

# 2023.7月例会レジメ

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

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

2023.7.12 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

### 6月山行

#### 6-4 新倉山(あらくらやま) (1180.2m)

－梅雨の晴れ間 アヤメ群生地と新緑と富士山－

－別紙参照－

☆日 程：6月18(日) 天候：晴れ

☆行 程：下吉田駅 10:00⇒(0:30)⇒アヤメ群生地⇒(0:15)⇒ゴンゴン石⇒(0:15)⇒新倉山  
(1180.2m)⇒(0:55)⇒霜山(1302m)－昼食－13:10⇒(0:30)⇒湖畔下山道分岐⇒(0:35)⇒天  
上山(1140m)⇒(0:10)⇒富士見台⇒(0:45)⇒15:30 河口湖駅 (注)状況により行程変更あり

☆参加者(敬称略)：三浦、池田、市川、小川、三好、西村 6名

写真：[https://youtu.be/3SN9\\_FQoKBg](https://youtu.be/3SN9_FQoKBg)

#### 6-0 谷川岳

有志山行

天候：晴れ

高木(L) 市川(SL)

－別紙参照－

☆日 程：6月25日(土) 日帰り

☆行 程：

8:23 越後中里発⇒8:39 土合着⇒9:20 谷川岳ロープウェイ⇒9:30 谷川岳ロープウェイ山頂⇒9:50 リフト分岐⇒  
10:30 熊穴沢避難小屋⇒11:20 天狗溜まり場⇒12:10 肩の小屋⇒12:30 谷川岳トマの耳⇒12:50 肩の小屋－昼食  
－13:20⇒13:50 天狗溜まり場⇒14:20 熊穴沢避難小屋⇒15:10 ロープウェイ山頂駅⇒15:20 ロープウェイ入口  
＝15:50 ロープウェイバス停＝16:40 上毛高原－解散

☆参加者(敬称略)：高木(L)、生田目、市川、鈴木、小川 5名

### 7月山行

#### 八幡平・蔵王山 JR 大人の休日倶楽部パス利用 山と温泉行

－別紙参照－

☆日 程：7月1日(土)～4日(火)

☆参加者(敬称略)：三浦、池田、北原、小川、松井、三好 6名

## 山行計画

### 8月～11月 運営委員会案

8月 8/27(日) 入笠山(1955m)/南ア

－詳細別紙参照－

9月 9/24(日) 蛾ヶ岳(ひるがたけ 1279m)/山梨

－詳細後報－

10月 10/1(日) 鷹取山/逗子

宿輪(L)

(注) 2018年実施

－詳細別紙参照－

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

他 ①赤城山（黒松山 1828m）/上毛三山 ②網代弁天山（292m）・城山（331m）/あきる野市  
11月 ①三峰山（みつみねさん 934m）/丹沢 三峰山（妙法ヶ岳 1066m）/奥秩父  
②矢倉岳（870m）/神奈川

7月 夏山準備山行－汗、脚ならし－ 夏山参加されない方も歓迎

－詳細別紙参照－

☆日 程：7月16日（日） 高尾山口 9：00 集合 市川(L)  
☆行 程：高尾山口駅⇒清滝・稲荷山コース登山口⇒（0：50）⇒稲荷山⇒（0：50）⇒高尾山頂（599m）  
⇒（0：40）⇒一丁平⇒（0：30）⇒小仏城山（670m）⇒（0：20）⇒小仏峠⇒（0：40）⇒景信山  
山頂（727m）⇒（0：50）⇒景信山登山口⇒（0：10）⇒小仏バス停（290m）＊＝西東京バス＝JR 高  
尾駅北口 歩行時間：約5：00（休憩含まず）＊小仏 BT バス時刻 14：40・15：00・15：20・15：40  
参加可否回答：[7月高尾山～城山～景信山縦走 | 調整さん \(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com)

参加者（敬称略）：7/16（日）河野、三浦、宿輪、市川、松山、小川、浮津 7名 △池田、松井、西村  
7/23（日）河野、三浦、池田、宿輪、市川、小川、浮津 7名 △松井、西村

7-0 高尾山ビアマウント 高尾山を軽く歩いてから 納涼登山は如何？ 有志

2023.6/15～10/15 13：00～21：00 基本2時間飲み放題・食べ放題

[【公式】高尾山ビアマウント ネット予約 \(ebica.jp\)](http://ebica.jp) TEL050-3733-3437

料金：大人（高校生以上）4,300円（税込） シニア（65歳以上※） 4,000円（税込）

なお、延長料金は、平日は500円、土・日・祝日は1,000円が30分ごとに加算されます。

京王線・井の頭線、高尾山ケーブルカー・リフトは「高尾山きっぷ」をご利用ください。

（高尾山口駅を除いた京王線・井の頭線の各駅自動券売機にて発売しています。）

京王線新宿駅⇒高尾山口駅京王線往復乗車券＋ケーブルカー・リフト往復乗車券 1,726円 ⇒ 1,390円

[高尾山ビアマウント－2時間制 飲み放題・食べ放題 \(takaosan-beermount.com\)](http://takaosan-beermount.com)

8-0 入笠山（1955m） 『花の宝庫』入笠山（ニューカサヤマ）

市川(L)

－別紙参照－

入笠山は富士見町と伊那市に跨る標高1,955mの赤石山脈（南アルプス）に含まれる山です。

☆日 程：8月27日（日）

☆行 程：

アクセス：新宿7：00発＝あずさ1号・白馬行き＝立川7：21＝八王子7：29＝8：53小淵沢＝JR 中央  
本線松本行き乗り換え＝9：10富士見着

富士見駅（シャトルバス10分無料）⇒富士見パノラマリゾート山麓駅⇒ゴンドラリフト（10分・往復¥1,600）⇒山頂駅  
⇒（0：15）入笠湿原 ⇒（0：10）⇒御所平峠登山口⇒（0：30）⇒入笠山・昼食（0：30）⇒  
（0：30）⇒大阿原湿原入口⇒（0：15）⇒テイ沢分岐⇒（0：15）⇒大阿原湿原入口⇒（1：00）⇒入笠  
湿原⇒（0：15）⇒山頂駅⇒ゴンドラL⇒山麓駅⇒シャトルバス⇒富士見駅・中央本線⇒小淵沢・特急電車⇒立  
川⇒新宿 歩行時間：3時間5分 距離：8.2km 標高差：218m 初級

[トレッキングコース | 富士見パノラマリゾート 長野県富士見町 \(fujimipanorama.com\)](http://fujimipanorama.com)

6-5 平標山（1984m）・仙ノ倉山（2026m） 花の百名山 後日改めて計画要

前泊日帰りも可能ですが、ゆっくり花を觀賞しながら百名山を歩くために山小屋に1泊します。

☆日 程： 月（土）～（月） 前泊

☆行 程： 前泊しない方は、（日）越後湯沢駅 9時30分 集合

【1日目】 （日） 5時間35分/8.9km 標高差：1,014m

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

平標登山口 (970m) ⇒ (1 : 10) ⇒ 鉄塔台地や (0 : 50) ⇒ 松手山 (1614m) ⇒ (1 : 10) ⇒ 平標山山頂 (1984m) ⇒ (0 : 55) ⇒ 仙ノ倉山山頂 (2026m) ⇒ (0 : 50) ⇒ 平標山山頂 ⇒ (0 : 40) ⇒ 平標山ノ家 (1655 m) (泊) \* \*090-7832-0316 (管理人山口電話は 8 時 30 分～15 時 30 分まで) 事前予約要 平標山から最も近い山小屋 1泊2食 : 8,000 円 1泊夕食 : 7,000 円 1泊朝食 : 6,500 円 素泊まり : 5,500 円

【2日目】 (月) 1時間 40分/4.9km

平標山ノ家⇒(1:40分)⇒平標登山口=越後湯沢駅⇒温泉入浴\*=越後湯沢駅=東京 \*希望者

4-0 2023 高尾山歩会-1 高尾山 (599m) -2023.3月改修後の稲荷山コースを登る- -詳細別紙参照-

☆日 程 : 月 日 (日) 高尾山口 9:00 集合 三浦(L)

☆行 程 : 高尾山口駅⇒清滝・稲荷山コース登山口⇒(0:50)⇒稲荷山⇒(0:50)⇒高尾山 (599.3m) ⇒ (0:40) ⇒一丁平⇒(0:30)⇒小仏城山 (670m) ⇒(0:25)⇒小仏峠⇒(0:45)⇒小仏バス停 (290m) =西東京バス=JR 高尾駅 歩行時間 : 約 4 時間 (休憩含まず)

(注) 状況により一丁平まで行き高尾山頂に戻り、6号路 (琵琶滝コース 1:20) 等を下山するも可

4-1 倉戸山 (1169m) /奥多摩 4/下ヤマザクラのころ

☆日 程 : 4月 日 (日)

☆行 程 :

5月山行

5-0 京都トレイルーその2- 中止し秋に延期 9月か10月 紅葉シーズンの超混雑を避ける。

☆日 程 : 月 日 ( ) ~ ( )

-詳細後報-

☆行 程 : 東京 7:03④=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

【2日目】

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](http://fujiyama-bireji.jp) | [世田谷区民健康村 \(furusatokousha.co.jp\)](http://furusatokousha.co.jp)

[なかのビレッジ](http://nakanobireji.jp) | [世田谷区民健康村 \(furusatokousha.co.jp\)](http://furusatokousha.co.jp) 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)⇒ 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

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

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

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： 月 日 ( ) 日帰り

☆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

6-3 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 北アルプス入門コースベストワンのひとつ 2022 台風14号襲来で中止

☆日 程： 8月5日(土)前泊 ~ 8月8日(火)

予備日： 9月8日(金)前泊 ~ 11日(月) 9/9(土)前泊 ~ 12(火) 予定

☆行 程： 8/5 前泊 竹のや旅館/信濃大町 予約済

【1日目】宿=ジャンボタカ=柏原新道登山口⇒柏原新道をゆっくり登って種池山荘(泊) 5/22 山小屋予約済

【2日目】種池山荘⇒爺ヶ岳⇒冷池山荘ー休憩ー⇒鹿島槍ヶ岳⇒冷池山荘(泊) 5/22 山小屋予約済

【3日目】冷池山荘⇒種池山荘⇒柏原新道登山口⇒扇沢=バス=信濃大町

☆参加者：三浦、池田、市川、高木、鈴木、北原、小川 7名

8-1 御岳山・ロックガーデン レンゲショウマ

ー詳細後報ー

☆日 程： 8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. 梅池自然園大雪溪展望台(2020m)/白馬山麓 夏、秋、2024.4~5 スノーハイク ー詳細後報ー

## 「風の会ハイキングクラブ」—安心・安全・楽しく—

☆日程： 月 日 ( ) ~ ( )

☆行程： 歩行距離 約 6 km 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 樽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 樽池山荘 (泊) ¥9,900

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

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

【2日目】 樽池山荘 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 樽池山荘 13:30⇒13:40 樽の森  
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.樽池～風吹大池 (北ア最大の池) 三浦 (L) —詳細後報—

【1日目】 樽池自然園⇒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 ちょっとハード?

[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

## 「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

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～

### 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 \(mitamanoyu.jp\)](http://mitamanoyu.jp)

案3. 平標山・仙ノ倉 花の百名山 越後湯沢前泊 日帰りまたは山小屋（泊）

案4. 岳沢ヒュッテ（2170m）/上高地 往復 溜沢の代わり 10/初～中 10/下落葉松黄葉

前日：バスタ新宿 22:25＝さわやか新集合スタンダード（4列）・グリーンカー（3列）＝5:20 上高地 BT  
運賃：WEB決済・コンビニ決済 スタンダード 6,600～10,400円 グリーンカー（3列）8,400～12,200

初日：上高地バスターミナル 5:30⇒5:40 西糸屋山荘 7:00⇒7:30 風穴⇒7:50 ガレ場や 10:10 岳  
沢小屋休憩 11:00⇒12:30⇒14:00⇒15:00 西糸屋山荘（泊）\*

2日目：西糸屋山荘 8:00⇒田代池・大正池⇒10:00 西糸屋山荘⇒上高地周辺散策⇒上高地 BT 15:00\*・  
16:10＝（16:05\*・17:15 新島々）＝19:47\*・20:57 バスタ新宿 \*グリーンカー（3列）

宿案：西糸屋山荘 または 小梨平バンガロー

案5 尾瀬ヶ原

案6 出羽三山－羽黒山（414m現在）・月山（1984m過去）・湯殿山（1500m未来）－ 高木さん提案  
（2009.8に実施 現存者5名）

特別設定 えきねっと限定 大人の休日倶楽部パス東日本スペシャル ¥15,270

利用期間：2023.9.4（月）～13（水） 発売期間：2023.8.4（金）～9.9（土）

2023 忘年山行（案）⇒ 運営委員会でお願ひします。

☆日程：12月3日（日）

☆行程：

案1. 都立長沼公園散策後「鎌田鳥山」ランチ会食（再）

案2. 前泊 翌日 伊豆パノラマロープウェイ＝葛城山（452m）⇒益山寺⇒発端丈山（410m）⇒見晴台

案3. 軽く高尾山を歩いて 下山後宴会

案4. 金時山

その他希望案あればお願ひします。

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 4. 二子山/秩父 5. 鳥居原～南山 (544m) /丹沢

6. 荒崎シーサイドコース (7月) 7. 城ヶ崎一周と三崎港 (8月)

8. 宮ヶ瀬ダム鳥瞰コース 南山・高取山・仏果山

9. 赤城山 (黒檜山 1827m) /群馬上毛三山 2024.5～6 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](#)

10. 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

11. 子持山 (1296m) /群馬県・上毛三山 紅葉 12. 般若山・釜の沢五峰/秩父

13. 月居山または生瀬富士 (茨城のジャンダルム) と袋田の滝

14. 丸山・大棚山・金昌寺/秩父 15. 大日三山から 称名の滝縦走

16. 景信山 餅つき山行

17. 2017～2022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：2023.12.18 (月)～1.26 (金) 利用期間：2024.1.18 (木)～1.30 (火)

スノーシューハイク、ゲレンデスキー、温泉、観光

**他に希望地ありましたら提案ください。**

案：東北温泉 帰途越後湯沢泊、越後中里スキー 恐山/下北半島 冬の五能線

**2024年6月末～7月初「大人の休日倶楽部パス」東日本利用山行 ¥15,270**

**案1. 海外登山第3弾! ドンデン山～金北山～白雲台縦走/佐渡島** レンタカーで観光と温泉

[佐渡随一の源泉かけ流し八幡温泉 八幡館<佐渡島>](#)

[「ドンデン山荘～金北山～白雲台」トレッキングコース :: 佐渡島の花トレッキング \(sado-trekking.com\)](#)

[金北山 \(きんぼくさん\) : 1,172m / ヤマケイオンライン \(yamakei-online.com\)](#)

[新潟・佐渡島の最高峰・金北山へ! 登山と観光を楽しむ2泊3日の欲張り山旅 | YAMAP MAGAZINE](#)

案2. 出羽三山-羽黒山 (414m現在)・月山 (1984m過去)・湯殿山 (1500m未来) - 高木さん提案

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

(2009.8 に実施 現存者 5 名)

案 3. 恐山/下北半島

案 4.早池峰山

他に希望地ありましたら提案ください。

海外登山第 4 弾！ 三原山 (700m)・八丈富士 (854m) /八丈島

西村(L)

☆日 程：2024 年 4 月～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 \(hachijo.gr.jp\)](http://八丈島へのアクセス | 八丈島観光協会 (hachijo.gr.jp))

[01-32 \(hachijo.gr.jp\)](http://01-32 (hachijo.gr.jp))

お知らせ他

(1) 次回例会 8月2日(水) 18:00～ 第3会議室 → 中止 別日例会または暑気払い 会長一任

(2) 次々回例会 9月13日(水) 18:00～ 第3会議室

(3) 退会 中野真由美様

(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 ◎リーダー

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				○	○	○	
G 三ヶ原	○			○			

(6) 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



