

第51回室戸貫歩のご案内

主催：空手道部

協力：体育会

今年も室戸貫歩の季節がやってきました。

室戸貫歩は当部のOBが現役時代に体力と精神力の限界に挑戦すべく室戸岬まで歩く部内行事に始まり、今年で51回目を迎えます。毎年400名以上の方が参加する高知大学恒例の行事ともなっています。高知大学に入学したからにはぜひ参加してみてもはどうでしょうか。多くの方々のご参加をお待ちしています。

日時：12月3日（土） AM7:30～集合・受付開始（雨天決行）

8:30 開会式

9:00 出発

※ 参加人数を把握するため、集合時にチェックを行います。このときにゼッケン・タスキを渡すので早めに集合してください。

12月4日（日） PM3:00 最終到着期限

集合場所：メディアの森前

コース：国道33号線から55号線を通り室戸岬へ向かう

【行事内容】

高知大学から室戸岬突端（中岡慎太郎像前）までの道のり（約90km）を歩く。

【申し込み】

11月9日（水）～11月15日（火）土日を除く12:10～13:00（昼休み時）

○人文学部棟前にて受付 ※保険手続きの都合上、実施当日の申し込みは受けません。

最終日は大変な混雑が予想されるため、申し込みは早めに済ませてください。また、団体で一括して申し込まれる場合は専用の用紙があるので受付場所にて事前に受け取り、記入の上申し込みをお願いします。

【参加条件・費用】

参加条件：18歳以上（高校生は不可）

参加料：一人 1000円（参加賞、保険料を含む）

参加者の安全確保に関しては、警察にパトロールの強化を依頼していますが、万一事故が起こりましても当部、ならびに高知大学では一切責任を負いませんので、参加者は別紙の注意事項を熟読のうえ、自らの責任の元でご参加ください。なお、参加者には次に記載する内容の損害保険をかけさせていただきます。

急激かつ偶然な外来事故により

死亡・後遺症の場合 最高 200 万円

入院の場合 1 日 3000 円 最高 180 日

通院の場合 1 日 2000 円 最高 90 日

※ 筋肉痛、靴ずれ等は対象となりません。

保険対象期間は 12 月 3 日（土）午前 9 時～4 日（日）午後 3 時までの、大学集合場所から室戸岬到着まで、及びシレストむろとさんによるゴール地点からシレスト室戸までの送迎中と主催者側が用意したバス（シレストむろと～朝倉キャンパス）の乗車中に限ります。万一事故にあわれた場合は、当日配布する緊急連絡先へ連絡をしてください。

【帰り方】

バスも用意していますが、定員の制限もあるため原則各自で帰りの便を手配してください。

帰りのバスについては、今年は国立室戸青少年自然の家のご好意により、無料の送迎バスを 1 便出してもらえることになりました。また、他にも 3 便用意しています。シレストむろとを出発し、室戸岬、海浜活動センター、農学部を經由して高知大学着になります。第 1 便は 4 日(日)の 9 時（定員 45 名）、第 2 便は 1 1 時（定員 25 名）、第 3 便は 1 3 時（定員 65 名）、第 4 便は 1 5 時（定員 45 名）の出発を予定しています。なお、上記の経由地点以外の途中下車はできませんのでご注意ください。バスの利用についてはゴール地点で利用の有無を確認しますので、その際にお申し込みください。

【その他】

①今年も国立室戸青少年自然の家のご好意により『海浜活動センター』という施設を休憩所としてお借りすることができました。温水シャワー（タオルはないので各自でご用意ください）や 4 0 畳ぐらいの広さのフロアがあります。ゴール後、リタイア後にバスを待つ場合などにご利用ください。

（ゴール地点から海浜活動センターまで少し距離がありますが、その間の送迎は行っていないので、ご了承ください。）

②また、今年はゴール後の休憩所として「シレストむろと」が利用できます。こちらは施設利用料（お風呂、プール等）は有料ですが、室戸貫歩参加者に限り格安で利用可能ですし、ゴール地点から「シレストむろと」までの無料送迎が行われます。

詳細は別添の「シレストむろと利用案内」をご覧ください。

タクシーの連絡先

【室戸】羽根ハイヤー 0887-26-1830 室戸タクシー有限会社 0887-22-0550

【安芸】カトレヤタクシー0887-35-3515 丸和ハイヤー 0887-35-2404

ごめん・なはり線

奈半利発 高知着

始発 5:58 7:25

この間、約一時間に一本の割合でなはり～高知行きの電車が出ています。

最終 21:01 22:23

参加者注意事項

室戸貫歩へのご参加ありがとうございます。室戸貫歩当日までにこの注意事項をよく読み、守るようにお願いします。

ゴミについて

ゴミは指定の場所に捨てる等、マナーを守って参加してください。参加者がマナーを守らなければコース沿線の住民の方に迷惑をかけ、室戸貫歩の存続も危ぶまれます。節度ある行動を心がけてください。

ゼッケン・タスキについて

室戸貫歩参加者と一般の方を区別するため、渡されたゼッケン・タスキは必ず着用するようにしてください。

服装等について

- ・防寒具、雨具などは必ず用意すること。
- ・靴ずれを防ぐため、慣れた運動靴を履き、またソックスを二枚履くようにしてください。

交通安全について

- ・警察、交通巡査員の指示がある場合はそれに従い、信号無視は絶対にしないこと。
- ・歩道のないところは縦一列で右端を歩くこと。
- ・歩道のあるところは歩道を歩くこと。
- ・歩道で休憩する際、足を車道に投げ出さないこと。
- ・竹馬、自転車など徒歩以外での参加は禁止です。

その他

- ・個人の責任で参加すること。
- ・貫歩中、体に変調をきたした場合は速やかにリタイアし、決して無理はしないこと。
- ・夜間は騒がず、周囲の民家に迷惑をかけないこと。
- ・夜間は暗く危ないので、懐中電灯を準備すること。
- ・一人で歩かず、複数人で歩くようにすること。

※過去に女性が知らない車に連れ込まれそうになったことがありました。今後このようなことを防ぐためにも、複数人で歩いてください。又、そのような現場を目撃された方は直ちに 110 番に通報し、助けてあげてください。やむなく一人になった場合は、他のグループに合流してください。

- ・タスキ・ゼッケンはゴール地点で返却するか、後日学生支援課に返却してください。

※安全確認のため、リタイアする場合その時点で学生支援課、または緊急連絡先に連絡してください。

リタイアされても連絡がない場合、後日こちらから連絡させていただく場合があります。また、緊急連絡先等を記したカードを用意しているので、必ず携帯して歩くようにしてください。

交通ルール、注意事項を守り、より良い行事にしましょう。

サポーター注意事項

毎年室戸貫歩への参加ありがとうございます。サポーターの皆さんのおかげで参加者の人たちも貫歩しやすくなっていると思います。しかし、一部のサポーターが一般の方々に迷惑をかけているという報告もあります。今年はそのようなことのないよう、この注意事項をよく読み、守れる方のみサポーターとして参加してください。

- ・ サポート活動は地域住民の方に迷惑にならないようにする。
- ・ サポート活動場所での長時間の駐車は行わない。
- ・ ゴミは持ち帰る。(説明会時にゴミ袋を配布します)
- ・ サポート活動は下記に記された場所のみで行う。(コンビニ、バスターミナル等は不可)
- ・ 参加者を車で追走することは禁止。
- ・ 車の乗り降りは狭い道路では行わない。
- ・ 火は使わない。
- ・ 夜間時の車のドアの開閉を静かにする。

サポート活動場所

道の駅やす・大山・田野駅屋・キラメッセ室戸(レストラン側は使用禁止)・カリヨン広場(安芸市)
羽根岬公衆トイレ駐車場

- ※ 必ず申し込み期間中に申し込み場所で「サポーター登録用紙」を受け取り、サポーター説明会までに申し込み窓口か学生支援課の窓口へ提出してください。なお、どうしても事前に提出できない場合はすべての項目を記入の上、押印したものをサポーター説明会へ持参してください。
- ※ サポーター説明会に無断欠席の場合はグループ全員棄権となり、参加料の返金も行わないのでご注意ください。

○サポーター説明会

日時：11月28日(月) 12:10～

場所：221教室

- ※ 学外からの参加などで説明会に参加できない人は、サポーター登録用紙に記入して参加申し込み用紙と一緒に送ってください。

シレストむろと 利用案内

室戸までの貫歩の後、疲れた身体の休息と翌日以降の疲労緩和のために、海洋深層水のプールでのクールダウンや、お風呂に入るなどリフレッシュして行って下さい。

深層水のプールでは、身体の疲れをほぐすアクアマッサージ（ジェット噴流）や、深層水の浮力を利用し全身を整える効果が期待できます。

【岬からシレストまでの送迎】

12月3日21:00から、4日15:00まで、室戸岬（室戸市観光協会前）からシレストまで1時間毎に送迎を実施いたします。

※送迎時間約5分

【利用料金】

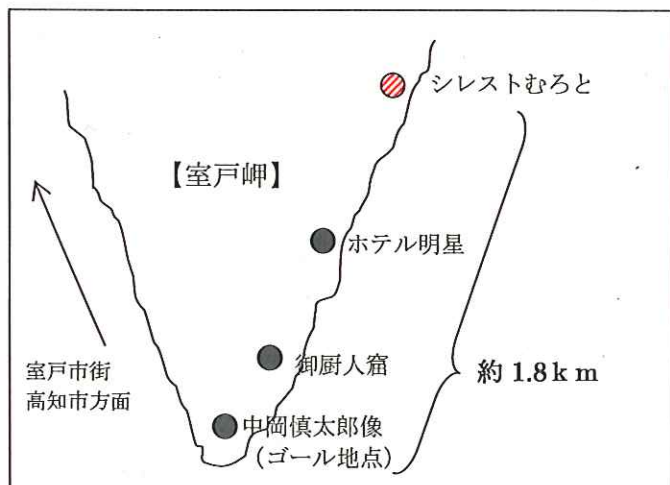
〈深層水プール・サウナ利用〉

・通常 1,400 円 → **700円（レンタル水着込み）**

〈お風呂のみ利用〉

・通常500円 → **400円（20%割引）**

その他、売店で飲み物や軽食等も販売しておりますので、是非ご利用下さい。



【シレストむろと お問合せ先】

TEL : 0887-22-6610

Mail: info@searest.co.jp

URL: <http://www.searest.co.jp>

室戸貫歩

～コンビニ・トイレマップ～

注

このマップは、道の形や距離はテキトーです。参考程度にどうぞ

サンクス

※暗くしたら国道を遡って下むい

夜須

自車道を通って下むい。暗いので注意!!



夜須駐在所

道の駅 やす

香南駐在所

ローソン

サックス

ローソン

Family Mart.

くいんぼ 如月

サークル

ローソン

くいんぼ 如月

野市

ルールを守り、良い室戸貫歩にしましょう

ゴミはゴミ箱に

ポイ捨て禁止

和食駐在所

赤野駐在所

赤野休憩所

安芸

遠い

次のコンビニの近くを寄ることをオススメ

ローソン

スリーエフ

ローソン

カーペン工場

スリーエフ

イ尾木駐在所

安芸警察所

スリーエフ

観光トイレ

負傷者のかた!!

安田町観光トイレ

道の駅 大山

田子

スリーエフ

道の駅

田野駅

奈半利駐在所

羽根山トイレ

公衆トイレ

羽根駐在所

吉良川

町立保健会

吉良川

田並み駐在所

道の駅

キラメッタ

トイレ

ヤマサキ

ヤシタ

室戸警察所

海の駅

とろむ

もう少し! ファイト!

だいたい中間地点です。疲れもたまってきたでしょうが、あと半分です!! 頑張れ!

室戸山甲 到着!!!

介良