

SMSCA 海外登山委員会

# 「高所登山の世界」

あこがれの高峰を安全に楽しむ方法



チョモランマの影

山好きを魅了してやまない世界の高峰、だが実際そこはどんな世界なのだろう？  
エベレストから富士山まで、ベテランヒマラヤニストと気鋭の国際山岳医が、  
あこがれの高所登山を安全に楽しむ方法をお教えます。



## 高所環境の人体への影響と 高所障害について

伊藤 正孝 氏  
(防衛医科大学校准教授、国際山岳  
医、SMSCA 医科学委員長)



## ヒマラヤ高所登山の実践

大山 光一 氏  
(7大陸最高峰登頂者、日本  
山岳会埼玉支部長)

日時 2021年8月19日(木) 19:00~21:00 (18:30開場)

会場 シーノ大宮 5F 桜木公民館 第1講座室+第2講座室

資料代 500円 申込み不要

感染症対策のお願い 会場内マスク着用、2週間前~当日までの発熱等体調不良がある場合は参加を自粛  
問い合わせ 鈴木百合子 090-9388-4534 SMSCAのホームページからもお問い合わせできます。

## 高度順応を体験してみよう！2021年 富士山山行企画

過密が予想される富士吉田ルートを避け、表富士側を登ります。  
修験道の面影を残す村山古道！ダイナミックな宝永火山！富士山本来の迫力を体感します

期日 2021年9月4日(土)~9月5日(日) 山中1泊

詳細は参加要項参照 or ホームページから資料請求してください