



NPO法人さいたま山に親しむ会

2026年10月～12月の山

10月2日(金)～3日(日) 鳳凰三山
10月5日(月)～6日(火) 越後駒ヶ岳
10月8日(木) 小遠見山(ら)
10月15日 八海山
10月16日(金)～17日(土) 出羽三山
10月20日(火) 高ボッチ山と鉢伏山(ら)
10月22日(木) 浅間山・前掛山
10月27日(火)～29日(木) 山口の旅(ら)
10月28日(水) 乾徳山

11月2日(月) 益子の陶芸市と高館山(ら)
11月5日(木) 甲州アルプス
11月10日(火) 生瀬富士
11月16日(月) 中山と七賢醸造場見学(ら)
11月19日(木) 妙義山・金洞山
11月23日(月) 市民ハイク 紅葉の高川山
11月24日(火)～26日(木) 京都の旅

12月3日(木) 武甲山と秩父夜祭り
12月8日(火) 高座山・杓子山
12月10日(木) 日本百名山・丹沢山
12月15日(火) 鎌倉アルプス(ら)
12月16日(水)～17日(木) 宿坊泊 七面山
12月20日(日) 雪の巻機山
12月21日(月) 忘年山行 仙元山(ら)

※市民ハイキングはどなたでも参加できるバス
ハイキングです。

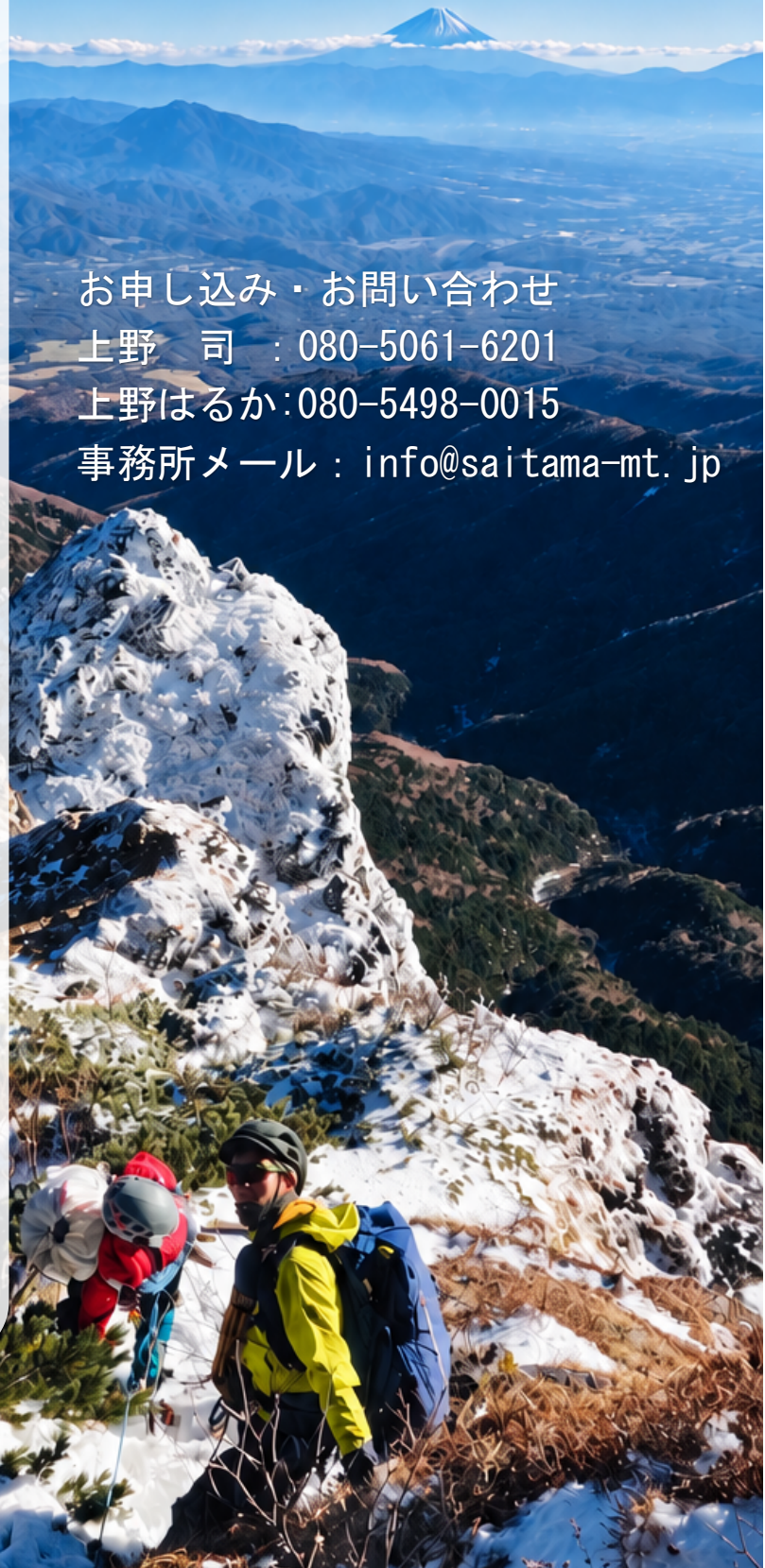
※(ら)はコースタイム4時間以内のらくらくハ
イキングです。

お申し込み・お問い合わせ

上野 司 : 080-5061-6201

上野はるか: 080-5498-0015

事務所メール : info@saitama-mt.jp



10月2日（金）～3日（土）

紅葉の南アルプスを堪能

日本百名山・鳳凰三山縦走（2840m）

- 時間 6:00 鴻巣集合、6:15 北本集合
19:00 解散予定 ■リーダー上野はるか
■歩行時間 5時間・7時間 ■標高差 1000m・1300m



鳳凰三山は、甲府盆地の西に連なる「地蔵岳」「観音岳」「薬師岳」の3座の総称です。稜線は花崗岩の岩が隆起し、白砂が広がる不思議な光景が広がっています。特に地蔵岳山頂にあるオベリスクと呼ばれる岩塔は甲府盆地からでもわかるほど。今回の夜叉神峠から登るコースは最初の1時間で稜線に乗るためその後はずっと南アルプスの主稜線を歩くことができ、北岳、間ノ岳、富士山と日本ワンツースリーの大展望を楽しむことができます。

■参加費 **43,000円**

※広河原バス停～夜叉神峠バス停までのバス料金 1450 円は各自ご用意ください。

■コース

- 1日目 鴻巣—北本—夜叉神峠P（1380m）—苅平—南御室小屋（2420m）（泊）
2日目 南御室小屋—薬師岳—観音岳—地蔵岳—高嶺—白鳳峠—14:00 広河原（1520m）—14:41 夜叉神峠登山口—温泉入浴—往路を戻る

10月5日（月）～6日（火）

避難小屋泊で登る

日本百名山・越後駒ヶ岳（2002m）

- 時間 6:00 北本集合、6:15 鴻巣集合
19:00 解散予定 ■リーダー上野司
■歩行時間 5時間・7時間 ■標高差 800m・1000m



八海山、中岳とともに越後三山の一つに数えられる越後駒ヶ岳は、知らぬ者のいない越後の名峰ですが、往復のコースタイムが11時間という健脚向きの山でもあります。コース上に営業小屋はないため、頑張って軽装&速攻で日帰り登山する人もいますが、今回は避難小屋を利用してゆっくり登る作戦でいきましょう。荷物は寝袋、マット、食料の分重くはなりますが、山頂直下にある駒ノ小屋は広くてきれいな避難小屋です。日本百名山の中には避難小屋泊でしか登れない山が数座ありますが、そういった山々に登るための避難小屋泊入門山行としてもおすすめです。お天気に恵まれれば、青い空、緑の草原のような稜線、沢筋に残る雪、高山植物の花々、北アルプスや上越の山々の展望、日本の山の良いところを全部詰め込んだようなすばらしい景色が私たちを迎えてくれます。

■参加費 **38,000円**

■コース

- 1日目 北本—鴻巣—関越道・小出IC—枝折峠P（1050m）—道行山—小倉山—駒ノ小屋（1880m）
2日目 駒ノ小屋—越後駒ヶ岳（2002m）—駒ノ小屋—小倉山—道行山—枝折峠P—温泉入浴—鴻巣—北本

■特別に必要な装備

- * シュラフ、個人用テントマット、キャンプ用食器、ヘッドライトなど
- * 避難小屋縦走のため、体力に応じて1キロくらいの共同食糧が分担されます。

10月8日（木）

紅葉と後立山連峰の大展望

小遠見山（2007m）

- 時間 5:00 北本集合、5:15 鴻巣集合
19:00 解散予定 ■リーダー上野はるか
■歩行時間 4時間 ■累積標高差500m



小遠見山は五竜岳へ続く稜線上にあり、ゴンドラを利用すれば標高1500mから登り始めることができます。これほど手軽に北アルプスの紅葉を歩けるコースはなかなかありません。ナナカマドやカエデ、ダケカンバの紅葉に彩られた尾根を、五竜に向かって登っていきましょう！山頂からの雄大な後立山連峰の山並みや、2018年に長野県初の氷河と認定された鹿島槍ヶ岳の「カクネ里雪渓」も必見です。

- 参加費 15,000円（往復のテレキャビン料金2600円は別途ご用意ください）
■コース 北本—鴻巣—東松山 IC—長野 IC—白馬五竜テレキャビン P—アルプス平—見返り平（1740m）—小遠見山（2007m）—アルプス平—温泉入浴—往路を戻る

10月15日（木）

秋晴れのもと日本海や佐渡島を一望

二百名山・八海山（1778m）

- 時間 5:00 北本集合、5:15 鴻巣集合
19:00 解散予定 ■リーダー大島わかな
■歩行時間 7時間 ■累積標高差750m



銘酒の名前にもなっている越後の名峰・八海山にロープウェイを利用し、登りましょう。山頂付近には露出した岩峰が連なる八海山ですが、その裾野には豊かな広葉樹林帯が広がり、10月中旬にはナナカマド、カエデ、ブナなどの木々が鮮やかに色づき始めます。ロープウェイ山頂駅からたどる稜線を歩けば、日本海や佐渡島を遠望、眼前には越後の山々や魚沼平野の大展望が広がります。途中の薬師岳と千本松小屋まででしたら岩場に慣れていない方でも楽しむことができます。一面の紅葉の中、越後の名峰、八海山の1ピーク、薬師岳に登るだけでも十分に価値がありますが、岩場に慣れている方は、時間や天候と相談の上、主峰・大日岳までの岩稜にチャレンジしてみましょう。

- 参加費 14,000円（往復のロープウェイ料金2700円は別途ご用意ください）
■コース 北本—鴻巣—関越道—六日町 IC—八海山ロープウェイ山麓駅—山頂駅—薬師岳—千本松小屋—大日岳—迂回路を下山—ロープウェイ山頂駅—山麓駅—温泉入浴—往路を戻る

10月16日（金）～17日（土）

宿坊泊 紅葉の出羽三山巡り

羽黒山・湯殿山 日本百名山・月山（1984m）

- 時間 5:50 北本集合
19:00 解散予定 ■リーダー上野はるか
■歩行時間 3時間・6時間 ■標高差400m・1100m



出羽三山は山形県の中心に位置する羽黒山、月山、湯殿山の総称で東北の霊山として今日まで修験道が受け継がれる巡礼の山です。三山はそれぞれ羽黒山が現世、月山は前世、湯殿山は来世として三世の浄土を表しており、三山を巡ることは死から再生までを擬似体験する「生まれ変わりの旅」とされています。今回はその巡礼の道順の通り、出羽三山を巡っていきます。1日目は羽黒山正善院黄金堂から国宝の羽黒山五重塔を経て、羽黒山山頂へ。下山後は羽黒山山麓にある宿坊に泊まりましょう。風格ある外観や精進料理など、宿坊文化に触れるのもこの旅の魅力です。2日目は月山八合目弥陀ヶ

原から月山へ登り、湯殿山神社へ下り、生まれ変わりの旅を完成させましょう。

■参加費 **46,000円** (1泊2食つき宿泊費、レンタカー料金を含む)

※山形駅—大宮駅の新幹線は各自ご用意ください。

■コース

1日目 5:59 北本駅—6:17 大宮駅 6:37 大宮駅—新幹線—8:59 山形駅—レンタカー—宿坊・神林勝金～善院黄金堂～五重塔～羽黒山～宿坊・神林勝金 (泊)

2日目 宿坊—月山八合目～月山～湯殿山神社—山形駅

10月20日 (火)

アルプスの大展望台

高ボッチ山 (1665m) と鉢伏山 (1929m)

■時間 6:00 鴻巣集合、6:15 北本集合
19:00 解散予定 ■リーダー上野はるか

■歩行時間 3時間 ■累積標高差750m



長野県の諏訪と松本の境には、たおやかな山稜が続き、二つの盆地を分けています。山稜の南にピークをもたげる高ボッチ山とその北に連なる鉢伏山に登り、アルプスの大展望を楽しみましょう。天気にさえ恵まれれば、初雪に輝く北アルプスの峰々の展望に、思わず歓声を上げること間違いなしです。下山後は諏訪湖畔に建つ国の重要文化財にもなっている片倉館で汗を流しましょう。ここは絹製品で財を成した片倉財閥が、地域住民の厚生と社交の場を供するために昭和初期に作った洋風建築の千人風呂です。

■参加費 **14,000円**

■コース 鴻巣—北本—圏央道・中央道—岡谷IC—高ボッチ駐車場—高ボッチ山往復—鉢伏山駐車場—鉢伏山往復—温泉入浴—往路を戻る

10月22日 (木)

登山規制が緩和されている今こそ

日本百名山 浅間・前掛山 (2524m)

■時間 5:30 北本集合、5:45 鴻巣集合
20:00 解散予定 ■リーダー上野司

■歩行時間 6時間 ■標高差1100m



浅間山の登山規制が少し緩和されている今、浅間山は浅間前掛山まで登ることができます。浅間黒斑から見る浅間山も素晴らしいですが、ここ前掛山から見る浅間山は更に大きく、まさに眼前に聳え立っている感じです。岩壁に囲まれた浅間山火口原である湯ノ平は、カラマツの紅葉で黄金色に染まっており、天国を思わせる黄金色の高原と山頂近くの荒涼とした活火山の風景との対比が何とも興味深く感じられます。

■参加費 **13,000円**

■コース 北本—鴻巣—東松山IC—小諸IC—天狗温泉浅間山荘—湯ノ平—浅間前掛山—天狗温泉浅間山荘—温泉入浴—往路を戻る

10月27日 (火) ～29日 (木)

山・海・歴史を一度に楽しむ

山口ゆる登山の旅

■時間 7:30 北本駅集合
20:00 羽田空港解散 ■リーダー上野司

■歩行時間 ①2時間 ②3時間半 ③4時間



■標高差 ①50m ②330m ③0m

山口県の見どころを巡りながら、ゆったり歩いて自然と歴史を楽しむ3日間です。

日本最大級のカルスト台地、秋吉台と神秘的な秋芳洞、城下町の面影が残る萩城下町、断崖に朱の鳥居が連なる元乃隅神社、そして雄大な関門海峡を訪れます。歩行時間は各日2~4時間程度、標高差も少なく、観光を交えた無理のないコースです。

宿では海の幸や温泉も楽しみながら、山仲間と語らう時間もたっぷり。山歩きだけでなく、その土地ならではの景観や歴史に触れたい方にぴったりです。世界遺産の史跡や日本海の絶景、幕末の舞台となった町並み、関門の潮流など、山口ならではの魅力をたっぷり味わいます。秋の爽やかな空気の中、のんびり歩いて西国の自然と歴史を楽しみましょう。

※搭乗便の関係で、当初予定していた初日の旅程の一部をカットしました。

■参加費 **98,500円**(2泊4食宿泊費、航空券代金、レンタカー代金を含む)

※入場料・拝観料は各自でのお支払いとなります。

■コース

- 1日目 7:37 北本駅—8:45 品川駅 8:52 品川駅—9:16 羽田空港第1・第2ターミナル—10:25 羽田発—ANA693 便—12:05 山口宇部空港—レンタカー—秋芳洞案内所—秋吉台・秋芳洞散策—16:00 秋芳洞正面入口駐車場—レンタカー—萩小町(泊)
- 2日目 8:30 宿出発—レンタカーで移動—世界遺産：恵美須ヶ鼻造船所・萩反射炉跡見学—9:15 萩中央公園駐車場—萩城下町 散策—レンタカー—元乃隅稲荷神社—周辺ハイキング(昼食)—レンタカー—角島大橋展望台—レンタカー—15:10 角島灯台公園—レンタカー—海峡ビュー—しものせき(泊)
- 3日目 しものせき—火の山—移動—唐戸市場周辺P—10:00 関門連絡船—10:15 JR門司港駅—門司港レトロエリア散策—ランチ：名物「焼きカレー」など(海峡プラザ周辺)ノーフォーク広場・和布刈神社—関門トンネル人道—みもすそ川公園(壇ノ浦古戦場跡)—赤間神社—唐戸市場—山口宇部空港 18:20—ANA700 便—19:55 羽田空港

10月28日(水)

紅葉の大展望の中、甲斐の名峰に登る

二百名山・乾徳山(2031m)

- 時間 6:00 鴻巣集合、6:15 北本集合
19:00 解散予定 ■リーダー上野はるか
■歩行時間 5時間 ■累積標高差750m



奥秩父主稜線の南に鋭く岩峰を突きだしている乾徳山。山麓の恵林寺の山号が山名になったといわれ、恵林寺を開山した鎌倉時代の僧・夢窓国師修行の地と伝えられています。今回はかつて開拓牧場であった明るい草原の大平牧場から登ります。山頂直下には巨岩累々、変化に富んだ楽しいコースです。山頂からはぐるっと360度見渡すことができ、雪をかぶった富士山や南アルプスの峰々が輝いて見えることでしょう。

■参加費 **13,000円**

■コース 鴻巣—北本—圏央道—中央道勝沼IC—大平高原P—国師ヶ原—乾徳山—大平高原P—温泉入浴—往路を戻る

11月2日(月)

益子秋の陶芸市と街歩き

高館山と陶芸市(302m)

- 時間 6:00 鴻巣集合、6:15 北本集合
19:00 解散予定 ■リーダー増山照子
■歩行時間 3時間 ■標高差250m



秋色に染まる里山と、日本を代表する陶器の町・益子を訪ねます。午前中は歴史ある高館山へ。なだらかな尾根道を歩き、山頂からは里山の穏やかな風景を楽しめます。山中には中世の山城跡や西明寺など見どころも多く、自然と歴史に触れられるハイキングです。下山後は、毎年多くの人で賑わう「益子秋の陶器市」へ。約 700 の TENT や窯元が軒を連ね、個性豊かな益子焼との出会いや、地元グルメ、町歩きを満喫します。歩く楽しさと、器との出会いを一度に味わえる、秋ならではの魅力あふれるツアーです。

■参加費 **12,000円**

■コース 北本—鴻巣—羽生 IC—真岡 IC—益子県立自然公園益子の森 P—高館山—西明寺—益子の森 P—陶芸市に徒歩で移動—温泉入浴—往路を戻る

11月5日（木）

富士の絶景と紅葉の稜線歩き

甲州アルプス（1990m）

■時間 6:00 鴻巣集合、6:15 北本集合
19:00 解散予定 ■リーダー上野はるか

■歩行時間 4時間半 ■標高差 600m



百名山・大菩薩嶺から南へ、牛奥の雁ヶ腹摺山、黒岳、滝子山へ伸びる尾根は古くから小金沢連嶺、近年では甲州アルプスと呼ばれ注目を集めています。全て歩くとコースタイム 10 時間ほどになりますが、今回はハイライトとなる牛奥の雁ヶ腹摺山から黒岳への縦走路を歩きましょう。縞枯れ現象による立ち枯れた木々の中に聳え立つ富士山は圧巻！下山後のやまと天目温泉も源泉掛け流しのアルカリ泉でヌルヌル系の良い温泉なのでお楽しみに（切り蕎麦発祥の地・大和村のお蕎麦も天目温泉内の食事処「天目」でいただけます！）。

※林道通行止めのため中止にした企画ですが、現在工事が終了し通行可能となっています！

■参加費 **13,000円**

■コース 鴻巣—北本—圏央道・中央道—大月 IC—すずらん昆虫館 P—牛奥ノ雁ヶ腹摺山—黒岳—白谷ノ丸—湯ノ沢峠 P—やまと天目温泉入浴—往路を戻る

11月10日（火）

茨城のジャンダルムと紅葉の袋田の滝

生瀬富士（406m）

■時間 6:00 北本集合、6:15 鴻巣集合
19:00 解散予定 ■リーダー宮入貴裕

■歩行時間 5時間 ■標高差 600m



袋田の滝の北側にそびえる生瀬富士（406m）は、「茨城のジャンダルム」と呼ばれる人気の山。山頂直下にはロープや鎖が設置された岩場があり、ほどよい緊張感と岩稜歩きの楽しさを味わえます。山頂からは筑波山や那須連峰、日光連山をはじめ、大子町の街並みまで見渡せる大展望が広がります。下山後は日本三名瀑のひとつである袋田の滝へ。岩場歩きと絶景、そして秋色に染まる名瀑を一日で満喫する、奥久慈の魅力が詰まったコースです。

■参加費 **13,000円**

■コース 北本—鴻巣—羽生 IC—矢板 IC—袋田滝本町営第一無料駐車場—生瀬富士—立神山—滝のぞき—生瀬滝—袋田の滝—袋田滝本町営第一無料駐車場—温泉入浴—往路を戻る

11月16日(月)

紅葉狩りと麴を使った発酵食ランチ

中山と七賢酒造(888m)

- 時間 6:00 北本集合、6:15 鴻巣集合
19:00 解散予定 ■リーダー上野はるか
■歩行時間 3時間 ■標高差600m



名水の里・白州にこんもりとそびえる中山は、戦国時代の砦跡として知られる歴史の山。山頂には高さ13mの展望台があり、富士山、南アルプス、ハケ岳、金峰山など、山梨を代表する名峰を360度の大パノラマで一望できます。11月中旬は紅葉が見頃を迎え、色鮮やかな木々と雄大な山並みが織りなす絶景を満喫できます。秋がこの山の一番良い時期と言っても過言ではないでしょう。下山後は1750年創業の造り酒屋、七賢酒造へ寄り道しましょう。もちろんお酒の試飲もできますし、ここの名物となっている麴を使った発酵食のランチを頂きましょう。

■参加費 13,000円

■コース 北本―鴻巣―圏央道・中央道―道の駅はくしゅう―中山峠―中山展望台―道の駅はくしゅう―七賢酒造―温泉入浴―往路を戻る

11月19日(木)

直立するナイフリッジ

妙義山・金洞山(1104m)

- 時間 6:00 北本集合、6:15 鴻巣集合
19:00 解散予定 ■リーダー上野司
■歩行時間 3時間 ■標高差300m



妙義山の石門めぐりから中間道を歩いた方は多いと思いますが、今回は表妙義連峰の主稜線にある金洞山・中之岳にチャレンジしてみましょう。中之岳神社から中之岳を目指し、タカモドシを下って、ホッキリから中間道に出て、神社に戻って来ます。妙義山が紅葉に彩られるこの季節に、妙義の岩稜で遊びましょう。危険箇所はロープ確保をしますので、皆さん是非チャレンジしてみてください。

■参加費 13,000円

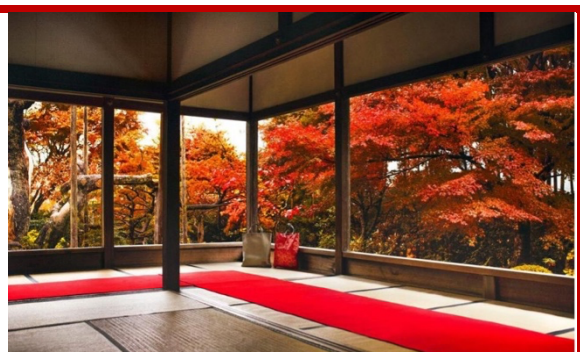
■コース 北本―鴻巣―関越道・長野道―松井田・妙義IC―中之岳神社駐車場―中之岳―タカモドシ―ホッキリ―中間道―石門―中之岳神社―往路を戻る

11月24日(火)～26日(木)

大原から比叡山・大文字山へ

京都の山里に浸る3日間

- 時間 5:20 北本駅集合
19:50 北本駅解散 ■リーダー上野司
■歩行時間 ①4時間 ②3時間半 ③3時間
■標高差 ①360m ②100m ③400m



古都・京都の北山エリアは、都の喧騒から離れた静かな山里でありながら、平安の昔から多くの人々の祈りと物語を育んできた場所です。初日は、里の風情が色濃く残る大原周辺からスタート。金毘羅山・翠黛山を巡る大原三山の登山を楽しみながら、下山後、三千院を訪ね、山里の静けさと歴史の重なりを感じます。2日目は、平家物語にもゆかりのある寂光院見学の後、日本仏教の母山と称される比叡山へ。延暦寺の東塔・西塔をめぐるガイドウォークを通じて、千年以上続く祈りの歴史に触れま

す。紅葉に彩られた山内での散策は、まさに“時間がゆっくり流れる”体験です。最終日は、京都を代表する展望の山、大文字山へ。五山送り火でも知られ、金毘羅山、比叡山とともに京都トレイルの一部を成す大文字山の頂上から、京の大パノラマを楽しめます。下山後は哲学の道を歩き、寺社と水辺が織りなす街歩き、銀閣寺観光で旅を締めくくります。

山里の自然、信仰の歴史、そして古都の風景が重なり合う3日間。京都の“奥行き”をじっくり味わいましょう。

※宿泊場所確保の都合により、当初のご案内からコースを一部変更させていただきました。

■参加費 **88,000円**

※往復の新幹線代、昼食代は含まれておりませんので、各自ご購入ください。

■コース

- 1日目 5:31北本駅ー6:22東京駅 6:33東京駅ーのぞみ5号ー8:45京都駅ーレンタカーで移動ー10:30江文神社駐車場ー登山(金毘羅山～翠黛山)ー寂光院ー三千院ー大原山荘(泊)
- 2日目 寂光院ー横川駐車場ー横川エリア見学ーレンタカーで移動ー昼食(比叡山峰通レストラン)ー比叡山バスセンターー東塔・西塔ガイドツアーー雄琴温泉 湯の宿 こもれび(泊)
- 3日目 宿ー銀閣寺駐車場ー大文字山登山ー12:00銀閣寺駐車場ー昼食(銀閣寺駐車場近くのレストラン等)ー銀閣寺ー16:22京都駅ーのぞみ34号ー18:25品川着ー18:37品川発ー19:49北本着

12月3日(木)

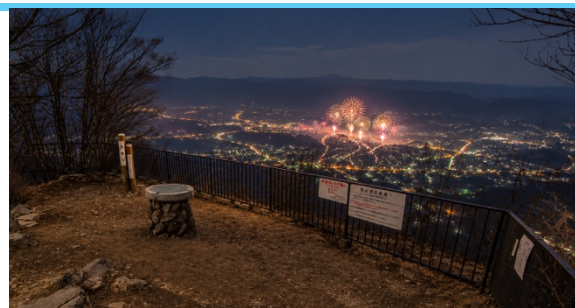
秩父祭りの花火を山頂から見る

武甲山(1304m)

■時間 10:30 北本集合、10:45 鴻巣集合

24:00 解散予定 ■リーダー上野司

■歩行時間 4時間 ■標高差800m



武甲山は言わずと知れた「秩父のシンボル」の山です。秩父市街からの山容は石灰岩採掘のため変わり果ててしまいましたが、武甲山名物の丁目石を目安に名山の面影を探りながら、登ってみましょう。その日は「秩父夜祭」当日。午後から登り出し、山頂からの夜景と尺玉100連発と呼ばれる花火大会を見物しましょう。山上から眺める尺玉の花火は今年一番のトピックになるかもしれません。下りは登って来た道を、ヘッドランプを点けて慎重に下っていきましょう。

■参加費 **13,000円**

■コース 北本ー鴻巣ー関越道ー花園ICー武甲山ー一の鳥居ー武甲山山頂(夜景と花火見学)ー一の鳥居ー往路を戻る

*寒い山頂での夜景、花火見学がありますので、防寒対策をお願いします。また、暗くなってから山道を下りますので、明るめのヘッドライトをお持ちください。

12月8日(火)

富士の雄姿を見ながら、カヤトの尾根を登る

高座山・杓子山(1597m)

■時間 6:00 鴻巣集合、6:15 北本集合

19:00 解散予定 ■リーダー上野はるか

■歩行時間 5時間 ■標高差600m



山梨県の高峰は富士山や南アルプスまですっかり雪化粧する12月。そんな冬の一日は、南に面した陽だまりのカヤトの低山がおすすめです。カヤトの山の大きな特徴は大展望。ま白き富士を望めるのも空気の澄んだ冬の醍醐味です。下山後は忍野八海にも立ち寄って、富士山麓の里歩きを楽しみましょう。

■参加費 **13,000円**

■コース 鴻巣―北本―河口湖 I C―鳥居地峠―高座山―杓子山―鳥居地峠―忍野八海―温泉入浴―往路を戻る

12月10日（木）

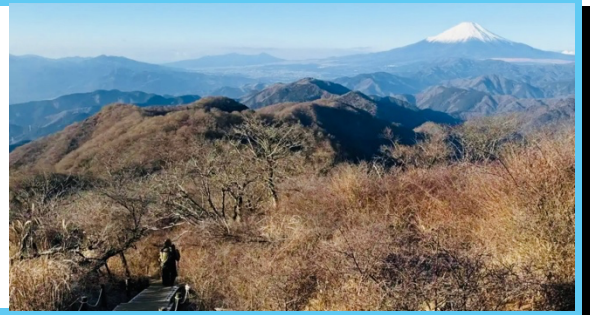
日本百名山・丹沢山に日帰りで登る

丹沢山（1567m）

■時間 5:30 鴻巣集合、5:45 北本集合

19:00 解散予定 ■リーダー上野司

■歩行時間 7時間 ■標高差1000m



丹沢山は百名山の一つですが、表丹沢の盟主・塔ノ岳から往復2時間はかかり、なかなか日帰りで登るのが難しい山です。しかし、車で水無川の戸沢出合まで林道に入り、表尾根に出るコースをとれば、日帰りの往復もそれほど難しくありません。初冬の丹沢は展望がきき、冠雪した富士山の大展望も楽しめます。本年を締めくくる「しっかり登山」に是非ご参加ください。

■参加費 **13,000円**

■コース 鴻巣―北本―圏央道・東名道―秦野中井 IC―戸沢出合―政次郎尾根―塔ノ岳―丹沢山往復―塔ノ岳―大倉尾根・天神尾根―戸沢出合―温泉入浴―往路を戻る

■特別に必要な装備 軽アイゼン、毛の帽子と手袋、スパッツ

12月15日（火）

歴史に思いをはせ、頼朝の道をたどる

鎌倉アルプスミニ縦走（159m）

■時間 6:00 鴻巣集合、6:15 北本集合

19:00 解散予定 ■リーダー上野司

■歩行時間 3時間 ■標高差150m



源頼朝が鎌倉に幕府を開いた理由の一つは、背後に連なる険しい山並みが敵の侵入を防ぐ天然の要塞の役割を果たすと考えたからだと言われています。その山並みを今では鎌倉アルプスと呼んでいますが、かつて頼朝が歩いたかもしれないこのコースは、海が見えるミニ縦走コースとして、その名を知られています。

■参加費 **13,000円（拝観料などは各自でお支払いください）**

■コース 鴻巣―北本―圏央道・東名―横浜横須賀道路―朝比奈 IC―鎌倉・鶴岡八幡宮―建長寺―大平山―鎌倉宮―鶴岡八幡宮―往路を戻る

12月16日（水）～17日（木）

宿坊に泊まり、祈りと修行の道歩く

日本二百名山・七面山（1989m）

■時間 6:00 鴻巣集合、6:15 北本集合

19:00 解散予定 ■リーダー上野はるか

■歩行時間 4時間半・5時間 ■標高差1000m



一年の締めくくりに、山の上のお寺で静かな一夜を過ごしてみませんか。七面山は、身延山と共に日蓮宗の聖地ですが、身延山のようなロープウェーもなく日帰りの往復は9時間かかることから、気軽

に登れる山ではありません。そこで今回は羽衣から表参道を登り、標高約 1,700m に建つ敬慎院に宿泊します。山上でいただく精進料理、夕朝のお勤めなど、普段の登山では味わえない特別な体験ができ、朝夕の富士山の勇姿を拝めるのも宿坊泊の魅力です。翌日は七面山山頂を目指し、冬の澄んだ空気の中を歩きます。天候に恵まれれば、山頂からは南アルプスや富士山を望む大パノラマも楽しめます。12月は積雪や凍結の可能性があります、冬山装備が必要となる場合がありますが、雪化粧した七面山はこの季節ならではの美しさ。慌ただしい年末だからこそ、山の上で一年を振り返り、新しい年を迎える準備をしませんか。

■参加費 36,000円(交通費、1泊2食付き宿坊宿泊費を含む)

■コース

1日目 鴻巣―北本―表参道登山口―敬慎院(泊)

2日目 敬慎院にてご来光―七面山―表参道登山口―温泉入浴―往路を戻る

■特別に必要な装備 6本爪以上のアイゼン

12月20日(日)

雪山はじめに！白銀の越後の名峰を楽しむ

日本百名山・巻機山(1967m)

■時間 4:00 北本集合、4:15 鴻巣集合

20:00 解散予定 ■リーダー上野はるか

■歩行時間 8時間 ■標高差1500m



巻機山は山頂部に美しい高層湿原が広がる上越国境の名山ですが、豪雪地帯に位置しているため積雪量も多く、12月には雪たっぷりの雪山を楽しむことができます。登っていく井戸尾根は一部急なところもありますが概ねなだらかな広い雪の尾根です。頂上からは、雪に覆われた谷川岳や尾瀬の山々などの展望を楽しめます。標高差のある登山となりますが、途中のニセ巻機山や避難小屋で待っていることもできますので、皆さんぜひチャレンジしてみてください。山スキーでの参加也大歓迎です！

■参加費 16,000円

■コース

北本-鴻巣-関越道六日町 IC-桜坂駐車場前の路肩-井戸尾根-ニセ巻機山-避難小屋-巻機山-井戸尾根-駐車場-温泉入浴-往路を戻る

■特別に必要な装備 6本爪以上のアイゼン

12月21日(月)

毎年恒例・忘年会山行

仙元山と玉川温泉 (299m)



- 時間 8:00 北本集合、8:15 鴻巣集合
19:00 解散予定 ■リーダー上野司
■歩行時間 2時間 ■標高差200m

武蔵の小京都と呼ばれる小川町には、由緒ある寺社が多く、和紙の産地としても知られています。そんな小川町を守る門番のように立っているのが仙元山です。仙元山には天満宮登山口から30分、ひと汗かけば登ることができます。山頂展望台からは、さいたま新都心方面のビル群が意外に近く眺められます。帰路は北面の「見晴らしの丘公園」方面に下っていきましょう。公園からの展望も素晴らしく、200mもあるローラー滑り台は大人も夢中になってしまいます。公園から30分も下れば小川町の「埼玉伝統工芸会館」。埼玉の特産品の制作過程が見学できますし、様々な工芸品を購入することもできます。

そして、いよいよ忘年会。今年の忘年会は、昭和レトロの店づくりと pH10 を超える強アルカリ性温泉で有名な「ときがわ玉川温泉」の宴会プランでいきたいと思います。20名以上集まれば、カラオケつき個室での宴会が楽しめます。マイクロバスでの催行を予定していますので、ご参加のほどよろしく願いいたします。

■参加費 13,000円

(マイクロバス代金、飲み放題忘年会代金、温泉入浴代、伝統工芸会館入館料を含みます)

■コース 北本ー鴻巣ー仙元山駐車場ー仙元山山頂ー見晴らしの丘公園ー小川町伝統工芸会館ー玉川温泉ー往路を戻る

★最少催行人数15名。20名以上で忘年会がカラオケ付き個室となります。

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。

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）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

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にお願いするものです。どうぞ理解ください。

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。その際の一切の費用も、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。