

第15回みろく登山スクール実施報告

第15回みろく登山スクール「座学」を2016年10月15日横浜市西公会堂、「実技学習」を10月22日中央線陣馬山周辺で行いました。

・「座学」では登山に興味のある方々10名の参加でした。テーマは

- ① 山の歩き方・服装と装備、山のトラブル
- ② 地図の読み方とコンパスの使い方

登山の経験に基づいた講義、用具をテーブルの上に並べて具体的な使い方の説明、映像と一部実習を含んだ地図の見方、コンパスの使い方の講義を行ない、熱心に登山の基礎知識を学びました。また、パンフレット・情報誌の配布による当会の活動紹介を行いました。



・「実技学習」は8時半に相模湖駅に集合、受講者8名総勢13名により行ないました。

山行の心得を確認し入念なストレッチで体をほぐした後、元気に出発。山行中は登り方、対向者の避け方、休憩の取り方、脈拍数の自己チェック、コンパスを使って目標地点の確認等多くのことを随時実地学習しました。また秋の花について質問が多く解説にも熱が入りました。全員元気で山頂へ。生憎の曇り空で展望はありませんでしたが、山梨、奥多摩方面の山を地図上で想定したコンパスの練習が出来ました。今回も地図とコンパスに関心の有る方が多く、下山後の感想でも机上学習+実地練習が好評でした。

