

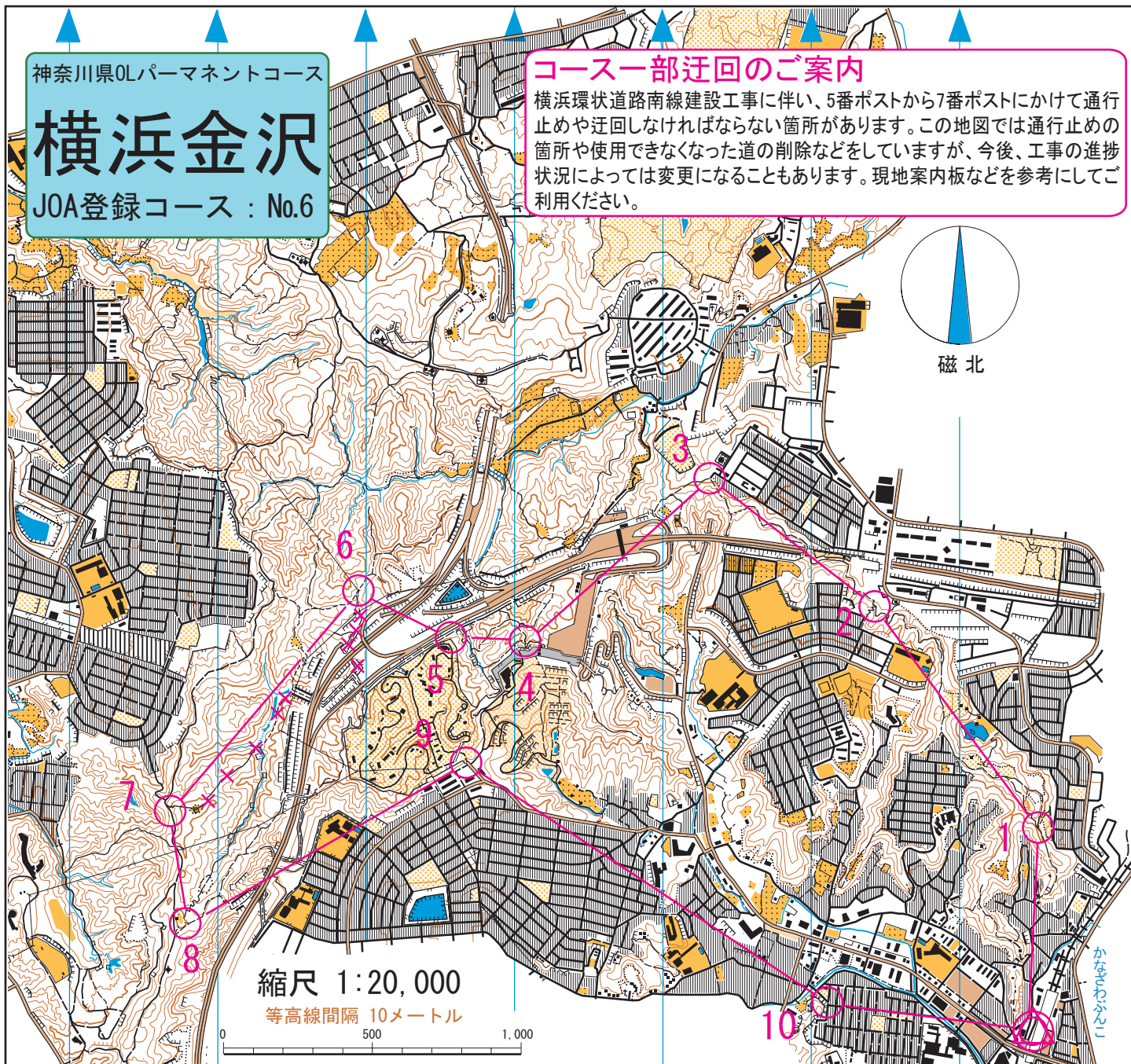
神奈川県OLパーマネントコース

横浜金沢

JOA登録コース：No.6

コース一部迂回のご案内

横浜環状道路南線建設工事に伴い、5番ポストから7番ポストにかけて通行止めや迂回しなければならない箇所があります。この地図では通行止めの箇所や使用できなくなった道の削除などを行っています。今後、工事の進捗状況によっては変更になることもあります。現地案内板などを参考にご覧ください。



縮尺 1:20,000

等高線間隔 10メートル

地図記号 (オリエンテーリング地図作成規定による)

	自動車専用道路		岩がけ、コンクリート護岸
	主要道路		土がけ
	道路		池、湿地
	道		川、小川
	小道		植生界
	小径		公園(広場、緑地)
	さく		グラウンド
	鉄道、駅		建物密集地
	送電線、支柱		有料または無料の駐車場
	建物		園地(有料)、ゴルフ場
	塔、高い煙突や塔、石塔		舗装された歩行通路
	墓、墓地		耕作地(立入禁止)
	等高線		常時立入禁止区域

このコースの特徴と注意事項

このコースは、古くから知られる「鎌倉天園ハイキングコース」を中心につくられ、途中にある金沢自然公園(動物区は入場有料)や自然観察の森は市民の憩いの場になっています。

コースは、初・中級者向きですが、坂道や階段などの起伏が多くあります。距離は約10Km、標準的な所要時間は2時間30分くらいです。現在コース途中の⑤~⑥番ポスト付近で自動車専用道路の工事などが行われており、迂回が必要な場合があります。この場合は、誘導看板などの指示にしたがい、危険箇所への立ち入りはしないようにしてください。

調査期間：平成8年9月

調査者：大井電気オリエンテーリングクラブ
東京5Hオリエンテーリングクラブ
オリエンテーリングクラブワンダラーズ
横浜国大オリエンテーリングクラブ

作図者：古賀 瑠一 (0-CAD7 licence No.3283)

この地図は、オリエンテーリングに使用するため、横浜市の1万分の1行政図を基礎として調査・作図したものである。

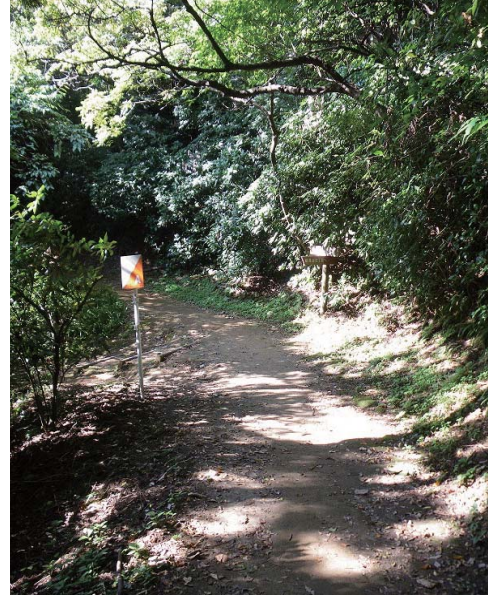
目的地に行くための <1・2・3>

オリエンテーリングに初めてチャレンジする人は、右の説明を読んでからはじめるようにしてください。

1 まず地図の縮尺を確認します。1:20,000の地図では、地図上の1cmが実際の200mになります。自分の歩幅が何cmなのかを知っていれば、歩数で距離がわかります。

2 記号や等高線をよく見てその特徴をよく確かめ、目的地に向かいます。また、自分の現在の位置がどこなのかを常に把握しておくことも大切です。

3 方向を正確につかむことが重要です。コンパスの針(北向きの針)と地図の磁北線の方向を合わせれば、正しい方角を知ることができます。



自然を大切にしよう!!

- スタートおよびゴール
京浜急行 本線「金沢文庫駅」
西口駅階段下マスターマップ (案内板) 前
- 地図取扱場所
セブン-イレブン ネットプリントサービス
<http://www.printing.ne.jp/cg/>
予約番号 JOAP006A

オリエンテーリング 100キロ・コンペ地図

神奈川県
オリエンテーリング協会

パーマネント・コースを回る人に

- オリエンテーリング (OL) パーマネント・コースは、いつでも、誰でも気軽に回れるようになっていきます。コースを回る場合、次の点にご注意ください。
- (1) コースの利用は日の出から日没までの明るい時間で、荒天時は利用しない
 - (2) 女性や子供は1人では回らず、グループで回ること
 - (3) 笛 (ホイッスル) を持参すること。事故などが起きた場合は笛を吹いて知らせる。ただし、何も無いときには絶対に笛を吹かないこと
 - (4) 歩くのに適した服装で回ること。スカートやハイヒールなどは不向き
 - (5) 自分の体力・健康状態を確認する。体調不調などの場合は回らないこと
 - (6) 回り始めたあとで体調が悪くなった場合は、無理せずに引き返すこと
 - (7) ごみは必ず持ち帰ること
 - (8) 樹木を傷つけたり採取したりしないこと。自然を大切にしよう
 - (9) 他人に迷惑をかけないこと。人の家や畑に無断で立ち入らないこと
 - (10) 横浜市は市内全域で歩行喫煙禁止。また、公園内等は火気厳禁

用意するもの

パーマネント・コースを回るためには、以下のものを準備してから回るようにしてください。

- (1) 地図 (この地図です)
- (2) コンパス
- (3) ボールペン、ペン
- (4) 時計
- (5) 笛・ホイッスル (けがなどで動けないうちに吹いて助けを呼ぶときに使用します)
- (6) タオル・着替えなど
- (7) 飲み物・食べ物 (必要に応じて用意)
- (8) 救急セット・虫除け
- (9) その他 (日差しが強い時期は照り返しが強いので、しっかりと対策してください)



OL100キロ・コンペとは

● OL100キロ・コンペとは
オリエンテーリングの基礎を養うと同時に、自然に親しみながら健康・体力の増強を図るため、OLパーマネント・コースを回ったり (公社) 日本オリエンテーリング協会が公認した大会などで参加した者の走破した距離をそのつど認定し、累計した距離100Kmごとに達成証を交付する事業のことをいいます。

● OL100キロ・コンペに参加するには
OL100キロ・コンペに参加した人は1コース、1大会ごとに郵便局で「郵便振替」「郵便定額小為替」を利用し、①または②の方法で手続きをしてください。折り返し (公社) 日本オリエンテーリング協会より距離認定証をお送りします。

①郵便振替の場合:
「口座番号 00110-9-162377」「加入者・(公社) 日本オリエンテーリング協会」「送金額・200円」振込人の住所・氏名、通信欄にコース名・コース走破日・キロ数・記号等を記入し、窓口またはATMを利用して送金手続きをしてください。

②定額小為替の場合
200円分の定額小為替を購入し、指定受取人欄に「(公社) 日本オリエンテーリング協会」と記入して、OL100キロ・コンペ参加カードと一緒に封書で送付してください。

〒150-8050 東京都渋谷区神南1-1-1 岸記念体育会館内
公益社団法人 日本オリエンテーリング協会 電話 03-3467-4548

当協会からお送りした距離認定書に記載されている距離の総計が100Km以上になった人は、100Km分の距離認定証全部をまとめてお送りください。達成証をお送りいたします。

(公社) 日本オリエンテーリング協会発行の専用郵便振替用紙があります。必要な方は郵送料 (郵便切手) 同封の上、当協会にご請求ください。(82円で8枚程度送れます)

<きりとせん>

OL100 キロ・コンペ参加カード
(ペンあるいはボールペンでご記入ください)

コース名: **横浜金沢**

コース走破日: 年 月 日

所要時間: 時間 分 秒

ポスト記号記入欄					
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12



氏名	ふりがな			年齢	性別	男・女	現在の走破距離	OL100キロコンペ開始	申請する距離	
住所	〒			連絡事項等						
	電話									
	メール									