

2023.11 月例会レジメ

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

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

2023.11.8 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 5 回、6 回接種要）



山行報告

10 月山行

10/21 (土) 破風山 (はっぷさん 627m) /秩父

天候：晴れ

－詳細別紙参照－

☆行程：歩行時間：3 時間 25 分 距離：8.2 km 実働時間：3 時間 50 分

皆野駅 9:51 = タクシー = 9:55 高橋沢登山口 10:00 ⇒ 高橋沢コース ⇒ 11:15 ゆず園 ⇒ 11:41 高橋沢コース分岐 ⇒ 11:49 休憩舎 ⇒ 11:55 破風山山頂 - 昼食 12:30 ⇒ 12:42 猿岩 ⇒ 13:04 山靴の分岐 ⇒ 13:23 風戸 (ふっと) の鏡肌 ⇒ 13:52 満願の湯・入浴・会食 15:55 ⇒ 16:00 満願の湯 B T 16:05 = 町営バス = 16:45 頃皆野駅 = 秩父鉄道 = 御花畑駅 ⇒ 西武秩父駅・解散

☆参加者 (敬称略)：市川 (L)、三浦、松山、鈴木 (典)、小川、吉田 計 6 名

☆写真：<https://youtu.be/BIP1sh6y-9Y>

山行計画

11 月～12 月 運営委員会案

その他案①赤城山 (黒桧山 1828m) /上毛三山 ②三峰山 (みつみねさん 934m) /丹沢 ③三峰山 (妙法ヶ岳 1066m) /奥秩父 ④矢倉岳 (870m) /神奈川

11 月山行

11/12 (日) 天覧山 (197m) ～多峯主山 (とうのすやま 271m) /飯能市

－詳細配布資料参照－

参加可否回答：[11 月山行天覧山～多峯主山/飯能 | 調整さん \(chouseisan.com\)](https://chouseisan.com)

三浦(L)、河野、鈴木 (美)、上島、宿輪、市川、鈴木 (典)、高木、小川、浮津、西村、吉田、松本、13 名 三好△、

11/15 (水) 羅漢寺山 (弥三郎岳 1058m) /山梨

－詳細別紙参照－

☆行程：JR 中央本線甲府駅改札口 8:30 集合 三浦、望月、生田目、小川 4 名

アクセス：新宿 7:00 = 特急あずさ 1 号 (松本行) = 8:27 甲府 ¥3,890 123km 往復でジパング可
甲府駅前 BT9:15 = 山梨交通 [4] 昇仙峡滝上行 (0:48) = 10:03 昇仙峡滝上 BT ¥920
滝上 BT ⇒ (0:03) ⇒ 仙娥滝昇仙峡ロプウェイ (0:05) = パノラマ台 ¥700

パノラマ台 10:30 ⇒ (0:20) ⇒ 弥三郎岳 (1058m) ⇒ (0:15) ⇒ パノラマ台 ⇒ (0:15) ⇒ 白砂山 ⇒ (0:25) ⇒ 白山展望台 ⇒ 0:25 ⇒ 外道の原 ⇒ 長潭道 (御嶽古道) 0:45 ⇒ 長潭橋 (昇仙峡口) ⇒ 御嶽新道

「風の会ハイキングクラブ」 -安心・安全・楽しく-

亀石・猿岩・富士石・五月雨岩・登龍岩・羅漢寺・夢の松島・天狗岩・石門・仙娥滝 (1:05) ⇒昇仙峡滝上
BT=甲府駅 三浦、小川、望月、生田目 4名

12月 12/2~3 忘年山行 伊予ヶ岳 (336m) ~富山 (349m)、鋸山 (330m) 日帰り参加可

12/2 新宿7番線 7:30 集合 新宿発 7:50 = 特急さざなみ1号館山行 = 9:51 岩井駅

参加可否回答: [2023 忘年山行 | 調整さん \(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com) - 詳細配布資料参照 -

- ① 12/2~3 三浦(L)、河野、市川、松山*、高木、鈴木(典)、小川、松井 8名 *12/3 帰京
- ② 12/2 吉田、△西村
- ③ 12/3 池田、△西村

11/中~12/上 高尾山紅葉 好天気の日実施

12月新規提案: 六甲山と有馬温泉 吉田(L) 実施

[六甲山トレッキングコース - 歴史と自然の摩耶登山 | 六甲山ナビ | 山と溪谷オンライン \(yamakei-online.com\)](http://yamakei-online.com)

参加可否回答: [12月六甲山山行 | 調整さん \(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com) 吉田、高木

12月高尾山ダイヤモンド富士観賞 12//20 (水) または 22 (金) 三浦(L)

2024年

- 日帰り 富士山に見える山 -
- 日帰り 駅から即ハイキング -
- 日帰り 駅から登山口までバス、タクシー max50分以内 -
- 日帰り 歩行時間 max5時間 目途 宿泊の場合、山小屋 16:00 迄必着 -
- 遠距離 ジバング倶楽部、大人の休日倶楽部パス利用可 年末年始、GW、夏休み (お盆) 混雑期は避ける。

1月~2月 運営委員会提案

1月 山行 行先とコースは、12月例会で決めます。

1案 大野山 (723m) - 別紙資料参照 -

☆日程: 1月7日 (日) 予備日 8日 (祝・月) 天気のいい日 2014.11.16 実施 現会員 7名参加

☆行程: 新松田駅改札口 9:20 集合 例: 新宿 8:01 = 小田急線快速急行小田原行 = 9:16 新松田
新松田 9:35 = 富士急湘南バス「谷58」西丹沢ビジットセンター行 (0:15) ¥420 = 9:53 大野山入口 ⇒ (0:30) ⇒ 高架下 ⇒ (0:20) ⇒ 古宿 ⇒ (1:30) ⇒ 犬ヶ坪 ⇒ (0:20) ⇒ 大野山 ⇒ (0:30) ⇒ 車道 (0:50) ⇒ JR 谷峨駅 = 松田 (新松田) 歩行距離: 8.9Km 歩行時間: 4時間 00分

2案 日の出山 (902m)

①上養沢~日の出山 (902m) ~つるつる温泉 - 別紙資料参照 -

☆行程: 武蔵五日市 9:35 = 10:12 上養沢 ⇒ (0:20) ⇒ 柿平園地 ⇒ (0:30) ⇒ 養沢鍾乳洞 ⇒ (0:50) ⇒ クロモ岩 ⇒ (0:20) ⇒ 日の出山 ⇒ (0:15) ⇒ クロモ岩 ⇒ (0:40) ⇒ 新旧道分岐 ⇒ (0:30) ⇒ つるつる温泉 = 武蔵五日市 歩行距離: 6.1km 標高差: ↑679m ↓692m 歩行時間: 3時間 25分

②御岳山~日出山~つるつる温泉 - 別紙資料参照 -

☆行程: 御嶽駅 = ケーブル下 = 御岳山駅 ⇒ (0:15) ⇒ 裏参道分岐 ⇒ (0:10) ⇒ 神代ケヤキ ⇒ (0:05) ⇒ 隨身門 ⇒ (0:05) ⇒ 神代ケヤキ ⇒ (0:50) ⇒ 日の出山 ⇒ (0:15) ⇒ クロモ岩 ⇒ 新旧道分岐 ⇒ (0:30) ⇒ つるつる温泉 = 武蔵五日市

歩行距離: 6.3km 標高差: ↑437m ↓927m 歩行時間: 2時間 50分

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）

冬の五能線の旅と温泉 ～風雪ながれ旅 呑み鉄温泉日本海～

－詳細別紙参照－

☆日程：1月20日（土）～23日（月）（注）2023.1.20（金）～22（日）・23（月）実施

参加可否回答：[1月冬の五能線と津鉄ストーブ列車の旅 | 調整さん \(chouseisan.com\)](#) 期限：11/20

☆行程：（注）全日程の参加難しい方は、都合のよい日程で参加も可

【1日目】東京6：32＝はやぶさ1号新函館北斗行＝9：49新青森9：58＝奥羽本線＝10：29川部10：38＝五能線＝11：05五所川原⇒（0：04）⇒津軽五所川原12：00＝津軽鉄道**ストーブ列車**＝12：45津軽中里津軽中里14：53・15：54*＝15：31・16：38*津軽五所川原⇒五所川原（泊） *ストーブ列車 御所川原の宿予定 ホテル五所川原サンルートまたは音次郎温泉（素泊まり 駅から徒歩20分）

【2日目】五所川原9：27＝リゾートしらがみ2号（全席指定）＝11：13ウェスパ椿山＝送迎バス*＝黄金崎不老ふ死温泉（泊） *「普通列車」利用の場合 要予約 0173-74-3500

【3日目】ウェスパ椿山9：35＝快速＝10：37東能代 秋田・男鹿に1泊または男鹿から帰京

2月山行 12月例会で決めます。

☆日程：2月4日（日）または 月 日（ ）

1案 陣馬山（855m）（注）下山コースは、仮に設定、選択可能

☆行程：①JR中央線・高尾駅＝陣馬高原下バス停（0：20）⇒新ハイキングコース入口⇒（1：00）⇒陣馬山⇒（0：40）⇒新ハイキングコース入口⇒（0：20）⇒陣馬高原下バス停＝JR高尾駅

歩行距離：6.0km 標高差：↑575m ↓575m 歩行時間：約2時間20分

②JR高尾駅またはJR藤野駅＝タクシー＝和田峠（689m）⇒（0：30）⇒陣馬山（陣場山）⇒（0：40）⇒新道登山口⇒（0：20）⇒陣馬高原下

歩行距離：3.7km 標高差：↑203m ↓571m 歩行時間：1時間30分

③JR藤野駅9：06・9：40＝（0：05）＝9：11・9：45陣馬登山口バス停⇒（1：00）⇒和田第二尾根分岐⇒（0：40）⇒陣馬山⇒（0：30）⇒和田第二尾根分岐⇒（0：50）⇒陣馬登山口バス停＝（0：05）＝JR藤野駅（注）藤野駅から歩くと約30分

藤野駅から歩いた場合：歩行距離：13.1km 標高差：↑912m ↓912m 歩行時間：約4時間

2案 日和田山

☆行程：武蔵横手⇒（1：05）⇒北向地藏⇒（0：40）⇒ヤセオネ峠⇒（0：05）⇒物見山⇒（0：15）⇒駒高⇒（0：30）⇒日和田山⇒（0：10）⇒金刀比羅神社⇒（0：30）⇒日和田山登山口⇒（0：10）⇒本郷信号⇒（0：01）⇒鹿台橋⇒（0：15）⇒高麗駅

歩行距離：8.7km 標高差：↑607m ↓601m 歩行時間：3時間41分

その他2月～3月の陽だまりハイク（雪もあり）&富士山眺望の候補地 ⇒運営委員会検討ください。

①矢倉岳（870m）/箱根 ②百蔵山（1003m）/中央線沿線 ③三国山・鉄砲木の頭（1291m）/山中湖 ④幕山（626m）/湯河原 ⑤長者ヶ岳（1336m）・天子ヶ岳（1330m）/富士宮市 1泊余裕あり

2月18（日）～19（月） 越後湯沢スキー

3月山行 スノーシューハイク 未定

4月山行 お花見ハイク

4-1 倉戸山（1169m）/奥多摩 4/下ヤマザクラのころ

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

☆日 程： 4月 日 (日)

☆行 程：

4-2 高尾山 または 弘法山 平日お花見ハイク

5月山行

5-0 京都トレイル－その2－

☆日 程： 月 日 () ～ ()

－詳細後報－

☆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 伏見稻荷駅

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

【2日目】市内社寺観光 未定

5-1 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)

なかのビレッジ | 世田谷区民健康村 (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*

5-2 日向山 (1660m) / 山梨 【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

5-3 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！

5-4 那須岳 (茶臼岳・朝日岳) 5/上～6/上 ゴヨウツツジ 新緑 三斗小屋温泉

6月山行

6-1 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

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

帰途新潟＝上越新幹線＝高崎＝北陸新幹線＝黒部宇奈月温泉⇒(0：10)⇒新黒部駅＝(0：25)＝宇奈月温泉駅⇒(0：05)⇒宇奈月駅＝黒部峡谷鉄道トロッコ電車＝(0：25)＝黒薙駅⇒(0：20)⇒黒薙温泉 (泊) [交通アクセス](#) | [黒薙温泉旅館【公式サイト】](#) | [黒部・宇奈月温泉 \(kuronagi.jp\)](#)

[初めての方へ](#) | [黒薙温泉旅館【公式サイト】](#) | [黒部・宇奈月温泉 \(kuronagi.jp\)](#)

[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)－2009.8 に実施)
高木さん提案 現在羽黒山五重塔屋根葺き替え工事のため見られない。

案 3. 恐山/下北半島 案 4. 早池峰山

6-2 海外登山第4弾！ (案) 三原山 (700m)・八丈富士 (854m) / 八丈島 西村(L)

☆日 程：2024年 時期未定 [西村\(L\)の都合](#)

01-32 (hachijo.gr.jp)

6-3 峰山 (570m)

☆日 程： 月 日 ()

☆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

6-4 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

平標登山口 (970m) ⇒ (1:10) ⇒ 鉄塔台地 ⇒ (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 (1655m) (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

6-5 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

6-6 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

7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：

7-2 金剛の滝・広徳寺/秋川丘陵

イワタバコ

☆日 程： 月 日 ()

☆行 程：

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

8-1 2024 夏山 爺ヶ岳・鹿島槍ヶ岳 2024.6 月参加者再募集

－詳細再報－

8-2 御岳山・ロックガーデン レンゲシヨウマ

－詳細後報－

☆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

8-3 栂池自然園大雪渓展望台 (2020m) / 白馬山麓 夏、秋、2024.4~5 スノーハイク

－詳細後報－

8-4 栂池～風吹大池 (北ア最大の池)

三浦 (L)

－詳細後報－

8-5 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](#)

8-6 鳩ノ巣溪谷/奥多摩

8-7 大日三山から 称名の滝縦走

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 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： 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** () 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 \(cocoyoko.net\)](#)

[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) / 北アルプス山行ーお洒落な五ノ池小屋に泊まる！ー

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

その他

案 1. 宝剣岳・木曾駒ヶ岳/長野 10/14 (土) ~16 (月) 中央アルプス駒ヶ岳ロープウェイ

案 2. 2024.8.3? 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)

2024 年 8 月 2 日 (金)・8 月 3 日 (土) 長岡花火大会観賞後

案 3. 岳沢ヒュッテ (2170m) / 上高地 往復 **涸沢の代わり** 10/初~中 10/下落葉松黄葉

案 4. 出羽三山ー羽黒山 (414m現在)・月山 (1984m過去)・湯殿山 (1500m未来) ー 高木さん提案 (2009.8に実施 現存者5名) ⇒羽黒山の五重塔屋根葺き替え工事のため見られず⇒2025年5月以降

案 5. 尾瀬ヶ原 桧枝岐温泉

案 6. 早池峰山

10 月山行

10-0 那須岳 (茶臼岳) の紅葉 三斗小屋温泉 (泊)

10-1 月居山または生瀬富士 (茨城のジャンダルム) と袋田の滝

「風の会ハイキングクラブ」 -安心・安全・楽しく-

10-2 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](#)

10-3 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

10-4 子持山 (1296m) /群馬県・上毛三山 紅・黄葉

10-5 秋川丘陵 金剛の滝・広徳寺コース

2024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) 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

(2) 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

(3) 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

(4) 日光白根山

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、運営委員会へ提案ください。**

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 ほったらかし温泉

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.般若山・釜の沢五峰/秩父

10.丸山・大棚山・金昌寺/秩父

11.景信山 餅つき山行

12.志賀高原

13.伊豆三山縦走 (城山・葛城山・発端丈山)

14.2017~2022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-

お知らせ他

(1) 次回例会 12月13日 (水) 18:00~ 第3会議室

(2) 次々回例会 1月10日 (水) 18:00~ 第3会議室

(3) 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	○	○		○		○	

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

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				○	○	○	
筧		○		○			
高橋			○				
松本		○					
G 三ヶ原	○			○			
G 橋本	○						

(6) 会費納入のお願い (2023年分および以前の未納分)

- ・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

2023年山行写真 Q_youtube

