <https://www.shizenfureaikan.jp>

担当職員 猪股成彦

