

2023.1 月例会レジメ

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

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

2023.1.12 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4回、5回接種要）



2022 年

山行報告

京都トレイルその1

ジバングと旅行支援利用

三浦(L)

－詳細別紙参照－

☆日 程：12月18日（日）～19日（月）

☆行 程：

【1日目】12/18（日）「世の中に山てふ山は多かれど山とは比叡のみ山をぞいふ」（慈円） 天候：曇り雪

東京 7:03＝ひかり 501号＝9:37 京都＝タクシー＝10:15 八瀬比叡山口⇒10:31 ケーブル八瀬駅＝標高差 561m）＝ケーブル比叡駅⇒ロープ比叡駅＝10:50 ロープ比叡駅⇒11:08 比叡山頂⇒比叡山展望台⇒大比叡（848m）⇒11:29 智証大師廟（分岐）⇒12:04 阿弥陀堂⇒12:21 戒壇院⇒12:45 根本中堂（平成の大改修中）⇒13:20 延暦寺会館（昼食）⇒ケーブル延暦寺駅＝坂本ケーブル＝15:06 坂本駅＝（バス）＝比叡山坂本駅＝JR 湖西線＝15:59 京都＝（バス）＝荒神口⇒KKR 京都くに荘（泊）

【2日目】12/19（月） 天候：晴れ

宿＝（タクシー）＝8:30 護王神社（足腰の神様）＝9:02 鞍馬寺⇒9:06 山門⇒9:22 由岐神社・大杉社⇒10:00 鞍馬山・鞍馬寺⇒10:35 木の根道⇒10:37 義経背比べ石⇒10:55 奥の院魔王殿⇒11:22 鞍馬寺西門⇒11:31 貴船神社（290m）⇒11:47 結社⇒12:05 貴船神社奥宮⇒戻る⇒12:30 貴船荘（昼食）⇒13:34 貴船＝（バス）＝13:50 叡電貴舟口駅前＝（叡山電鉄鞍馬線）＝14:29 出町柳＝（バス）＝京都 16:33＝ひかり 658号＝19:12 東京（丸の内イルミネーション・SiAM）

☆参加者：三浦、鈴木、松山、小川 4名

☆写真：1日目：比叡山 <https://youtu.be/i6qg-8bKZFI>

2日目：鞍馬寺～貴船神社 <https://youtu.be/GpFOYZOTqQg>

2023 年

山行報告

1月初詣山行 弘法山～吾妻山 鶴巻温泉弘法の里湯

－詳細別紙参照－

☆日 程：1月8日（日） 天候：晴れ 暖かい

「風の会ハイキングクラブ」ー安心・安全・楽しくー

☆行程：秦野駅 10：10 ⇒10：15 弘法の清水⇒10：30 命徳寺⇒10：40 弘法山公園入口⇒11：15 浅間山⇒
11：31 権現山・広場（243m）新年宴会休憩 12：50⇒13：08 弘法山（235m）13：15⇒善波峠分岐⇒14：
13 吾妻山 14：20⇒14：50 弘法の里湯鶴巻温泉 17：00⇒鶴巻泉駅（解散）

歩行時間：約3時間 歩行距離：7km 実働時間：約5時間

☆参加者（敬称略）：三浦（L）、河野、須永、中野、上島、鈴木（美）、市川、高木、松山、鈴木（典）、小川、
松井、三好、橋本（G） 計：14名

山行計画

1-0 大人の休日倶楽部パス（東日本 ¥15,270）利用ハイク&スキー

池田(L) 市川(L)

利用期間：2023年 1月12日～2023年1月24日

2023年1月20日（金）～1月23日（月）

ー参加者配布済ー

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

・1/20 酸ヶ湯温泉（泊）11/19 4名×2部屋予約済 ¥11,550+150（入湯税）

・1/21・1/22 蔵王アストリアホテル（泊） TEL023-694-9603

11/21 池田(L)トリプル2室ツイン1室 8名で予約済 1泊税込み¥12,320円（池田さんコネ 30%OFF）

（1/13～キャンセル料が発生）

1/11 参加者（敬称略）：池田、三浦、市川*、高木*、鈴木、小川 *1/22 帰京

参加可否回答：[1/20（金）～22（日）・23（月） | 調整さん\(chouseisan.com\)](#)

参考：[蔵王山 | 山の最新情報、登山情報 - ヤマレコ\(yamareco.com\)](#)

2月山行

2-1 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：2月25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。

2-2 陣馬山（855m） 積雪の富士山眺望 三浦(L)

☆日程： 月 日（日）

☆行程： JR 藤野駅改札口 9：30 集合 バス利用で最短距離を登る。

JR 藤野駅 9：45＝バス野 8＝9：59 和田 BT10：10⇒（0：10）⇒右手に陣馬山 2.7KM 木の標識⇒（0：40）
⇒一ノ尾尾根合流地点⇒（0：40）⇒11：30 陣馬山（855m）ー昼食休憩*ー12：30⇒（0：31）⇒奈良子峠
⇒（0：10）⇒明王峠⇒（0：10）⇒底沢峠⇒（0：25）⇒陣馬高原キャンプ場⇒（0：30）⇒14：16 陣馬高
原下バス停＝（0：40）＝高尾駅 *ゆっくり山ランチ

歩行時間・距離：3時間6分（休憩含まず）・7.7km

最短コース：陣馬山（陣場山）⇒（0：39）⇒440m地点 陣馬街道に出る⇒（陣場街道 0：20）⇒陣馬高原下
歩行時間・距離：約2時間30分・5.6km

2-3 袋田の滝氷瀑観賞と月居山（つきおれやま 404m） 三浦(L) ー詳細後報ー

☆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）

「風の会ハイキングクラブ」ー安心・安全・楽しくー

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月 スキー同好会

市川(L)

ー詳細別紙参照ー

☆日程: 2月15日(水)~16日(木) 1泊2日 または 2/15、2/16の日帰りも可

宿泊希望者、鈴木 RM またはホテル(泊)

2/15 越後湯沢駅改札口 9:15 集合 東京 7:48=とき 3051=8:12 大宮 8:13=9:07 越後湯沢

越後湯沢駅西口無料シャトルバス 30分間隔=(0:20)=エンゼルグランディア越後中里(鈴木 RM)

☆場所: 中里スキーウッドスキー場(鈴木 RM 前)

☆参加者(敬称略): 1/11 現在 市川(L)、三浦、高木、鈴木(典)、松山、望月

3月山行

3-1 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12日(日)

☆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

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) または 21日(火・祝)

ー詳細後報ー

☆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

3-3 三原山(758m)/伊豆大島【東京都大島町】 池田(L) 風の会海外登山第2弾!

☆日程: 3月3日(金)~5日(日) ⇒ 宿の予約可否状況により日程変更もあり

☆行程: 三原山頂口~山頂お鉢巡り~温泉ホテルルート・裏砂漠~三原山温泉(大島温泉ホテル)

① 日帰り(船中1泊) 日帰りでの参加希望の方

3/3 東海汽船 3000 便竹芝 22:00=3/4 6:00 大島⇒三原山ハイキング

3/4 東海汽船ジェット船 2110 便 15:30

② 2泊3日(船中泊・宿泊)

3/3 東海汽船 3000 便竹芝 22:00=3/4 6:00 大島⇒三原山ハイキング⇒大島温泉ホテル(泊)

3/5 大島観光⇒東海汽船ジェット船 2110 便 15:30

[都内からの所要時間] およそ2時間15分。(竹芝客船ターミナルから高速ジェット船で大島まで1時間45分。バスで三原山頂口まで30分) 岡田港・元町港(天候によって発着港変更あり)

高速ジェット船は往復1万4680円、総距離7.9km、所要時間155分

東海汽船のネット予約で通常期20%割引、繁忙期15%割引に。シーズンによって運賃には変動あり確認要。

大島温泉ホテル(泊) ネット特別予約あり お任せ風呂無し¥11,340~¥10,206

☆参加者(敬称略): 池田、三浦、河野、須永、上島、生田目*、鈴木(典)、松山、小川 *日帰り

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

参考：[東京宝島うみそら便 | 伊豆・小笠原諸島の船舶・航空をひとつにまとめた交通情報サイト \(tokyo.lg.jp\)](http://tokyo.lg.jp)
[三原山トレッキング | 伊豆大島ジオパーク | 伊豆大島ナビ \(oshima-navi.com\)](http://oshima-navi.com)
[ホテルのご案内 | 【公式サイト】伊豆大島・三原山温泉 / 大島温泉ホテル \(oshima-onsen.co.jp\)](http://oshima-onsen.co.jp)

海外登山代 3 弾！ 三原山 (700m)・八丈富士 (854m) / 八丈島 西村(L)

☆日 程：2023 年 10 月後半～12 月前半、2024 年 5 月末

[miharayama map \(hachijo.gr.jp\)](http://miharayama_map(hachijo.gr.jp))

3-4 黒斑山 (2404m) スノーシューハイク ランプの宿高峰温泉泊 雪の浅間山の絶景眺望

☆日 程： 3 月 26 日 (日) ～27 (月)

☆行 程： 距離：5km 所要時間：3.5 時間 標高差：430m

高峰温泉⇒ (0 : 20) ⇒車坂峠登山口⇒トーマの頭⇒黒斑山頂⇒トーマの頭⇒シェルター⇒車坂峠登山口
日帰り温泉“湯楽里館” **高峰温泉**または高峰高原ホテル泊

[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)

[ハイキングコース | 長野県高峰高原 高峰マウンテンパーク \(asama2000.com\)](http://asama2000.com)

[【公式】 天空の絶景宿 高峰高原ホテル | 軽井沢から 40 分 \(takamine-kougen.co.jp\)](http://takamine-kougen.co.jp)

[trekkingmap2019 layout B4 design \(takamine-kougen.co.jp\)](http://takamine-kougen.co.jp)

4 月山行

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)

☆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 (菘) 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 ライター快速急行元町・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

4-4 陣馬山

☆日 程： 月 日 (日)

☆行 程：

JR 藤野駅 9 : 45 = バス野 8 = 9 : 59 和田 BT 10 : 10 ⇒ (0 : 10) ⇒右手に陣馬山 2.7KM 木の標識⇒ (0 : 40)
⇒一ノ尾尾根合流地点⇒ (0 : 40) ⇒11 : 30 陣馬山 (855m) ー昼食休憩*ー12 : 30⇒ (0 : 31) ⇒奈良子峠
⇒ (0 : 10) ⇒明王峠⇒ (0 : 10) ⇒底沢峠⇒ (0 : 25) ⇒陣馬高原キャンプ場⇒ (0 : 30) ⇒14 : 16 陣馬高
原下バス停 = (0 : 40) = 高尾駅

5 月山行

「風の会ハイキングクラブ」—安心・安全・楽しく—

5-2 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： 月 日(土)～ 日(日)

☆行程：JR、タクシー、路線バス利用

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

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

5-3 世田谷区民健康村を利用した山行 [ふじやまビレッジ](http://fujiyama-birejji.com) | [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

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*

5-4 三浦アルプス二子山 (208m)

5-0 京都トレイル—その2— 新緑とさくらの京都(案)

☆日程： 月 日(土)～ 日(日) 月 日(日)～ 日(月)

☆行程：

6月山行

6-1 湯沢高原・大峰山 (1146m) /越後湯沢 新緑の清津峡上流遊歩道 鈴木(L)

☆日程：5月27日(土)～28日(日)または 28日(日)～29日(月) 日帰りも可

(注)希望者鈴木RM前泊、後泊も可 (注)積雪が無くなってから

☆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

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—

利用期間：2023.5.23～6.30 多分(まだ未公開) (注)2022年7/2～7/5 実施

☆日程： 月 日()～ 月 日() 6/末～7/初の3～4日間

☆行程：

案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)

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

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 狛鼻溪

案2: 恐山青森

案3: 早池峰山(1917m) 6/11 山開き

[【公式】 葛温泉旅館 | 足元から源泉湧出の自噴温泉 | 宿泊 日帰り \(tsutaonsen.com\)](http://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)⇒
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. 梅池自然園大雪渓展望台(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大雪渓展望台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)

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

絶対おすすめ！の野天混浴温泉です。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。

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

[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 一山から海へー 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： 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 \(cocoyoko.net\)](#)

[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 (案) [都立長沼公園散策後](#) [「鎌田鳥山」ランチ会食](#) [箱根の山](#) [その他案あれば](#)

☆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

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

- (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－関東以北最高峰－ 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 －素晴らしい眺望が楽しめる破風山を訪ねる－

☆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) ¥1,000

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

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) －花の 100 名山と日本 100 名山－

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)

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

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. 大日三山から 称名の滝縦走

20. 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

－別紙参照－

お知らせ他

(1) 次回例会 2月8日（水）18：00 ～ 第3会議室

(2) 次々回例会 3月8日（水）18：00～ 第3会議室

(3) ご入会：(1月) 西村南美様 (57歳) 新宿区在住 望月さん友人

(4) 風の会ハイキングクラブの中に同好会を作りました、現在下記同好会活動中。

麻雀（三浦）、卓球（鈴木）、カラオケ（高木）、ボーリング（市川）、スキー（市川）

() 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昔取った杵柄や潜在能力を発揮して活躍ください。⇒「身体を使う趣味がないと、脳のパフォーマンスが落ちる。」

風の会同好会登録名簿

同好会	麻雀	卓球	ボーリング	カラオケ	スキー	街歩き
三浦	◎		○	○	○	
須永	○	○		○		○
上島						○
池田				○		◎
宿輪	○	○	○	○		
望月					○	
市川	○	○	◎	○	◎	
高木	○	○		◎	○	
松山	○		○	○	○	
北原				○		
鈴木典子	○	◎	○	○	○	
小川	○	○	○	○		
松井		○	○	○		
浮津					○*	
三ヶ原G	○			○		

◎リーダー

*3月以降

(注) 新設希望の同好会（運動、文化、芸能、芸術等々）がありましたら提案ください。

(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