

NPO法人  
さいたま山に親しむ会



〒364-0035 北本市西高尾3-167ヒライビル  
TEL/FAX. 048-592-2814  
E-mail [info@saitama-mt.jp](mailto:info@saitama-mt.jp) HP<http://www.saitama-mt.jp/>

**\* 共通のご案内 \***

- 先着順にお申込みをお受けいたします。(最少催行人員：5名、ただし宿泊を伴うものは6名)
  - 出発日の1週間前までに参加希望者が最少催行人員に満たない場合は、残念ながら当該企画の実施を中止いたします。その際は、すでにお申込みをされている皆さまにはご連絡をいたします。
  - 定員(8名)を超えるお申込みがあった場合は、ワゴン車を2台にさせていただく場合があります。
  - 入浴料は参加費に含まれていません。
  - 交通手段は自家用ワゴン車となります。
  - お問い合わせ・お申込みは、各リーダーまたは事務所までお願いいたします。
  - 持ち物はいずれのイベントも次の装備(\*)が必要です。特別に必要な装備は各イベントごとに記載がありますので、忘れずにお待ちください。
- \* 歩きやすい服・靴、弁当、水筒、おやつ、雨具、防寒具、手袋、帽子、替替え一式(ハイキング後の温泉用)

**\* お問い合わせ・お申込み先 \***

- 上野 司 TEL 080 (5061) 6201
- 上野はるか TEL 080 (5498) 0015
- 事務所 TEL 048 (592) 2814 E-mail: [info@saitama-mt.jp](mailto:info@saitama-mt.jp)

7/4(火)~5(木) 男体山から女峰山

7/8(土) 岩菅山

7/11(火) 那須・流石山(ら)

7/13(木) 足尾・中倉山から沢入山

7/20~21(木・金) 南ア・仙丈岳←**日程変更**

7/25(火) 玉原高原(ら)

7/28(金)~31(月) 北海道・大雪縦走

8/3(木) 万座温泉から熊四郎山(ら)

8/7(月)~9(水) 中央アルプス縦走

8/11(金) 百名山・妙高山←**NEW**

8/17(木) 富士山0号目から5合目←**山変更**

8/19(土) 市民ハイク 根子岳

8/22(火)~24(木) 百名山・大朝日岳

8/29(火) 国師ヶ岳・北奥千丈岳(ら)

9/2(土) 百名山・四阿山(ら)

9/6(水)~7(木) 小赤沢温泉から苗場山

9/12(火) 日和田山から巾着田(ら)

9/14(木)~16(土) 南ア・白峰三山縦走

9/18(月) 芳ヶ平湿原から草津白根山

9/21(木) 白駒池からニュー・高見石

9/26(火) 紅葉の日光・小田代ヶ原と高山(ら)

9/29(金)~30(土) 岩手山と秋田駒ヶ岳

★市民ハイキングの案内は別紙をご参照ください。

★(ら)のマークはコースタイム4時間以内の  
らくらくコースです。

# くらくらくハイキング・ウォーキング

## ニッコウキスゲの大群落 那須連峰・大峠から流石山 (1812m)

栃木・福島県境に連なる裏那須連峰は高山植物の楽園です。とりわけ、大峠から流石山の稜線は、この時期、黄色いニッコウキスゲに埋め尽くされます。大峠へは栃木県側からは1日の道のりですが、会津側から入れればわずか1時間。近年開通した甲子トンネルを通れば、埼玉からもそれ程遠くありません。さあ、なかなか行くチャンスのない裏那須連峰の花たちに会いに行きませんか？

■実施日／7月11日(火)

■時間／6：00北本集合、6：15鴻巣集合 19：00解散(予定)

■歩行／4時間 ■標高差／500m ■参加費／11,000円

■リーダー／上野 司

■コース／北本－鴻巣－東北道白河IC－甲子トンネル－大峠北側登山口－大峠－流石山－大峠－温泉入浴－往路を戻る

## ラベンダーの花園とブナの森

## 玉原高原 (1302m)

玉原高原は武尊山の西に連なる鹿俣山の中腹にあり、標高1200m～1600mの国有林に開かれた緑豊かな森林です。鹿俣山への斜面は冬はスキー場として賑わいますが、7月には一面のラベンダー畑が広がります。玉原湿原は高山植物の宝庫。この時期はワタスゲやヒオウギアヤメがそよ風に揺れ、森林浴を楽しむにも絶好のフィールドと言えるでしょう。帰りには、天狗の面で有名な迦葉山にも立ち寄る素敵な山旅です。どうぞご参加ください。

■実施日／7月25日(火)

■時間／6：30北本集合、6：45鴻巣集合 19：00解散(予定)

■歩行／3時間 ■標高差／200m ■リーダー／上野 司

■参加費／12,000円(ラベンダー園の入園料が1000円かかります)

■コース／北本－鴻巣－関越道－沼田IC－玉原高原センターハウス－玉原湿原－1302mピークブナ平センターハウス－ラベンダー園－迦葉山－温泉入浴－往路を戻る

## 万座温泉を一望

## コマクサの咲く 熊四郎山 (1897m)

熊四郎山は群馬県と長野県の県境稜線にほど近い、万座温泉を見下ろす高台にある山です。今回はコマクサが自生することでも有名な遊歩道を歩きます。遊歩道沿いには、万座温泉の源泉の湯畑や、昔は漁師が寝泊まりしていたという熊四郎洞窟があり、さらに少しの急登を登ると、熊四郎山に到着。山頂からは湯畑のみならず万座の街全体が見渡せます。帰路は薬師堂や牛池の周りの小さな湿原を回って万座温泉Pへ戻る周回コースを歩きます。下山後はお待ちかねの万座温泉の展望露天風呂。乳白色の絶景露天風呂をお楽しみ下さい。

■実施日／8月3日（木）

■時間／ 6：00 北本集合、6：15 鴻巣集合 19：00 解散（予定）

■歩行／ 3時間 ■標高差／ 200m ■リーダー／上野 はるか

■参加費／12,500円（万座温泉の日帰り入浴料1200円を含む）

■コース／北本—鴻巣—関越道—渋川伊香保IC—万座温泉ホテルP—湯畑—熊四郎洞窟—熊四郎山見晴らし台—しゃくなげコース—薬師堂—牛池—万座温泉ホテルP—万座温泉入浴—往路を戻る

## 奥秩父の最高峰にらくらく登る 国師ヶ岳・北奥千丈岳（2601m）

奥秩父の最高峰で、アルペンムードを楽しみましょう。勝沼ICから1時間、標高2370mの大弛峠まで車で上がれば、奥秩父最高峰・北奥千丈岳まではわずか1時間。隣には風格あふれる国師ヶ岳もそびえているので、こちらにも往復しましょう。深い原生林の中に、岩ゴロゴロの展望台が点在する登山道はとても楽しく、みなさん奥秩父の大ファンになること請け合いです。

■実施日／ 8月29日（火）

■時間／ 6：00 鴻巣集合 6：15 北本集合 19：00 解散（予定）

■歩行／ 3時間 ■標高差／ 250m ■参加費／ 12,000円

■リーダー／上野 司

■コース／鴻巣—北本—圏央道・中央道—勝沼IC—大弛峠—国師ヶ岳—北奥千丈岳—大弛峠—温泉入浴—往路を戻る

## ゴンドラを使ってらくらく百名山の頂へ 四阿山（2354m）

深田久弥が『日本百名山』で「ピッケル・ザイル党には向かないかもしれぬが、しみじみした情緒を持った日本的な山である」と紹介したのが、四阿山です。今回は標高2000m付近までパルコールスキー場のゴンドラを利用しますので、登り1時間半ほどで大展望の山頂へ達することができます。登山道から見渡す周囲の山々、高山植物を見ながら、らくらく晩夏の高山ハイキングを味わいましょう。

■実施日／9月2日（土）

■時間／6：00 北本集合、6：15 鴻巣集合 19：00 解散（予定）

■歩行／3時間 ■標高差／400m ■リーダー／上野はるか

■参加費／13500円（ゴンドラ往復料金2500円を含む）

■コース／北本—鴻巣—東松山IC—渋川伊香保IC—パルコール孺恋—山頂駅—四阿山往復—山頂駅—温泉入浴—往路を戻る

## 秋の曼珠沙華の群生を眼下に 日和田山（305m）と巾着田

日高市内を流れる清流、高麗川の蛇行により長い年月をかけてつくられた岸边は、その形がきんちゃくの形に似ていることから、巾着田と呼ばれるようになりました。

直径約 500 メートル、面積約 22 ヘクタールの川に囲まれた平地は曼珠沙華の群生地となっており、日和田山から見下ろす巾着田はまるで赤い絨毯を敷き詰めたようです。曼珠沙華は、サンスクリット語の「赤い」を意味する「manjusaka（マンジュシャカ）」の音にあわせて漢字を当てたもので、仏教ではおめでたい事が起こる兆しに天から降ってくる縁起の良い花と捉えられています。今回は日和田山に登ってから高麗川に降りていき、曼珠沙華公園を散策しましょう。ハイキング後に立ち寄る大型農産物直売所「アグレッシュ日高中央」でのお買い物もお楽しみに。

■実施日／9月12日（火）

■時間／7：00 鴻巣集合、7：15 北本集合 17：00 解散（予定）

■歩行／3 時間 ■標高差／250m ■リーダー／上野はるか

■参加費／9,900円（曼珠沙華公園入園料を含む）

■コース／鴻巣—北本—桶川北本IC—圏央鶴ヶ島IC—巾着田駐車場—日和田山—巾着田—温泉入浴—往路を戻る

## 草紅葉の色づく日光へ 小田代ヶ原と日光・高山（1667m）

戦場ヶ原の西に広がる小田代湿原は、「貴婦人」と呼ばれるシラカバの木の出立ちがとても美しいことで有名です。紅葉の時期は湿地に広がる草紅葉をはじめ、多くの自然が色づく姿を楽しむことができます。今回は、竜頭の滝からこの小田代ヶ原を散策し、小田代ヶ原と中禅寺湖の間にある日光・高山に登り、尾根道から竜頭の滝に戻ってくる、日光の自然が満載の周遊コースを歩いてみましょう。日光と取り巻く男体山や日光白根山などの名山の展望もお楽しみに！

■実施日／9月26日（火）

■時間／ 6：00 北本集合 6：15 鴻巣集合 19：00 解散（予定）

■歩行／ 4時間 ■標高差／ 400m ■参加費／ 12,000円

■リーダー／上野 はるか

■コース／北本—鴻巣—東北道日光道・清滝IC—竜頭の滝P—小田代ヶ原散策—高山—竜頭の滝P—温泉入浴—往路を戻る

# <しっかりハイキング、登山>

## 避難小屋泊でロング縦走に挑戦

## 日光・女峰山から男体山

霧降高原からスタートして、赤薙山、女峰山、小真名子山、大真名子山、男体山を縦走して、中禅寺湖に下るロングトレイルの縦走です。女峰山の南にある唐沢避難小屋に1泊しての歩行時間17時間のロングコースですが、日光の山を自分たちで独り占めしたような気持ちになる展望抜群の縦走です。体調を整え、荷物を軽めにして、ぜひチャレンジしてください。

■実施日／7月4日(火)～7月5日(水)

■時間／7/4 5:00 北本集合 5:15 鴻巣集合  
7/5 21:00 解散予定

■歩行／1日目 7時間 2日目 10時間 ■標高差 1300m

■参加費／26,000円(避難小屋泊2食費用、タクシー代金を含む)

■リーダー／上野 司

■コース／

1日目 北本－鴻巣－東北道・日光道－霧降高原－赤薙山－女峰山－唐沢避難小屋  
(水は往復30分の湧水を利用)

2日目 避難小屋発－小真名子山－大真名子山－志津乗越－男体山－二荒山神社－タクシーで霧降高原へ戻る－温泉入浴－往路を戻る

## 花の高原を眺める美しい稜線歩き

## 200名山 岩菅山 (2295m)

岩菅山は志賀高原内にある代表的な山で、その高山植物の豊さからから、夏には多くの登山客で賑わいます。岩菅山のもう一つの魅力はたおやかで美しい稜線と、そこから見渡せる志賀高原の絶景です。稜線を歩いた先にある頂上からの展望も抜群。梅雨の晴れ間を願って、夏山高山歩きを楽しみましょう！

■実施日／7月8日(土)

■時間／ 5:00北本集合、5:15鴻巣集合、19:00解散(予定)

■参加費／11,000円

■歩行／ 6時間 ■標高差／700m ■リーダー／上野 はるか

■コース／北本－鴻巣－東松山IC－関越道・上信越道－信州中野IC－聖平登山口－岩菅山－往路を戻る－温泉入浴－往路を戻る

## 足尾の鉱害を生き抜いた「孤高のブナ」

## 中倉山・沢入山 (1704m)

足尾鉱山はその昔、日本一の鉱都と呼ばれ栄えていましたが、鉱山から流出した鉱毒は周囲の自然に大きな被害を残します。中倉山・沢入山の周辺も煙害により約120年前に木々が消失しました。しかし中倉山から沢入山の稜線には、過酷な煙害を生き抜いた「孤高のブナ」が一本だけ立っています。今ではその「孤高のブナ」の存在

が話題になり、この山は一気に人気を博すようになりました。アルプスを彷彿とさせる開放的な稜線には今や緑が生い茂り、気持ちの良い尾根歩きが楽しめます。

■実施日／7月13日(木)

■時間／ 6:00北本集合 6:15鴻巣集合 19:00解散(予定)

■歩行／ 6時間半 ■標高差／1150m ■参加費／11000円

■リーダー／ 大島わかな

■コース／北本—鴻巣—銅親水公園—中倉山—沢入山(そうり山)—中倉山—銅親水公園—温泉入浴—往路を戻る

### 頂上直下・展望最高の仙丈小屋泊 ゆったり花の仙丈岳(3033m)

仙丈岳はカールで形成されたたおやかな山容が特徴的な山で、対峙する男性的な険しさのある甲斐駒ヶ岳と比較して、南アルプスの女王と称されています。今回はそのカールの中、山頂直下に建つ仙丈小屋に泊まります。カールの中はお花畑が広がる別天地。—昨年新設された仙丈小屋の「天空テラス」で絶景とお花畑を楽しみましょう。仙丈岳は北沢峠から日帰りで行く人も多いですが、今回は1泊2日なので、アルプスの山歩きや小屋泊りを経験したことがないので不安・・・という方にもバッチリおすすめできる山旅です。

■実施日／7月19日(水)～20日(木)

■時間／5:00 鴻巣集合 5:15 北本集合

■歩行／1日目 4時間半、2日目 4時間 ■標高差 1000m.

■参加費／42,000円(南アルプス林道バス代金、山小屋1泊2食代金を含む)

■リーダー／上野 はるか

■コース／

1日目 鴻巣—北本—圏央道・中央道—仙流荘 10:05 発の南アルプス林道バス乗車—11:00 北沢峠—馬の背ヒュッテ—仙丈小屋(泊)

2日目 仙丈小屋—仙丈岳—小仙丈岳—北沢峠 13:10 発のバス乗車—13:55 仙流荘—温泉入浴—往路を戻る

### 夢の大雪山縦走 百名山・旭岳(2291m)からトムラウシ山(2141m)

昨年はトムラウシ山を単独で登る予定でしたが、悪天のため羊蹄山へ変更となりました。今回はリベンジのトムラウシでしたが、倒されてもタダでは起きない精神で、さらに欲張りな縦走を計画しています。年末のアンケートで大雪山縦走かトムラウシ単独で聞いてみたところ、案外縦走の希望が多いことに、運営側としても驚き、少し不安になり、それ以上に嬉しくもありました。大雪山縦走となると、避難小屋へ2泊するため荷物も増え、1日のコースタイムも長くなるので、なかなかチャレンジングな選択です。でも、山を楽しむにはやっぱり縦走！最短コースからのピークハントは時にむなしさを感じます。旭岳からトムラウシの稜線はとくに大雪山特有の高山植物の大群落や固有種、希少種が多く、フラワーロードと言われており、この稜線は縦走でないと歩けません。

皆さん、トレーニングと体調管理をしっかりやって、このNPOらしい夢の縦走コースを踏破しましょう！今回は、すでに北海道在住の現地サポートの若者も手配しているので、荷物が不安な方はお気軽にご相談ください。スタッフ3人で不測の事態に対応できるよう、運営としても準備していきます。

■実施日／7月28（金）～31日（月）

■時間／ 6：00 羽田空港第2ターミナル 集合

※高崎線の始発では間に合わないので、3：45 鴻巣市役所、4：00 北本市役所出発の自家用車を出します。乗車をご希望の方はご連絡ください。別途＜北本―羽田空港往復交通費＞として4000円頂く予定です。

■参加費／106,000円 ■リーダー／上野 はるか

■歩行／ 1日目 6時間半 2日目 8時間 3日目 8時間

■コース／

1日目 7:00 羽田発―ANA4781―8:35 旭川空港

旭岳ロープウェイ乗車―旭岳―北海岳―白雲岳避難小屋（泊）

2日目 白雲岳避難小屋―忠別岳―五色岳―化雲岳―ヒサゴ沼避難小屋（泊）

3日目 ヒサゴ沼避難小屋―トムラウシ山―トムラウシ短縮コース登山口

4日目 観光兼予備日（天候によってはこの日も登山日になる可能性あり）

19:30 新千歳―ANA78―21:05 羽田空港

■特別に必要な装備／軽アイゼン or チェーンスパイク

■申込金／ 50,000円

①申込金を5月31日（水）までにご納入下さい。

②6月26日（月）までのキャンセルに関しては、46,000円を返金できますが、それ以降は申込金の払い戻しができませんので、ご了承ください。

## 夢の中央アルプス縦走で百名山2座 木曽駒、宝剣、空木岳

中央アルプスは例年7月の梅雨明けから一気に高山植物が咲き、一面のお花畑が広がります。そんな天空の花園で楽しみながら、空木岳へと続く穏やかな稜線を歩いていきましょう。今回は、ロープウェイを利用し千畳敷カールから稜線に上がり、木曽駒ヶ岳を往復してから宝剣山荘で1泊。2日目は宝剣岳に登り、檜尾岳を通過して木曽殿山荘まで縦走、そして最終日に空木岳に登り、駒ヶ根高原に下山する夢の縦走コースです。中央アルプスがその他のアルプス縦走と違う点は、稜線までの登りがロープウェイによって省略できること、宝剣山荘（標高約2850m）から2泊目の木曽殿山荘（標高約2500m）までは下りベースの縦走となることです。そういう点で、比較的歩きやすい稜線歩きですので、ぜひアルプス縦走が未経験の方もチャレンジしてみてください！

■実施日／8月7日（月）～9日（水）

■時間／ 8日 6：00 鴻巣集合 6：15 北本集合

10日 19：00 解散（予定）

■歩行／1日目 3時間 2日目 7時間 3日目 7時間

- 標高差／1日目 350m 2日目 350m 3日目 1200m
- 参加費／ 82,000円（山小屋2泊4食、バス・ロープウェイ代金を含む）
- リーダー／上野 はるか
- コース／

- 1日目 鴻巣ー北本ー圏央道・中央道ー駒ヶ根 | Cー駒ヶ根高原ーバス・ロープウェイー千畳敷ー宝剣山荘ー木曾駒往復ー宝剣山荘（泊）
- 2日目 山荘ー宝剣岳ー檜尾岳ー木曾殿山荘（泊）
- 3日目 山荘ー空木岳ー池山ー駒ヶ根高原ー往路を戻る

### 源泉湧き出る地獄谷と火口原を越えて 百名山・妙高山（2454m）

妙高山は馬てい形をした外輪山に囲まれた、ドーム状の山です。笹ヶ峰から登る西側の登山道は、外輪山を一山越えてカルデラの凹地に下り、またドーム状のピークまで登るハードなコースですが、今回の東側の登山道は馬てい形の端の方を通るので、ほとんど高度を下げることなく山頂まで上がってから見える地獄谷は毎分1500リットルもの温泉が湧き出し、妙高温泉街へと供給されています。このコースを歩けば、火山噴火と温泉は一つの自然運動から起きるもので、その災いと恵みは表裏一体なのだ実感することでしょう。下山後の入浴はもちろん妙高山麓の温泉です！

- 実施日／8月11日（金）※山の日祝日です。
- 時間／北本集合4：30、鴻巣集合4：45 解散20：00（予定）
- 歩行／7時間 ■標高差／1200m ■参加費／12,000円
- リーダー／上野 はるか
- コース／北本ー鴻巣ー東松山 | Cー関越・上信越・長野道ー燕温泉ー天狗堂ー妙高山ー燕温泉ー温泉入浴ー往路を戻る

### 富士山0合目（850m）から5合目（2300m）へ 富士登山完歩

富士山に登ったことがある方でも、0合目から5合目までを歩いた方は多く無いのでは？いま一般的となっている五合目からの富士登山は、歩き始めてすぐに木々が消え、一面に小石が広がる急登をひたすら登ることになります。じつは五合目から下には豊かな自然の森が広がっています。江戸時代の人々はそんな景観の移り変わりを楽しみながら登山をしたことでしょう。コースの途中にある「中の茶屋」は江戸中期から300年以上続いてきたお茶屋さん、さらに馬返しから先には、昔茶屋や宿だった小屋が朽ちかけながらも当時の姿で残されています。私はこの静かで、往時の面影の残る古道がすごく気に入っていて、ぜひ皆さんにも歩いてみてほしいと思っていました。いにしへの富士登山者たちに想いを馳せながら、富士山を完歩してみましょ。

- 実施日／ 8月17日（木）
- 時間／ 6：00鴻巣集合 6：15北本集合 19：00解散（予定）
- 歩行／ 6時間 ■標高差／ 1450m ■リーダー／上野 はるか
- 参加費／ 11,000円（富士山5合目からのバス料金1780円が別途かかります）



■コース／鴻巣ー北本ー圏央道・中央道ー河口湖ICー富士浅間神社ー中の茶屋Pー馬返ー富士吉田口登山道ー佐藤小屋ー富士スバルライン5合目ー14:40バス乗車ー15:35富士山駅ー富士浅間神社Pー温泉入浴ー往路を戻る

## 避難小屋泊 ゆったり行程で挑戦 花の大朝日岳 (1870m)

山形県西部に聳える大朝日岳は、営業小屋の無い数少ない百名山の一つです。そのため、登頂困難な山というイメージを持つ方も多いですが、じつは避難小屋に2泊すれば1日のコースタイムは5時間ほどで登ることができます。シュラフやマット、2日分の食料を背負うことができる人なら、十分に目指せる山となります。

1日目は4時間の尾根登りを頑張って、鳥原小屋まで。2日目は稜線歩きで小朝日岳を越え、大朝日小屋まで歩きます。この稜線や朝日小屋付近は高山植物の宝庫となっており、展望とお花が楽しめます。3日目はぜひ小屋から15分の大朝日岳山頂でご来光を拜んでから下山しましょう。下山の中ツル尾根は急な下りですが、3時間ほどで朝日川にぶつかり、最後は沢沿いの溪谷道を歩いてゴールです。

■実施日／8月22日(火)～24日(木)

■時間／集合 8月22日 5:00 北本集合 5:15 鴻巣集合  
解散 8月24日 19:00 同所

■歩行／1日目4時間 2日目4時間 3日目5時間

■標高差 1日目700m 2日目500m 3日目1300m

■参加費／62,000円(貸切バスレンタル料、2泊4食分食料費を含む)

※貸切バス料金を参加者数で割るため、ひとりあたりの交通費負担が昨年より高くなっております、ご了承ください。

■リーダー／上野 司

■コース／

1日目 羽生ICー南陽高畠ICー朝日鉱泉P 560mー鳥原小屋 1280m(泊)

2日目 鳥原小屋ー鳥原山ー小朝日岳ー大朝日小屋 1780m(泊)

3日目 大朝日岳 1870mー長命水ー朝日鉱泉Pー温泉入浴ー往路を戻る

■特別に必要な装備 シュラフ、マット

## 草もみじ揺れる頂上湿原をゆっくり散策 苗場山 (2145m)

百名山・苗場山は山頂に広大な湿原を持つ、テーブルマウンテンです。頂上湿原にある無数の池塘が田んぼのように見えることから「神の苗代田」と呼ばれ、古くから稲作の神様として信仰されてきました。今回は新潟県と長野県の県境に鎮座する苗場山へ、長野県の秋山郷から小赤沢ルートから登ってみましょう。このコースは新潟県の神楽スキー場からのルートよりも短い時間で山頂に至る、ぶな林あり、鎖場ありの変化に富んだ登山道です。

NPOではこれまで日帰りの苗場山登山しか企画して来ませんでしたが、往復8時間のコースとなるため苗場山の最大の魅力である山頂台地の散策はいつもできず、厳しめの、慌ただしい登山となっていました。山頂にある山小屋に泊まれば、夕暮れに

赤く染まる池塘や、ご来光が見られるのはもちろんのこと、苗場山の広大な山頂湿原をゆっくり散策することができます。苗場山に登ったことのある方もない方も、きっと満足できる山旅になることでしょう！

■実施日／ 9月6日(水)～9月7日(木)

■時間／ 9月6日(水) 6:00北本集合、6:15鴻巣集合  
9月7日(木) 頃解散(予定)

■歩行／ 1日目 4時間 2日目 4時間

■標高差 1日目 850m 2日目 850m

■参加費／ 38,000円 ■リーダー／上野 はるか

■コース

1日目 北本—鴻巣—東松山IC—塩沢石打IC—小赤沢3合目登山口P—小赤沢コース—苗場山—苗場山頂ヒュッテ

2日目 苗場山頂ヒュッテ—山頂の湿原散策—山頂ヒュッテ—小赤沢コース—3合目P—温泉入浴—往路を戻る

## 南アルプスを代表する人気コースで百名山2座 白峰三山縦走

南アルプスの北部に位置する日本第2位の高峰・北岳、間ノ岳、農鳥岳の三つの山を合わせて白峰三山と呼びます。この三山の間にある中白峰山と西農鳥岳を含めれば、3000m峰5座を結ぶ稜線を辿るこのトレイルは白峰三山縦走と呼ばれ、南アルプスを代表する人気コースです。太古の静寂に包まれた原生林を越えて稜線に立てば、遮るもののない大パノラマを一日中眺めながらの稜線縦走が満喫できることでしょう。

■実施日／ 9月13日(水)～9月16日(土) ※前夜泊2泊3日

※休日の前後で北岳山荘の予約を取るのが難しく、行程を一部変更しました。当初の計画よりも登山1日目の行程が大変になりましたが、朝6時から登り始めるので、かなり余裕を持って歩くことができます。

■時間／ 9月13日(水) 20:00鴻巣集合、20:15北本集合  
9月16日(土) 16:00頃解散(予定)

■歩行／ 1日目 7時間 2日目 8時間 3日目3時間

■標高差 1日目 1600m 2日目 1400m 3日目 700m

■参加費／ 68,000円(前夜泊の宿泊費と山小屋2泊4食代金を含む。)

■リーダー／上野 はるか

■コース

1日目 鴻巣—北本—圏央道中央道—甲府昭和IC—竜王ラドン温泉(泊)

2日目 4:30ラドン温泉発—5:00芦安P—5:25芦安発—南アルプス登山バス—6:13広河原—大樺沢—八本歯のコー—北岳—北岳山荘(泊)

3日目 北岳山荘—間ノ岳—農鳥岳—大門沢下降点—大門沢小屋(泊)

4日目 大門沢小屋—広河内橋—8:46 奈良田第一発電所—南アルプス登山バス—  
9:25 広河原—待機—10:00 広河原—11:00 芦安 P—温泉入浴・昼食—往  
路を戻る—北本—鴻巣

■特別に必要な装備／インナーシート

※芦安—広河原のバス往復（1330 円× 2）、奈良田—広河原のバス（1100 円）に乗り  
ますが、その登山バス料金は各自で支払う方がスムーズなので、ご自身でご用意くだ  
さい。Suica や PASMO が使えます。

## 紅葉の日本百名山と温泉

## 草津白根山（2160m）

草津白根山とは、白根山、逢ノ峰、本白根山の三山を総称した呼称です。火山の山  
ですが、現在は噴火警戒レベルは1に引き下げられているので標高2000mの白根火  
山駐車場まで車で上がり、らくらくに高山の絶景を楽しむことができます。本白根山  
に登る最も楽なルートは白根火山Pからの往復なのですが、今回は渋峠から芳ヶ平湿  
原を通して本白根山に至るルートで歩きましょう。芳ヶ平湿原は白根山の荒涼とした  
風景とは対照的に、池塘や色づいたナナカマドが美しい高層湿原です。深田久弥の  
「日本百名山」の記述にも芳ヶ平周辺の記述もあることから、彼もこのコースで草津  
白根山に登ったと考えられています。この穏やかな湿原と荒々しい露岩のコントラ  
ストも含めて、草津白根山が百名山たる所以なのでしょうから、私たちもぜひこのコ  
ースで草津白根を味わいましょう。帰りに立ち寄る草津温泉の大露天風呂もお楽しみ  
に！

■実施日／9月18日（月）※敬老の日の祝日です。

■時間／5：30北本集合 5：45鴻巣集合 20：00解散（予定）

■参加費／ 12,000円 ■歩行／5時間 ■標高差／200m

■リーダー／ 上野 はるか

■コース／北本—鴻巣—関越道渋川伊香保IC—渋峠P—芳ヶ平湿原—白根火山P—  
本白根山最高標高地点—鏡池—白根火山P—湯釜往復—白根火山P（スタ  
ップは14:25火山P→14:37 渋峠Pのバスで車を取りに行く）—草津温  
泉入浴—往路を戻る

★白根火山駐車場から出発すれば3時間コースでも歩けますので、らくらく希望の方  
もぜひご参加ください。

## 苔むした原生林に抱かれて歩く 北八ヶ岳白駒池からニューウ（2352m）

北八ヶ岳の魅力は、何と言っても苔むした原生林にあります。白駒池からスタート  
し、苔むした針葉樹林の森を抜け、ちょっと変わった名前のピーク・ニューウを目指し  
ます。ニューウは山頂部が開けた岩稜帯になっているので展望抜群。北八ヶ岳を覆う針  
葉樹の樹海の中に、ぽっかりと白駒池が緑の水をたたえて浮かび上がっているように  
見えます。北八ヶ岳のピークの中では珍しく富士山の展望が楽しめるもニューウの魅力で  
しょう。山頂からは中山、高見石を回って、白駒池に戻ります。高見石小屋の名物の  
揚げパンもぜひご賞味あれ！

■実施日／9月26日(火)

■時間／6:00北本集合 6:15鴻巣集合 19:00解散(予定)

■参加費／12,000円 ■歩行／5時間 ■標高差／500m

■リーダー／上野 はるか

■コース／北本－鴻巣－長野道－八千穂高原IC－白駒池入口駐車場－白駒池－ニューウ－中山－高見石－白駒池－駐車場－温泉入浴－往路を戻る

## 紅葉の二百名山・秋田駒ヶ岳(1637m)と百名山・岩手山(2038m)の旅

新幹線を利用し、1泊2日で、紅葉真っ盛りの秋田駒ヶ岳と岩手山を巡る欲張り旅です。二百名山・秋田駒ヶ岳へは日本一深い田沢湖を眺めながら登ります。4時間ほどの周遊ルートで、紅葉真っ盛りの秋田駒ヶ岳を楽しむことができますでしょう。宿泊は、田沢湖近くにある水沢温泉のロッジです。自家産のコメ・野菜・味噌をふんだんに使った秋田の家庭料理を心行くまで楽しみましょう。

2日目は、いよいよ百名山・岩手山に挑戦します。馬返登山口からの標高差は1500m近くありますが、登り易いしっかりとした登山道ですので、ゆっくり登れば、それほどの苦も無く頂上に立つことができますでしょう。下山は北面の焼走り方面に下ります。宮沢賢治が「イーハトーブ火山」と呼んだ岩手山を趣の異なる2つの登山道をつないで登る変化に富んだ山旅、どうぞ存分にお楽しみください。

■実施日／9月29日(金)～9月30日(土)

■時間／集合 9月29日 6:00 北本駅改札口集合(北本駅からご乗車の方)  
9:30 田沢湖駅新幹線改札口

解散 9月30日 19:00頃盛岡駅解散

\*田沢湖駅まで往復する新幹線切符や夜行バス切符は各自お求めください。

\*スタッフは6:07北本発の電車の1両目に乗りますので、北本駅からご一緒する方は6:00に改札口にお集まりください。

\*帰りスタッフは、盛岡駅発19:14の新幹線・はやぶさ44号に乗る予定です。これで帰ると大宮駅着21:01の予定です。

■歩行／1日目 4時間 2日目 8時間

■標高差／1日目 300m 2日目1500m

■参加費／42,000円(タクシー代金、ロッジ1泊2食代金を含む)

■リーダー／上野 司

■コース／

1日目 6:57大宮－(東北新幹線・こまち1号)－9:21田沢湖駅－(タクシーに分乗)－秋田駒ヶ岳8合目駐車場－秋田駒・男岳－男女岳－8合目駐車場－温泉口ロッジ(宿泊)

2日目 ロッジ－馬返登山口－岩手山8合目避難小屋－岩手山－焼走り－盛岡駅

## 山行キャンセルの際の運営協力金についてのお願い

私たちの会は、基本的にキャンセル料金を頂かないという姿勢でこれまで（2021年8月以前）運営してきましたが、以下のような理由から、一定の条件でキャンセルされた方から、協力金のようなものを頂かないと運営が厳しくなると感じています。

- ①コロナ以降、バスハイキングの参加者がこれまでのようには集まらず、もともとギリギリの人数（参加申し込み25名ほど）の中、キャンセルが数件あり、当日は参加者20名以下、ということが多かったです。
- ②宿泊する山小屋もコロナ以降は完全予約制、宿泊定員半分以下などを徹底しているために予約も取りづらく、キャンセル料金もきちんと定める体制に変わってきています。これまでのように、前日までにキャンセルの電話を入れればOKという運営スタイルではない山小屋が多いです。
- ③これはコロナ前からあった大きな悩みですが、ワゴン車の2台目を出す（ハイエースの定員により基本はスタッフ2人＋参加者8人までですが、4人以上キャンセル待ちの方がいた時点で2台目のワゴン車を出すことにしています）という判断をしてからの参加者のキャンセルが何件かあると、山に行く当日になってみると、スタッフと参加者合わせて12人というようなこともよくあります。本来は車代やスタッフの運転負担等を考えて、スタッフ参加者合わせて14人以上という想定で2台目を決定しているのですが・・・。

そこで、協力金という形ですが、実施1週間前（山行開始日の1週間前、同じ曜日）からのキャンセルは、参加費の3割程度の金額を会運営協力金としてお願いしたい旨を伝えていきたいと思っています。

例えば、参加費9000円の市民ハイクなら3000円、ワゴン車の山旅で40000円の参加費ならば12000円、という具合です。

皆様のキャンセルが、急な体調不良や、ご家族からの急な用事の依頼など、避けがたい事情から来ているものであることは十分承知の上で、会運営の継続と安定のためをお願いするものです。どうぞご理解ください。

## ワゴン車の山旅など実施にあたって参加の皆様へのお知らせ

- 登山には体力と適切な装備が必要です。日頃から歩くことを心がけ、山旅への参加にあたってはご自身の体力にあったコースをお選びください。紹介文、歩行時間、標高差、必要装備などからコースの概要がわかるよう努めておりますが、より詳しい説明をご希望の場合は、各リーダーまでお気軽にお問い合わせください。
- リーダー及びスタッフ一同は、これらの山旅の催行にあたり、参加者の皆さんが楽しく安全な山旅を満喫できるよう力を尽くしますが、参加者の皆さんもご自身の安全には常に注意を払ってください。なお、万一の場合に備えて、旅行傷害保険に全員加入いたしますが、参加者の不注意による事故につきましては、加入保険以上の責任は負いかねますので、ご了承ください。
- 旅行傷害保険は、万一の死亡・後遺障害や入院・通院に対して補償するもので、捜索・救援のために出動したヘリコプターや捜索隊の費用につきましては補償されませんので、ご了解ください。捜索・救助費用を補償する保険に入りたい場合は、事務所に資料がございますので、ご請求ください。
- 事故の対処に緊急を要する場合（ご本人が意識不明で、ご家族とも連絡が取れない場合など）に、参加された方の承諾を得ずにヘリコプターや捜索隊の要請を行うことがあります。その際は一切の費用も、ご本人様（またはご家族様）の負担になります。
- また、アイゼン・ピッケル・ザイルを使用する登山に関しては、山岳登はんとなりますので、保険が適用されない場合があります。参加者各自が別途、山岳保険の加入をしてください。詳しくは、各催行リーダーにお問い合わせください。
- 天候の急変（暴風雨や吹雪など）、登山道の状態悪化（増水・道の崩落や急激な積雪など）、交通機関の遅れや欠航（道路の通行止め・突発的な事故渋滞）など、当会の関与し得ない事由で旅程を変更せざるを得ない場合があります。この場合、登山コースの変更、登頂断念、日程を変更（停滞・短縮）することがありますので、ご了承ください。
- 季節の花・紅葉観賞等をコース中に取り入れた山旅は、例年の見頃に合わせて設定していますが、気象条件などにより見頃が前後する場合、またはご覧いただけない場合があります。あらかじめご了承ください。