

一般参加のみなさまへ

この度は、西宮山岳会の活動にご興味を頂きまして、誠にありがとうございます。

当会では、自然とのふれあいを通して、感動や癒しを経験して頂く機会を、提供できればと思います、「公開ハイキング」を開催しています。また、登山初心者の方や、入会をご希望される方を対象に、「体験ハイキング」を開催しています。

山行へのお申込みにあたり、ご一読頂けますようお願い致します。

### 【山行へのお申込みにあたり】

#### 1. **ご参加が可能な山行**

会員以外の方が参加できる山行は、「公開ハイキング」と「体験ハイキング」です。

参加申し込みは、ホームページの専用窓口で承ります。その他に、一般の方が参加できる山行を開催する場合には、個別にホームページでご案内を致します。

#### 2. **お申し込み窓口**

「公開ハイキング」と「体験ハイキング」の申し込み窓口は、専用フォームを別々に設置しています。催行日時と内容をご確認の上、お申し込み下さい。

お申し込み頂いた際は、申込フォームにご入力して頂いたアドレスに、登録メールが自動配信されます。お申し込み後、登録メールが届かない場合は、お申し込み登録が完了していません。お手数ですが、改めてお申し込みをお願い致します。

#### 3. **お申し込み確認メール**

自動配信される登録メールとは別に、担当者からお申し込み確認のメールを送信します。お申し込みから 5 日以内、又は催行日の 3 日前までに、連絡がない場合には、n.sangakukai@gmail.com 宛に、直接ご連絡を頂けますようお願い致します。

#### 4. **満員時の案内**

定員になり次第、受付を終了します。担当者からのお申し込み確認のメール受信をもって、山行への受付完了となります。

## 5. 写真や動画の取り扱い

会の活動で撮影した写真や動画は、会外への外部配信に使用場合があります。  
写真に写りたくない方は、予め山行前に、リーダーか会員にお申し出ください。また、集合写真の撮影時は、写真に映らない場所にてお控え頂くよう、お願い致します。

## 6. 注意事項

山行中の飲酒、歩きながらの電話などでの通話は、ご遠慮下さい。  
草花、虫、石は持ち帰らないで下さい。

## 7. 装備・服装


山行中の装備・服装は、歩きやすく運動に適したものとして下さい。

- ① 天候(気温・風・雨量)に応じて、臨機応変に事前準備をして下さい。
- ② 活動量によっては、冬季でも大汗をかきますので、レイヤリングで調整して下さい。
- ③ レイヤリングの基本:インナー/速乾性、ミドルレイヤー/保温性、アウター/防水・透湿性

---

リュックサック	(両腕が自由となる両肩で背負うもの)
登山靴	(トレッキングシューズなど軽登山向け以上の靴で履き慣れたもの)
ストック	(1本でも2本でもどちらでも構いません)
アイゼン	(六甲山でも12月~3月までは軽アイゼンが必要です)
長袖長ズボン	(肌の露出を避ける・レイヤリング<重ね着>を基本とする)
防寒具	(ダウンジャケット・ウインドブレーカー・ネックウォーマー/保温・収納性)
レインウェア	(脱着&行動しやすい上下別型/防水・透湿性)
帽子	(日除け防寒防護のため/防水・透湿・保温性)
手袋	(防寒防護のため/防水・防風性)
飲料	(天候に応じて必要分を用意)
レーション	(昼食以外に手軽に食べることが出来る行動食を準備)
熊鈴	(市中だけでなく山行中でも施設内及び周辺では不要のため収納する)
常備薬	(持病などの医薬品)
充電電池	(山アプリはスマートフォンの電池の消耗を早めます)
現金	(山・地域によっては電子マネーが使えないこともあります)
ごみ袋	(山では紙などのゴミは捨てずに持ち帰ります)

---



みなさまとの山行、そして出会いを、心より楽しみにしております。  
お気軽に、お申込みください。

西宮山岳会

2024年4月 設置

2024年5月 改訂（山行への申し込みにあたり 7項 追加）

2025 年12月改訂（「入会にあたり」の記載を削除）

