

# 第31期 夏山ハイキングセミナー 受講生募集

2026年5月7日スタート

歩き方の基礎から装備、読図、食糧計画、テント泊までを行い  
修了山行では北アルプス立山を目指します

「山に行ってみたいけど経験がない」「まわりに教えてくれる人がいない」  
「一緒に山に行く仲間が欲しい」など悩んでいるみなさん！  
毎回受講生の皆さんは多くの仲間と感動を得て卒業しています



山仲間つくろう！

申し込みはこちらまで: <http://hiking-seminar.com>



大阪府勤労者山岳連盟

## 募集要項

### ●受講資格

夏山の登山の基礎を学びたい健康な方  
 ＊開校日時時点で20歳以上、60歳未満の方  
 ＊協調性のある方

### ●募集定員

12名  
 ＊定員になり次第締め切ります

### ●受講料

20,000円(資料、実技山岳保険代を含む)  
 ＊労山会員(労山基金3口以上の方)は17,000円  
 ＊各山行費用(交通費、食費)は別途必要です

### ●申し込み

<http://hiking-seminar.com/register/>

1993年から始まった

大阪府勤労者山岳連盟(大阪労山)主催の  
 ハイキングセミナーは

若者や初心者を対象に山の楽しさや感動を  
 多くの方々に知っていただくこと  
 を開催されています。

未経験の方でも山登りの基礎から学ぶことができます。

## 31期夏山セミナースケジュール

座学		
日時	会場	内容
5月7日(木) 19:30~21:00	連盟事務所	開校式 装備について
5月18日(月) 19:00~21:00	連盟事務所	地形図の読み方 コンパスの 使い方等
5月27日(水) 19:30~21:00	連盟事務所	計画と食糧
6月10日(水) 19:30~21:00	連盟事務所	応急手当
6月16日(火) 19:30~21:00	連盟事務所	夏山の気象
7月14日(火) 19:30~21:00	連盟事務所	修了山行 打合わせ
8月5日(水) 19:30~21:00	連盟事務所	修了式

実技		
日時	行先	内容
5月10日(日)	蓬莱峡	歩き方
5月24日(日)	旗尾岳	読図
6月6日(土) ~7日(日)	大野山	テント泊
6月28日(日)	六甲	トレーニング
7月24日(金)夜発 ~26日(日)	立山	修了山行
8月22日(土) ~23(日)	比良白滝谷	沢

\*日程、行先は変更になる場合があります

## 連盟事務所



大阪府勤労者山岳連盟事務所  
 住所 大阪市福島区吉野3-2-35  
 一般社団法人大阪宣伝センター機関紙会館内1階  
 アクセス JR野田駅/地下鉄玉川駅 徒歩5分  
 最新情報はホームページをご覧ください  
<http://hiking-seminar.com>

