

# ☆ 第 66 回加茂市総合体育大会 ☆

## 市民登山 開催要項

1. 主催 加茂市・加茂市教育委員会
2. 主管 加茂市スポーツ協会・加茂山岳会
3. 期 日 令和 5 年 9 月 23 日 (土)
4. 行 先 浅草岳 (標高 1,585.5m) 魚沼市・福島県只見町
5. 集合・出発 加茂文化会館 正面入口前 午前 6:40 集合 7:00 出発  
※ 日程の詳細は、裏面をご覧ください。
6. 参加料 1 人 3,000 円 (交通費・保険料等)  
参加料は、申込みと同時に支払いをお願いします。  
※ 申込み後の取り消しについては、返金致しません。  
※ 開催中止となった場合等には、返金の案内をさせていただきます。
7. 参加資格 市内在住、在勤、在学されている方。  
※ 上記にかかわらず、医師から運動等を禁止されている方、  
特に心肺系・心血管系・高血圧・糖尿病・呼吸器系・消化器系  
などの慢性疾患をお持ちの方で健康上不安のある方はご遠慮  
ください。
8. 募集人数 先着 30 名 (最低 20 名から決行)  
※ 交通手段等により変更する場合がございます。
9. 受付・締切 8 月 18 日 (金) 午前 9 時から 9 月 14 日 (木) 午後 5 時まで  
加茂勤労者体育センター内、スポーツ振興係 (TEL53-2206) で  
受け付けています。
10. 事前説明会 令和 5 年 9 月 16 日 (土) 午後 7 時半より加茂市公民館第 1 研修室  
(2 階) において実施しますので参加者は必ず出席して下さい。
11. その他 ① 気象状況により、日程の変更または中止することがあります。  
中止の場合は、参加者へ事前に連絡いたします。  
② 行動中の障害事故等については、応急処置のみの対応となり、  
主催者はそれ以上の責任を負いませんのでご承知おき願います。

☆☆☆★☆☆★☆☆ 山の概要 ☆☆☆★☆☆★☆☆

浅草岳

「新潟山のグレーディング」によると、このコースの体力度は10段階中の2難易度は5段階中の2と比較的安全な一般コースで、五頭山と同程度のレベルとなっています。山稜は池塘が点在する広大な草原に覆われその容姿は優美女性的ですが、爆裂火口の跡を残す大岩壁をもった男性的な鬼ガ面山を南に従え名山の風格を漂わせています。紅葉には早すぎますが、山頂からの展望は、眼下に田子倉湖を、周りは守門岳、粟ヶ岳、御神楽岳、毛猛山、魚沼三山の山々が一望に見渡せます。

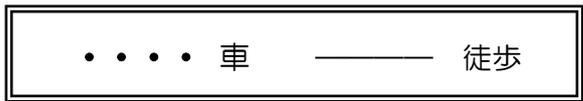
装備品 (例)

この時期は、記録的な残暑、台風、秋雨前線など天候の振れ幅が大きいので、天気予報を参考に以下の装備を適時選択して用意して来て下さい。

- 【行動用具】 登山靴、スパッツ、ザック、ザックカバー、ストック、ビニール袋、サングラス、水筒、タオル、ヘッドライト、コンパス、携帯電話、時計、カメラ、筆記用具、コース資料、地図、ティッシュペーパー
- 【ウェア】 雨具、ウインドヤッケ、長袖シャツ、着替え下着、帽子、手袋、替え靴下
- 【食料等】 飲料水お茶、昼食、行動食、予備食、常備薬、防虫スプレー、日焼け止め薬

☆☆☆★☆☆★☆☆ 日 程 ☆☆☆★☆☆★☆☆

9月23日 (土)



☆☆☆☆☆☆☆☆ 略 図 ☆☆☆☆☆☆☆

【コース距離】 7.6km 【所要時間】 5 時間 20 分 (休憩含む)

