

女性委員会ページ

♪ 近畿ブロック女性委員会交流

- ☆ 近畿ブロック女性委員会交流集会は、
1970年代に行った稲村岳への集中登山を第1回集会として
結婚しても子どもが出来ても山登り・・・と息の長い登山を謳い、励まし合いつつ
登り続け、その時の参加者も含め未だに何人かの方々が労山で山に登り続けている
など数々の過去があります
- ☆ 今回はコロナ終焉方向の中で、久々の顔合わせを喜び合うと共に、女性委員会活
動の方向性をみんなで知恵を出し合うという企画です。



♪ 様々な筋トレ情報が・・・

夏山に向けて***事故の無いよう***

今でも遅くない身体づくりを

- ☆ 女性委員会は、事故に占める女性の比率、特に転滑落など事故事例の中から
事故を起こさない体力づくりの「山筋冊子」をつくり普及に努めています。
- ☆ また、今期兵庫県連と大阪府連盟が共同で「登山の筋力」をテーマに講習が始ま
ります。
- ☆ 一方、大阪府連盟の事故事例一覧の中からの中川和道氏の、歩き方の研究も始ま
ります。女性に多い転滑落について・・・事故は防げるか???
主に歩き方の研究などの実践と研究が始まります。



女性委員会は、これらの研究や講習会に積極的に参加し、
まずは自身が事故の無い身体づくりにチャレンジしようと
しています。

みなさん♪ 安全な山登りに向けた身体づくりを心がけましょう
女性委員会は、山筋サポーター講習を受けたメンバーがたくさん
います。質問などがあれば問合せてください。

