

## 【登山】

「自主活動」または「有料講師」



国立赤城青少年交流の家は持続可能な開発目標 (SDGs)を支援しています。  
本プログラムでは重点項目を2つ設定しています。



### 内容

上毛三山の一つ赤城山（あかぎやま）を登ります。雄大な風景、山の動植物、仲間との協力、達成感など、登山のもつダイナミックさや爽快感を味わいましょう。

### 活動に必要なもの

- ・利用団体（個人）で用意するもの：①水筒（1.5ℓ程度）②行動食 ③帽子 ④タオル ⑤防寒着  
⑥雨具（動きやすいもの）⑦運動靴（トレッキングシューズ推奨）  
⑧荷物を入れる背負えるバッグ ⑨肌が露出しない服装  
※団体引率者は、「地図」「水2ℓ（非常用）」を携行する。
- ・交流の家で貸出可能なもの：①クマ鈴

### 活動前の準備

- ・「登山実施届」を記入し、2か月前までに国立赤城青少年交流の家にFAXまたはメールで送る。
- ・講師を依頼した団体は、活動開始前に講師と打ち合わせを行う。  
（※講師との打ち合わせ場所と時間は、事前に団体が講師と決定しておく。）
- ・貸出希望物品を事務室へ取りに行く。

### 活動の流れ

- ①集合場所に班ごとにならび、物品を配布する。
- ②引率者が、活動時間や終了時間等の補足説明をする。
- ③国立赤城青少年交流の家を出発する。

### 留意点

- ・参加者の体力に応じて適切なコースを選びましょう。
- ・登山は、「体力」以外にも「服装」「持ち物」が大切になります。事前の入念な準備をお願いいたします。
- ・疾病者が出ることを想定して、「ここで疾病者が出た場合、誰が引き連れて、搬送するのか」など緊急時の役割分担を明確にしておいてください。
- ・常に天候状況を確認してください。
- ・雷を察知したらより低く比較的乾燥している窪地に身を寄せます。逃げ場のない、ガレ場や岩場では、姿勢を低くして、雷雲が通り過ぎるのを待ちます。
- ・樹木や植物は採らないでください。
- ・山頂に立つことがゴールではありません。全員が無事に下山することがゴールです。
- ・携帯電話は電波が入らないところがあります。
- ・安全上、職員が中止の判断をすることがあります。