

2022.10月例会レジメ

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

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

2022.10.12 三浦

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

9月山行

2022 夏山 爺ヶ岳～鹿島槍ヶ岳 台風14号襲来で中止 ⇒2023.7.29～8.31 または 8.5～8.7 予定

10月山行

坪山（1102.7m）/上野原

市川(L)

鹿島槍ヶ岳中止の代替

－詳細別紙参照－

☆日程：10月2日（土） 天候：晴れ

☆行程：歩行距離：5km 標高差：約550m 歩行時間：4H 実働時間：5.5H

上野原駅8:50（鶴峠行）⇒9:50 御岳神社 BT10:00⇒10:10 木橋⇒10:16 東、西ルート分岐（西ルートを進む⇒10:33 尾根登り入口⇒12:05 坪山山頂－昼食－12:45⇒14:50 びりゅう館・阿寺沢分岐（びりゅう館方向へ進む）⇒15:24 びりゅう館着⇒学校前 BT15:31=16:25 上野原駅 16:40=16:56 高尾駅・解散 有志3名、京王線高尾駅にて会食 高尾発 19:12（特）

☆参加者（敬称略）：市川(L)、三浦、望月、福田、北原 計5名

山行計画

10月山行

10-1 鶴峠～三頭山～数馬の湯 三頭山山頂の紅葉ピークは10月中旬頃です。

－詳細別紙参照－

☆日程：10月16日（日） 市川(L)

☆行程：集合：JR 上野原 8:30（鶴峠行－飯尾・鶴峠・松姫峠線）バス乗り場

上野原 8:50=9:57 鶴峠 BT（870m） ¥1,030

鶴峠 10:10⇒（1:10）⇒1271m⇒（1:15）⇒御堂峠⇒（0:05）⇒12:40 三頭山－休憩 0:30－⇒（0:05）⇒御堂峠⇒（0:10）⇒ムシカリ峠⇒（0:30）⇒1201m⇒（0:15）⇒1105m⇒（0:15）⇒ケヤキ平⇒（0:12）⇒都民の森（ゲート）14:35・15:50=14:46・16:01 数馬の湯 17:32=18:24 武蔵五日市

（注）都民の森～数馬の湯 徒歩約50分 希望者：数馬の湯入浴・会食

9/19 現在参加者（敬称略）：市川、三浦、生田目、望月、三好△、松井、小川、谷田

10-0 苗場高原紅葉観賞

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

苗場高原から田代高原をつなぐ“**苗場ドラゴンドラ**”で美しい紅葉と、雄大な“平標山”や神秘的な“二居湖”を眺めながらの約5.5kmの空中散歩をする。

☆日程：10月22日（土） 日帰り

（注）21日（金）または22日（土） 宿泊希望者ホテル予約済。麻雀、カラオケ、卓球もあり

☆行程：越後湯沢駅東口バス停集合

東京 8：24＝とき 307号＝9：43 越後湯沢 ￥6,790（3,410+3,380）

越後湯沢駅 10：35＝バス＝11：13 苗場プリンスホテル前 ￥670

田代ロープウェー山麓駅＝約10分の空中散歩で標高約1,413mの山頂へ＝田代ロープウェー山頂駅⇒散策約1km⇒苗場ドラゴンドラ山頂駅＝苗場ドラゴンドラ山麓駅（散歩道 約1.2km）

苗場ゴンドラ：料金：往復 おとな 3,500円 ⇒（注）苗場ゴンドラ×田代ロープウェイ 4通り可

下山後越後湯沢駅周辺で希望者会食

[苗場ドラゴンドラ 田代ロープウェー | 苗場スキー場 \(princehotels.co.jp\)](http://princehotels.co.jp)

9/19 現在参加者（敬称略）：鈴木、高木、松井、小川、三浦、斎藤(G)、植本(G)

参加希望日程回答：[10月山行苗場高原紅葉観賞 日帰り | 調整さん \(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com)

11月山行

2022 秋山山行 伯耆大山 (1729m) /鳥取 高木(L) －参加希望者詳細計画書配信済－

大山登山後、出雲大社、足立美術館、松江城、宍道湖観光セット

☆日程：10月31日（月）～11月2日（水）

☆行程：東京駅新幹線ホーム 6：45 集合

【1日目】10/31（月）東京 7：03＝ひかり 501号＝11：16 岡山 12：05＝特急やくも 11号＝14：17 米子
15：20＝バス＝16：10 大山寺 BT 大山ビューハイツ（泊）

【2日目】11/1（火）伯耆大山（弥山 1709m）登山 大山夏山コース山頂往復約6時間
湯之助の宿 長楽園（泊）/玉造温泉

【3日目】11/2（水）足立美術館、出雲大社 松江等観光 ＝ サンライズ出雲（夜行寝台）帰京

9/19 現在参加者（敬称略）：高木、三浦、鈴木、松山、若林（元会員） 7名予約済

11-1 天覧山～多峯主山/秩父 →11月～12月紅葉
－眺望、古刹、清流、飯能の自然や歴史をめぐる－

☆日程：11月20日（日） または 27（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)

12月山行

忘年山行

☆日程：12月4日（日） 日帰り

☆行程：平山城址公園～都立長沼公園散策後野猿峠「鎌田鳥山」で13：00または15：00から会食*

9/14 例会で決定 参加希望者連絡ください。 ***会より会費補助あり**

☆日 程：12月24日(土) 冬至 16:08

☆行 程： -詳細後報-

2023年

1月山行 初詣山行(案)

1-1 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)

☆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 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 筑波山(877m)/茨城

歩行距離：7.3km 上り標高：731m 下り標高：731m 総コースタイム：4時間25分

筑波神社前バス停⇒拝殿⇒筑波山神社⇒表登山道入口⇒中の茶屋跡⇒御幸ヶ原⇒男体山⇒御幸ヶ原⇒女体山⇒北斗岩⇒弁慶七戻り岩⇒弁慶茶屋跡⇒筑波神社前バス停

1-4 高尾山 薬王院への表参道を歩き山頂へ 総コースタイム：3時間10分、標高差+762m、-762m)

高尾山口駅⇒高尾山駅⇒高尾山⇒琵琶滝⇒高尾山口駅

1-0 大人の休日倶楽部パス(東日本 ¥15,270)利用ハイク 池田(L) 三浦(SL) -詳細後報-

2023年1月13日(金)～1月16日(月) または 1月20日(金)～1月23日(月)

酸ヶ湯温泉泊、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) -詳細別紙参照-

☆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 -昼食-

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=アルピコ交通ムン=16:55 茅野駅 17:52・19:06=あずさ 50号・54号

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

(¥3,410+2,240) = 20:10・21:06 新宿

2-3 ゆる歩き－吾妻山 (136.2m) から袖ヶ浦海岸散策 －菜の花と富士山と相模湾の眺望－ 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。

2月 スキー部 市川(L)

☆日 程：2月19日(日)～20日(月) 1泊2日 鈴木 RM またはホテル(泊)

☆場 所：湯沢高原スキー場 苗場スキー場 岩原スキー場

3月山行

3-1 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：3月13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

3-2 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
- ② ヤビツ峠～大山～不動尻～広沢寺温泉

参考：11月～2023.3月 えきねっとトクだ値(乗車券つき)の価格(片道の「乗車券+指定席特急券」のセット価格/単位：円) JR・東武直通特急(日光・きぬがわ・スペーシアきぬがわ・スペーシア八王子日光・スペーシア八王子きぬ)・普通車用 <設定期間：2022年4月1日～2023年3月31日> <30%・40%割引>

JR・東武直通特急「日光」「きぬがわ」「スペーシアきぬがわ」

日光⇒対象列車・区間・価格のご案内はこちら【PDF】えきねっと

<https://cc.eki-net.com/mail/u/l?p=3hnnweeKgTKoRHrwX>

山行案 1. 鬼怒沼 日本一高所にある湿原 10/中～10/下 加仁湯温泉・八丁の湯泊

山行案 2. 奥日光 スノーハイク・日光湯元温泉スキー場 2023.1～3

☆日 程：月 日()～月 日()

☆行 程：

4月山行

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 \(takamine.co.jp\)](http://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：

4-2 萬福寺・美の山・和銅遺跡 ー関東の吉野山 秩父唯一の独立峰 花の名所・美の山への道ー

☆日 程：月 日(日)

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

☆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>

4-3 新倉山

5月山行

5-1 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) 希望者鈴木 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号新瀨行 = 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

5-1 御嶽山 (3067m) /北アルプス山行－お洒落な五ノ池小屋に泊まる！－ 三浦(L)

☆日程：2023年5月13日(土)～14日(日) 火口付近警戒レベル1に引き上げ 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) ⇒ 飛騨頂上・五ノ池小屋 (泊)

【2日目】五ノ池小屋 ⇒ (0:55) ⇒ 摩利支天山 (2959m) ⇒ (0:15) ⇒ 三ノ池乗越 ⇒ (0:30) ⇒ 五ノ池小屋 ⇒ (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 ⇒

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

(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～

5-2 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 \(furusatokousha.co.jp\)](#)

☆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)

健康村チェックイン後⇒(2:12) ⇒**鉾石山** (1205m) ⇒(1:35) ⇒健康村 ￥5,820 (151.6km)

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*

5-3. 三浦アルプス二子山 (208m)

6月山行

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 蔦温泉/青森県十和田市 蔦の七沼めぐりほか 千年の秘湯蔦温泉旅館 (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 猯鼻溪

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

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。

7月～8月山行

7-1 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：

7-2 筑波山

2023 夏山

爺ヶ岳～鹿島槍ヶ岳 2022 台風 14 号襲来で中止

☆日程： 7月29日(土)～7月31日(月)または8月5日(土)～7日(月) 前泊あり 予定

☆行程：

8-1 御岳山・ロックガーデン レンゲショウマ

☆日程： 月 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) ⇒

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

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. 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】\(tsugaikesansou.jp\)](#)

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!の混浴温泉です。ただし、脱衣場がないので女性はちょっと勇気がいるかも?

8-3. 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\(solohikers.com\)](#)

8-4. 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](#)

8-5. 鳩ノ巣溪谷/奥多摩

9月山行

9-1 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。

[吾妻山公園お城\(town.ninomiya.kanagawa.jp\)](#)

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

[【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\(shihantei.com\)](#)

9-2 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)

「風の会ハイキングクラブ」ー安心・安全・楽しくー

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⇒(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」\(cocoyoko.net\)](#)

2023 秋山

案1. 宝剣岳・木曾駒ヶ岳/長野 中央アルプス駒ヶ岳ロープウェイ 2021.8,9月雨天中止

10月山行 11月山行 12月山行

2023 忘年山行 金時山

☆日程： 12月3日 (日)

☆行程：

2023年ロープウェイでらくらくハイキング (案) ⇒ご希望の山を選択ください (複数可)

(1) マウントジーンズ展望ロープウェイ/栃木

5/上～6/上 ゴヨウツツジ 新緑、秋の紅葉 (注) 三本槍ヶ岳～三斗小屋温泉煙草屋旅館泊も可

(2) 妙高山 (2454m) /新潟 妙高高原スカイケーブル 7/中～ または 9/中～10/初 赤倉温泉

(3) 草津白根山 (本白根山 2171m) /群馬 白根火山ロープウェイ 7/上～8/上 コマクサ

(4) 日光白根山 (2578m) /群馬ー関東以北最高峰ー 日光白根山ロープウェイ 6/下～8/中 白山石楠花

(5) 梅池自然園 (1900m) /長野 梅池ロープウェイ 高層湿原 6/上～7/中花々 10/上紅葉・黄葉

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 () 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 (570m) ⇒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

②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 | 奥長瀞自然峡 \(chichibuonsen.co.jp\)](http://chichibuonsen.co.jp) 〒1,000

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

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

秩父温泉前 BT14 : 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 \(yamareco.com\)](#)

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 (7月) 9. 城ヶ崎一周と三崎港 (8月)

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! \(akagi-trip.com\)](#)

[【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

19. 三原山/大島

20. 大日三山から 称名の滝縦走

21. 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

お知らせ他

(1) 次回例会 11月9日 (水) 18 : 00 ～ 第3会議室

(2) 次々回例会 12月13日 (火) 18 : 00 ～ 第3会議室 **開催日注意!**

(3) ご入会 (10月) : 浮津 聡氏 (68歳) 世田谷区砦在住

(4) 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)、ボーリング (市川) 同好会を作りました。 () 内は世話役 参加希望者は、世話役まで

これから80歳の壁を越える方、越えたい方は、認知症予防、ボケ防止に山だけでなく多方面で活躍ください。⇒「身体を使う趣味がないと、脳のパフォーマンスが落ちる。」

(5) 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