

N・H・C
新津ハイキングクラブ

2023年(令和5年)3月4日

総 会 資 料

(ハイキング・登山計画)



花と日本百名山 谷川岳 1,977m

新津ハイキングクラブ

<https://niitsuhc.jp>



令和5年度 ハイキング・登山計画

1. 一斉ハイキング : 菩提寺山集中登山 実施日令和5年4月8日(土)

参加申込・参加費不要

| グレード | 集合場所 | 集合時刻 | 主な行程 | 解散時刻 | 担当幹事 |
|----------------|-------|------|--|-------|--------------|
| 仏路峠コース A、A上 | 矢代田駅前 | 8:50 | 仏路峠～大沢公園～菩提寺山遊歩道 | 15:00 | I.M. |
| | | | ～菩提寺山(11:40-12:40)～ブドウ園～矢代田駅 | | M.T. |
| 高立山コース B上 | 矢代田駅前 | 8:15 | 仏路峠～大沢公園～高立山～菩提寺山(11:40-12:40) | 15:00 | K.S. |
| | | | ～ぶどう園～矢代田駅 | | Y.M. |
| さつき山コース C | 古津駅前 | 8:10 | 八幡山～さつき山～こもれ陽の遊歩道～堀出神社 ～菩提寺山(11:40-12:40)～大沢公園～矢代田駅 | 15:00 | T.K. N.M. |
| 西山三山コース D | 田上駅前 | 7:40 | 護摩堂山～焼山尾根～大平三角点～高立山 ～菩提寺山(11:40-12:40)～ブドウ園～矢代田駅 | 15:00 | H.T. H.M. |

*雨天でも実施。雨具・昼食を持参。日帰り山歩きの装備。自家用車での参加は不可。電車、バスを利用のこと。

*各コースの参加者が菩提寺山々頂に集まり、昼食を全員一緒に摂ります、多数の参加を期待します。

*菩提寺山にて「会の歌(四季の山)」を斉唱します。本総会資料を忘れずに持参して下さい。

2. 月例ハイキング

(1) 半日コース

(グレードAの人を対象、参加申し込み不要)

| 実施日 | 集合場所 | 集合時刻 | 主な行程 | 解散場所 | 解散時刻 | 担当幹事 |
|-----------|------------------|------|--------------------------|----------------|-------|------|
| 4月 2日(日) | 噴水広場 | 9:00 | 木もれ陽の遊歩道～パノラマ展望台～噴水広場 | 噴水広場 | 12:00 | N.J. |
| 4月17日(月) | 噴水広場 | 9:00 | 熊沢トンネル～能代川分流公園～新津川沿い | 噴水広場 | 12:00 | H.M. |
| 5月 2日(火) | 噴水広場 | 9:00 | 木もれ陽の遊歩道～パノラマ展望台～噴水広場 | 噴水広場 | 12:00 | K.M. |
| 5月17日(水) | ビジター センター | 9:00 | 菩提寺山中央コースもしくは畑コース | ビジター センター | 12:00 | T.K. |
| 6月 2日(金) | 田上 駅と 登 山 口 P | 9:00 | 田上駅～登山口～三角点～護摩堂山～登山口 | 田上 駅 | 12:15 | I.R. |
| | | 9:15 | | | | |
| 6月17日(土) | ビジター センター | 9:00 | 菩提寺山中央コース | ビジター センター | 12:00 | K.M. |
| 7月 2日(日) | 噴水広場 | 9:00 | 木もれ陽の遊歩道～パノラマ展望台～噴水広場 | 噴水広場 | 12:00 | N.J. |
| 7月17日(月) | 噴水広場 | 9:00 | 木もれ陽の遊歩道～パノラマ展望台～噴水広場 | 噴水広場 | 12:00 | K.M. |
| 8月 | | | 休 会 | | | |
| 9月 2日(土) | 田上 駅 | 9:00 | 田上駅～登山口～ゴルフコース～大沢公園～矢代田駅 | 矢代田駅 | 12:15 | I.R. |
| 9月17日(日) | 噴水広場 | 9:00 | 木もれ陽の遊歩道～パノラマ展望台～噴水広場 | 噴水広場 | 12:00 | K.M. |
| 10月 2日(月) | ビジター センター | 9:00 | 菩提寺山中央コースもしくは畑コース | ビジター センター | 12:00 | T.K. |
| 10月17日(火) | 噴水広場 | 9:00 | 木もれ陽の遊歩道～パノラマ展望台～噴水広場 | 噴水広場 | 12:00 | K.M. |
| 11月 2日(木) | 植 物 園 駐 車 場 | 9:00 | 県道41号～お茶山～中野邸前～金津郵便局 | 植 物 園 駐 車 場 | 12:00 | M.T. |
| 11月17日(金) | 噴水広場 | 9:00 | 木もれ陽の遊歩道～パノラマ展望台～噴水広場 | 噴水広場 | 12:00 | K.M. |
| 12月 2日(土) | 田上 駅と 登 山 口 P | 9:00 | 田上駅～登山口～三角点～護摩堂山～登山口 | 田上 駅 | 12:15 | I.R. |
| | | 9:15 | | | | |
| 12月17日(日) | ビジター センター | 9:00 | 菩提寺山中央コースもしくは畑コース | ビジター センター | 12:00 | T.K. |

*雨具、軽食を用意してください。天候等によりコース変更・中止もあります。幹事に一任をお願いします。実施の有無は原則として集合時点で確認します。

*会員以外の方がケガした場合の保険の適用と保険料の扱いが複雑なため会員以外の参加はみとめない。

(2)一日コース

(グレードB以上の人を対象、参加申し込み不要)

| 実施日 | 集合場所 | 集合時刻 | 主な行程 | 解散場所 | 解散時刻 | 担当幹事 |
|-----------|------------------|------|--------------------------------|------------------|-------|--------------|
| 4月 2日(日) | 古津駅前 | 8:40 | 八幡山～さつき山～堀出神社～菩提寺山 | 矢代田駅前 | 15:15 | N.M. |
| 4月17日(月) | 矢代田駅前 大沢公園も可 | 8:45 | 大沢公園～高立山～菩提寺山～ブドウ園 | ブドウ園P | 14:30 | M.T. Y.M. |
| 5月2日(火) | 矢代田駅前 | 8:45 | おったてお地蔵様～菩提寺山～高立山～大沢公園 | 矢代田駅前 | 15:20 | Y.M. |
| 5月17日(水) | 矢代田駅前 | 8:45 | 大沢公園～菩提寺山～高立山～大沢公園 | 矢代田駅前 | 15:15 | K.S. |
| 6月 2日(金) | 田上駅前 | 8:50 | 登山口～護摩堂山～高立山～大沢公園 | 矢代田駅前 | 15:10 | Y.M. |
| 6月17日(土) | 古津駅前 | 8:40 | 東大通川沿い～さつき山～堀出神社 ～菩提寺山～大沢公園 | 矢代田駅前 | 15:15 | H.M. |
| 7月 2日(日) | 古津駅前 | 8:40 | 八幡山～さつき山～堀出神社～菩提寺山 | 矢代田駅前 | 15:15 | N.M. |
| 7月17日(月) | 大沢公園 駐車場 | 8:30 | 大沢公園～菩提寺山～高立山～護摩堂山 | 大沢公園 駐車場 | 14:00 | Y.M. |
| 8月 | | | 休 会 | | | |
| 9月2日(土)) | 古津駅前 | 8:40 | 八幡山～さつき山～堀出神社～菩提寺山 | 矢代田駅前 | 15:15 | N.M. |
| 9月17日(日) | 田上駅前 | 8:20 | 護摩堂三角点～高立山～菩提寺山 | 矢代田駅前 | 15:15 | K.S. |
| 10月 2日(月) | 古津駅前 | 8:40 | 八幡山～さつき山～堀出神社 ～菩提寺山～大沢公園 | 矢代田駅前 | 15:15 | H.M. |
| 10月17日(火) | 矢代田駅前 | 8:45 | 電波塔～菩提寺山～高立山～大沢公園 | 矢代田駅前 | 15:15 | K.S. |
| 11月 2日(木) | 矢代田駅前 | 8:20 | 大沢公園～菩提寺山～高立山～護摩堂山 | 田上駅前 | 15:15 | H.T. |
| 11月17日(金) | 矢代田駅前 | 8:15 | 中店三角点～旧道～高立山～北尾根～護摩堂山 | 田上駅前 | 15:15 | S.E. |
| 12月 2日(土) | 矢代田駅前 | 8:45 | 電波塔～菩提寺山～高立山～大沢公園 | 矢代田駅前 | 15:15 | H.M. |
| 12月17日(日) | 矢代田駅前 | 8:45 | 大沢公園～菩提寺山～高立山～大沢公園 | 矢代田駅前 | 15:15 | K.S. |
| 1月2日(火) | | | 休 会 | | | |
| 1月17日(水) | 噴水広場 | 9:00 | 木もれ陽の遊歩道～熊沢公園～(パノラマ展望台) | 噴水広場 | 13:00 | Y.M. |
| 2月2日(金) | ビジター センター | 9:00 | 菩提寺山(天気・積雪によりコース決定) | ビジター センター | 12:00 | M.T. |
| 2月17日(土) | 矢代田駅前 | 8:45 | 追立地蔵～ブドウ畑尾根～菩提寺山 ～石油の里～電波塔 | 矢代田駅前 | 14:15 | S.E. |
| 3月 2日(土) | | | 休 会 | | | |
| 3月17日(日) | 石油の里ビジ ターセンター | 8:30 | ビジターセンター～白玉の滝～菩提寺山 | 石油の里ビジ ターセンター | 13:00 | Y.M. |

* 昼食持参、日帰り山歩きの装備をして下さい。

* 天候等によりコース変更・中止もあり得ます、幹事に一任をお願いします。実施の有無は原則として集合時点で確認します。

| NO | 実施日 | 曜日 | コース | 担当幹事 | 日程 | 対応グレード | | | | | | | 申込期間 | |
|----|---------|-----|-------------------|-------|----|--------|----|---|----|---|----|---|------|-------------|
| | | | | | | A | A上 | B | B上 | C | C上 | D | | |
| | 3/26 | 日 | 新入会員歓迎山行兼研修会(会行事) | 指導部 | 日帰 | | | | | | | | | |
| 1 | 4/16 | 日 | 光城山・長峰山 | S.N. | 日帰 | | ○ | ○ | | | | | | 3/8~3/17 |
| 2 | 4/19 | 水 | 加茂山と下条川ダム | S.E. | 日帰 | | ○ | ○ | | | | | | 3/30~4/8 |
| 3 | 4/22 | 土 | 時水城社 | K.M. | 日帰 | ○ | | | | | | | | 3/20~3/31 |
| 4 | 4/23 | 日 | 坂戸山 | T.K. | 日帰 | | | ○ | | | | | | 3/23~4/3 |
| 5 | 4/25 | 火 | 花の荒倉山 | I.M. | 日帰 | | ○ | ○ | | | | | | 3/20~3/31 |
| 6 | 4/29 | 土 | 大峰山・願文山 | M.T. | 日帰 | | ○ | ○ | | | | | | 4/1~4/10 |
| 7 | 5/3 | 水・祝 | 駒見山 | K.M. | 日帰 | ○ | | | | | | | | 4/10~4/16 |
| 8 | 5/21 | 日 | 飯谷山 | I.M. | 日帰 | | | ○ | | | | | | 4/17~4/25 |
| 9 | 5/24 | 水 | 倉手山 | H.T. | 日帰 | | | | ○ | | | | | 4/10~4/21 |
| 10 | 5/27 | 土 | 八間山々麓のシラネアオイと弁天山 | K.M. | 日帰 | ○ | | | | | | | | 4/24~5/8 |
| 11 | 6/3 | 土 | 上権現堂山 | M.T. | 日帰 | | | ○ | | | | | | 5/3~5/13 |
| | 6/5 | 月 | 秋葉山遊歩道草刈整備(会行事) | 総務企画部 | | | | | | | | | | |
| 12 | 6/7 | 水 | 夢見平と苗名滝 | K.S. | 日帰 | ○ | | | | | | | | 5/1~5/12 |
| 13 | 6/11 | 日 | 日本国 | N.M. | 日帰 | | | ○ | | | | | | 5/17~5/25 |
| 14 | 6/24 | 土 | 獅子が鼻湿原(あがりこ大王) | K.M. | 日帰 | ○ | | | | | | | | 5/29~6/9 |
| 15 | 7/3 | 月 | 甲子山 | I.M. | 日帰 | | | ○ | | | | | | 5/29~6/7 |
| 16 | 7/14・15 | 金・土 | 尾瀬ヶ原と至仏山 | S.N. | 一泊 | | | ○ | | | ○ | | | 4/10~4/21 |
| 17 | 8/6 | 日 | 平標山 | N.M. | 日帰 | | | | | | ○ | ○ | | 7/12~7/21 |
| 18 | 8/11 | 金・祝 | 八方尾根・八方池 | S.N. | 日帰 | | | ○ | | | | | | 6/26~7/7 |
| 19 | 9/3 | 日 | 根子岳 | K.M. | 日帰 | | | ○ | | | | | | 8/1~8/7 |
| 20 | 9/10 | 日 | 守門岳(青雲岳・袴岳) | N.M. | 日帰 | | | | | | ○ | ○ | | 8/16~8/25 |
| 21 | 9/18 | 月・祝 | 飯士山 | K.M. | 日帰 | | | ○ | | | | | | 8/20~8/26 |
| 22 | 10/11 | 水 | 秋の上高地 | S.N. | 日帰 | | | ○ | | | | | | 9/1~9/12 |
| 23 | 10/22 | 日 | 徳綱山 | S.E. | 日帰 | | | | | ○ | | | | 9/22~10/2 |
| 24 | 10/25 | 水 | 粟ヶ岳 | H.T. | 日帰 | | | | | | ○ | ○ | | 9/11~9/22 |
| 25 | 10/29 | 日 | 米山(下牧コース) | K.M. | 日帰 | | | ○ | | | | | | 10/1~10/7 |
| 26 | 11/1 | 水 | 清津峡溪谷トンネルと散策 | S.N. | 日帰 | ○ | | | | | | | | 9/19~9/29 |
| 27 | 11/4 | 土 | 奥胎内ブナの森 | I.M. | 日帰 | | ○ | | | | | | | 10/10~10/20 |
| 28 | 11/15 | 水 | 猿毛岳 | T.K. | 日帰 | | ○ | | | | | | | 10/15~10/25 |
| 29 | 11/19 | 日 | 浅間隠山 | I.M. | 日帰 | | | | ○ | | | | | 10/12~10/24 |
| 30 | 1/13 | 土 | 弥彦山新年登山 | H.T. | 日帰 | | | | ○ | | | | | 12/11~12/20 |

3の登山計画一覧表の個別明細

| コース番号 | | | NO. 1 | NO. 2 | NO. 3 |
|-----------------------|--|---|--|---|-------------------------|
| コース名 | | 新入会員歓迎山行兼研修会 | ひかりしろやま・ながみねやま 光城山。長峰山 | かもやまとげじょうがわダム 加茂山と下条川ダム | ときみずじょうし 時水城址 |
| グレード | | 令和5年度新入会員 | A上～B | A上～B | A |
| 実施日 | | 3月26日(日) | 4月16日(日) | 4月19日(水) | 4月22日(土) |
| 定員 | | 新入会員全員 | 20名 | 20名 | 20名 |
| 申込受付日 | | 入会手続き時にご案内します | 3月8日 | 3月30日 | 3月20日 |
| 申込締切日 | | | 3月17日 | 4月8日 | 3月31日 |
| 申込方法 | | | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 |
| 集合場所 時刻 | | 石油の里(ビジターセンター) 9:30 | 区役所前 6:00 駅西口 6:10 | 加茂駅 8:25 | 区役所前 8:00 駅西口 8:05 |
| 解散場所 時刻 | | 石油の里(ビジターセンター) 15:00 | 区役所前 19:00 駅西口 19:10 | 加茂駅 15:00 | 駅西口 15:55 区役所前 16:00 |
| 行先 所在地 | | 菩提寺山 | 長野県安曇野市 | 加茂市 | 小千谷市 |
| 山 の 状 況 等 | 標高 | 248m | 光城山 911.7m 長峰山 933.5m (標高差379m) | | 380m |
| | 登山口 | 石油の里(ビジターセンター) | 光城山登山口 603m | 青海神社 | 馬場清水登山口 |
| | 下山口 | 同上 | 長峰荘573m | 若宮街 | 同上 |
| | 行程 登り | 1時間30分 | 2時間 | 休憩含んで 5時間 | 3時間30分 |
| | 行程 下り | 1時間 | 1時間 | | |
| 参考事項 | (1)この企画の目的は、新入会員相互及び幹事との親睦を深めることと併せて、新津ハイキングクラブの基本的な運営事項の確認のために実施します。 (2)前半は、新入会員の歓迎の意味を込めて菩提寺山へのハイキングを実施します。 (3)下山後に、石油の里ビジターセンターで昼食、研修会等を実施します。詳細は入会申込時にご案内します。 (4)令和5年度総会資料と昼食を持参してください。 * 石油の里(ビジターセンター)2階第3研修室を予定 新潟市秋葉区金津 Tel 0250-22-6911 | ・桜の開花時期に安曇野の展望の山を気軽にトレッキングを楽しむ。 ・桜の回廊、麓から駆け上がるような登り音が楽しめる光城山。 ・安曇野を一望できる絶景が楽しめる長峰山。 ・北アルプスを一望できる。 ・安曇野の風物詩で、短時間で登ることができる。 | ・青海神社を参拝してから加茂山公園を散策して砦跡に寄り若宮公園に下ります。 ・鱈沢の集落から下条川ダムに向かい自然学習館前で桜が咲いていれば花の下で昼休憩します。 ・帰りは鱈沢集落から若宮町を通り加茂川の河川敷を歩き加茂駅まで。 | ・関越道を東京へ向かうと最初に入るトンネルが山本山トンネル、その右側に見える山が時水城。 ・地元の人達にとっては、我々の菩提寺山や秋葉丘陵のような山。 ・晴れると越後三山が残雪をまとった姿を見せてくれます。 ・帰る前に山本山高原に立ち寄ります。 | |
| 地図等 | | 観光資料 | 観光マップ | 小千谷 1/2.5万国 | |
| 概算経費 | | | ¥7,800 | ¥400 (JR乗車券除く) | ¥4,400 |
| 申込先 担当幹事 | | N.M. | S.N. | S.E. | K.M. |

- * 幹事の都合、天候状況などで中止または延期の場合もあります。なお、延期は車・宿などが手配出来ることが前提になります。
- * 集合場所が複数ある場合は、申込用紙に集合場所(JRは乗車駅)を記載して下さい。
- * 概算経費は原則として定員で計算しています、定員に満たない場合は概算経費が増加します。

3の登山計画一覧表の個別明細

| コース番号 | NO. 4 | NO. 5 | NO. 6 | NO. 7 | NO. 8 | |
|-----------------------|----------------|--|--|--|--|--|
| コース名 | さかとやま 坂戸山 | はなのあらくらやま 花の荒倉山 | おおみねやま・がんもんやま 大峰山・願文山 | こまみやま 駒見山 | いいたにさん 飯谷山 | |
| グレード | B | A上～B | A上～B | A | B | |
| 実施日 | 4月23日(日) | 4月25日(火) | 4月29日(土) | 5月3日(水・祝) | 5月21日(日) | |
| 定員 | 20名 | 20名 | 20名 | 5名以上 | 20名 | |
| 申込受付日 | 3月23日 | 3月20日 | 4月1日 | 4月10日 | 4月17日 | |
| 申込締切日 | 4月3日 | 3月31日 | 4月10日 | 4月16日 | 4月25日 | |
| 申込方法 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | |
| 集合場所 時刻 | 新津駅発 7:26 | 区役所前 6:00 駅西口 6:05 | 新津駅 7:30 | 新津駅発 7:25 | 区役所前 7:00 駅西口 7:05 | |
| 解散場所 時刻 | 新津駅着 16:28 | 駅西口 17:50 区役所前 18:00 | 新津駅 16:06 | 新津駅着 17:12 | 駅西口 16:50 区役所前 17:00 | |
| 行先 所在地 | 南魚沼市 | 山形県鶴岡市 | 新発田市 | 小出町 | 福島県・柳津町 | |
| 山 の 状 況 等 | 標高 | 634m | 307m | 399.5m | 262m | 783m (標高差 333m) |
| | 登山口 | 薬師尾根登山口 | ホテル八乙女 | 赤沢林道登山口 | 小出公園 | 野老沢 |
| | 下山口 | 城坂コース登山口 | 同上 | 願文山・桜公園 | 小出スキー場 | 同上 |
| | 行程 登り | 1時間30分 | 2時間 | 1時間 | 1時間 | 2時間 |
| | 行程 下り | 1時間30分 | 2時間 | 2時間 | 1時間 | 2時間 |
| | 参考事項 | <p>・満開の桜の下にカタクリが群生している景色を楽しみましょう。階段状の登りはしんどいですが、登るにつれ魚沼の山々が一望できます、真っ白な八海山も、ゆっくりゆっくり登ります。</p> <p>・枝垂れ桜の名所、銭淵公園に立ち寄る予定です。</p> <p>・JR利用です。 新津駅・六日町駅間の往復切符(2,930円)は各自で購入して下さい。</p> <p>* 電話はなるべく16時以降にお願いします。</p> | <p>・やまがた百名山。</p> <p>・山頂付近に鎮座する荒倉神社は「西羽黒」とよばれるほど活況を呈したとのこと。歴史と風格のある仏閣です。</p> <p>・整備された緩やかな道。花が多く、シラネアオイにヤマルリソウ、ニリンソウの群落が道沿いにみれて楽しく歩けます。</p> | <p>・JR金塚駅から登山口までタクシー利用。</p> <p>・大峰山一帯は桜の樹林帯の名所。</p> <p>・桜公園見晴らしの丘は109種類300本の観桜ができます。みごろの季節であることに期待</p> | <p>・小出スキー場の尾根を縦走。</p> <p>・カタクリの群生とイワカガミが咲く。(ちよっと遅いかも)</p> <p>・越後三山が良く見える。</p> <p>・電車の旅。切符は各自で購入 ワンデー切符 1570円と小千谷～小出往復 660円</p> | <p>・うつくしま百名山。柳津町のシンボリック存在の山。</p> <p>・飯谷神社から歩き始め野老沢登山口から入山して清水頭へ下りる周回コースを歩きます。</p> <p>・中腹部から山頂を覆う美しいブナ林が魅力。その中をゆっくり歩きましょう。</p> <p>・山頂部は崩壊し変形していますが、会津盆地や磐梯山などが眺められます。</p> |
| 地図等 | 六日町 1/2.5万図 | 三瀬 1/2.5万図 | 観光マップ | 国土地理院 | 柳津 1/2.5万図 | |
| 概算経費 | ¥2,000 | ¥5,200 | ¥1,000 (JR券除く) | ¥600 | ¥4,200 | |
| 申込先 担当幹事 | T.K. | I.M. | M.T. | K.M. | I.M. | |

- * 幹事の都合、天候状況などで中止または延期の場合もあります。なお、延期は車・宿などが手配出来ることが前提になります。
- * 集合場所が複数ある場合は、申込用紙に集合場所(JRは乗車駅)を記載して下さい。
- * 概算経費は原則として定員で計算しています、定員に満たない場合は概算経費が増加します。

3の登山計画一覧表の個別明細

| コース番号 | NO. 9 | NO. 10 | NO. 11 | ボランティア活動 | NO. 12 |
|-----------------------|---|--|---|---|---|
| コース名 | くらてやま 倉手山 | はちけんざんさんろく 八間山々麓の べんてんやま シラネアオイと弁天山 | かみごんげんどうやま 上権現堂山 | 秋葉山遊歩道 草刈り整備 | ゆめみらいとなえなだき 夢見平と苗名滝 |
| グレード | B上 | A | B | | A |
| 実施日 | 5月24日(水) | 5月27日(土) | 6月3日(土) | 6月5日(月) (小雨決行) | 6月7日(水) |
| 定員 | 20名 | 20名 | 20名 | 多数の参加をお願いします。 | 20名 |
| 申込受付日 | 4月10日 | 4月24日 | 5月3日 | | 5月1日 |
| 申込締切日 | 4月21日 | 5月8日 | 5月13日 | | 5月12日 |
| 申込方法 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 当日現地集合 | 封書要返信用封筒 |
| 集合場所 時刻 | 区役所前 6:00 駅西口 6:05 | 区役所前 5:30 駅西口 5:35 | 区役所前 6:00 駅西口 6:05 | 秋葉湖どんぐり広 場P 8:00 | 区役所前 6:00 駅西口 6:05 |
| 解散場所 時刻 | 区役所前 17:30 駅西口 17:40 | 駅西口 18:55 区役所前 19:00 | 区役所前 16:30 駅西口 16:45 | 秋葉湖どんぐり広 場P 10:30 | 区役所前 18:30 駅西口 18:40 |
| 行先 所在地 | 山形県・小国町 | 群馬県・長野原市 | 魚沼市 | 1.作業箇所 | 妙高市 |
| 山 の 状 況 等 | 標高 | 953m | 1,300m | (1)秋葉湖脇木もれ 陽の遊歩道入口 階段付近 | 1,300m |
| | 登山口 | 倉手山登山口 | 富士見峠休憩舎 | (2)熊沢公園階段付 近とトイレ前 | 乙見湖休暇舎 |
| | 下山口 | 同上 | 同上 | (3)小口若宮様方面 及び階段下から 丁字路付近のほ か池脇道と階段 | 同上 |
| | 行程 登り | 2時間30分 | 3時間30分 | 2時間 | 周回コース 3時間30分 |
| | 行程 下り | 2時間 | | | |
| 参考事項 | ・飯豊連峰の展望台、 残雪の飯豊連峰を眺 めながらお昼休憩を 摂ります。 ・登山道にはシャクナ ゲの花が見られるか もしれない? ・下山後、梅花皮荘で 入浴予定です。 | ・新潟、群馬、長野 3県に境を接する白 砂山の一翼に八間 山があり、その山麓 に人の手で移植さ れた8万本のシラネ アオイの群落があ る。 ・花を充分堪能した ら富士見峠へ引き 返し弁天山へのハ イキングをします。 ・帰路には時間が 許せば八ッ場ダム へ寄り道します。 | ・昨年は下権現堂 山を計画しましたが 、今年には上権現 堂山に変更しまし た。 ・前年より登りやす いブナ林の本沢 コースから中越戸 へ。そこから山頂を 往復します。 ・新緑のブナ林と沢 の残雪近くに咲くサ ンカヨウ、ツツジ科 の花々が見られま す。 | 2.作業内容 下草刈り、小枝切 り払い。 3.作業用具 作業用具は会で準 備します。 4.支度 長靴、軍手、雨具な ど作業支度でお願 いします。 蚊などの虫除けが 必要と思います。 | ・標高約1,300mの妙 高高原の中、ブナ・白 樺など自然林が広が る自然豊かな遊歩道。 ・コースは良く整備さ れており歩きやすい、早 春の新緑のなか、水 芭蕉をはじめ花々を見 ながらゆっくりと歩いて みませんか。 ・夢見平の後、日本の 滝百選「苗名滝」の瀑 布を見学。 |
| 地図等 | 長者ヶ原 1/2.5万図 | 志賀高原 1/5万図 | 須原 1/2.5万図 | | 国土地理院 |
| 概算経費 | ¥5,800 (入浴料500円別) | ¥8,000 | ¥6,000 | | ¥7,500 |
| 申込先 担当幹事 | H.T. | K.M. | M.T. | 総務企画部 | K.S. |

* 幹事の都合、天候状況などで中止または延期の場合もあります。なお、延期は車・宿などが手配出来ることが前提になります。

* 集合場所が複数ある場合は、申込用紙に集合場所(JRは乗車駅)を記載して下さい。

* 概算経費は原則として定員で計算しています、定員に満たない場合は概算経費が増加します。

3の登山計画一覧表の個別明細

| コース番号 | NO. 13 | NO. 14 | NO. 15 | NO. 16 | NO. 17 | |
|-----------------------|--|---|---|---|---|--------|
| コース名 | にっぽんこく 日本国 (まつがみねコース) (松ガ峰コース) | ししがはなしつげん 獅子が鼻湿原 だいおう (あがりこ大王) | かつしさん 甲子山 | おぜがはらしぶつさん 尾瀬ヶ原と至仏山 | たいらびょうやま 平標山 (まつてやまコース) (松手山コース) | |
| グレード | B | A | B | BとC上 | C上～D | |
| 実施日 | 6月11日(日) | 6月24日(土) | 7月3日(月) | 7月14日(金) ～15日(土) | 8月6日(日) | |
| 定員 | 20名 | 20名 | 20名 | 20名 | 20名 | |
| 申込受付日 | 5月17日 | 5月29日 | 5月29日 | 4月10日 | 7月12日 | |
| 申込締切日 | 5月26日 | 6月9日 | 6月7日 | 4月21日 | 7月21日 | |
| 申込方法 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | |
| 集合場所 時刻 | 区役所前 6:00 駅西口 6:10 | 区役所前 5:30 駅西口 5:35 | 区役所前 5:30 駅西口 5:35 | 区役所前 6:00 駅西口 6:10 | 区役所前 5:00 駅西口 5:05 | |
| 解散場所 時刻 | 区役所前 17:20 駅西口 17:30 | 駅西口 18:55 区役所前 19:00 | 区役所前 18:30 駅西口 18:40 | 区役所前 19:00 駅西口 19:10 | 区役所前 18:30 駅西口 18:40 | |
| 行先 所在地 | 村上市 | 秋田県 にかほ市 | 福島県西郷村 | 群馬県片品村 | 南魚沼郡湯沢町 | |
| 山 の 状 況 等 | 標高 | 555m | 400m | 1,547m (標高差 647m) | 2,228m (標高差 630m) | 1,984m |
| | 登山口 | 小学校前登山口 | 中島台リクレーション の森 | 甲子温泉 | 鳩待峠 | 元橋登山口 |
| | 下山口 | 同上 | 同上 | 同上 | 同上 | 同上 |
| | 行程 登り | 1時間30分 | 3時間 | 2時間20分 | 1日目 3時間 2日目 3時間 | 4時間 |
| | 行程 下り | 1時間 | | 1時間30分 | 1日目 ー 2日目 2時間30分 | 3時間30分 |
| 参考事項 | ・山形県境にまたがり、船や漁場の位置を知るための目印用とされている山で、山頂からは天候次第では、鳥海山、月山、摩耶山、飯豊、朝日さらに佐渡ヶ島も望むことができます。 ・時間に余裕があれば、旧出羽街道の宿場町、小俣集落を散策してみたいと思います。 ・松ガ峰コースのピストンです。 | ・鳥海山の北面の裾野にあり、伏流水が作り上げた湿原である。 ・豪雪地帯であり雪の重みで変形したブナが数多く見られる、特に樹齢300年の「あがりこ大王」は見応えあり。 ・以前は秋に実施したが今回は新緑の季節に計画した ・時間が許すなら「元滝伏流水」や「鳥海山ブルーライン」を回遊しましょう。 | ・昨年のリベンジ。 ・那須連峰の最も北にある山。単独峰で360度の眺望抜群。 ・登り始めにつづら折りの坂が続くが歩きやすい。あとは緩やかな尾根道。山頂直下に短い急坂あり。山頂まで涼やかな木立が続き気持ちよく歩けます。 ・登山口には秘湯で有名な大黒屋があります。時間に余裕があれば立ち寄りしたい。(希望者のみ¥800) | ・一日目:ニッコウキスゲが咲く時期の尾瀬ヶ原湿原を周回。グレードB。 ・二日目:①花の至仏山(グレードC上)を至仏山荘から鳩待峠まで登山するコースと②尾瀬ヶ原湿原をもう一度巡り(グレードB)鳩待峠で合流する2班に分ける。 ・宿泊は山ノ鼻の至仏山荘(1泊2食付き)2日目は昼食用弁当付き。 | ・谷川連峰の一番西に位置する平標山は「日本花の百名山」にも選ばれた花の宝庫である。登りは、松手山コースを進み、下りは平標山の家を経由して平元新道を通る周回コースとなります。 ・山頂からは、目前の苗場山や谷川岳まで続く稜線をはじめとして360度の展望が開けます。 | |
| 地図等 | 鼠ヶ関 1/2.5万図 | 観光マップ | 甲子山 1/2.5万図 | 昭文社「尾瀬」 | 旺文社「谷川岳」 | |
| 概算経費 | ¥7,000 | ¥7,200 | ¥6,000 | ¥18,600 宿泊、2日目弁当含 | ¥10,000 | |
| 申込先 担当幹事 | N.M. | K.M. | I.M. | S.N. | N.M. | |

- * 幹事の都合、天候状況などで中止または延期の場合もあります。なお、延期は車・宿などが手配出来ることが前提になります。
- * 集合場所が複数ある場合は、申込用紙に集合場所(JRは乗車駅)を記載して下さい。
- * 概算経費は原則として定員で計算しています、定員に満たない場合は概算経費が増加します。

3の登山計画一覧表の個別明細

| コース番号 | NO. 18 | NO. 19 | NO. 20 | NO. 21 | NO. 22 | |
|-----------------------|---------------------------|---|---|--|---|---|
| コース名 | はっほうおね・はっほういけ 八方尾根・八方池 | ねこだけ 根子岳 | すもんだけ 守門岳 (あおくもだけ・はかまだけ) (青雲岳・袴岳) | いいじさん(いわっぱら) 飯土山(岩原コース) | あきのかみこうち 秋の上高地 | |
| グレード | B | B | C上~D | B | B | |
| 実施日 | 8月11日(金・祝) | 9月3日(日) | 9月10日(日) | 9月18日(月・祝) | 10月11日(水) | |
| 定員 | 20名 | 15名 | 20名 | 15名 | 20名 | |
| 申込受付日 | 6月26日 | 8月1日 | 8月16日 | 8月20日 | 9月1日 | |
| 申込締切日 | 7月7日 | 8月7日 | 8月25日 | 8月26日 | 9月12日 | |
| 申込方法 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | |
| 集合場所 時刻 | 区役所前 5:30 駅西口 5:35 | 区役所前 5:00 駅西口 5:05 | 区役所前 6:00 駅西口 6:10 | 区役所前 7:00 駅西口 7:05 | 区役所前 5:30 駅西口 5:45 | |
| 解散場所 時刻 | 区役所前 19:00 駅西口 19:10 | 区役所前 20:00 駅西口 20:10 | 区役所前 17:00 駅西口 17:10 | 区役所前 17:30 駅西口 17:40 | 区役所前 20:30 駅西口 20:45 | |
| 行先 所在地 | 長野県白馬村 | 長野県須坂市 | 魚沼市 | 湯沢町 | 長野県松本市 | |
| 山 の 状 況 等 | 標高 | 2,060m (標高差 230m) | 2,207m | 1,537m | 1,112m | 1,500m |
| | 登山口 | ゴンドラ八方駅 | 菅平牧場 | 二口登山口 | 岩原スキー場 | 上高地バスターミナル |
| | 下山口 | 同上 | 同上 | 同上 | 同上 | 同上 |
| | 行程 登り | 1時間30分 | 2時間10分 | 4時間 | 2時間30分 | 1時間30分 |
| | 行程 下り | 1時間30分 | 1時間30分 | 3時間30分 | 2時間 | 1時間30分 |
| | 参考事項 | <ul style="list-style-type: none"> ・昨年のリベンジ。 ・ゴンドラを乗り継ぎ1830mの高原へ。 ・高嶺の花を觀賞しながらゆっくり登り八方池まで散策する。 ・白馬三山を眼前に唐松と鹿島槍・不帰の嶮など素晴らしい景観を楽しめる。 ・下山は自然研究路をゆっくり歩く。 | <ul style="list-style-type: none"> ・花の百名山、360度の雄大な景色。 ・西側の北アルプス、小さく富士山も見えるかも。 ・花を見ながらのゆっくり登山。 ・標高差600m。 ・何時も賑わっている初心者向きの山です。濃厚な牛乳とソフトクリームが美味しい。 ・朝食は米山SAで各自で摂る。 | <ul style="list-style-type: none"> ・守門岳は二百名山に挙げられ大岳・青雲岳・袴岳の三つのピークで構成されています。今回は青雲岳と袴岳(頂上)の山行です。 ・登山道は整備されており安心なコースです。本コースの中間点となる瀧見台から大岳分岐までの約1時間は、急登となりますが登り、下りともゆっくり歩きます。 ・今回はピストンコースとしました。 | <ul style="list-style-type: none"> ・山名の由来は山中に祭祀する神仏は食物を祭る神。山姿秀麗で富士山に似ていることから。 ・山頂からの眺望良好、谷川・苗場・越後三山・巻機・妙高等が見える。登山の喜びが実感できる。 | <ul style="list-style-type: none"> ・錦秋の河童橋～明神池の周回コースを歩く。 ・河童橋からは穂高連峰や岳沢、梓川、反対側には焼岳を望めるビューポイントです。 ・岳沢湿原は原生林に囲まれた小さな湿原で、透明感あふれる清らかな湧水は、青く美しい。 ・明神池は神秘的なエリア。 |
| 地図等 | 昭文社「白馬岳」 | 国土地理院 | 旺文社「越後三山」 | 国土地理院 | 観光資料 | |
| 概算経費 | ¥10,000 (ゴンドラ料含む) | ¥8,300 (入牧料含む) | ¥7,000 | ¥5,900 | ¥11,700 (拝観料含む) | |
| 申込先 担当幹事 | S.N. | K.M. | N.M. | K.M. | S.N. | |

* 幹事の都合、天候状況などで中止または延期の場合もあります。なお、延期は車・宿などが手配出来ることが前提になります。

* 集合場所が複数ある場合は、申込用紙に集合場所(JRは乗車駅)を記載して下さい。

* 概算経費は原則として定員で計算しています、定員に満たない場合は概算経費が増加します。

3の登山計画一覧表の個別明細

| コース番号 | NO. 23 | NO. 24 | NO. 25 | NO. 26 | NO. 27 | |
|-----------------------|---|---|--|--|--|---|
| コース名 | とくあみやま 徳綱山 | あわがたけ 粟ヶ岳 しただ (下田コース) | よねやま(しもまき) 米山(下牧コース) | きよつきょうけいこく 清津峡溪谷 さんさく トンネルと散策 | おくたいないぶなのもり 奥胎内ブナの森 | |
| グレード | C | C上~D | B | A | A上 | |
| 実施日 | 10月22日(日) | 10月25日(水) | 10月29日(日) | 11月1日(水) | 11月4日(土) | |
| 定員 | 20名 | 20名 | 15名 | 20名 | 20名 | |
| 申込受付日 | 9月22日 | 9月11日 | 10月1日 | 9月19日 | 10月10日 | |
| 申込締切日 | 10月2日 | 9月22日 | 10月7日 | 9月29日 | 10月20日 | |
| 申込方法 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | |
| 集合場所 時刻 | 区役所前 6:30 駅西口 6:35 | 区役所前 6:00 駅西口 6:10 | 区役所前 7:00 駅西口 7:05 | 区役所前 6:00 駅西口 6:10 | 区役所前 7:30 駅西口 7:35 | |
| 解散場所 時刻 | 区役所前 17:20 駅西口 17:30 | 区役所前 18:00 駅西口 18:10 | 区役所前 17:30 駅西口 17:40 | 区役所前 18:30 駅西口 18:40 | 駅西口 16:20 区役所前 16:30 | |
| 行先 所在地 | 山形県小国町 | 三条市・加茂市 | 柿崎町 | 十日町市・湯沢町 | 胎内市 | |
| 山 の 状 況 等 | 標高 | 787.5m | 1,293m | 993m | — | ブナの巨木 (標高差250m) ししのくらの森 (標高差50m) |
| | 登山口 | 徳綱山登山口 | 三条市五百川口 | 下牧ベース993 | トンネル第一駐車場 八木沢登山口 | 奥胎内ヒュッテ |
| | 下山口 | 同上 | 同上 | 同上 | 同上 | 同上 |
| | 行程 登り | 2時間30分 | 5時間 | 2時間30分 | 歩行時間 溪谷トンネル 1時間 散策 2時間 | 歩行時間 ブナの森 80分 ししのくら 30分 |
| | 行程 下り | 2時間 | 4時間30分 | 2時間 | | |
| 参考事項 | ・里山ですが山形百名山で紅葉の綺麗な山で紅葉の時期に合わせました。 ・独立峰で見晴らしが良く、晴れていれば目の前に朝日連峰、反対側に遠く飯豊連峰や鷲ヶ巣山も見られます。 | ・加茂水源地からの登りに比べ鎖や梯子は少なく、距離は長い危険箇所が少ないコースです。 ・この時期、牛の背付近から紅葉が始まっています。 ・時間をかけて慎重に上ります。 | ・美しい三角錐の米山は海岸からいきなり聳える独立峰。 ・秋の紅葉も楽しく登れる。 ・下牧コースは石仏が多くゆっくり、のんびりと登ります。 | ・日本三大溪谷「清津峡」。雄大な柱状節理の岩肌とエメラルドグリーンの清流。 ・溪谷美を間近で堪能できる「清津峡清津峡溪谷トンネルのパノラマステーション(水鏡)は、インスタ映え。 ・散策は「トレッキング湯沢I」の清津峡コースを猿飛岩まで歩く。 | ・奥胎内の紅葉は美しく人気のスポットです。特に雪肌のスリとしたブナは美しい。少し森に入り、ゆっくり歩きながら堪能してみましょう。 ・ユキツバキとブナの森コースでは、ブナの巨木まで紅葉と美肌のブナを見ながら少し登ります。 ・ししのくらの森では日本最大級の幹回りのブナ異形樹を見学します。 | |
| 地図等 | 徳綱 1/2.5万国 | 森町・粟ヶ岳 1/2.5万国 | 国土地理院 | 観光資料 | 机差岳 1/2.5万国 | |
| 概算経費 | ¥5,800 | ¥5,200 | ¥5,700 | ¥6,800 (入坑料含む) | ¥2,800 | |
| 申込先 担当幹事 | S.E. | H.T. | K.M. | S.N. | I.M. | |

- * 幹事の都合、天候状況などで中止または延期の場合もあります。なお、延期は車・宿などが手配出来る事が前提になります。
- * 集合場所が複数ある場合は、申込用紙に集合場所(JRは乗車駅)を記載して下さい。
- * 概算経費は原則として定員で計算しています、定員に満たない場合は概算経費が増加します。

3の登山計画一覧表の個別明細

| コース番号 | | NO. 28 | NO. 29 | NO. 30 |
|-----------------------|-------|---|---|---|
| コース名 | | さるげだけ 猿毛岳 | あさまかくしやま 浅間隠山 | やひこやましんねんとざん 弥彦山新年登山 |
| グレード | | A上 | B上 | B上 |
| 実施日 | | 11月15日(水) | 11月19日(日) | 1月13日(土) |
| 定員 | | 20名 | 20名 | 20名 |
| 申込受付日 | | 10月15日 | 10月12日 | 12月11日 |
| 申込締切日 | | 10月25日 | 10月24日 | 12月20日 |
| 申込方法 | | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 | 封書要返信用封筒 |
| 集合場所 時刻 | | 加茂駅 8:25 | 区役所前 6:00 駅西口 6:05 | 新津駅 7:06 |
| 解散場所 時刻 | | 加茂駅 14:00 | 駅西口 19:20 区役所前 19:30 | 新津駅 16:25 |
| 行先 所在地 | | 加茂市 | 群馬県長野原町 | 弥彦村 |
| 山 の 状 況 等 | 標高 | 326m | 1,757m (標高差377m) | 634m |
| | 登山口 | 日吉神社 | 二度上峠 | 表参道 |
| | 下山口 | 同上 | 同上 | 同上 |
| | 行程 登り | 1時間30分 | 2時間 | 1時間40分 |
| | 行程 下り | 1時間 | 1時間30分 | 1時間10分 |
| | 参考事項 | <ul style="list-style-type: none"> ・味わい深い低山です。ブナの黄色、カエデの赤などこの秋最後の紅葉ハイクとなるでしょうか? ・山頂からの眺望も最高です。眼前に粟が岳、その向こうに守門岳。弥彦、角田が新潟平野に浮かびます ・最初の竹林の登りは息を切らさないようにゆっくりと。 ・JRと加茂市営バスの切符は各自で購入。 * 連絡は16時以降にお願いします。 | <ul style="list-style-type: none"> ・日本二百名山で人気の山です。 ・山頂は360度の大展望。目の前に浅間山がデーンと。その雄大な姿は圧巻です。 ・カラマツの山でもあります。良く整備された登山道は歩きやすい。 ・登山口の二度上峠の眺望も素敵。青空を期待したい。 | <ul style="list-style-type: none"> ・弥彦初詣(本殿・奥の院)をした後、360度の越後冬景色を眺望する。 ・下山後、お土産店座敷にて温かいおでんで昼食をとる予定。(コロナ等状況により変更有) ・四ツ爪アイゼンか滑り止め付長靴が必要。 ・弥彦駅往復のR券は各自で購入して下さい。 |
| | 地図等 | 猿毛岳 | 浅間隠山・浅間山 1/2.5万図 | 弥彦 1/2.5万図 |
| 概算経費 | | ¥400 | ¥7,800 | ¥1,100 (おでん代含む) |
| 申込先 担当幹事 | | T.K. | I.M. | H.T. |

- * 幹事の都合、天候状況などで中止または延期の場合もあります。なお、延期は車・宿などが手配出来ることが前提になります。
- * 集合場所が複数ある場合は、申込用紙に集合場所(JRは乗車駅)を記載して下さい。
- * 概算経費は原則として定員で計算しています、定員に満たない場合は概算経費が増加します。