

-SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC-

新ハイキングクラブ  
横浜支部ニュース

No.802 2026年7月号

SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC SHCSHC-

|        |   |
|--------|---|
| 発行日    | 2026年7月8(水)   |
| 発行者    | 新ハイキングクラブ 横浜支部  |
| 支部長    | 足立 忠彦 ☎ 080-1192-9122   |
| ホームページ | <a href="https://yokohama-shc.com/">https://yokohama-shc.com/</a> |
| Eメール   | t.adachi9644@jcom.zaq.ne.jp                                       |



『水蓮』 鈴木 早苗 さん

《支部山行計画》

横浜の7月15日 《日の出》4:37 《日の入》18:57

第3163回 御岳山ロックガーデン (770m~860m、御岳神社 929m) (②一般向き)

期日 7月18日(土) 日帰り (雨天中止の場合、近日中に再催行予定)

集合 JR 青梅線御嶽駅 8:30

(例)横浜駅東急東横線渋谷行 5:57/6:16→武蔵小杉 JR 南武線 6:23/7:08→立川 JR ホリデー快速おくたま  
1号 7:15/7:46→青梅 JR ホリデー快速おくたま 81号 7:49/8:06→御嶽駅

コース バス御岳駅08:38/8:48＝ケーブル下・ケーブルカー滝本8: 58/9:04＝御岳山駅9:10…御嶽神社…  
9:50/10:05…七代の滝10:40/10: 55…ロックガーデン(天狗岩11:30…綾広ノ滝12:30)…御岳山駅13:40＝

ケーブル14:18/14:24、バス14:39/14:47＝御嶽駅14:52着

**実歩行時間** 3時間30分

**費用** 約4,700円(横浜基準 JR 横浜～御嶽 1408円×2、バス 340円×2、ケーブルカー600円×2)

**地図** 山と高原地図「奥多摩」、YAMAP「大岳山・御岳山・御前山」他

**山行係** 疋田春利 電話:\*\*\*\* Eメール:\*\*\*\*

**申込み** 7月11日(土)まで

**持ち物** 昼食、飲料水、行動食、雨具、有れば熊鈴・虫よけ・ヒルよけ、その他常用品

**その他** ケーブルカー御岳山駅より御嶽神社(山頂)へ立ち寄ったのち溪谷へ降り、苔むした岩と鬱蒼とした木々に覆われた散策路を歩きます。七代の滝への長い下り道、滝壺近くの濡れた岩場、そこからの登りの梯子では転倒や滑りに注意してください。

第3164回 からまつだけ ごりゅうだけ  
**臨時山行 唐松岳・五竜岳 (2814m)** (⑤健脚向き)

**期日** 7月13(月)～15日(水) 2泊3日 (荒天中止)

**集合** JR南神城駅前集合 16:00

**コース** 7月13日 横浜駅 10:25→八王子駅 11:15/11:30 あずさ17号→松本駅 13:35/14:12→信濃大町駅  
15:06/15:16 南神城駅 15:43・・・民宿上屋敷泊

7月14日 南神城駅 6:38→神城駅 6:42・・・エスカルプラザ遠見期駅 7:15/7:30 ゴンドラ＝アルプス平 8:00  
・・・小遠見山 10:00・・・大遠見山 12:00/12:30・・・西遠見山 13:50・・・五竜山荘(泊)16:00・・・7月15日 五竜  
岳山荘 5:00・・・五竜岳 6:10・・・五竜山荘 7:00/7:10・・・最低鞍部 7:20・・・唐松岳頂上山荘 9:10・・・唐松岳  
9:30/9:40・・・唐松岳頂上山荘 10:00・・・八方池 11:40/12:10・・・八方池山荘 13:00 リフト＝八方駐車場 13:30  
＝みみずくの湯 13:50/14:40・・・白馬駅 15:00 解散 白馬駅 15:57→信濃大町駅 16:33/16:36→松本  
駅 17:31/18:40 あずさ54号→八王子駅 20:41/20:46→東神奈川駅 21:41/21:42→横浜駅 21:45

**宿泊** 民宿 上屋敷 0261-75-2923 399-9211 長野県北安曇郡白馬村神城 1174  
五竜山荘(白馬山荘) 0261-72-2002

**実歩行時間** 2日目 6時間40分 3日目 7時間05分

**費用** 合計約42160円 JRチケット代15260円 ゴンドラ・リフト代3900円  
五竜山荘1泊2食+昼弁当代18500円 民宿宿泊費 4500円

**地図** 昭文社「鹿島槍・五竜岳」 ヤマップ 唐松岳・五竜岳

**山行係** 大西秀輝 Tel \*\*\*\* Eメール \*\*\*\*

**申込み** 定員9名でキャンセル待ちが1名です。

**持ち物** 弁当3食(13日夕、14日朝・昼) 行動食 飲料水 雨具 灯具 帽子 ストック 防寒衣 手袋 虫よけ  
その他宿泊参考に必要な物

**その他** 五竜岳は日本百名山のひとつでどっしりと風格のある山です。

第3107回 たにがわだけ  
**谷川岳 (オキの耳 1977m)** (④やや健脚向き)

**期日** 7月18日(土)～19日(日) 1泊2日 (2日前までに催行可否を連絡します)

**集合** 上越新幹線・上毛高原駅11:18着 駅近くのJR駅レンタカー営業所 11:40集合

**コース** 1日目: ※参考: 横浜駅(東海道本線・宇都宮行)9:31→東京駅 9:58/10:15→上越新幹線(とき315号・新  
潟行)→上毛高原駅 11:18/(レンタカー11:40 出発)＝谷川岳山岳資料館 12:20/12:50(昼食)＝谷川岳一  
ノ倉沢電気ガイドバスで一ノ倉沢まで往復 13:25/15:30＝ホテル 16:00(前泊)

2日目: ホテル(レンタカー8:00 出発)＝谷川ロープウェイ駅(谷川岳ヨッホ by 星野リゾート)8:15/8:30・・・天  
神峠展望台9:00・・・熊穴沢避難小屋10:30・・・肩の広場12:00/12:30(昼食)・・・トマの耳12:45・・・オキの耳

13:00…トマの耳13:15…肩の広場13:30…熊穴沢避難小屋14:30…天神峠展望台15:30…谷川ロープウェイ駅16:00/16:15(レンタカー)＝上越新幹線・上毛高原駅16:45(解散、自由席利用、駅で座席指定も可。上毛高原駅からとき号の発車時刻17:28、18:24)

**実歩行時間** 約6時間

**宿泊** ホテル湯の陣 住所:群馬県利根郡みなかみ町湯檜曾 208  
電話:0278-72-4111(昼弁当:用意なし)

**費用** ※参考:合計33,430円。内訳:横浜～上毛高原駅(上毛新幹線・自由席利用)7100円×往復＝14200円、一ノ倉沢電気ガイドバス500円×往復＝1000、(ロープウェイ+リフト)×往復3500円、レンタカーとガソリン代約3800、宿泊代10930円(税・入湯税・2食付)。(ただし、大人の休日倶楽部をお持ちの方の割引は計算していません)

**地図** 係が用意します

**山行係** 高橋 昇 電話:\*\*\*\* メール:\*\*\*\*

**申込み** **宿泊予約およびレンタカーの関係により、すでに事前申込み10人で締め切りました。キャンセル待ちになります。**

**持ち物** 1日目及び2日目の昼食、予備食、水、帽子、手袋、ストック、雨具、灯具、その他。

**その他** 豪雪や季節風で森林限界が低く、3000m級の高山のような景観を見せる。日本三大岩場に数えられるが、水上側から望む山容は優美で谷川富士の別名もうなずける。ロープウェイとリフトを利用して、ブナ林の天神尾根をたどり、天神ザング岩の露岩を登り、肩の広場に着く。そして、トマの耳を通り、最高点のオキの耳までのコースを往復する。安全・安心に心がけ、注意して進めばそれほど困難ではない。

にっこうしらねさん

第3108回

日光白根山 2578m

(④やや健脚向き)

**期日** 7月17日(金)～18日(土) 1泊2日 (雨天中止)

**集合** 小田急線海老名駅改札西口方向の左階段下の道路上ワゴン車 7:45

(小田急線西口をJR相模線方向へ歩き、海老名文化会館標識の左側階段を下りた所)

**コース** 1日目:海老名駅7:50(ワゴンタクシー)＝3:30＝赤沼駐車場11:20/11:30…戦場ヶ原散策…3:00(小田代原展望台…泉門橋…自然研究路)…赤沼駐車場＝日光湯元温泉旅館泊15:30  
2日目:旅館発7:00＝金精峠入口7:10/7:20…0:40…金精峠…0:30…金精山…0:45…五色山…0:35…前白根山…0:30…五色沼避難小屋…1:05…日光白根山…1:15…七色平分岐…0:35…ゴンドラ山頂駅14:30/14:45—ロープウェイ—ゴンドラ山麓駅15:00/15:30＝3:00＝海老名駅18:30

**実歩行時間** 1日目 約2時間30分 2日目 約5時間55分

**宿泊** 日光湯元温泉 ミノヤ(2食付き) 電話:0288-62-2464

**費用** 約27,560円

交通費:12,560円/1人(タクシー代51,000円×2日・高速代11,040円)、ロープウェイ代2,000円  
宿泊費:約13,000円(食付き)

**地図** 昭文社「日光」

**山行係** 若生典男 Tel:\*\*\*\* Email:\*\*\*\*

**申込み** **締め切りました。ワゴンタクシー定員9名に達し、キャンセル待ちも受けています。**

**持ち物** 弁当2食、飲料水、雨具、灯具、行動食、防寒上着、その他(ストック、常備薬など個人必需品)

**その他** 日光白根山を金精峠から前白根山を経由して奥白根山まで縦走します。縦走路から五色沼と白根山の絶景が楽しめます。前白根山の南側斜面ではコマクサの群生が見られます。時間に余裕があれば、コースから外れたもう一つのコマクサ群生地も訪ねたいと思います。  
今回、湯元温泉に前泊するので1日目は戦場ヶ原散策を計画する。小田代ヶ原まで足を伸ばし「小田代ヶ原の貴婦人」に出会えればうれしい。

第3109回 かいこまがたけ せんじょうがだけ  
 千支の山 **甲斐駒ヶ岳 2967m・仙丈ヶ岳 3033m** (⑤健脚向き)

**期日** 7月22日(水)～25日(土) ※7/24～26から変更 3泊4日(前泊含む) 雨天中止  
**集合** 長坂観光ホテルロビー 18:30  
**コース** 1日目：横浜14:45→八王子15:30/15:41→高尾15:47/15:57→長坂18:21、長坂観光ホテル(泊)  
 ※八王子-甲府、または韮崎間特急利用可、前泊のみのため遅くなくても大丈夫です。  
 2日目：長坂観光ホテル(タクシー)7:00→尾白川溪谷駐車場7:20/7:30…笹ノ平10:20…刀利天狗12:20/12:40…五合目小屋跡13:50…七丈小屋15:00(宿泊)  
 3日目：七丈小屋6:00…八合目8:00…甲斐駒ヶ岳9:40/10:00…駒津峰11:00…双児山11:50/12:20…北沢峠長衛小屋(泊)13:30  
 4日目：長衛小屋5:00…二合目6:00…五合目7:10…馬の背ヒュッテ8:40…仙丈ヶ岳10:20…小仙丈ヶ岳11:20…五合目12:00/12:20…北沢峠14:00/15:00(バス)→戸台パーク15:45/17:00→茅野駅18:24/19:09(あずさ54号)→八王子20:41/20:48→横浜21:47  
 ※歩行中の時間は適宜休憩を含む目安です。

**実歩行時間** 1日目なし、2日目約6時間40分、3日目約5時間20分、4日目約7時間30分

**宿泊** 1日目 長坂観光ホテル(前泊) 山梨県北杜市長坂町長坂上条2533 TEL.0551-32-2273  
 2日目 甲斐駒ヶ岳七竹小屋 TEL 090-3226-2967  
 3日目 北沢峠長衛小屋 TEL.090-2227-0360(衛星電話)

**費用** 約40,000円(大人の休日割引利用約37,600円)  
 (JR 横浜～長坂3,190円、茅野～横浜5,100円(茅野-八王子間特急)、バス 北沢峠-戸台パーク(仙流荘)1150円+220円(荷物代)、戸台パーク-茅野駅1,800円、タクシー代約1,000円、宿泊費 長坂観光ホテル5,500円(素泊まり)、七丈小屋12,000円(2食付き)、長衛小屋10,100円(夕食+朝弁当)

**地図** 昭文社「北岳・甲斐駒」1:50,000、ヤママップ地図「甲斐駒ヶ岳・仙丈ヶ岳」

**山行係** 久保正文 電話:\*\*\*\* メール:\*\*\*\*

**申込み** **7月8日(水)例会まで、定員10名でキャンセルが2名出ましたので追加募集します。**

**持ち物** 昼食3、予備食、水、雨具、灯具、着替え、インナーシューズ等(七丈小屋)、その他宿泊山行に必要なもの。  
**その他** 甲斐駒ヶ岳は全国にある駒ヶ岳(千支の山、午年)の名前の山の最高峰で、白く輝くピラミダルな鋭峰です。修験道信仰の表参道であり、三大急登の黒戸尾を登り、北沢峠に下山して、南アルプスの女王と呼ばれる仙丈ヶ岳を往復します。二山とも日本百名山です。黒戸尾根の登りは厳しいと思いますが、今後の登山のよい経験と自信になると思います。北沢峠から山梨県側に抜ける林道が通行不可のため遠回りになり、戸台パーク(旧仙流荘)から茅野駅を経由して帰ります。

第3110回 ひなたやま  
**日向山 (1660m)** (③一般向き)

**期日** 7月27日(月) 日帰り (雨天中止)  
**集合** 相鉄、小田急海老名駅西口改札口からJR海老名方面徒歩3分階段下6:40集合 (高木ワゴンタクシー)  
**コース** 海老名駅発→須玉IC→矢立石登山口 9:50/10:00…三角点分岐…日向山 11:40/12:20…雁ヶ原…矢立山登山口 14:00→海老名 17:30 解散

**実歩行時間** 4時間

**費用** ワゴンタクシー50,000円+高速道路代8500円=58500円(1人6500円)

**地図** 昭文社「北岳・甲斐駒」

**山行係** 桜井素子 Eメール:\*\*\*\* 携帯:\*\*\*\*(当日用)

**申込み** **定員に達してキャンセル待ちの方も多いため締め切りました。**

**持ち物** 昼食1食、行動食、飲料水、雨具、灯具、ストック、その他山行に必要な物

**その他** 山梨百名山の日向山は奇岩と雁ヶ原方面に広がる天空のビーチと言われる砂浜の光景が素晴らしいの

で有名な山です。天気が良ければ正面に雨乞山、そして甲斐駒、八ヶ岳の展望も見事です。

だいげんたやま  
第 3111 回 **大源太山 1598m** (④やや健脚向き)

**期 日** 7月29日(水)～30日(木) 1泊2日 (雨天中止)

**集 合** 越後湯沢駅改札口 8:20

横浜6:18 ⑩横須賀線君津行→東京6:49/7:04 ⑫新幹線とき303号新潟行き→越後湯沢8:10

**コース** 1日目:湯沢駅8:30=タクシー=旭原9:00…周回コース反時計回り…シシゴヤノ頭12:30/13:00…蓬ヒュッテ  
14:30 連絡先: <https://www.yomogihutte.com> (希望により武能岳を往復)

2日目:蓬ヒュッテ7:00…七ツ小屋山…大源太山9:20/9:30…周回コース起点11:10/11:20…旭原バス停  
13:00/13:35=バス=越後湯沢駅13:59/14:11 とき322号東京行自由席→東京15:28→横浜16:03

**実歩行時間** 1日目:4時間30分 2日目:4時間50分 (タイム:昭文社)

**費用** 約27,000円 列車:横浜～越後湯沢(往路指定席、復路自由席)14,590円 タクシー:越後湯沢～旭原  
1,000円/人 バス:旭原～越後湯沢 390円 宿泊費:蓬ヒュッテ 10,500円(2食付き)

**地 図** 昭文社「谷川岳」

**山行係** 小澤 勝太郎 tel:\*\*\*7 Eメール:\*\*\*\*

**申込み** 宿予約9名(ジャンボタクシー同じ)1名の空きあり。申込み25日(土)まで。

**持ち物** 弁当2食、飲料水、雨具、灯具、非常食、ストック、防寒衣、簡易寝具(インナーシュラフ等)、予備靴下(渡  
渉2回)、虫除け(防虫剤、ネット等)、熱中症対策

**その他** 大源太山は上越のマッターホルンとも呼ばれ、巻機山から眺める山容はそそり立って美しく、一度は登っ  
てみたいと思う山です。また周囲の山陵は谷川岳特有の綺麗な笹グリーンが観られます。コースは高度感  
ある岩場での上下、鎖、ハシゴ、渡渉があり、クラブツーリズムのツアー募集には「中級の登山スキルが必  
要です」と記されています。下山後湯沢駅付近で一浴したいと思います。蓬ヒュッテは寝具が無く、敷マット  
のみで寝袋を持参します。

たんざわさん  
第 3112 回 **丹沢山 1567m 夜間登山** (⑤健脚向き)

**期 日** 7月31日(金)～8月1日(土) 日帰り(深夜23時スタート) (荒天中止)

**集 合** 小田急渋沢駅改札 22時00分集合 タクシーで大倉まで(タクシー予約せず)

**コース** 大倉バス停23:00…観音茶屋…見晴茶屋…花立山荘…塔ノ岳山頂4:30(ご来光)/5:15…丹沢山頂7:00/  
7:30…塔ノ岳9:00…大倉バス停12:00(解散)

**実歩行時間** 約9時間(昼間登山の5割増し)18km

**費用** 往路:渋沢駅～大倉(タクシー3000円程:人数割勘)、復路:大倉～渋沢駅(270円)

**地 図** 昭文社、山と溪谷、ヤママップ、ヤマレコ

**山行係** 中居利雄 TEL:\*\*\*\* メールアドレス:\*\*\*\*

**申込み** 不人気時:7月例会時中止 催行時:7月26日まで

**持ち物** 朝食弁当、行動食、飲料水、雨具、防寒具、手袋、帽子、灯具、ストック、熊鈴、ヒル対策、その他山行に  
必要なもの ※ 灯具予備電池を用意ください

**その他** ① 暑い日中を避けた夜間登山で、ご来光を楽しみます。時間を掛けてゆっくり登ります。

② 塔ノ岳山頂での疲労度で、丹沢山までの登山を中止変更します。



**費用** 約 35,000 円(大人の休日割引利用約 33,700 円) (JR 横浜～甲府 4,840 円(2420 円×2)、バス 甲府駅～広河原 5,400 円(2400 円×2+協力金 300 円×2)、宿泊費 白根御池小屋 11,900 円(2 食付き)、北岳山荘 13,000 円(同))

**地図** 昭文社「北岳・甲斐駒」1:50,000、ヤマップ地図「北岳・間ノ岳」

**山行係** 久保正文 電話:\*\*\*\* メール:\*\*\*\*

**申込み** **7月8日(水)例会まで、宿の予約の関係で、既に申込みを受けている人10名を定員とします。宿は満室ですのでこれからの申込みはキャンセル待ちとなります。** 自己都合キャンセルの場合はキャンセル料(その他参照)が発生します。但し、台風、大雨の場合は山小屋等関係者の判断によりキャンセル料はかかりません。

**持ち物** 昼食 2、予備食、水、雨具、灯具、着替え、インナーシート(任意)、その他宿泊山行に必要なもの。

**その他** 北岳は富士山に次ぐ日本第二の高峰で火山以外では最高峰です。間ノ岳はメートル単位では第三位の高峰です(奥穂高岳と同位)。二山とも日本百名山です。広河原から入山、白根御池小屋で宿泊し、北岳山荘に直行して先に間ノ岳を往復し、北岳を経由して下山します。富士山、北岳、間ノ岳と標高 1-3 位の表彰台独占の眺望を期待したいと思います。キャンセル料 7 日前から 4 日前:20%、3 日前から 2 日前:50%、前日:80%、当日:100%

第 3115 回 みつとうげ かいうんざん  
**三ツ峠 (開運山) 1785m** (③一般向き強)

**期日** 8月18日(火) 日帰り 雨天順延(19日の場合の参加有無連絡要)

**集合** 富士急行線 河口湖駅改札口 9:35

横浜駅 6:18→東神奈川 6:22/6:24→八王子 7:23/7:32 →高尾 7:39/7:40 ④中央線甲府行→大月

8:23/8:30 富士急行線 特急富士回遊3号河口湖行→河口湖 9:31

**コース** 河口湖駅 9:45 バス天下茶屋行=三ツ峠登山口 10:15…登山道入り口(トイレ)…三ツ峠山荘(トイレ)…開運山 12:30/13:00…木無山…府戸尾根…新倉山分岐 15:05…新倉山…新倉富士浅間神社(トイレ)…下吉田駅 17:15 頃/17:34 普通列車大月行→横浜着 20:16

**実歩行時間** 5時間 10 分(昭文社タイム) 全行動時間 7 時間

**費用** 約 6,800 円(横浜駅起点)

横浜駅～大月 1,595 円×2=3,190 円 大月～河口湖駅 1,761 円 下吉田駅～大月駅 977 円

バス:河口湖駅～三ツ峠登山口 840 円

**地図** 昭文社「富士山」

**山行係** 小澤 勝太郎 tel:\*\*\*\* Eメール:\*\*\*\*

**申込み** 8月12日 例会まで

**持ち物** 弁当 1 食、飲料水、雨具、灯具、ストック、防寒衣、熱中症対策、その他日帰り山行に必要なもの。

**その他** 富士山を眺める最高の展望台の三ツ峠は、最高峰の開運山、御巢鷹山、木無山の 3 山から成り、今回は最短コースの裏口から開運山に登り、(御巢鷹山はパス)木無山から府戸尾根を下り、河口湖まで行かず尾根中途から新倉山経由で下吉田駅に下山します。舗装道路歩きは無しです。富士急行線の運賃は全線 IC カード利用可能ですが、往路の富士回遊特急券は大月駅で座席未指定券(紙切符)の購入が必要です。復路は下吉田駅から普通列車で IC カードの利用が可能です。

第 3117 回 **富士山 3776m** (⑤健脚向き)

**期日** 9月5日(土)～6日(日) 1泊2日 雨天中止

**集合** 御殿場駅富士山バス乗場(御殿場口五合目行) 8:20

**コース** 1日目:横浜 6:20→国府津 7:03/7:07→御殿場駅 7:57/8:40(バス)=御殿場口五合目 9:10/9:30…新五合目 11:20…新六合目 13:40…わらじ館(泊) 16:10

2 日目: わらじ館 5:00…御殿場口頂上 7:45…剣ヶ峰 8:20…須走口頂上 9:10…七合目 11:20…須走口  
五合目 14:00/14:30(バス)→御殿場駅 15:25/15:45→横浜 17:40

※歩行中の時間は適宜休憩を含む目安です。

**実歩行時間** 1 日目 約5時間40分、2 日目 約7時間30分

**宿泊** わらじ館 TEL.090-8678-3050

**費用** 約24,000円(JR 横浜～御殿場3,140円(1,570円×2)、バス 御殿場駅～御殿場口五合目1,280円、須走口五合目～御殿場駅1,780円、宿泊費 わらじ館13,500円(2食付き)、入山料4,000円)

**地図** 昭文社「富士山」1:50,000、ヤマップ地図「富士山」

**山行係** 久保正文 電話:\*\*\*\* メール:\*\*\*\*

**申込み** **6月30日で一旦締切りました。宿の予約人数10名に達して宿は満室ですので、これからの申込みはキャンセル待ちです。**59日前(7/8)からキャンセル料が発生し、申し込み後の自己都合キャンセルはキャンセル料負担となります。但し、台風等の登山に不適な天候の場合はキャンセル料は発生しません。

**持ち物** 昼食2、予備食、水、雨具、スパッツ(砂除け)、防寒具、灯具、着替え、その他宿泊山行に必要なもの。

**その他** 海外山行台湾玉山訓練を兼ねて富士山に登ります。往路は最も標高差のある御殿場口五合目(1460m)から登り、七合五勺(3110m)のわらじ館に宿泊、山頂(剣ヶ峰)を半周して須走口五合目(1970m)に下山します。キャンセル料:59日前～11日前5%、10日前～前日50%、当日100%

## 《6月の支部山行報告》

第3097回報告

富士山五合目《吉田口登山道》

**実施日** 6月14日(日) 日帰り 天気:曇り 係:足立忠彦、記録:竹林知善

**報告** 個人的には富士山五合目は車で観光するイメージであったが、日帰りで2000m級の山を楽しめる所として認識を改めることができた山行であった。富士山駅に女性6名、男性9名が集合し、馬返し行き9人乗り路線バスと増便の6人乗りタクシーで移動。馬返し1450mで自己紹介後、2班に分かれて歩き出す。まずは苔むす樹林を進む。一合目を過ぎると、横浜ではまだ聞かないセミの声。初夏に鳴くセミを春蟬と呼ぶとのことだが富士山周辺の森林帯でも5～6月に鳴き声が聞けるとのこと。多くのトレイルランナーとすれ違いながら、二合目、三合目(三軒茶屋跡)と順調なペースで進み、昼食タイム。あいにくの曇り空であったが河口湖などの下界の景色が薄っすらと見えた。ここまでは半袖でも良かったが、標高1800mとなると座っていると体が冷えて長袖を着込む。出発前に記念写真の撮影を若い男性三人組にお願いすると慣れた感じでもとても親切に撮ってくれた。四合目(大黒天1973m)、四号五勺(御座石2040m)、五合目(中宮2140m)と江戸時代から続いた茶屋や神社の跡など歴史を感じながら進む。階段が続き、空気が薄くなってきたせいか足取りが重く感じられる中、無事、佐藤小屋2240mに到着。記念写真は三合目で出会った三人組がまたも快く撮影してくれた(感謝!)。佐藤小屋から富士スバルライン五合目までは富士山らしい軽石のガレ場の風景も良かったが、濃いガスで下界の絶景は拝めなかったのが少し残念。今回は下りの無いほぼ一本道の登りだったが、変化も多いとても楽しい山行であった。

**コースタイム** 富士山駅バス停9:30=馬返し10:00/10:15…一合目10:30…二合目11:10…三合目11:40/12:05…四合目12:30…五合目13:15…佐藤小屋13:45…富士スバルライン五合目バス停14:20/14:50=河口湖15:35(解散)

**参加者** ◎足立忠彦、○戸野部武彦、矢崎美穂(A班班長)、大串伸、北村寛、井上清美(写真)、永島ヒサエ、荒木孝、○若生典男、中村淳(B班班長)、竹林知善(記録)、小林時子、永井きみ江、牧野紀子、○井上忠秋 以上15名

## 第 3099 回報告

## ヤマユリを探して

**実施日** 6月19日(金) 日帰り 天気/晴れ 係:小黒陽子、記録:溝尾文子

**報告** 朝比奈のバス停に集合。野菜畑の合間を抜けて登り口に、反対側の山の斜面にヤマユリが沢山咲いているのを発見。さい先のよいのを感じる。かなりの急登を息を切らして登る。湿度が高く玉の汗。藪と木立の中を進み熊野神社の下社、上社に、到着。休憩後アップダウンを繰り返し細い山道を進む。時折ウグイスの声を聞きながら。前方が開けヤマユリが斜面に群生しているのをみつける。皆歓声!! 1本のヤマユリにいくつもの花をつけているものもあり、見事。ヤマユリの独特のいい香りが一面に漂う。十二所果樹園を下り抜け、光触寺に、トイレ休憩をとり、明王院へ、近くにあるハイキングコースから天園に向かう。かなりの急登で昨日の雨もあり滑り易い所もあり慎重に歩を進める。天園に到着。ここで昼食。その後、栄プールに向かう。途中ヤマユリがあちこちに咲いていてまたみる事ができ堪能しました。栄プールに皆無事に到着。あじさいの丘で解散。リーダーの小黒さんお疲れ様でした。皆様お疲れ様でした。天気にも恵まれヤマユリの花を沢山みる事ができ素晴らしい1日となりました。

**コースタイム** 朝比奈バス停 8:50...十二所神社 9:20/9:30...十二所果樹園 10:10/10:25...光触 11:00/11:10...明王院 11:15/11:25...天園 12:40/13:30...栄プール 14:00/14:10...上郷ネオポリス 14:15/14:30...あじさいの丘 14:40 解散

**参加者** ◎小黒陽子、○西川久子、西川重昭(写真)、溝尾文子(記録)、赤坂操枝、小池一恵、両川さとみ、小林時子、荒木孝、久保田誠 計 10名

## 第 3101 回報告

## 三増ウォーキング

**実施日** 6月22日(火) 日帰り 天気 曇/晴 係・記録:谷真理子

**報告** 梅雨時の貴重な晴日でした。本厚木駅へ集合し、バスターミナルにて、上三増行のバスが来頃、2名の参加者が加わり、一安心した。乗車時間は、約1時間かかった。三増バス停の傍の神社に入り、自己紹介後、ゆっくり歩き出した。空気が美味しいと感じたが、中央養鶏場の前を通ると、肥料の臭いがひどかった。その後は、気持ちが良い空気になった。志田山が近づく頃、三増合戦場跡に到着した。一休みした。その先、首塚があり、時間的に昼食時になっていたため、農村環境改善センターへ足を伸ばし広場で食事を摂った。それから、歩きだしたが、洞塚があるのだが、何と!スクラップ工場になっていた。外人が営業所を作ってしまった。歩くと大分、昔の面影の薄くなってしまった。道が作られてしまっていたり、家も出来ていた。下り坂をいけば田代坂上に出た。馬渡橋を渡り、津久井川沿いを塩川へ向かう。遠くにアンデルセンの童話のような建物が見えてくるが、そこまで行けば右折して、塩川滝に向かう。梅雨時の水量が物凄かった。参加者達は見とれてしまった様子であった。その後は道路をもくもくと歩き、勝楽寺前に着き、田代半僧防の前を通過し、平山坂下のバス停に到着し、解散としました。

**コースタイム** 本厚木駅東口 9:30...バスセンター三増行 9:45...三増バス停 10:50...三増合戦場跡 11:15...環境改善センター 11:45~12:15 ランチ...塩滝入口 13:45...塩滝見物 13:50...平山坂下 15:00(解散)

**参加者** ◎谷真理子、足立忠彦、内田康正、高木良喜、高山 敦、平松善文、高橋健二、荒木 孝、後藤悦治、後藤玲子、赤坂操枝、岩野修(体験)、秋山良重(体験) 計 13名

## 第 3102 回報告

## 秋田駒ヶ岳・森吉山

**実施日** 6月23日(火)~25日(木) 2泊3日 係:桜井素子、記録:小泉葉子・梶本弘子

**報告** 1日目 23日(記録:小泉葉子) 天気/雨時々曇り 秋田駒ヶ岳。秋田新幹線で田沢湖駅に集合だが、こまち1号に乗車の10人は予定通り到着したものの、後発のこまち51号の2人は列車遅延のため、バスの発車時間に間に合わなくなり、運転手に頼みこんで発車を待ってもらいなんとか乗れた。波乱含みの山行の幕開けである。終点の「駒ヶ岳八合目バス停」に着き、そこにある避難小屋で支度をする。不要な荷物を

コインロッカーに預け、すでに小雨が降っているため雨対策を行い出発した。15分位登ったところで、Aさんが体調不良のため、Bさんに付き添われて下山。登山道の両脇には紫の濃いハクサンチドリがさっそくお目見え。たくさんの高山植物の出現にビックリしながら、片倉岳展望台を経て阿弥陀池に到着し、阿弥陀池避難小屋でお昼休憩。下山したBさんが戻ってきて合流した。山頂の男女岳は割愛し、午後1時半にムーミン谷めざして避難小屋を出発した。阿弥陀池に戻り、男岳分岐から岩ゴロの急坂を慎重に下るが、シラネアオイが惜しげもなく咲いていて癒された。駒池もあるムーミン谷は、雪渓にチングルマの群生地と幻想的な景色が広がっていた。雪渓を渡り、横岳に向けて火山礫の砂地を登るが、足をとられて歩きにくい。登山道の隣の砂地にはコマクサが上方まで咲いていて、励まされることしばし。焼森から「駒ヶ岳八合目バス停」に向かい、雨で川になった登山道をひたすら下った。目的地までもう少しというところで、Cさんが岩を下ったときに手を痛めてしまった。なんとか予定の終バスに間に合い、「田沢湖スキー場前バス停」で下車し、宿泊所のロッジヨーデルに到着した。終始期待した眺望は見られず残念だったが、なんとこれも高山植物の宝庫で、たくさんの花々を満喫できた。

2日目 24日 天気/晴れ 移動日。「ロッジヨーデル」を出て田沢湖スキー場前バス停から乗り田沢湖畔で下車。湖畔を散策する。コバルトブルーの湖面が美しく、しばし皆で写真撮影。その後、田沢湖駅に向かう。田沢湖駅新幹線こまち7号 11:28 発→角館駅 11:41 着 駅から武家屋敷通りまで歩き昼食。観光客でにぎわっていた。秋田内陸縦貫鉄道・角館駅 13:58 発→阿仁合駅 15:20 着 宿舎の車で「ホテルフイッシュ」へ向かう。

3日目 25日 天気/晴れ 森吉山。「ホテルフイッシュ」の車でゴンドラ山麓駅まで送ってもらう。ここでもコインロッカーに不要な荷物を預けることができた。ゴンドラで20分も乗り山頂駅へ。森吉山は花の百名山である。早々から花のお出迎えが始まる。アカモノ、ゴゼンタチバナ、ハクサンチドリ、ニッコウキスゲ、シラネアオイなど、書ききれないほどの種類が咲いていた。珍しいのは稚児平で、休んでいる人が教えてくれたチングルマの八重咲を見ることができた。山頂から山人平には途中で雪渓に阻まれ、スパイクがなければ行くことができない。山頂にもどったが、風が強く阿仁避難小屋で昼食をとる。終始歩きやすい山道だったが、花に見とれて転ばないように気を付けながら歩く。最初から最後まで花が咲いていて、癒され感動した。ゴンドラ山麓駅にもどり、「ホテルフイッシュ」のご厚意で阿仁合駅まで送って頂く。阿仁合駅から角館にもどり解散した。今回は初日に1名が体調不良、もう1名が転んで手を痛め、2名が離脱という出来事があった。当然ながら、山行前に体調が悪い時は行きたい山でも勇気を持ってキャンセルする事や、誰にでも起こりうる転倒などのリスクを下げる為の対策をした上で、気を引き締めて歩く重要性を皆で認識した山行であった。

**コースタイム** 23日 駒ヶ岳八合目避難小屋 11:30…片倉岳展望台 12:17…阿弥陀池 12:50…阿弥陀池避難小屋 13:00/13:30…阿弥陀池 13:40…駒池 14:50…大焼砂 15:25…横岳 15:55/16:00…焼森 16:10…駒ヶ岳八合目バス停 16:55

25日 阿仁ゴンドラ山頂駅 9:10…石森 9:49…阿仁避難小屋 10:14…森吉山 10:53/11:27…阿仁避難小屋 12:01/12:30…石森 12:44…阿仁ゴンドラ山頂駅 13:10…ゴンドラ山麓駅

**参加者** ◎桜井素子、○若生典男、大西秀樹(班長)、梶本弘子(記録)、小泉葉子(記録)、仙田富美枝(写真)、小林時子(会計)、芳賀郁子(会計)、小林誠一、小黒陽子、棟方千恵子、小池一恵 計12名

# 《お知らせ》

## 1. 2026年度第2回運営委員会（山行計画会議）のご案内・・・・・・・・足立 支部長

**日時** 8月25日(火) 18:00～20:50

**会場** 神奈川県民センター 3階 303号室(拡大委員会なので会場変更しました)

- 議事**
1. 2027年上期(2月～7月)山行計画の検討
  2. 羊歯第36号経過報告について
  3. 10/12大平山集中山行について
  4. 70周年記念祝賀会について
  5. 記念海外登山玉山について
  6. スマイルサポーター(会員の意見を吸い上げる方策)の報告
  7. 来年の本部集中山行4/11(日)について

## 2. 70周年記念事業「海外山行」について・・・・・・・・山行委員 久保正文

事前準備の現状を報告します。10/18(日)山荘泊の受付が4か月前の6/18(木)に開始されました。旅行社から受付開始1秒後には約60名の申込みがあり、残念ながら外国人宿泊枠24名に入ることが出来なかったと報告がありました。次は11/8(日)、11/11(水)山荘宿泊の第二、第三希望に申込み、結果を待つことになりました。

## 3. 2027年上期(2月～7月)山行計画の募集・・・・・・・・山行委員 大西・久保委員

2027年上期(2月～7月)の山行計画と希望山行を2026年8月12日(水)例会までに、山行委員 大西・久保 宛に提出してください。8月例会に出席できない方は下記の宛先にメールにて提出願います。記入用紙は、下記の「2027年上期(2月～7月)山行計画・希望山行申請」を利用するか、そのフォーマットに準じて提出してください。希望山行の場合は、係、グレード等一部省略しても差し支えありません。別途、支部MLで会員宛にWordの様式(ファイル)を送付済ですので、編集の都合上なるべくメールにファイル添付で送付をお願いします。

「計画を立てるといふ行為そのものが、また大きな楽しみであり、それを実行したという充実感がまた次の計画への原動力につながっていった(田部井淳子、山との出会いより)。」係未経験の方も山行係がサポートしますので行きたい山の係を担当して、「計画する楽しさ」と「計画を実行したときの充実感」を味わいませんか。山行計画の提出をお待ちしています。

[宛先] 大西秀輝、久保正文

[メールアドレス] \*\*\*\*、\*\*\*\*

### 2027年上期(2月～7月)山行計画・希望山行申請書

氏名

| No. | 実施予定日  | 曜日 | 山行計画(山名) | 係 | グレード | 地域 | 登山コースまたは山行内容 |
|-----|--------|----|----------|---|------|----|--------------|
|     |        |    |          |   |      |    |              |
|     |        |    |          |   |      |    |              |
|     | (希望時期) |    |          | - | -    |    |              |

グレード区分: 1.軽ハイキング:歩行時間 3時間以下、2.一般向け:歩行時間 3-4時間、3.一般向け強:歩行時間 4-5時間  
4.やや健脚:歩行時間 5-6時間、5.健脚:歩行時間 6時間以上

## 4. スマイルサポーターにご協力をお願い・・・・・・・・山行実施と支部運営に関する改善検討チーム

**【背景】** 新ハイキングクラブの会員増加に伴い山行実施に対して様々な意見があることはご存知の通りです。今までも支部運営委員会は皆様のご意向に出来るだけ対応をしてみましたが、次に掲げる理由で様々な意見が運営委員会の議題に挙がりにくい現状がありました。

①その意見の本気度や対案などが伝わって来ない。

②隠れた意見が伝わって来ない

③一般会員の意見をとり挙げるシステムが無い。

今回はスマイルサポーター(SS)を立ち上げ、聞き取り調査を施行することで①②を明らかにして、一般会員の意見を取り上げて運営委員会で検討する手順を構築します。

**【SSメンバー】** 伊藤昌美、三浦久美子、小川美香、中居利雄、木下裕一郎、大西秀輝

※意見・提案に限らず当クラブで不明な事は何でもいつでもメンバーにご相談ください。

**【方策とスケジュール】** 7月支部ニュースで皆様へお知らせ

メールによる収集 ・7月支部ニュースリリース後から7月31日までメールによる意見・提案収集を行います。

SSによる聞き取り調査 ・7月定例会前17時～18時県民センター9F ボランティアサロンでSSが待機している  
ので意見・提案及びそれ以外の事も遠慮なくご相談ください。

・7月定例会にご意見収集箱を設けますので、ご意見・提案を入れてください。

SS及び会員による聞き取り調査 ・6～7月に実施される全支部山行時に聞き取り調査を行う

8月運営委員会(8/25)の議題に挙げて議論を行います。

9月定例会でご報告

**【意見・提案の示し方】**

山行実施と支部運営に関する改善のための意見・提案とそれに至った理由を挙げてください。出来れば(無くても大丈夫です)代替案も挙げてください。

無記名で受け付けますが記名でも構いません。

個人攻撃や人格攻撃はNGです。

直接\*\*\*\*にメールをいただくと、お名前は表に出しません。

**5. 新入会員(入会承認者)のご紹介・・・・・・・・・・・・・・・・足立 支部長**

〔お名前〕 秋山良重 (あきやま よしえ)

〔ご住所〕 \*\*\*\*

〔電 話〕 \*\*\*\*

〔メール〕 \*\*\*\*

〔その他〕 体験山行 三増ウォーキング(リーダー 谷真理子)

〔お名前〕 岩野 修 (いわの おさむ)

〔ご住所〕 \*\*\*\*

〔電 話〕 \*\*\*\*

〔メール〕 \*\*\*\*

〔その他〕 体験山行 三増ウォーキング (リーダー 谷真理子)

〔住所訂正〕 前号でご案内した安岡武司 様の住所表記に誤りがありました。以下にお詫びして訂正させていただきます。 〒251-0002 藤沢市大鋸

## ☆☆ 6月の支部山行記録 ☆☆

| 回数    | 月/日     | 山行名           | 山行係 | 参加者数 | 報告書 |
|-------|---------|---------------|-----|------|-----|
| 3095回 | 6/2~4   | 九重連山          | 小澤  | 雨天中止 |     |
| 3096回 | 6/7     | 三国山・鉄砲木の頭・高指山 | 久保  | 雨天中止 |     |
| 3097回 | 6/12    | 富士山5合目        | 足立  | 15人  | 当月号 |
| 3098回 | 6/19    | 生田緑地と東高根森林公園  | 小嶋  | 都合中止 |     |
| 3099回 | 6/19    | ヤマユリを探して      | 小黒  | 10人  | 当月号 |
| 3100回 | 6/20    | 宝永山           | 小澤  | 雨天中止 |     |
| 3101回 | 6/22    | 三増ウォーキング      | 谷   | 13人  | 当月号 |
| 3102回 | 6/23~25 | 森吉山・秋田駒ヶ岳     | 桜井  | 12人  | 当月号 |

|       | 6月合計数 | 年間累計数 |
|-------|-------|-------|
| 山行企画数 | 8回    | 48回   |
| 山行実施数 | 4回    | 36回   |
| 参加者数  | 50人   | 579人  |

※参加者には体験山行参加者を含みます。

### ☆前月例会出席状況☆

| 開催日   | 6月10日(水) |
|-------|----------|
| 会員総数  | 126名     |
| 出席者数  | 53名      |
| 欠席者数  | 73名      |
| 出席率   | 42%      |
| 新規見学者 | 5名       |
| 継続見学者 | 1名       |

### ◇当月&来月以降の例会◇

|                  |             |                  |         |
|------------------|-------------|------------------|---------|
| <b>7月8日(水)</b>   | 18:10~20:00 | 神奈川県民センター 301会議室 | 司会/大西委員 |
| <b>8月12日(水)</b>  | 18:10~20:00 | 神奈川県民センター 301会議室 | 司会/中村委員 |
| <b>9月8日(火)</b>   | 18:10~20:00 | 神奈川県民センター 301会議室 | 司会/中島委員 |
| <b>10月14日(水)</b> | 18:10~20:00 | 神奈川県民センター 301会議室 | 司会/若生委員 |

### ◇ FREE BOARD ◇

個人山行計画と会員が参加するボランティア活動、写真、絵画、スケッチ展、コーラス、音楽会等のお誘いを掲載できます。  
掲載希望者は会報係までご連絡ください。



### 新ハイキングクラブ本部 『さあハイキング!』のご紹介

足立支部長

新ハイキングクラブ山行「さあハイキング」は本部会員以外の方も参加出来ます。

◆ 7/8(水) 日帰り「さあ、ハイキング! 547」箱根旧街道-恩賜公園(一般向き)

詳細は新ハイキングクラブのホームページに「誰でも歩ける「さあハイキング!」」に記載しています。

「さあハイキング!」の山行は当日も申込を受付けます。はがき大の用紙に山行申込書(山行名・住所・氏名など、新ハイキングクラブのホームページに記載例があります)を書いて係に提出してください。雨天の場合は不参加事由、連絡も不要です。会員以外の方も同要領で参加出来ます。

## 北半球最大のサンバカーニバルへ！ = 今年は脚より腰が踊ります！ =

今年3月に入会いたしました、佐々木敏明です。初めての企画として「浅草サンバカーニバル観覧」を計画してみました。真夏の暑さに負けない精神力を養うため……と言いたいところですが、実際は「たまには山と違う景色も楽しみましょう！」という、ゆるめの街歩き企画です。山では登りで息が切れますが、こちらはリズムで心拍数が上がります。「最近トレーニング不足かも…」という方も、サンバ隊の笑顔を見ると、不思議と足取りが軽くなるはずです。途中で雷鳥は出ませんが、羽根の大きさでは完全にこちらが優勢です。観覧後は、希望者で軽く反省会も予定しています。「少しだけ見て帰るつもりだったのに…」となる可能性は高めです。

- ◆ 実施予定日: 8月29日(土) ※雨天決行。ただし踊るのは出演者のみです。
- ◆ 集合場所/\*時間: 東京都観光汽船 浅草発着場 / 15:00(詳細はQRコードをご覧ください)
- ◆ コース予定: 馬道 → 雷門 → 沿道観覧 → 浅草散策 → 反省会 ※体力に余裕のある方は、帰路にスカイツリー方面への延長戦も可能です。
- ◆ こんな方歓迎
  - ・人混みで少し迷っても笑って戻れる方
  - ・「少しだけ見る」が毎回できないタイプの方
  - ・サンバの音で自然に首や肩が動いてしまう方優遇
- ◆ 持ち物: 帽子、飲み物、暑さ対策、少しの遊び心
- ◆ 係/申込み: 佐々木敏明/8月22日までに\*\*\*\*  
(※件名に「サンバ参加」とお書き添えください)  
係は「ついでに浅草寺で健康祈願しよう派」です。お気軽にお申込みください。



### 公開個人山行 てかりだけ **光岳 (南アルプス) 2592m** (⑤健脚向き)

**期 日** 8月18日(火)～20日(木) 2泊3日 (荒天中止)  
**集 合** 東急田園都市線 市が尾駅改札口 13:00集合 自動車移動  
**コース** 8月18日 東名青葉IC13:30 中央道松川IC17:00 飯田市内ビジネスホテル 18:00 着  
 8月19日 ホテル 4:00＝芝沢ゲート 5:40…易老渡登山口 6:25…馬の背 10:40…易老岳 12:00…三吉平  
 13:10…光岳小屋 16:00…光岳…光岳小屋(泊)  
 8月20日 光岳小屋 5:40…三吉平 7:00…易老岳 8:30…馬の背 9:15…易老渡登山口 13:00…  
 芝沢ゲート 14:15 芝沢ゲート(自動車)＝松川IC＝東名青葉IC＝市が尾駅 20:00

**実歩行時間** 2日目9時間15分 3日目7時間15分  
**宿 泊** 1日目スーパーホテル長野飯田インターホテル(0265-55-9010)  
 2日目光岳小屋(0547-58-7077)  
**費 用** 合計約27500円 スーパーホテル長野飯田インターホテル7500円  
 光岳小屋 1泊夕食 朝弁当14000円  
 交通費(高速代、GS代)24000円÷4名＝6000円  
**地 図** 昭文社[塩見・赤石・聖岳] ヤマップ地図[光岳]  
**山行係** 大西秀輝 TEL \*\*\*\* Eメール\*\*\*\*  
**申込み** 7月定例会まで4名まで  
**持ち物** 食事3食、飲料水、雨具、帽子、手袋、ヘッドライト、ストック、行動食、軽アイゼン・チェーンスパイク、その他各自必要な物

**その他** 光岳は南アルプスの南部に位置し日本100名山ですが、交通の便が悪く行きにくい場所にあるので家用車移動するため個人山行にしました。  
 光岳小屋 マットレスはありますが布団の用意は無いようです。寝袋とインナーの持参が推奨されていますが、寝袋のレンタルがあるようです。ペットボトル等の販売はありませんが水は500ml、100円お湯は500ml、200円で販売しているようです。キャンセル料は30日前～5%、3日前～30%、当日100%なので8月15

日に決行か中止を決めようと思います。

**個人山行のお誘い**

(一般向き強)

**意外と涼しい三浦アルプスで夏の暑さにも負けず健康維持エクササイズ!**

**期 日** 7月と8月の毎週土曜日 日帰り (雨天中止)

**集 合** 京急安針塚駅改札 8時

**コース** 毎回、京急安針塚駅を始点とし、三浦アルプスの違ったコースを4-5時間歩きます。終点解散地はその都度お伝えします。

**実歩行時間** 休憩を含めて約5時間、約10km、アップ/ダウン約500m

**費 用**

**地 図** 1/25000の国土地理院地図を部分印刷したものとヤマレコ(携帯)を使います。GPXファイルが見られる方には事前にコースマップを送ります。また当日、地図上で大体のコースをお見せいたします。

**山行係** 杉山三佐子 Tel:\*\*\*\* Eメール:\*\*\*\*

**申込み** 定員6名、以降はキャンセル待ちになります。

**持ち物** 昼食、飲み物、雨具、行動食の他、日帰り山行に必要なものを持参してください。

**その他** 京急安針塚駅から沢や尾根をゆっくりと地図読みをしながら歩きます。藪漕ぎやロープがある場合もありますので滑り止め付き手袋があると便利です。

**同行者募集**

**秋の九州山行18日間 (10/23~11/9、やや健脚向き)**

杉山三佐子

観光を含めた九州山行18日間を計画しています。レンタカーでの移動、また民宿などの宿泊がありますので定員は私を含めた4名です。男性2名女性2名、もしくは女性4名になります。私は運転しませんので運転できる人を募集します。登る山は9座、できれば登頂、でも頂上は目指しません。無理せず行けるところまで行って下山します。

計画は初段階ですが、興味がある、または詳細を知りたい方は\*\*\*\* 杉山 までご連絡ください。日程表をお送りします。

## ☆ 今後の支部山行計画 ☆

- 2026年7月から2027年1月まで。
- 計画は変更や訂正があります。最新のものをご覧ください。

| 回数   | 月日               | 曜日  | 山行名  | 係   | 難易度 | 行程       | 備考  | 掲載月    |
|------|------------------|-----|--|-----|-----|----------|---|--------|
| 3103 | 7/4<br>～5        | 土～日 | 蓼科山  | 高橋昇 | 4   | 1泊<br>2日 | 茅野駅から登山口へ、広大な大石がゴロゴロの蓼科山へ   | 5<br>6 |
| 3104 | 7/4<br>～5        | 土・日 | 赤岳   | 大西  | 5   | 1泊<br>2日 | 美濃戸口～行者小屋泊～赤岳   | 5<br>6 |
| 3105 | 7/7              | 火   | 飯盛山  | 桜井  | 3   | 日帰り      | 海老名＝清里…飯盛山…野辺山＝海老名 山梨百名山、満開のニッコウキスゲを見る。(ワゴンタクシー利用)                    | 6      |
| 3164 | 7/13<br>～15      | 月～水 | 唐松岳・五竜岳  | 大西  | 5   | 2泊<br>3日 | JR 南神城駅 16:00 集合～五竜岳～唐松岳～白馬駅  | 5<br>6 |
| 3163 | 7/18             | 土   | 御岳山ロックガーデン   | 疋田  | 2   | 日帰り      | 溪流沿いの散策、苔むした岩と清流、木陰の遊歩道   | 7      |
| 3107 | 7/18<br>～19      | 土～日 | 谷川岳  | 高橋昇 | 4   | 1泊<br>2日 | 上毛高原駅から土合口へ、ロープウェイ・リフト利用で   | 6<br>7 |
| 3108 | 7/17<br>～18      | 金～土 | 日光白根山  | 若生  | 4   | 1泊<br>2日 | 日光湯元温泉に前泊し金精峠から前・奥白根山を経てロープウェイで下る。(ワゴンタクシー利用)                         | 6<br>7 |
| 3109 | 7/24<br>～26      | 金～日 | 甲斐駒ヶ岳～仙丈ヶ岳   | 久保  | 5   | 1泊<br>2日 | 駒ヶ岳神社-黒戸尾根-七丈小屋(泊)-甲斐駒ヶ岳山頂-北沢峠(泊)-仙丈ヶ岳往復 干支の山                         | 6<br>7 |
| 3110 | 7/27             | 月   | 日向山  | 桜井  | 3   | 日帰り      | 海老名＝矢立石登山口…日向山…矢立石登山口 山梨百名山、山頂は天空のビーチと言われ、甲斐駒、八ヶ岳の展望が望めます。(ワゴンタクシー利用) | 7      |
| 3111 | 7/29<br>～30      | 水～木 | 大源太山   | 小澤  | 4   | 1泊<br>2日 | 1日目、土樽駅～反時計回り～蓬ヒュッテ、2日目、セツ小屋山～大源太山～越後湯沢駅 5h、5h 上越のmatterホルン           | 6<br>7 |
| 3112 | 8/1<br>7/31 夜間集合 | 土   | 丹沢山(又は塔ノ岳)夜間登山   | 中居  | 5   | 夜間登山     | 大倉-塔ノ岳-丹沢山(ピストン)暑い日中を避けた登山で、ご来光を楽しむ                                   | 7      |
| 3113 | 8/1～2            | 土～日 | 池の平湿原、黒斑山  | 高橋昇 | 3   | 1泊<br>2日 | 佐久平駅→池の平湿原、黒斑山→佐久平駅   | 6<br>7 |
| 3114 | 8/5～7            | 水～金 | <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">日程変更</span><br>北岳・間ノ岳 | 久保  | 5   | 2泊<br>3日 | 広河原-白根御池小屋(泊)-間ノ岳-北岳山荘(泊)-北岳-広河原                                      | 6<br>7 |
| 3115 | 8/18             | 火   | 三ッ峠  | 小澤  | 3   | 日帰り      | 河口湖駅＝登山口…三ッ峠山…表コース…三ッ峠駅 富士山の展望地、5h30m                                 | 7<br>8 |

|      |          |     |                       |     |   |          |   |        |
|------|----------|-----|-----------------------|-----|---|----------|---|--------|
| 3116 | 8/28     | 金   | 西沢溪谷                  | 疋田  | 3 | 日帰り      | 山梨市/塩山～バス西沢溪谷入口～溪谷周回～帰路同様                                       | 8      |
| 3117 | 9/5～6    | 土～日 | 富士山                   | 久保  | 5 | 1泊<br>2日 | 御殿場口-砂走館(泊)-山頂-富士宮口<br>※海外山行実施の場合                               | 6<br>7 |
| 3118 | 9/15～16  | 火～水 | 八方尾根～唐松岳              | 小澤  | 3 | 1泊<br>2日 | 白馬八方=八方池…唐松岳山荘(泊)…唐松岳往復 八方尾根から白馬三山等の景色を観る、3h50m、4h              | 8<br>9 |
| 3119 | 9/18～20  | 金～日 | 旭岳                    | 高橋昇 | 4 | 2泊<br>3日 | 旭川空港→旭岳温泉→ロープウェイ利用、旭岳   | 8<br>9 |
| 3120 | 9/22～23  | 火～水 | コース変更<br>七面山          | 木下  | 4 | 1泊<br>2日 | 下部温泉駅-羽衣登山口-敬慎院(泊)-七面山-七面山登山口・赤沢入口=下部温泉駅                        | 8<br>9 |
| 3121 | 9/25     | 金   | 巾着田                   | 小澤  | 2 | 日帰り      | 武蔵横手駅…物見山…日和田山…巾着田…高麗駅コスモスと100万株の曼殊沙華を観る、4h                     | 9      |
| 3122 | 9/26     | 土   | 棒の折れ白谷沢コース            | 疋田  | 4 | 日帰り      | さわらびの湯～白谷沢～棒の折れ～尾根道   | 9      |
| 3123 | 9/28     | 月   | コース変更<br>羽村取水堰から草花丘陵  | 小嶋  | 2 | 日帰り      | 玉川上水の取水堰(羽村堰)と羽村市郷土博物館を訪ね、多摩川沿いの標高200m程度の草花丘陵を歩く。歩行約4時間。        | 9      |
| 3125 | 10/3     | 土   | 小檜山                   | 木下  | 3 | 日帰り      | 塩山駅-焼山峠-小檜山-塩山駅   | 9      |
| 3126 | 10/3～4   | 土～日 | 瑞牆山・金峰山               | 大西  | 5 | 1泊<br>2日 | 瑞牆山荘バス停→瑞牆山→富士見平山荘→金峰山→大弛峠                                      | 8<br>9 |
| 3127 | 10/8～10  | 木～土 | 火打山・妙高山               | 小澤  | 5 | 2泊<br>3日 | 笹ヶ峰…高谷池ヒュッテ(泊)…火打山…黒沢池ヒュッテ(泊)…妙高山…妙高高原駅、日本百名山2座と紅葉を楽しむ、4h、4h、6h | 8<br>9 |
| 3124 | 10/9～11  | 金～日 | 蔵王、月山                 | 高橋昇 | 4 | 2泊<br>3日 | 山形駅→蔵王、月山→山形駅(レンタカー利用)  | 8<br>9 |
| 3128 | 10/12    | 月・祝 | 70周年記念支部集中山行Aコース      | 井上  | 2 | 日帰り      | 鎌倉大平山への複数コース  | 8<br>9 |
| 3129 | 10/12    | 月・祝 | 70周年記念支部集中山行Bコース      | 小黒  | 2 | 日帰り      | 鎌倉大平山への複数コース  | 8<br>9 |
| 3130 | 10/12    | 月・祝 | 70周年記念支部集中山行Cコース      | 棟方  | 2 | 日帰り      | 鎌倉大平山への複数コース  | 8<br>9 |
| 3131 | 10/17～21 | 土～水 | (70周年記念海外山行)<br>台湾玉山  | 久保  | 5 | 4泊<br>5日 | 別途70周年記念海外山行計画による ※日程変更可能性あり                                    |        |
| 3132 | 10/23    | 金   | 古城址巡りその23<br>唐沢山城～栃本山 | 芹沢  | 2 | 日帰り      | 謙信に10回攻められた城<br>4.00h   | 10     |
| 3133 | 10/24    | 土   | 丹沢表尾根                 | 疋田  | 5 | 日帰り      | ヤビツ峠～塔ノ岳往復、または大倉下山  | 10     |

|      |              |     |                             |     |   |          |   |          |
|------|--------------|-----|-----------------------------|-----|---|----------|---|----------|
| 3134 | 10/26        | 月   | 高麗山・湘南平                     | 小林誠 | 2 | 日帰り      | 関東ふれあいの道⑦ 大磯・高麗山の道 + 旧吉田邸<br>10km 3h30m     | 10       |
| 3135 | 10/27        | 火   | 加瀬山                         | 谷   | 2 | 日帰り      | 日吉から新川崎へ                                    | 10       |
| 3136 | 10/29        | 木   | (本部支部合同山行)<br>金比羅山・日出山      | 大西  | 3 | 日帰り      | 武蔵五日市→金比羅山→日出山→つるつる温泉                       | 9<br>10  |
| 3137 | 11/5         | 木   | 浅間隠山<br>(希望山行)              | 小澤  | 2 | 日帰り      | 郷原駅=浅間隠温泉…浅間隠山往復 山頂から浅間山、他360の素晴らしい展望、3h30m | 10       |
| 3138 | 11/10        | 火   | 倉見山                         | 若生  | 3 | 日帰り      | 富士山眺望と紅葉の尾根歩き                               | 10       |
| 3139 | 11/12        | 木   | 鷹取山(大磯)                     | 小林誠 | 2 | 日帰り      | 関東ふれあいの道⑨<br>鷹取山・里の道                        | 10<br>11 |
| 3140 | 11/17        | 火   | 黒岳                          | 桜井  | 3 | 日帰り      | 大月=大峠…黒岳…湯ノ沢峠…大月                            | 10<br>11 |
| 3141 | 11/21        | 土   | 明神ヶ岳                        | 疋田  | 3 | 日帰り      | 矢倉沢峠～明神ヶ岳～宮城野                               | 11       |
| 3142 | 11/21        | 土   | 大山南尾根                       | 久保  | 5 | 日帰り      | ヤビツ峠…大山…大山南尾根…秦野駅                           | 11       |
| 3143 | 11/23        | 月・祝 | 鳶尾山～ハ菅山                     | 谷   | 2 | 日帰り      | 秋の紅葉狩り                                      | 11       |
| 3144 | 11/26        | 木   | 岩殿山                         | 大西  | 3 | 日帰り      | 岩殿山   | 11       |
| 3145 | 11/27        | 金   | <u>コース変更</u><br>かたらいの路滝山コース | 小嶋  | 2 | 日帰り      | 小田原北条氏の居城だった滝山城址を訪ね、滝山丘陵を歩く。歩行約9km、約4時間。    | 11       |
| 3146 | 11/27        | 金   | 古城址巡りその24<br>富士山～笠間城        | 芹沢  | 2 | 日帰り      | 北関東随一「安太積」の山城、3.35h                         | 11       |
| 3147 | 11/28        | 土   | 岩殿山                         | 高橋昇 | 3 | 日帰り      | 大月駅→岩殿山→大月駅                                 | 11       |
| 3148 | 12/1         | 火   | 辺室山                         | 若生  | 2 | 日帰り      | 紅葉狩り  | 11       |
| 3149 | 12/8         | 火   | 高松山集中山行<br>花じよろ道西コース        | 桜井  | 3 | 日帰り      | 山北駅=花じよろ道西コース…高松山…尺里峠…田代向バス停=新松田駅           | 11       |
| 3150 | 12/8         | 火   | 高松山集中山行<br>花じよろ道東コース        | 梶本  | 3 | 日帰り      | 新松田駅=田代向—はなじよろ道—高松山—尺里峠—田代向                 | 11       |
| 3151 | 12/11<br>～12 | 金～土 | 乾徳山<br>(希望山行)               | 久保  | 5 | 1泊<br>2日 | 徳和登山口-乾徳山-塩山温泉(泊)-2日目未定                     | 11<br>12 |
| 3152 | 12/15        | 火   | 湯坂路～小涌谷                     | 谷   | 3 | 日帰り      | 千条の滝へ抜ける                                    | 11<br>12 |
| 3165 | 12/16        | 水   | <u>臨時山行</u><br>伊予が岳         | 桜井  | 3 | 日帰り      | 久里浜港=金谷港…JR金谷=JR岩井駅バス…伊予が岳登山口…伊予が岳          | 11<br>12 |

|      |       |     |             |     |   |     |  |         |
|------|-------|-----|-------------|-----|---|-----|--|---------|
| 3153 | 12/18 | 金   | 弘法山         | 小林誠 | 2 | 日帰り | 関東ふれあいの道⑨<br>弘法大師と桜の道                                | 12      |
| 3154 | 12/20 | 日   | 富山          | 足立  | 2 | 日帰り | 金谷港ー岩井駅ー富山ー岩井駅                                       | 12      |
| 3155 | 12/22 | 火   | 頭高山～震生湖     | 小嶋  | 3 | 日帰り | 頭高山から震生湖までの渋沢丘陵縦走、丹沢山塊の全景を愛でる、実歩行4時間半                | 12      |
| 3156 | 12/26 | 土   | 小網代の森～黒崎の鼻  | 疋田  | 2 | 日帰り | 入り江・畑・砂浜・岩礁、冬の海岸を味わう                                 | 12      |
| 3157 | 1/6   | 水   | 鎌倉七福神巡り     | 小嶋  | 2 | 日帰り | 北鎌倉駅…浄智寺…鶴岡八幡宮…宝戒寺…妙隆寺…本覚寺…長谷寺…御霊神社=江ノ電=江島神社、昼食含め6時間 | 12      |
| 3158 | 1/9   | 土   | 丸岳・金時山      | 久保  | 5 | 日帰り | 桃源台-丸岳-金時山-仙石<br>新年富士見山行                             | 12      |
| 3159 | 1/11  | 月・祝 | 戸塚七福神       | 足立  | 1 | 日帰り | 戸塚区内   | 12      |
| 3166 | 1/19  | 火   | 臨時山行<br>竜ヶ岳 | 桜井  | 3 | 日帰り | 海老名ワゴンタクシー=竜ヶ岳登山口…竜ヶ岳=海老名                            | 12<br>1 |
| 3160 | 1/21  | 木   | 宮ヶ瀬・南山      | 小澤  | 2 | 日帰り | 宮ヶ瀬湖ダム…南山…権現平…南山遊歩道…鳥居原<br>宮ヶ瀬湖周辺を歩く3h30m            | 1       |
| 3161 | 1/26  | 火   | 三浦アルプス      | 谷   | 3 | 日帰り | 仙元山～大峰山～森戸神社   | 1       |
| 3162 | 1/30  | 土   | 沼津アルプス      | 疋田  | 4 | 日帰り | 香貫山～徳倉山～鷲頭山  | 1       |

3167

## 【難易度区分】

1. 軽ハイキング:歩行時間3時間以下 2. 一般向け:歩行時間3～4時間 3. 一般向け強:歩行時間4～5時間  
4. やや健脚向け:歩行時間5～6時間 5. 健脚向け:歩塔ノ岳行時間6時間以上

## 《前月号からの変更点/変更日順》

- ① 3123回 9/28 コース変更 網代弁天山・城山・小峰自然公園 ⇒ 羽村取水堰から草花丘陵  
② 3145回 11/27 コース変更 広徳寺・金剛の滝・小峰自然公園 ⇒ かたらいの路滝山コース  
③ 3165回 臨時山行 12/16 伊予が岳  
④ 3166回 臨時山行 2027. 1. 21 竜ヶ岳

## 2026年2月現在の希望山行（実施済を削除）

## 希望山行（2024年8月現在で提出されたもの）

| 実施時期 | 山名、山城     | 希望者 | 備考(コース等)   |
|------|-----------|-----|--|
| 3月   | 三原山(伊豆大島) | 中居  | ◇三原山フルコース(5～6時間)◇竹芝ターミナルを夜間出発し、早朝より登山。登山後解散。最終フェリーで帰宅組と1泊組とに任意選択◇客船/宿の混み具合より平日の方が融通ありそう◇事前予約が必須のため、雨天時は短縮ルートでもハイキング可能では？ |

|       |              |    |  |
|-------|--------------|----|--|
| 7月    | 伊吹山夜間登山      | 中居 | ◇伊吹山の夜間登山◇涼しい夜間に登山とご来光◇現在は土砂災害で登山禁止中だが、回復後に実施◇夕方集合の翌日午前中解散。希望者は、周辺観光も可能では？ |
|       | 会津駒ヶ岳        | 仙田 | 滝沢登山口から  |
| 7月～8月 | 千畳敷カール～木曾駒ヶ岳 | 仙田 | 菅の台バスセンター～しらび平ロープウェイ   |
|       | 浅間隠山         | 両川 | 軽井沢からバスで北軽井沢、北軽井沢からタクシー利用⇒2026.11.5 支部山行で実施予定                              |
|       | 鼻曲山          | 両川 | 軽井沢からバス利用  |

### 希望山行（2025年2月現在で提出されたもの）

| 実施時期 | 山名、山城 | 希望者  | 備考(コース等)   |
|------|-------|------|--|
| 8月   | 木曾駒ヶ岳 | 芳賀郁子 | 前泊してしらび平駅からロープウェイで千畳敷駅へ、千畳敷カール散策、乗越浄土～中岳～木曾駒ヶ岳       |
| 9月始  | 燕岳    | 芳賀郁子 | 中房温泉前泊～合戦小屋でスイカ～燕山荘にて一泊(夕日?朝日?星空を見てゆっくり)～2日目は燕岳に登り下山 |

### 希望山行（2025年8月現在で提出されたもの）

| 実施時期      | 山名、山城  | 希望者   | 備考(コース等)                          |
|-----------|--------|-------|-----------------------------------|
| 5月下旬～6月上旬 | 九重連山   | 飯田恵子  | ⇒2026.6.2～4 予定も 雨天中止              |
| 7月～8月     | 北岳・間ノ岳 | 三浦久美子 | 可能なら農鳥岳まで ⇒2026/8.15～17 実施予定      |
| 6月末       | 鳥海山    | 芳賀郁子  | 湯ノ台口から前泊して                        |
| 7月末       | 唐松岳    | 芳賀郁子  | 八方池山荘、唐松山荘に泊まって⇒2026/9.15～16 実施予定 |
|           | 熊野古道   | 芳賀郁子  | 昨年と違うコースで                         |

### 希望山行（2026年2月現在で提出されたもの）

| 実施時期 | 山名、山城         | 希望者   | 備考(コース等)              |
|------|---------------|-------|-----------------------|
| 初夏～秋 | 上州武尊山         | 坂東好江  | 川場スキー場・キャンプ場からのコース 宿泊 |
| 春～秋  | 丸子アルプス(宇津ノ谷峠) | 坂東好江  | 東海道丸子宿周辺              |
| 秋    | 乾徳山           | 飯田恵子  | ⇒2026.12.12～13 実施予定   |
|      | 三ッ峠山          | 飯田恵子  | ⇒2026.8.18 実施予定       |
| 12月  | 大山三峰          | 飯田恵子  |                       |
| 秋    | 月山            | 三浦久美子 | 姥沢-牛首-月山往復コース         |

※上記希望山行の係を募集しています。山行を計画して下さる方は山行委員までご連絡下さい。