

2023.2 月例会レジメ

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

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

2023.2.9 (改) 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）



山行報告

1-0 大人の休日倶楽部パス東日本利用ハイク

池田(L)

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

－詳細別紙参照－

2023年1月20日（金）～1月23日（月）

【1日目】1/20（金）

東京駅 6:32＝はやぶさ1号＝9:49 新青森駅 9:58＝奥羽本線＝10:05 青森駅⇒青森商工会議所（セブンイレブン前）10:15＝酸ヶ湯温泉送迎バス＝11:10 八甲田ロープウェイ駅前⇒ゴンドラ山麓駅 11:15＝ゴンドラ＝11:25 八甲田山頂公園駅⇒ゴードライン樹氷観賞散策（靴で山頂公園樹氷原散策）⇒ロープウェイ山頂駅 12:55＝ゴンドラ＝13:05 ロープウェイ山麓駅（昼食休憩）13:55＝路線バスみずうみ号＝14:10 酸ヶ湯温泉着（泊） 写真：<https://youtu.be/wtvs5PIL9xI>

【2日目】1/21（土）（移動日）

酸ヶ湯温泉 9:00＝送迎バス＝10:05 青森駅 10:39＝奥羽本線＝10:55 新青森駅（約1時間待合せ）11:52＝新幹線はやぶさ22号＝13:29 仙台駅（35分待合せ）14:04＝仙山線快速＝15:17 山形駅（時間待）16:10＝山交バス蔵王温泉 BT 行き臨時便＝16:50 頃蔵王温泉 BT＝ホテル送迎バス＝17:10 頃蔵王アストリアホテル着（泊）

写真：[2023.1.21 酸ヶ湯温泉～蔵王アストリアホテル-Googleドライブ](https://youtu.be/2023.1.21 酸ヶ湯温泉～蔵王アストリアホテル-Googleドライブ)

【3日目】1/22（日）

アストリアホテル 8:50＝送迎バス＝9:00 頃蔵王ロープウェイ山麓駅＝ゴンドラ待約1時間・中国人観光客多し＝ロープウェイを乗り継ぎ＝10:00 過ぎ地蔵山頂駅・散策準備 10:30 頃・樹氷原散策開始するも気温が低く非常に寒い為、とりあえず地蔵まで行き写真撮影する。樹氷は木がやせ細りモンスターが見られずガスも出た為、第2ゴンドラ（山頂線）を下り中間地点の樹氷高原駅周辺で樹林帯の中の深雪をスノーシューで堪能。12:20 第1ゴンドラ（山麓線）を山麓駅へ戻る。

写真：<https://youtu.be/xOZVcCaQMeE>

【4日目】1/23（月） 番外編 わんこそば初体験/盛岡

蔵王アストリアホテル＝送迎バス＝バスターミナル＝山形駅＝仙台＝盛岡＝タクシー＝東屋（わんこそば）＝タクシー＝盛岡駅＝東京 写真：<https://youtu.be/xywYfcxPe6s>

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

山行計画

2月山行

2-0 スキー同好会 市川(L)

－詳細配布済－

☆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 6名

2-1 ゆる歩き－吾妻山(136.2m)から袖ヶ浦海岸散策 一菜の花と富士山と相模湾の眺望－ 三浦(L)

☆日 程：2月25日(土) 集合：JR 二宮駅改札 10:00

－別紙参照－

☆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、二宮駅周辺で適当なところがあればなければ小田原あたりで摂る。

☆2/3 現在参加者(敬称略)：三浦、須永、上島、宿輪、鈴木(美)、高木、望月、松山、北原、小川、松井、
浮津 12名

3月山行

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!

椿祭り 3/26迄

☆日 程：3月31日(金)～4月2日(日)

当初日程宿取れず変更 参加者下記リンクにて再募集

参加者可否回答：[三原山/伊豆大島山行 | 調整さん\(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com)

☆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

3/31(金) 東海汽船3000 便竹芝 22:00=3/4(土) 6:00 大島⇒三原山ハイキング

4/1(土) 東海汽船ジェット船 2110 便 15:30

② 2泊3日(船中1泊+宿泊)

3/31(金) 東海汽船3000 便竹芝 22:00=3/4(土) 6:00 大島⇒三原山ハイキング⇒大島温泉ホテル(泊)

4/2(日) 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

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)

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

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：3/12 (日)～13 (月) 3/19 (日)～20 (月) 3/26 (日)～3/27 (月) 下記リンクにて参加募集

参加可否回答：[3月黒斑山スノーハイク | 調整さん\(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com)

☆行 程：距離：5km 所要時間：5時間半～6時間 標高差：430m

新宿 8:00＝あずさ5号南小谷行＝9:53 小淵沢 10:07＝小海線小諸行＝12:19 小諸 13:45＝JRバス＝14:21 高峰高原ホテル前 ￥7,080+JRバス￥1050

宿(高峰温泉 1944m)⇒(0:25)⇒車坂峠登山口(1972mスノーシュー開始)⇒(1:30)⇒槍ヶ鞘展望所・トーミの頭⇒(0:20)⇒黒斑山山頂(2404m)⇒トーミの頭⇒シェルター⇒車坂峠登山口

高峰温泉(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)

￥16,500～￥20,350 高峰温泉が取れない、やめる場合

小諸グランドキャッスルホテル【伊東園ホテルズ】

スタンダードプラン アルコールが無料で飲み放題♪1泊2食バイキングプラン ￥9,000+別注⇒￥11,000

翌日 小諸駅 8:53＝9:29 高峰高原ホテル前⇒黒斑山スノーシューハイク⇒高峰高原ホテル前 16:20＝

バス＝17:30 佐久平 17:58＝はくたか570 東京行＝18:47 大宮＝19:06 上野＝19:12 東京

高峰温泉日帰り湯温泉 ランプの湯 ￥700(入浴料)+￥500(雪上車)

スノーシュー￥1,000 ストック￥300 貸出(身分証明書要) 第5駐車場

[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)

⇒冬季休業 日帰り入浴可 ￥700

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

3-1 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：3月12日(日)

☆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)または21日(火・祝) 下記リンクにて参加募集

－詳細後報－

参加可否回答：[3月不動尻/東丹沢 | 調整さん\(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com)

☆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

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 一関東の吉野山 秩父唯一の独立峰 花の名所・美の山への道一

☆日 程：4月9日(日) または 16日(日) 下記リンクにて参加募集

－詳細後報－

参加可否回答：[4月美の山/秩父山行 | 調整さん\(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com)

「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 (あらくら山) / 富士吉田市

4-4 陣馬山 (855m) 積雪の富士山眺望 三浦(L)

☆日程：4月23日(日) **下記リンクにて参加募集** -詳細後報-

参加可否回答：[4月陣馬山 | 調整さん \(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com)

☆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 BT 10:10 ⇒ (0:10) ⇒ 右手に陣馬山 2.7KM 木の標識 ⇒ (0:40) ⇒ ノノ尾尾根合流地点 ⇒ (0:40) ⇒ 11:30 陣馬山 (855m) - 昼食休憩* - 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

5月山行

5-0 京都トレイルその2-

☆日程：5月13(土)~14(日) **下記リンクにて参加募集** -詳細後報-

参加可否回答：[5月京都トレイルその2- | 調整さん \(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com)

☆行程：東京 7:03⑭ = ひかり 501号岡山行 = 品川 7:10 = 9:37 京都

JR 京都駅 10:03 = 奈良線みやこ路快速 = 10:05 東福寺 10:12 = 京阪本線準急淀屋橋行 = 10:15 伏見稲荷駅

【1日目】東山コース1: 伏見桃山駅 ⇒ (3:40) ⇒ 稲荷奥社 ⇒ (0:16) ⇒ 京阪伏見稲荷駅 = (0:13) =

伏見桃山 ⇒ 酒蔵見学後 京阪本線「伏見稲荷駅」徒歩3分 Stay inn KOTO (泊) 素泊まり ¥3,000

【2日目】東山コース2・3: 伏見稲荷駅 ⇒ (3:45) ⇒ 蹴上 ⇒ (3:00) ⇒ 浄土寺橋 (⇒ 比叡山)

5-0 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://fujiyama-bireji.com)

[なかのビレッジ | 世田谷区民健康村 \(furusatokousha.co.jp\)](http://naka-no-bireji.com) **両宿とも麻雀設備は無し**

☆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*

5-1 日向山 (1660m) 【日帰り】 総コースタイム：4時間10分

総歩行距離：7,800m 上り標高：1017m 下り標高：1017m

5-2 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) ⇒

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

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

5-3 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 | 奥長瀬自然峡 (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

5-4 鎌倉アルプス 宿輪(L)

☆日 程: 5月21日(日) [下記リンクにて参加募集](#) ー詳細後報ー

参加可否回答: [5月鎌倉アルプス | 調整さん\(chouseisan.com\)](#)

☆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: 6月3日(土) または 4日(日) [日帰り](#) (注) 積雪が無くなってから

(注) 希望者鈴木 RM 前泊または後泊も可 希望者会食中野屋へぎ蕎麦

[下記リンクにて参加募集](#)

ー詳細後報ー

参加可否回答: [6月湯沢高原・大峰山山行 | 調整さん\(chouseisan.com\)](#)

☆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 ー詳細後報ー

発売期間: 2023.5.22(月) ~6.30(金) 利用期間: 2023.6.22(木) ~7.4(火) [参加者募集中](#)

☆日程: 仮 ①6/23(金) ~6/26(月) ②6/30(金) ~7/3(月) [3~4日間](#) [鏡沼ドラゴンアイ?](#)

参加可否回答: [6月大人の休日倶楽部パス東日本利用山行 | 調整さん\(chouseisan.com\)](#)

☆行程: 【1日目】東京 6:32⇒はやぶさ1号⇒8:44 盛岡 盛岡駅東口③9:42⇒八幡平自然散策バス⇒八幡平
=藤七温泉 (泊)

【2日目】盛岡⇒仙台⇒山形⇒蔵王 蔵王アストリアホテル (泊) 池田さんの顔 30%割引

【3日目】蔵王トレッキング 地蔵山頂駅⇒熊野岳・お釜コース (4時間 5Km)

「風の会ハイキングクラブ」ー安心・安全・楽しくー

【4日目】蔵王温泉大露天風呂 4/23 営業開始 「美人づくりの湯」

[蔵王トレッキング](#) | [蔵王ロープウェイ](#) | [蔵王温泉スキー場 山形 \(zaoropeway.co.jp\)](#) コース多彩

6-1 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

7月~8月山行 →希望の山、温泉、観光地ありましたら提案ください。

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:

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)⇒ロックガーデンー昼食ー⇒(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](#))

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)

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)

ー詳細後報ー

【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

「風の会ハイキングクラブ」 -安心・安全・楽しく-

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 \(cocoyoko.net\)](#)

[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」 \(cocoyoko.net\)](#)

9-2 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

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

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

案2 蛾ヶ岳 (ひるがだけ 1,279m) /山梨

コースタイム: 3時間 30分程・標高差 380m

四尾連湖 (しびれこ) 登山口 ⇒蛾ヶ岳⇒大畠山 ⇒四尾連峠 ⇒登山口

「みたまの湯」 [山梨の日帰り温泉 みたまの湯 天然温泉の絶景露天風呂で人気 \(mitamanoyu.jp\)](#)

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

「風の会ハイキングクラブ」 -安心・安全・楽しく-

- 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) 樽池自然園 (1900m) /長野 樽池ロープウェイ 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. 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 \(yamareco.com\)](#)

2. 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

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

4. 荒崎シーサイドコース (7月) 9. 城ヶ崎一周と三崎港 (8月)

5. 宮ヶ瀬ダム鳥瞰コース 南山・高取山・仏果山

6. 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](#)

7. 根子岳 (2207m)・四阿山 (2354m) /菅平高原 高木(L) 一花の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

8. 子持山 (1296m) /群馬県・上毛三山 紅葉

9. 般若山・釜の沢五峰/秩父

10. 平標山・仙ノ倉山 花の百名山 前泊日帰りまたは山小屋 (泊)

11. 生瀬富士 (茨城のジャンダルム) と袋田の滝

12. 丸山・大棚山・金昌寺/秩父

13. 大日三山から 称名の滝縦走

14. 筑波山

15. 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—

2024年

2024年1月「大人の休日倶楽部パス」東日本利用山行 ¥15,270

発売期間 : 2024.12.18 (月) ~ 1.26 (金) 利用期間 : 2024.1.18 (木) ~ 1.30 (火) **参加者募集**

スノーシュー、スキー、温泉、観光

希望地ありましたら提案ください。

三原山 (700m)・八丈富士 (854m) /八丈島

西村(L)

海外登山代3弾!

☆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)) [八丈島へのアクセス | 八丈島観光協会 \(hachijo.gr.jp\)](#)

[01-32 \(hachijo.gr.jp\)](#)

お知らせ他

- (1) 次回例会 3月8日(水) 18:00 ~ 第3会議室
- (2) 次々回例会 4月12日(水) 18:00~ 第3会議室 **総会**
- (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。入会希望者は各(L)まで**
 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(2022年および以前の未納分および2023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