

ポレポレ・わいわい・ビスタリー・火曜・水曜・木曜
各コース

ならりビング 山歩きセミナー会則

作成令和 8 年 7 月 22 日

山歩きセミナーは平成 18 年 3 月にスタートしました。信州のように整備された登山道があれば、県内のように道案内が少ない地域もあります。そのため県内の山々は自然の宝庫であり、季節の花にたくさん出会えます。1 人では迷いやすい危険な山登りですが、ベテランガイドである講師の内炭夫妻と、ガイド協会のメンバーがサポートします。安全で楽しい登山になるように、登山の道具や歩き方を指導します。体調万全でご参加ください。

はじめに

- ・ 当日は、現地集合・現地解散（駅）です。交通費などは全て個人負担となります。
- ・ 集合時間に遅れると、他のみなさまの迷惑となりますので、遅れないようにしてください。
- ・ 講座は雨天決行です。万一、中止の場合は事前に電話連絡します。
- ・ 当日のコース・内容などについては、状況により変更することがありますので、ご了承ください。
- ・ 団体行動のため、個人行動は慎んでください。また、登山中の事故などについては自己責任ですのであらかじめご了承のうえご参加ください。
- ・ 万一、登山中に体調不良となられたときは、必ず講師までご連絡ください。
- ・ 当日の持ち物は、弁当・水筒・雨具・ザック・ストック・ヘッドランプ・手袋・帽子などです。
- ・ 登山靴などをお持ちでない方は、はきなれた運動靴でご参加ください。
- ・ 上記の登山用品などをお持ちでない方は、無理に購入せず、まずは弁当・水筒・雨具を持参してご参加ください。
- ・ 初回の講座の中で、必要な登山用品について説明させていただきます。
- ・ なお、事前に購入される方は、必ず登山用品専門店でご相談のうえお買い求めください。

注意・団体行動のスポーツです。病気または体調不良で山歩きに不向きな人、または講師の指示に従えない人は、参加をお断りする場合があります。

欠席について

- ・ 前日までに、講師へ直接連絡するか、ならりビング編集室までご連絡ください。
- ・ 当日欠席で講師の携帯電話へ連絡する場合は、早朝のため集合時間 1 時間前以降にお願いします。
- ・ 講師携帯電話、ならりビング編集室が留守電の場合は必ずメッセージを入れてください。

●講師携帯（入会者にのみお知らせ）

●ならりビング編集室 0742-32-2118(土日祝日をのぞく 9 時～17 時 30 分)

休会について（半年間）

- ・ ハガキまたは FAX にて休会届を提出するか、ならリビングホームページにある「お問い合わせフォーム」でお問い合わせ内容に「休会」と記入して送信すること。

休会届	3 月から半年休会の人 2 月 10 日までに提出
休会理由 休会期間	9 月から半年休会の人 8 月 10 日までに提出
コース名 名前(フルネーム)	〒630-8686 奈良市法華寺町 2-4 奈良新聞社 ならリビング山歩き係
記入日	FAX 0742-32-2775

- ・ 半年間は休会可能です。それ以上の期間休会される場合は、一度退会のうえ、改めてご入会ください。
- ・ 山歩きセミナー参加中のけが(奈良新聞社から保険がおりた人)で、ドクターストップがかかっているときは、休会と同じ扱いになります(休会届は不要)。治れば期間の途中でも再開可能とします。その場合、団体保険に間に合わないときは保険料が別途必要です。
- ・ 基本は期間途中の復帰は不可とします。
- ・ 休会中会費は必要ありませんが、代わりに新規メンバーを補充する場合があります。その場合は欠員が出るまで復帰できません。
- ・ 休会申請者には、1 回に限り次の案内を郵送します。振込があれば復帰とみなします。

退会について

- ・ 退会届をハガキまたは FAX にて提出してください。または、ならリビングホームページにある「お問い合わせフォーム」でお問い合わせ内容に「退会」と記入して送信してください。締切は 2 月 10 日または 8 月 10 日です。

退会届	〒630-8686
〇〇コース退会します。 名前(フルネーム)	奈良市法華寺町 2-4
記入日	奈良新聞社ならリビング山歩き係 FAX 0742-32-2775

上記が届きましたら、個人情報破棄します。

振込が期日までになれば、自動的に退会となります。山歩きはスポーツですので、参加者には高い意識を持ってご参加いただきたいと思います。できれば退会届を提出してください。

継続について

- ・ 継続事業のため、基本的にすべての方が継続者になります。

メンバー募集について

- ・ 基本的に入会は2月と8月です。メンバーが著しく減少したときは、他の月でも募集を行います。
- ・ 募集は10人以上であれば、ならりびングの北和または中和に掲載します。15人以上であれば、北和・中和両版に掲載します。HP(ならりびング.com)でも募集します。

メンバーについて

- ・ 各コースの最大メンバー数は、それぞれ25人です。
- ・ メンバーは固定です。個々の都合でコースの行き来はできません。
- ・ 3月・9月からコース変更を希望される場合は、それぞれ1カ月前までにご連絡ください。
- ・ 新規入会の年齢制限は69歳です。新規申し込みの人が70歳以上の場合は、講師の許可が必要です(ポレポレ・わいわいコースは75歳まで入会許可不要)。許可は、登山を継続して行っている人に限ります。(山を登る行為は平地を歩くよりも体への負担が大きく、判断ミスが起こることがあるためです)
- ・ 住所変更や電話番号の変更があった場合は、ならりびングまでお知らせください。

会費について

- ・ 会費は6カ月単位で振込になります。
6カ月で2万1000円(ポレポレ・わいわいコースは2万4000円)(税込み、ガイド代、保険代、手数料含、交通費は別途)。
- ・ 会費は、基本返金できません。
- ・ 8月1日～20日、2月1日～20日
この期間に振込をお願いします。

※振込の期限までに入金のないメンバーに、1度だけ振込案内ハガキを送ります。さらに振込がない場合は、退会扱いとし、名簿から削除します。

●郵便局支払い

郵便局にある振込用紙でお願いします。

口座番号 00980-3-171505

加入者名 奈良新聞社

通信欄 各コース名(〇〇コース)

●南都銀行支払い

南都銀行本店 普通 222571 名義・奈良新聞社

※お振込は必ず参加者と同名義でお願いします。異なる名義になる場合は、必ずならりびング編集室までご連絡ください。

(TEL 0742-32-2118)

振込を確認した方を名簿にして、講師にお知らせしています。振込後は、コースの各日集合場所に集まってください。弊社から集合の案内はありません。

登山未経験者の入会時について

- ・ 入会半年間は3カ月分の1万500円（ポレポレ・わいわいは1万2000円）ずつの振込をお願いします。（途中で疾患が見つかった例があり）

共通意識について

- ・ バスは毎回、講師がチャーターし、当日の参加者でバス代を支払います。5000～7000円くらいを目安に持参してください。欠席すると、他の人の負担が多くなってしまいます。天候に左右されず、やむを得ない場合だけにとどめてください。
 - ・ バス代の固定を望まれる人もおられます。新聞社がバスを契約し、定額の旅行業にしまうと、参加費がかなり高額になります。そのため、講師個人のチャーターとし、セミナーとして実施するスタイルにさせていただいています。
 - ・ 登山という言葉を使わず、山歩きとさせていただいております。奈良県近辺の山は高山ではないこともありますが、本格的な登山保険は高額です。保険会社に、低い山の山歩きだと認識してもらえるようにしています。
 - ・ 天災により、コースの形状が変わってしまうこともあります。また、天候により急きょ下山を強いられることもあります。安全が一番ですので、必ず講師にしたがってください。
 - ・ 内炭夫妻は国体出場経験があり、登山ガイド有資格者です。ネットワークにより、現地の情報を把握してルートを考えています。
-
- ・ **慣れてくるころが一番危険です。下山時の事故が多いので、最後まで気を張ってください。**

終わりに

ひと月に1回の山歩きの練習ですが、少しずつ体力がついて登山できるようになります。レベルの上がり方は人それぞれです。3カ月で思うように登れる人もあれば、半年かかって登れるようになる人もいます。初心者やブランクがあって登る人からよく言われることは「遅いから迷惑がかかる」ということです。遅れるのは普通のことです。気にしないでご参加ください。

何よりも大事なことは、事故を起こさないことです。そのため、講師の言うことは必ず守ってください。

ならりびング山歩きセミナー
事務局・奈良新聞社ならりびング編集室
〒630-8686 奈良市法華寺町 2-4
電話 0742-32-2118