

2022.7月例会レジメ

<http://www.kazenokai-hikingclub.com>

<http://www.kazenokai-hc.com>

2022.7.28 三浦

1.山行報告

当面の会山行は、皆さん体力、脚力が落ちているとおもわれるので近場の低山・里山の日帰りとします。できれば、普段のトレーニング、筋トレや個人または2、3人の山行で足慣らしをして体力、脚力の低下防止に努めてください。

「運動不足だから山に登るのではなく、山に登るためには体力が必要」－ 山での遭難防止のため

2021.8.17 朝日新聞掲載記事

なお、当会はウイズコロナの活動です。各自感染防止対策（マスク、手指消毒、ワクチン3回、4回接種要）

山行報告

6月山行

6-1 霞丘陵歩き－吹上菖蒲園～塩船観音～岩倉温泉/青梅

－詳細別紙参照－

☆日 程：6月26日（日） 天候：晴れ暑い 梅雨明け前日

☆行 程：新宿8：20＝①利根快速おくたま5号＝9：16 河辺

河辺駅北口 BT9：37＝（都営バス梅77 0：09）9：50 吹上しょうぶ公園入口 10：20⇒10：45 塩船観音寺

11：：10⇒11：15 ゲート霞丘陵入口⇒12：20 岩蔵温泉 BTの向かいの神社近くの農家の裏庭の柿ノ木の下

で昼食－東青梅駅行 13：59＝（バス）＝14：20 東青梅駅 14：25＝青梅線＝14：30 河辺駅下車

河辺温泉梅の湯（7名入浴・食事会） 歩行時間：2時間45分 実働時間：約5時間

☆参加者（敬称略）：三浦（L）、市川（SL）、河野、高木、松井、望月、須永、谷田（G） 計8名

7月山行

7-1 八幡平・後生掛温泉～秋田焼山（1366m）～玉川温泉縦走

三浦(L) 市川(SL・会計) ー詳細別紙参照ー

☆日 程：7月2日（土）～4日（月）

☆行 程：

【1日目】7/2 東京9：08＝（こまち11号秋田行）＝11：59 田沢湖駅 ー昼食ー

田沢湖駅前 BT13：20＝（鹿角花輪行）＝15：02 アスピーテライン入口 BT下車迎車＝15：20 後生掛温泉（泊）

夕食まで男性陣6名後生掛自然研究路の一部を散策

【2日目】7/3 後生掛温泉8：35⇒（標識なく見つからず探す）⇒9：00 登山口⇒11：30 毛せん峠・梅森 11：

45⇒12：10 避難小屋ー昼食ー12：35⇒13：24 名残峠⇒13：36 焼山分岐⇒15：21 冷水場 15：30⇒16：05

焼山登山口⇒16：40 玉川温泉（泊） 実働時間：約8時間 （注）三浦 13：35 秋田焼山（1365m）

【3日目】玉川温泉9：30＝10：50 田沢湖駅 ー解散ー

※帰京組：田沢湖駅11：08＝（こまち18号）＝12：29 仙台＝14：04 東京

☆参加者（敬称略）：三浦（L）、市川（SL・会計）、高木、松山、鈴木（典）、小川、松井、三好 計8名

7-2 鶴峠～三頭山～数馬の湯 ～夏山事前トレーニング歩き～

京王線人身事故により上野原バス間に合わず、景信山に変更 ⇒ 秋のブナの黄葉の頃にリベンジ

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

☆日 程：7月17日（日） 晴れ

☆行 程：

小仏 BT9：16⇒9：39 景信山登山口⇒10：21 小仏峠⇒11：22 景信山茶店－昼食－12：16⇒13：00 小仏峠⇒
小仏 BT14：15⇒14：35 高尾駅北口⇒14：54 高尾山温泉極楽湯－入浴・懇親－19：16

☆参加者（敬称略）：三浦(L)、鈴木（典）、北原、中島(G) 計4人

☆所 感：京王線の人身事故で、出鼻を挫かれた。当初予定の上野原 8：50 のバスに間に合わず、後のバスでは、後の行程が忙しくなるので急遽、JR 高尾駅北口に集合してもらい、バスで小仏まで行き、小仏峠を経由して景信山（727m）に登ることにした。高尾山とも思ったのですが、相当な混雑が予想されたので景信山にしました。登山者は少なく景信山山頂はガラガラでした。ゆっくり飲んで、食べて登ったルートを降りることにしました。小仏峠で城山を経由して高尾山も考えたのですが、やはり混雑と後の極楽湯とビールが頭にあり小仏 BT に出ることにしました。小仏 BT に 14 時頃に着き 14：15 分のバスで 14：35 高尾駅北口、15 時前に極楽湯に着き、入浴と懇親で 4 時間ぐらい素晴らしい北原さんのカウンタテノールを聴き絵の話などでのんびり楽しみました。

山行計画

8-1 御岳山・ロックガーデン

☆日 程：8月 日（日） または 日（日）

☆行 程： 御嶽駅改札口 9：20 集合

ケーブル下（滝本駅）行ケーブルカー 9：44＝御岳山駅⇒（0：10）⇒御嶽ビジターセンター⇒（0：15）⇒
武蔵御嶽神社⇒（0：05）⇒長尾平⇒（0：20）⇒七代の滝⇒（0：35）⇒ロックガーデン－昼食－⇒（0：25）
⇒綾広の滝⇒（1：20）⇒ケーブルカー御岳山駅（解散）

下山後希望者で小澤酒蔵の清流ガーデン澤之井園（10時から17時）へ

8-2 高尾山 6号路 比較的涼しいコース [6号路 | 登山コース | 高尾山マガジン \(mttakaomagazine.com\)](http://mttakaomagazine.com)

☆日 程：8月 日（日） または 日（日）

☆行 程：高尾山口駅改札口 9：30 集合

ケーブルカー清滝駅⇒（0：3 琵琶滝⇒（0：30）⇒大山橋⇒（0：30）⇒5号路交点⇒山頂 歩行時間 1：30

下山は、稲荷山コース（案） 下山後、極楽湯か高橋家で会食

8-3 涼を求めて滝巡り－天狗滝、綾滝、つづら岩往復－ 払沢の滝

－詳細後報－

☆日 程：21日（日）

☆行 程：

武蔵五日市駅 10：08＝西東京バス（0：30）＝10：34 千足 BT⇒（0：40）⇒天狗滝⇒（0：20）⇒綾滝⇒
（0：20）⇒つづら岩⇒（1：20）⇒千足 BTBT14：23・14：58＝払沢の滝入口⇒（0：20）⇒払沢の滝⇒
（0：20）⇒払沢の滝入口 15：27・15：57・16：47＝（0：20）＝武蔵五日市

[ハイキングコース | 檜原村ホームページ \(vill.hinohara.tokyo.jp\)](http://vill.hinohara.tokyo.jp)

9月山行

2022 夏山 翁が岳～鹿島槍ヶ岳 ～北アルプス登山入門コースのベストワンのひとつ～

－詳細配布済－

扇沢から種池山荘までの柏原新道と種池から鹿島槍南峰までの主稜線は、危険な箇所も少なく安全・安

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

心な初心者コース

☆日 程：9/19 (月・祝) ～9/21 (水) 9/18 前泊+山小屋2泊3日 (注) 日程変更

☆行 程：1日目の行程に余裕を持たせるため9/18(日)信濃大町に前泊

【1日目】柏原新道を登って種池山荘(泊) 標高差：1111m 総コースタイム4:05(休憩含まず)

【2日目】種池山荘から爺ヶ岳を経て冷池山荘へ(約2:00) ー休憩ー

冷池山荘に荷物を置いて空身で鹿島槍ヶ岳を往復(約5:00)し冷池山荘に泊まる。

標高差：-40 総コースタイム 7:12(休憩1:00含む)

【3日目】冷池山荘から種池山荘を経て扇沢(柏原新道入口)へ下山

標高差：479m 総コースタイム 5:18(休憩0:20含む)

7/28 種池山荘、冷池山荘 男4+女2 6名 電話予約済(受付番号0728)

9-1 天覧山～多峯主山/秩父 ー眺望、古刹、清流、飯能の自然や歴史をめぐるー

☆日 程： 月 日(日)

☆行 程：

飯能駅⇒(0:15)⇒観音寺⇒(0:05)⇒諏訪八幡神社⇒(0:05)⇒能仁寺⇒(0:10)⇒天覧山(195.2m)⇒(0:40)⇒多峯主山(271m)⇒(0:05)⇒御嶽八幡神社⇒(0:25)⇒吾妻峡⇒(0:05)⇒八耳堂⇒(0:35)⇒飯能河原⇒(0:15)⇒飯能駅 歩行時間：約2時間40分 歩行距離：8.7km

参考：[西武鉄道で行くハイキングコース24選\(seiburailway.jp\)](http://seiburailway.jp)

9-2 湯沢高原・大峰山(1146m)/越後湯沢 清津峡上流遊歩道

☆日 程： 月 日(日) または 日(日) 日帰り (注) 鈴木RM前泊も可

☆行 程： 集合 越後湯沢駅改札 10:00

東京8:24=とき307号新潟行=9:43越後湯沢 ¥3,410+¥3,380(指)=¥6,790(ジパング可)

越後湯沢駅10:35=(バス¥350)=10:51八木沢口11:00⇒(清津峡上流の遊歩道1:30)⇒12:30栄太郎

登り口⇒(1:40)⇒栄太郎峠⇒(0:50)⇒大峰山⇒大峰の肩⇒(0:40)⇒湯沢高原ロープウェイ山頂駅=

(0:07 ¥1,300 00分・20分・40分)=山麓駅⇒(0:10)⇒15:40越後湯沢駅

歩行時間 4:40(休憩含まず)

(注) 大峯百番観音、アルプの里、パノラマ高原散策もあり

9-3 萬福寺・美の山・和銅遺跡 ー秩父唯一の独立峰 花の名所・美の山への道ー

☆日 程： 月 日(日)

☆行 程： 秩父鉄道親鼻駅 10:00集合

秩父鉄道親鼻駅(165m)⇒(0:10)⇒万福寺⇒(0:25)⇒美の(蓑)山公園道路⇒(0:35)⇒

見晴園地⇒(0:30)⇒12:00山頂展望台(587m)12:30⇒(0:40)⇒下山集落上⇒(0:15)⇒

和銅採掘露天掘跡⇒(0:15)⇒聖神社⇒(0:05)⇒13:45秩父鉄道同黒谷駅(168m)=(秩

父鉄道)御花畑/西部秩父=(西部秩父線)=飯能=(西武池袋線Fライナー快速急行元町・中華街行)=

練馬=(西武池袋線)=池袋

歩行時間：2:55 歩行距離：6km

参考：<https://www.seiburailway.jp/railways/hiking/ippan/minoyama/index.html>

坪山(1102.7m)/上野原

☆日 程： 月 日()

☆行 程：

「風の会ハイキングクラブ」 -安心・安全・楽しく-

ゆる歩き-吾妻山 (136.2m) から袖ヶ浦海岸散策 三浦(L)

☆日程: 月 日(日) 集合: JR 二宮駅改札 10:00

☆行程: 品川駅 8:57 = (JR 東海道本線国府津行) = 小田原駅 9:48 = 9:58 二宮駅

二宮駅 → (0:30) → 釜ノ口 → (0:25) → 吾妻山公園・吾妻山 (136.2m) → (0:15) → 指帆亭* → (0:15) → 二宮駅 *湘南レストラン 外観見学のみ (注) 昼食は、小田原あたりで摂る。

[吾妻山公園をのり \(town.ninomiya.kanagawa.jp\)](http://town.ninomiya.kanagawa.jp)

[吾妻山公園マップ/二宮町ホームページ \(town.ninomiya.kanagawa.jp\)](http://town.ninomiya.kanagawa.jp)

[【公式】指帆亭 \(しはんてい\) | 神奈川・湘南のレストラン・貸切ウェディング・結婚式会場 \(shihantei.com\)](http://shihantei.com)

ゆる山歩き-大楠山 (242m三浦半島最高峰) ~立石海岸 -山から海へ- 三浦(L)

菜の花 2/中~4/下 河津桜 2/下 コスモス 9/上~10/上

☆日程: 月 日(日) 予備日 12日(土)

☆行程: 登り-塚山・阿部倉コース 下り-前田橋コース

京浜急行線安針塚駅 → (0:25) → 塚山公園 → (0:45) → 池上住宅入口 BT → (1:00) → 大楠山 () -昼食 → (前田橋遊歩道 1:00) → 前田橋 BT → (0:10) → 立石公園散策 → 立石 BT = (0:27) = 逗子駅

参考: [大楠山 20.indd \(cocoyoko.net\)](http://cocoyoko.net)

[秋谷・立石海岸 | 観光スポット | 横須賀市観光情報サイト「ここはヨコスカ」 \(cocoyoko.net\)](http://cocoyoko.net)

2022.4.1~2023.4.3 大人の休日倶楽部会員限定 北陸フリーきっぷ (4日間乗り降り自由) 利用の北陸の山

希望がありましたら後日検討します。

利用期間: 2022.4.1 (金) ~2023.4.3 (月) 東京都区内発 ¥22,410円 川口・戸田公園~大宮発 ¥21,390

2022年4月27日(水) ~5月6日(金)、8月10日(水) ~8月19日(金)、12月28日(水) ~2023年1月6日(金) は利用不可

参考: 北陸の山

- 新潟県: [新潟県の初級者向け 登山・トレッキングコース 人気ランキング\(5件\) \(yamaquest.com\)](http://yamaquest.com)
- 富山県: [富山県の初級者向け 登山・トレッキングコース 人気ランキング\(10件\) \(yamaquest.com\)](http://yamaquest.com)
- 福井県: [福井県の初級者向け 登山・トレッキングコース 人気ランキング\(14件\) \(yamaquest.com\)](http://yamaquest.com)
- 石川県: [石川県の初級者向け 登山・トレッキングコース 人気ランキング\(30件\) \(yamaquest.com\)](http://yamaquest.com)



白山、劔岳、立山、仙人池、別山、大日岳・奥大日岳、雲ノ平、荒島岳、鹿島槍ヶ岳、鞍掛山、薬師岳、白馬岳、鷲羽岳、針ノ木岳、朝日岳、妙高山、弥彦山、八海山、等々

参考通常料金: 東京=福井 (16,080)、金沢 (14,380)、富山 (12,960)、津幡 (14,650)、和倉温泉 (16,060)

世田谷区民健康村を利用した山行 [ふじやまビレッジ | 世田谷区民健康村 \(furusatokousha.co.jp\)](http://furusatokousha.co.jp)

☆日程: 月 日() ~ 月 日() 1泊2日 世田谷区民優先参加募集中!!

☆行程: 健康村=ふじやまビレッジ

【1日目】 歩行時間: 3時間47分 (休憩含まず)

ケース①東京駅 8:52 = とき 309号 = 大宮駅 9:17 = 10:05 上毛高原駅 = (送迎バス) = 健康村 (泊)

「風の会ハイキングクラブ」ー安心・安全・楽しくー

健康村チェックイン後⇒(2:12)⇒**鉾石山**(1205m)⇒(1:35)⇒健康村

ケース②東京駅 13:40=とき 323号=大宮駅 14:05=14:45 上毛高原駅=(送迎バス)=健康村(泊)

ふじやまビレッジチェックイン後夕食まで散策・入浴等寛ぐ

【2日目】 歩行時間:3時間47分(休憩含まず)

ケース① 健康村周辺散策後 健康村 13:20=上毛高原駅 14:22=とき 322号=15:28 東京駅

ケース② 健康村⇒(2:12)⇒**鉾石山**(1205m)⇒(1:35)⇒健康村

(注) **上州武尊山**(2158m日本百名山)の登山口 往復(約13時間)も可 希望者OK

復路の送迎:健康村 13:20=上毛高原駅 14:22=とき 322号=15:28 東京駅

健康村 16:20=上毛高原駅 17:27=とき 334号=18:40 東京駅 (注) 武尊山に登った場合

利用料金:世田谷区内在住・在勤・在学 ¥5,410円 世田谷区民外 ¥11,410*

***世田谷区民外は参加者数によっては、会より若干補助またはプールして精算予定**

1.木曾駒ヶ岳 **2021.8.9月雨天中止**

2.梅池自然園大雪溪展望台(2020m)/白馬山麓

☆日程: 月 日()~()

☆行程: 歩行距離 約6km 標高差 約200m

新宿駅 7:34=埼京線大宮乗り換え:はくたか 553号長野行

東京駅 7:52=はくたか 553号長野行

【1日目】長野発シャトルバス 9:50=11:30 梅池高原ゴンドラ乗り場 11:40⇒11:50 ゴンドラ終点
⇒12:50 神の田圃 13:20⇒14:00 梅池山荘(泊) ¥9,900

[梅池山荘|梅池自然園に近い宿|信州小谷村|公式【ベストレート保証】\(tsugaikesansou.jp\)](http://tsugaikesansou.jp)

梅池ロープウェイ 2022年6月11日(土)~10月23日(日) ? ¥3,700(往復)

【2日目】梅池山荘 7:00⇒8:00 浮島湿原 8:10⇒8:40 やせ尾根取り付き 8:50⇒9:20 第2展望台
⇒9:40 大雪溪展望台 10:20⇒11:20 浮島湿原 11:30⇒12:30 梅池山荘 13:30⇒13:40 梅の森
ロープウェイ=14:10 ゴンドラ乗り場=15:00 白馬駅

希望者あれば蓮華温泉(泊) JR大糸線平岩駅から糸魚川バスで蓮華温泉バス停にて下車またはタクシー

自然園駅(08:00)・・・天狗原(09:20)・・・白馬大池山荘[休憩30分](11:30)・・・天狗ノ庭(13:00)・・・蓮
華温泉(14:50) **絶対おすすめ!の温泉です。**

3.御嶽山(3067m)/北アルプス山行ーお洒落な五ノ池小屋に泊まる!ー 三浦(L) ー詳細後報ー

☆日程: 月 日(土)~(日) 火口付近警戒レベル1に引き上げ 希望あれば下記A案で実施

☆行程: JR、タクシー、路線バス利用

A案: 山小屋1泊 木曾福島駅=鹿ノ瀬駅=飯森高原⇒五ノ池小屋(泊) 3月予約開始

【1日目】新宿 ⑨7:00=(JR特急あずさ1号)=塩尻 9:28/10:03=(JR特急ワイドビューしなの6
号)=木曾福島 10:30 おんたけタクシーTEL0264-22-2054 ¥8,050

木曾福島駅 10:40=おんたけ交通バス(約1:00) ¥1,500(片道)=11:40 鹿ノ瀬駅=

(御岳ロープウェイ14分 ¥1,400片道)=飯森高原駅⇒(0:10)⇒七合目⇒(1:10)⇒八合目女人
堂⇒(1:25)⇒九合目覚明堂⇒(0:20)⇒二ノ池本館⇒(0:30)⇒三ノ池乗越⇒(0:30)⇒飛
驒頂上・五ノ池小屋(泊)

【2日目】五の池小屋⇒(0:55)⇒摩利支天山(2959m)⇒(0:15)⇒三の池乗越⇒(0:30)⇒五

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

の池小屋⇒(0:40)⇒八合目⇒(0:30)のぞき岩避難小屋⇒(0:25)⇒湯の花峠⇒(1:20)⇒濁河温泉－入浴・休憩－ タクシー＝木曾福島駅＝新宿

B案：2泊3日木曾福島駅＝濁河温泉(泊)⇒五ノ池小屋(泊)⇒飯森高原駅＝鹿ノ瀬駅＝木曾福島駅

【1日目】新宿11:30＝(JR特急あずさ19号松本行)＝13:59塩尻14:06＝(JR特急ワイドビューしなの14号名古屋行)＝14:33木曾福島14:40＝(タクシー)＝16:10濁河温泉(泊)

【2日目】宿8:00＝濁河温泉登山口⇒(0:40)⇒9:00 1930m地点⇒(0:40)⇒9:40湯の花峠⇒(0:40)⇒10:20のぞき岩⇒(0:40)⇒11:00八合目⇒(1:00)⇒12:00飛騨頂上⇒(0:03)⇒12:10五ノ池小屋(泊)夕食まで近場を散策テラスで宴会 歩行時間 3:43(休憩含まず)

【3日目】五ノ池小屋⇒(0:35)⇒摩利支天乗越⇒(0:20)⇒摩利支天山⇒(0:15)⇒摩利支天乗越⇒(0:15)⇒白竜教会⇒(0:34)⇒二ノ池山荘⇒(0:15)⇒覚明堂⇒(0:50)⇒八合目⇒(0:45)⇒七合目行場山荘⇒(0:10)⇒飯森高原駅 歩行時間 3:59(休憩含まず)

五ノ池小屋HP：<https://www.gonoike.jp/> TEL090-7612-2458 ￥10,000～

4.常念岳(2857m)～蝶ヶ岳(2677m) 中止 河野(L)

☆日程：7月30日～8月2日(火) 前泊・(後泊)+山小屋2泊

☆行程：一の沢⇒常念小屋(泊)⇒常念岳⇒蝶ヶ岳ヒュッテ(泊)・蝶ヶ岳⇒上高地

2022秋山

1.涸沢の紅葉観賞山行

☆日程：10月2日(日)～3日(月) 平日

☆行程：

ケース1：涸沢の紅葉だけに絞る。 山小屋2泊3日

A案：上高地⇒明神⇒徳沢⇒横尾(泊)⇒(3:00)⇒涸沢小屋(泊) 往復同ルート ※最も安全

B案：上高地⇒明神⇒徳沢⇒横尾(泊)⇒(3:00)⇒涸沢小屋(泊)

下山(パノラマコース)：屏風岩⇒新村橋⇒徳沢⇒上高地 参考：涸沢からパノラマコースで上高地へ

<http://www.japanesealps.net/north/hodakadake/panorama.html>

ケース2：涸沢紅葉観賞+奥穂高岳 または北穂高岳

C案：上高地⇒明神⇒徳沢⇒横尾(泊)⇒(3:00)⇒涸沢小屋(泊) 北穂高岳(3106m)

または ⇒(2:30)⇒穂高岳山荘(泊) 奥穂高岳(3163m)

2.安達太良山(1700m) くろがね小屋(温泉)泊 10/中～10/下

A案：【1日目】JR二本松駅＝(タクシー0:40)＝塩沢登山口⇒(1:00)⇒僧吾台⇒(1:10)笹平分岐⇒(0:30)⇒鉄山避難小屋⇒(0:30)⇒鉄山(1709m)⇒馬ノ背(0:15)⇒安達太良山(乳首1700m)⇒(0:15)⇒峰ノ辻⇒(0:30)⇒くろがね小屋(泊) 歩行時間計 約5時間

【2日目】くろがね小屋⇒(0:40)⇒峰の辻⇒(0:20)⇒乳首⇒(0:30)⇒表登山口⇒

(0:25)⇒薬師岳展望台⇒(1:00)⇒奥岳＝(タクシー)＝岳温泉＝(バス)＝JR二本松駅

B案：【1日目】JR二本松駅＝(タクシー0:30)＝奥岳登山口⇒(2:00)⇒勢至平分岐⇒(0:30)⇒くろがね小屋(泊) 歩行時間計：約2:30

【2日目】くろがね小屋⇒(0:45)⇒峰の辻⇒(0:45)⇒安達太良山⇒(0:45)⇒くろがね小屋⇒(0:30)⇒勢至平分岐⇒(1:00)⇒奥岳登山口＝(タクシー0:30)＝JR二本松駅

歩行時間計 約3:45

3. 梅池～風吹大池（北ア最大の池）

三浦（L）

-詳細後報-

- 【1日目】梅池自然園⇒白馬大池⇒天狗原⇒千国揚尾根分岐⇒（千国揚尾根）⇒笹目尾根分岐⇒風吹大池周遊路分岐⇒神ノ田圃分岐⇒風吹山荘・北小谷・北野分岐⇒風吹大池⇒風吹山荘（泊）
- 【2日目】風吹大池周遊路分岐⇒笹目尾根分岐⇒風吹大池入口バス停⇒蓮華温泉*⇒蓮華温泉バス停
*できれば宿泊

[北アの桃源郷*雨の風吹大池から蓮華温泉*](#) 2019/7/14(日)～15(月) | [単独登山 \(solohikers.com\)](#)

4. 苗場山（2145m）～赤湯温泉/上信越 6/下～10/中 山頂の湿原 前泊+1泊2日

[苗場山 | 美しき天空の楽園！日帰りできるおすすめ登山コース3選 | YAMA HACK](#)

5. 鶴峠～三頭山～数馬の湯

10月下旬から11月初旬頃が予想されます。三頭山山頂の紅葉ピークは10月中旬頃です。

参考：大人の休日パススペシャル 特別設定 Web えきねっと限定 2022年9月5日（月）～9月14日（木）

・東日本スペシャル ¥15,270 ・東日本・北海道スペシャル ¥26,620 ・北海道スペシャル ¥17,400

東北、北海道の山、温泉、観光 希望あれば東北の山と温泉 検討します。

伯耆大山（1729m）/鳥取

出雲大社、松江、足立美術館、宍道湖、玉造温泉「長楽園」ほか観光セット

大山夏山コース山頂往復約6時間

高木(L) -詳細後報-

☆日程：11月12日（土）～14日（月）

☆行程：11/12（土）東京 21：50＝（寝台特急サンライズ出雲）＝10/30 9：05 米子＝9：58 出雲市

11/13（日）出雲大社、足立美術館観光 大山くろがねホテル（泊）

11/14（月）伯耆大山登山 米子空港＝東京（注）飛行機、JR等鉄道各自自由選択

（注）東海道新幹線「のぞみ」、山陽・九州新幹線「みずほ」は乗車券のみ「ジパング倶楽部」割引の対象

[大山登山ホームページ \(hotel-daisen.jp\)](#) 大山ぶらりまっぷ：<https://www.hotel-daisen.jp/files/22998.pdf>

大山寺周辺散策まっぷ：<https://www.hotel-daisen.jp/files/22999.pdf>

2022年忘年山行（案）金時山

（注）他に希望があれば提案ください。日帰り・宿泊・宴会等

☆日程：12月4日（日）

☆行程：集合 小田急線小田原駅改札口前

小田原駅＝路線バス＝仙石 BT10：30⇒（0：05）⇒金時登山口⇒（0：40）⇒矢倉沢峠⇒（0：30）⇒公時神社分岐⇒（0：40）⇒12：25 金時山（1212.4m）－昼食－⇒（0：35）⇒長尾山⇒（0：15）⇒乙女峠⇒（0：30）⇒14：45 乙女口＝箱根湯本＝小田原駅（注）箱根湯本駅または小田原駅周辺で会食
月例日帰り山行候補 **お願い：希望がありましたら山名だけで結構です、提案ください。**

1. 峰山（570m）/藤野十五名山 または 日連アルプス（金剛山～峰～八坂山～日連山～宝山）

☆日程： 月 日（土）または 日（日） または平日 ¥ヤマビル要注意！

☆行程：JR 藤野駅 10：30 集合

①藤野駅 10：40＝10：50 やまなみ温泉入口 11：00⇒（0：20）⇒小舟 BT または 大久和 BT⇒（1：00）⇒峰山⇒三つの石神（0：10）⇒分岐⇒（0：40）⇒やまなみ温泉 BT⇒（0：02）⇒藤野やまなみ温泉（入浴・自由参加） 15：44・17：34＝（0：15）＝15：56・17：46 藤野駅 ※逆コースもあり

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

① 藤野駅 10:40 = (0:20) = 11:00 大鐘バス停 ⇒ (0:40) ⇒ 11:40 峰山 (570m) 12:30 ⇒ (0:50) ⇒ 13:20 小舟バス停 ⇒ (0:20) ⇒ 13:40 藤野やまなみ温泉 (入浴・自由参加) 15:44・17:34 = (0:15) = 15:56・17:46 藤野駅

2. 破風山/秩父 ー素晴らしい眺望が楽しめる破風山を訪ねるー

☆日 程： 月 日 () ~ ()

☆行 程： 秩父鉄道皆野駅 9:00 集合

秩父鉄道皆野駅 ⇒ (0:20) ⇒ 破風山登山口駐車場 ⇒ (0:10) ⇒ 高橋沢登山口 ⇒ (高橋沢コース 1:10) ⇒ 高橋沢コース分岐 ⇒ (0:20) ⇒ 破風山 (626.5m) ⇒ (0:15) 休憩舎 ⇒ 猿岩 ⇒ (0:30) ⇒ 山靴の道分岐 ⇒ (0:40) ⇒ 秩父温泉前 BT 満願の湯* 総コースタイム 3時間 25分 (休憩含まず)

[秩父温泉 満願の湯 | 奥長瀨自然峡 \(chichibuonsen.co.jp\)](http://chichibuonsen.co.jp) ¥1,000

参考: <https://www.seiburailway.jp/railways/hiking/ippan/happsan/index.html>

秩父温泉前 BT 14:10・16:00 = 14:25・16:15 皆野駅

3. 明星ヶ岳 (924m)・明神ヶ岳 (1169m)

[登山初級 明星ヶ岳から明神ヶ岳 \[山行計画\] - ヤマレコ \(yamareco.com\)](http://yamareco.com)

4. 甲州高尾山 (1106m) <https://bluesky.rash.jp/blog/hiking/kousyutakaosan.html>

勝沼ぶどう郷駅 = (タクシー) = 大滝不動尊 ⇒ 不動滝 ⇒ 甲州高尾山 ⇒ 富士見台 ⇒ 棚横手山 ⇒ 甲州高尾山 ⇒ 大善寺 = (タクシー) = ぶどうの丘・天空の湯

5. 棚山 (1171m) / 山梨 6. 二子山/秩父 7. 鳥居原～南山 (544m) / 丹沢

8. 荒崎シーサイドコース 9. 城ヶ崎一周と三崎港

10. 宮ヶ瀬ダム鳥瞰コース 南山・高取山・仏果山

11. 赤城山 (黒檜山 1827m) / 群馬上毛三山 2022.5~6 ツツジの頃

[登山コース一覧 | Akagi Trip 赤城山をあそぼう! \(akagi-trip.com\)](http://akagi-trip.com)

[【2021】赤城山の紅葉、見ごろはいつ? 4つの絶景スポットやアクセス情報紹介 | YAMA HACK](#)

12. 根子岳 (2207m)・四阿山 (2354m) / 菅平高原 高木(L) ー花の100名山と日本100名山ー

菅平牧場入口登山道 ⇒ 根子岳山頂 ⇒ 四阿山山頂 ⇒ 菅平牧場 総コースタイム: 6時間

13. 子持山 (1296m) / 群馬県・上毛三山 紅葉 14. 般若山・釜の沢五峰/秩父

15. 平標山・仙ノ倉山 花の百名山 前泊日帰りまたは山小屋 (泊)

16. 生瀬富士 (茨城のジャンダルム) と袋田の滝

17. 丸山・大棚山・金昌寺/秩父

18. 日向山 (1660m) 【日帰り】 総コースタイム: 4時間 10分 5月

総歩行距離: 7,800m 上り標高: 1017m 下り標高: 1017m

尾白川溪谷登山口・・・矢立石登山口・・・日向山三角点・・・最高点・・・日向山三角点・・・

矢立石登山口・・・尾白川溪谷登山口

19. 2017~2019年計画 天候不良等により中止および計画未実施の山行リベンジ ー別紙参照ー

2023年

1月山行

1-1 初詣山行 (案) 御岳山～日の出山～つるつる温泉

☆日 程: 1月8日 (日) 予備日9日 (月・祝)

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

☆行程：

滝本駅～御岳山山頂（武蔵御嶽神社）～日の出山山頂～つるつる温泉

1-2 初詣山行（案） 弘法山～吾妻山 鶴巻温泉弘法の里湯

☆日程：1月8日（日） 予備日9日（月・祝）

☆行程：

1-3 大人の休日倶楽部パス（東日本 ￥15,270）利用ハイク

2023年1月12日（木）～1月24日（火） 2泊3日または3泊4日（土、日含む）

八甲田山樹氷リベンジと蔵王スノーモンスター観賞ハイクと温泉三昧 **参加募集中！！**

・酸ヶ湯温泉（泊） ・蔵王アストリアホテル（泊）

[蔵王山 | 山の最新情報、登山情報・ヤマレコ \(yamareco.com\)](http://yamareco.com)

2月山行

2-1 月居山（つきおれやま）（404m）と袋田の滝氷瀑観賞 三浦(L) ー詳細別紙参照ー

☆日程：2月 日（日） **氷瀑 凍結状況 80%以上 完全凍結時**

☆行程：JR 東日本 常磐線 水戸駅乗り換え、水郡線の列車に乗り換え、袋田駅下車徒歩またはタクシー（5分）

新宿 6:40＝山手線＝7:01 日暮里 7:06＝常磐線（水戸行）＝9:00 水戸 9:24＝水郡線（郡山行）＝10:32 袋田

袋田駅⇒袋田温泉⇒滝見橋⇒自然科学園⇒月居山（404m）⇒生瀬滝展望台⇒袋田の滝⇒滝見橋⇒袋田温泉⇒袋田駅（8.2km 約2時間40分）

2-2 横谷峡の氷瀑観賞 **氷瀑 凍結状況 80%以上 完全凍結時**

☆日程：2月 日（日）

☆行程：

新宿 9:00＝あずさ9号＝11:11 茅野 ー昼食ー

往路：茅野駅 BT12:20＝12:53 横谷溪谷入口 BT ￥840

復路：横谷溪谷入口 BT16:21＝アルピコ交通メルヘン＝16:55 茅野駅 17:52・19:06＝あずさ50号・54号（¥3,410+2,240）＝20:10・21:06 新宿

2月 スキー部 市川(L)

☆日程：2月 日（）～日（） 1泊2日 鈴木 RM(泊)

☆場所：湯沢高原スキー場

3月山行

3-1 ゆる歩きー吾妻山（136.2m）から袖ヶ浦海岸散策 ー菜の花と富士山と相模湾の眺望ー 三浦(L)

☆日程：3月13日（日） 予備日 12日（土） 集合：JR 二宮駅改札 10:00

☆行程：品川駅 8:57＝（JR 東海道本線国府津行）＝小田原駅 9:48＝9:58 二宮駅

二宮駅⇒（0:30）⇒釜ノ口⇒（0:25）⇒吾妻山公園・吾妻山（136.2m）⇒（0:15）⇒指帆亭*⇒（0:15）⇒二宮駅 *湘南レストラン 外観見学のみ （注）昼食は、小田原あたりで摂る。

3-2 ゆる山歩きー大楠山（242m三浦半島最高峰）～立石海岸 ー山から海へー 三浦(L)

菜の花 2/中～4/下 河津桜 2/下 コスモス 9/上～10/上

☆日程：3月13日（日） 予備日 12日（土）

☆行程：登りー塚山・阿部倉コース 下りー前田橋コース

京浜急行線安針塚駅⇒（0:25）⇒塚山公園⇒（0:45）⇒池上住宅入口 BT⇒（1:00）⇒大楠山ー昼食ー

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

⇒(前田橋遊歩道 1:00) ⇒前田橋 BT⇒(0:10) ⇒立石公園散策⇒立石 BT=(0:27) =逗子駅

3-3 不動尻/東丹沢の三極の群生観賞ハイク 2022.3.27 中止

☆日程: 3月19日(日)

☆行程: 下記①～③のいずれか

- ① 広沢寺温泉～不動尻～広沢寺温泉 ②広沢寺温泉～鐘ヶ岳～不動尻～広沢寺温泉
- ③ ヤビツ峠～大山～不動尻～広沢寺温泉

3月～4月 黒斑山(2404m) スノーシューハイク ランプの宿高峰温泉泊 浅間山の絶景眺望 ランプの宿 高峰温泉 黒斑山からの浅間山－高峰温泉(takamine.co.jp)

4-1 倉戸山(1169m)/奥多摩 4/下ヤマザクラのころ

☆日程: 月 日(日)

☆行程:

6月末～7月初 大人の休日倶楽部パス(東日本 ¥15,270) 利用ハイク 東北の山と温泉 －詳細後報－

6-1 蕨温泉/青森県十和田市 蕨の七沼めぐりほか 千年の秘湯蕨温泉旅館(泊)

蒸ノ湯温泉/八幡平 藤七温泉 つなぎ温泉/岩手

帰途の観光(案) みちのくあじさい園/一関 6/下～7/中 猊鼻溪

[【公式】蕨温泉旅館 | 足元から源泉湧出の自噴温泉 | 宿泊 日帰り \(tsutaonsen.com\)](#)

[十和田八幡国立公園をめぐる! 天空トレッキングと絶景散策! 奥入瀬溪流・十和田エリア 1泊2日モデルコース | 東北 青森 | おすすめ旅行プラン・モデルコースならオリオンツアー \(orion-tour.co.jp\)](#)

東日本大震災以降ささやかながら東北支援を兼ねて実施しています。

⇒希望の山、温泉、観光地ありましたら提案ください。

6-2 南沢あじさい山～金毘羅山(468m)～瀬音の湯 6/中～7/上

☆日程: 月 日()

☆行程:

お知らせ他

- (1) 次回例会 8月17日(水) 18:00 ～ 第3会議室
- (2) 次々回例会 9月14日(水) 18:00 ～ 第3会議室
- (3) 新運営委員追加 鈴木典子氏
- (4) 会員異動: 7月退会 亀山久子氏 7月入会 谷田あゆみ氏(57歳) 相模原市在住
- (5) 風の会ハイキングクラブの中に、麻雀(三浦)、卓球(鈴木)、スキー(市川)、カラオケ(高木)同好会を作りました。()内は世話役

「身体を使う趣味がないと、脳のパフォーマンスが落ちる。」80歳の壁を越えるため、山だけでなく多方面で活躍ください。

(6) 会費納入のお願い(2021年および以前の未納分および2022年分)

- ・風の会口座(須永) ・口座名: 風の会ハイキングクラブ
- ・銀行: りそな銀行 豪徳寺支店 口座番号: 1346291

(注) 継続会員、年会費一括納入(現金・振込)の方は、¥5,500とします。

なお、年中途入会者は、入会月～12月までの分

以上