

令和6年度 サンライフ防府教養講座年間計画表

講座名： みんなで楽しく山歩き

講師名： 防府山の会

開講日： 第2日曜日

木村雅幸(090-4653-0205)

時間： 10:00～12:00(登山は14:00頃)

榎本信幸(090-1180-7150)

会場： 研修室又は野外

持参するもの： 筆記用具・タオル・体育館靴他

月	日	内 容	月	日	内 容	
4月 (座学)	14日	オリエンテーション・自己紹介	10月	13日	東鳳翽山登山	
		山の楽しみ方		9:00	一の坂ダム運動公園駐車場集合	
		登山の基本装備			歩き方、地図アプリの実践	
		スマホでの地図アプリの使い方			昼食後下山、現地解散14:00	
5月	12日	西目山登山	11月	10日	火の山～陶ヶ岳縦走	
	9:00	自由ヶ丘公園駐車場集合		9:00	セミナーパーク第5駐車場集合	
		歩き方、地図アプリの実践			歩き方、地図アプリの実践	
		昼食後下山、現地解散14:00			ロープワーク、下山後解散14:00	
6月	施設泊&登山(日暮ヶ岳)		12月 (座学)	8日	冬山の装備	
6/8	13:00	山口徳地青少年自然の家集合			冬山の楽しみ方	
	午後 座学			登山中の身体トラブルと対策		冬山のリスク、怪我について
				応急処置の基礎・搬送技術		山の天気を判断する知識
6/9	9:00	登山開始～下山後解散14:00	1月	12日	亀尾山登山	
7・8 月は 休講				9:00	千坊川キャンプ場駐車場集合	
					歩き方、地図アプリの実践	
9月 (座学)	8日	道迷いと危急時への対応	3月	9日	右田ヶ岳縦走(塔の丘～勝坂)	
		山のリスク、怪我について		9:00	右田小学校南駐車場集合	
		天気予報アプリの使い方			歩き方、地図アプリの実践	
					昼食後下山、現地解散14:00	