

「地元の自然に親しむ」

黒森山へ行こう！

(大ヶ生、標高 837.3m)

♪ 秋の気配を感じながら、里山ハイクを楽しみましょう♪

[日 時] 令和7年9月17日(水)

[場 所] 黒森山(盛岡市大ヶ生)

[対 象] 市民15名

[参加料] 無料(ただし保険料として54円)



[服 装] 行動に便利なもので、身体保護・保温・防水の機能があるもの。靴は、登山靴がよい。

[持ち物] 水分・おやつ・軽食(消化機能がよく腐敗変質しにくいもの)
雨具・ジャンパー(防寒具)

[日 程] 8:00 乙部地区公民館集合

8:10 出発(バスで移動)→登山口(深沢コース)→山頂(休憩)

→ 登山口着 → (バスで移動) → 14:00 着・解散

[申 込] 8月18日(月)午前10時から電話または窓口で受付します。

初日以外は午前8時30分から午後5時まで受付(土日祝を除く)

電話で申込後、9月10日(水)までに保険料をご持参願います。

[問合せ・申込み] 盛岡市乙部地区公民館 電話：696-2081

<注意事項>

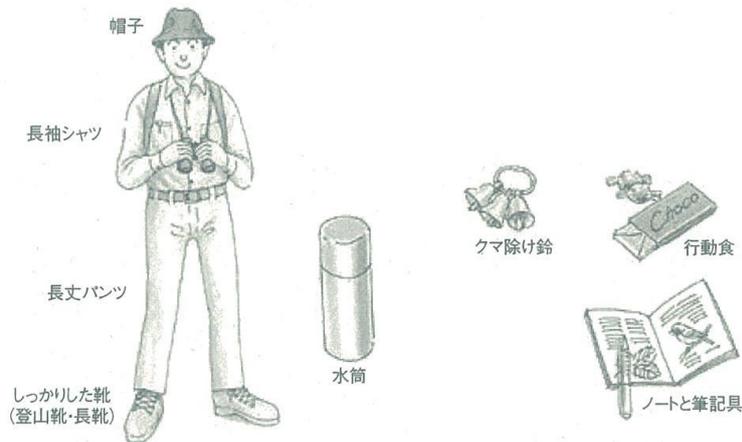
雨天中止です。



当日までに体調を万全に整え、安全に楽しく登山できるよう備えましょう。

歩き始める前に

- ・時間と体力に余裕を持った行動を考え、無理のない計画を立てましょう。
- ・動きやすく、歩きやすい服装をしましょう。特に靴は長距離を歩くのに適したものを履きましょう。
- ・日射病予防のため、帽子をかぶりましょう。
- ・水筒、携帯電話、薬箱、行動食（非常食）を持ちましょう。
- ・ウルシ類のかぶれやダニ被害、ツツガムシ病などを避けるため、肌の露出は極力控え、長袖・長丈パンツを着用しましょう。
- ・現地に入る前に、周囲の人にその日の予定を伝えておきましょう。帰りが遅くなった場合の対応などを確認しておきましょう。



気をつけましょう

- ・郊外の山はツキノワグマの生息域です。鈴やラジオを持参し、山中では鳴らしながら歩きましょう。
- ・春から秋にかけてはスズメバチなどのハチが活動します。ハチには地面に巣を作るものや、建物の軒下、大木の枝下などに巣を作るものがあります。飛んでいるハチを見かけたら、刺激せず、巣がありそうな場所には近づかないようにしましょう。万一刺された場合は、患部を冷やし、直ちに病院へ行きましょう。黒っぽい服装はハチを寄せることがあるため、避けましょう。
- ・キノコ類は中毒をおこす恐れがあるため、正確な知識を持つ人以外は採らないようにしましょう。
- ・熱中症、日射病等にならないよう、こまめに水分や塩分などを補給しましょう。