



## 「地図読み・基礎からの講習会」実施要綱

～ コンパスを使って地図読みにチャレンジ ～

(公社)東京都山岳連盟 指導委員会  
委員長 本郷 利夫

山岳遭難の40%以上が道迷いです。講師が変り内容を一新、今更聞けない地図読みの基礎、コンパスの使い方、様々な地形での実践を通して、地図読みスキルの習得を図ります。

コンパスは繰り返し使用し慣れることが、使用にあたっての不安やモヤモヤの解消につながります。内容的には3回を1つのサイクルとしますが、基礎は繰り返し、毎回違う内容を加えますので、毎回募集(今回募集は第1回)をします。各回個別参加も歓迎。

1. 日時、場所 ※今回の募集は第1回の机上、実技講習です。第2回以降は予定で別途募集します。

### (1) 第1回 基礎1 (地図と地形、コンパスの使い方)

ア 机上講習 2024年5月9日(木) 19:00~21:00

都岳連事務所又は国立オリンピック記念青少年総合センター

イ 実技講習 2024年5月19日(日) 日和田山周辺

8:15 集合 西部池袋線 高麗駅改札口 16:00 頃解散 高麗駅

### (2) 第2回予定 基礎2、様々な地形

ア 机上講習 2024年10月30日(水) 19:00~21:00

イ 実技講習 2024年11月10日(日) 高尾山北東尾根周辺

### (3) 第3回予定 基礎3、様々な地形、安全登山

机上、実技とも2025年5月予定、場所は飯能周辺

2. 講師 都岳連 JSP0 公認山岳コーチ 参加人数により3~5人

3. 参加費 都岳連個人会員、都岳連加盟団体会員、ココヘリ・JRO 会員 7,500円  
(各回毎) その他 一般 8,000円

※参加費には現地までの交通費、食費は含まれません。保険料は含まれます。

4. 必要装備 一般ハイキング装備・水筒・昼食(行動食等)・雨具・登山靴、手袋、  
(実技) プレートコンパス(机上でも使用) ※地図は主催者側で用意します。

5. 募集人数(各回毎) 20人(最少催行人数 6人)

6. 申し込み 下記講習会申し込みフォームからお申し込みください。

<https://forms.gle/PHg2RdkmhoaATAXV6>

7. 募集締め切り 2024年5月2日(水) ※満員になり次第締め切ります。

8. 支払方法 郵便振替用紙でお支払いください。

口座番号 00180-5-336096

口座名 公益社団法人 東京都山岳連盟

※通信欄には必ず「読図 講習会」と明記してください。

9. 緊急連絡先 浅岡隼一 090-4137-7640 t08303002@gunma-u.ac.jp

☆問合せ 〒101-0048 東京都千代田区神田司町 2-10 パークサイドセブン 2F

(公社)東京都山岳連盟・指導委員会 Tel 03-3526-2550 (月~金)13時~17時

Fax 03-3526-2551

Eメール [koshu@togakuren.com](mailto:koshu@togakuren.com)