

第1回 蔵王に登ろう！山ガール教室【開催要項】

- 1 趣 旨 生涯スポーツの一つとして登山に取り組もうとする女性が、安全な登山について学ぶとともに、蔵王の自然に触れ登山の楽しさを味わう。
- 2 主 催 宮城県蔵王自然の家
- 3 期 日 令和7年6月29日(日曜日)
- 4 対 象 18歳以上の女性で登山初心者の方
- 5 募集人数 30人程度
- 6 内容・日程

- ・ 登山道具はこれからそろえる登山未経験者
- ・ 何度かハイキングに行ったことがある程度の方
- ・ これから登山を趣味にしようとしている方

	活動内容	場所	備考
	<集合場所>・・・蔵王自然の家駐車場		
9:00	受付	蔵王自然の家玄関前	
9:15	開講式、諸連絡	オリエンテーション室	
9:30	講義1・2	オリエンテーション室	講義1 登山の装備と準備 講義2 女性目線からの登山
10:30	登山準備		
10:40	登山出発式	蔵王自然の家玄関前	★体操後、グループごとに出発
10:50	登山開始		★適宜休憩を取りながら…
12:30	千年杉到着 昼食休憩	千年杉	★集合写真撮影
13:00	千年杉出発		★適宜休憩を取りながら…
14:30	自然の家到着	蔵王自然の家玄関前	★ジェラートを食べながら振り返り
15:00	閉講式	蔵王自然の家玄関前	★アンケート記入
15:10	解散		

6 経 費

- ・ 500円(内訳:おやつ代、活動保険代、配付資料等)

※ 受付時のお支払いです。(現金または電子決済)

申し込みページへ→



7 申 込 み

- (1) 募集期間 5月18日(日)～6月8日(日)
- (2) 申込方法 蔵王自然の家ウェブサイトの申し込みページから送信
- (3) 申込多数の場合

抽選で参加者を決定。抽選結果は、6月18日まで申し込みされた方全員にお知らせします。

- (4) キャンセルする場合

6月22日(日)17時までに電話連絡をお願いします。それ以降は規定に基づき、キャンセル料をいただきます。

8 服装・準備物 (詳しい内容は、参加が確定した方に改めてお知らせします。)

- (1) 服 装

帽子、長袖、長ズボンまたはトレッキング用タイツ、登山靴または履き慣れたスニーカー等

- (2) 持ち物

リュック(登山ザック)、手袋(軍手可)、飲料(ペットボトル可…2ℓ程度)、昼食、
雨具(上下別のセパレート型のもの、ポンチョや折りたたみ傘不可)、タオル、
健康保険証(コピー可)、防寒着、ビニール袋、登山時の補助食

【その他】日焼け止めや虫よけスプレー、登山用のトレッキングポールやスパッツ、サングラス等は、それぞれ必要に応じて準備してください。

9 その他

- (1) 小雨の場合でも実施します。荒天時はコースや活動内容を変更することがあります。
- (2) 本事業で撮影した画像を本所の広報活動に使用することがあります。