



つるぎさん のぼ
 剣山に登りましょう!!

徳島市国際交流協会(TIA)では、高さ1,955m、徳島県で1番、西日本で2番目に高い剣山に登ります。スポーツの秋です!

私達と一緒に運動をして、体も心も元気になりましょう。剣山の紅葉も楽しむことができます。やさしいコースと難しいコースがあります。参加したい人は、TIAに、電話、ファックス、電子メールで申し込んでください。40人参加できます。小学生より小さい子供は参加できません。(子供は、必ず大人と一緒に来てください。)

1. いつ、どこにあつまりますか。

2025年10月13日(月・祝)午前6時30分 徳島市国際交流協会に集まります。
 午後6時 徳島市国際交流協会に帰ってきます。

* 天気が悪い時は、行きません。

2. コースについて： 徳島から見ノ越までバスで行きます。

* リラックスコース：見ノ越から、リフトで、西島神社まで行き、それから、山道を歩いて一番上まで行きます。

* ガンバレコース：見ノ越から山道を歩いて一番上まで行きます。

3. 参加費：外国人とTIA会員1,500円・一般3,000円 40人参加できます。

(参加費は、見ノ越までの往復バス、レジャー保険のお金だけです。)

(リフトに乗る人は自分でお金を払ってください。)

10月8日(水)午後5時までに、電話、FAX、Eメールで申し込んでください。

40人より多い場合は抽選し、結果はTIAホームページ、Facebookで知らせます。

4. 昼ごはん：自分で持ってきてください。剣山山頂のヒュッテで

簡単な食事をとることができます。

5. 服装：運動のできる服と靴、帽子、上着(ズボン)は長いほうがいいです)

6. 必ず持ってくるもの：雨具、水筒(飲み物)、軍手(手袋)、タオル

7. あると便利なもの：おやつ、着替え、つえ、いつも飲んでる薬など



Climbing Mt. Tsurugi

T.I.A. will climb Mt. Tsurugi, which is 1,955 meters above sea level, the highest in Tokushima and the second highest in the

Western Japan. Now, autumn is the best season to do physical exercise, refresh your mind and body, and enjoy the beautiful scenery together in cool weather. There are 2 climbing courses, Elementary and Intermediate. Please reply by telephone, fax or e-mail to the T.I.A. office. Only the first 40 applicants will be accepted. Participants must be elementary students or older. (Children require guardians.)

1. Date & Time: October 13, 2025 (Mon., National holiday)

6:30 am: meet at T.I.A. / 6:00 pm: arrive back at T.I.A.

*In the case of inclement weather, this activity will be canceled.

2. Courses: We go to Minokoshi by bus. From Minokoshi,

* Relax course: Use the lift to the Nishijima Shrine at the halfway point and climb the rest of way to the top.

* Ganbare course: Climb from Minokoshi to the top.

3. Participation fee: 1,500 yen (T.I.A. member and foreigner) 3,000 yen (Non member)

(only bus and leisure insurance fee included. **Lunch and lift fee not included**)

4. Lunch: Bring your own lunch.

A light meal will also be available at the mountain hut.

5. Clothes to wear: recommend you to wear the long pants, hat, jacket and sneakers.

6. Things to bring: necessary to bring rain wear, globes, water bottle and towel.

7. We recommend you to bring walking stick, medication and spare clothes.

申し込みto register : 徳島市国際交流協会 / Tokushima International Association

電話Tel:088-622-6066 ファックス Fax:088-624-3169

電子メール E-mail: info@tia81.com