

あなたも山登りを始めませんか？

2026 年 石城（いわき） 登山教室 6 期生徒募集!!

目的 「山登りを始めたいと思っている」あなた、

「独人で山行をしている」あなた、正しい 登山知識・技術習得の為、石城山岳会会員が 中心となり毎月講習会 & 山行を開催します。
初心者が 月 1 回の室内講習・登山実技を2年間行い、自立した登山者（計画を立てテント泊ができる）になれることを目指します。



実施期間 令和 8 年 4 月～令和 10 年 3 月
募集要件 申込み当日 63 歳以下の方（定員 15 名）
場所 内郷公民館 3 階研修室
日時 毎月第 2 月曜日（18:30～20:00） ※祝日等により変更となる場合あり
受講料 年会費 5,000 円（実技山行費用はその都度実費）
講師 日本山岳・スポーツクライミング協会公認指導員・石城山岳会員
募集期間 令和 8 年 2 月 1 日～3 月 31 日
申し込み先 赤塚 Mail : ma5_132@yahoo.co.jp 又は Tel 090-1060-7824

月	日	室内講習	登山実技（実施日は 4 月以降確定）
4	13	開校式	ニッ箭山
5	11	山登りに必要な道具の準備	三森山
6	8	山登りの基礎知識	安達太良山
7	13	地図読みの基礎知識	茶臼岳
8	17	小屋（営業・避難）の過ごし方	一切経山（シモフリ新道）
9	14	ロープワークの基礎Ⅰ	苗場山（小屋泊）
10	5	山登りのための体力づくり	越後駒ヶ岳（避難小屋泊）
11	9	私の山行体験	いわき七峰登山道整備
12	14	山での救急法	「いわき七峰」参加
1	18	雪山の楽しみ	筑波山
2	8	山岳会員との交流会	磐梯山スノーハイク
3		1 年の振り返り（懇親会）	「いわきの山を歩く」参加

主催：石城（いわき）山岳会 協賛：スーパースポーツゼビオいわき店

石城（いわき） 登山教室 参加申込書

氏名 _____ 男・女 血液型 _____ 生年月日（年齢） _____ （ 歳）

住所〒 _____ 電話（自宅・携帯） _____

メール _____ FAX _____