

《 行 事 の お 知 ら せ 》



No 549
2026年3月号
我孫子
登山倶楽部

月 日	行 事	場 所	時 間
3月22日	2026年度総会	天王台北近隣 Cen.	13:15～15:30
3月22日	定例会	天王台北近隣 Cen.	15:30～17:00
3月22日	総会后懇親会	泰山逸品	17:10～
4月9日	運営委員会	天王台北近隣 Cen.	18:00～19:00
4月9日	運営リーダー会議	天王台北近隣 Cen.	19:00～20:00
4月25日	装備講習会	山田L委員長宅	9:30～11:30
4月25日	定例会	我孫子南近隣 Cen.	18:00～20:00

3 月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

4 月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

5 月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

登山シーズンイン 是非ご参加を!!



【山行計画】

月 日	山 名	リーダー	G	形 式	備 考
4月5日	陣馬山～景信山	三輪 達雄	B1	日帰り	新人歓迎山行
4月17日	鬼ヶ城山・羽山	久保 貞雄	A2	日帰り	
4月18日	高尾山	山田 京子	A1	日帰り	体験登山
4月29日	本社ヶ丸	山田 京子	B1	日帰り	
5月3日	高山不動尊～関八州～顔振峠	飯田 厚則	B1	日帰り	日帰り研修山行
5月16日	御岳山～日の出山	飯田 厚則	B1	日帰り	体験登山
6月13～14日	雲取山	金子 良一	D1	小屋泊	山小屋研修
7月24～26日	白山	山田 京子	D1	ホテル泊	リーダー会企画山行

※総会資料に掲載された今月の山行計画が、この山行計画表に掲載されていない場合は中止とします。

該当に○	○		○			
	例会	準例会	山行企画書	山行計画書兼登山届	山行報告書	
山名フリガナ	ジンバサン〜カゲノヤマ					
山名(標高)	陣馬山(855m)〜景信山(727.3m)					
目的	新入会員歓迎山行					
山 域	奥多摩	地形図 1/25,000	与瀬	G	B1	
実施日(西暦)	2026年4月5日(日)		天候	4/11	L	三輪
集 合	我孫子駅改札内 5:40	形態	日帰り	交通手段	JR 他	
コースタイム	天王台駅(5:50)＝我孫子駅(5:53)＝日暮里(6:23/6:26)＝新宿(6:47/7:09 京王線特急) ＝高尾(7:59/8:10)＝陣馬高原下(8:47:9:00)～(20)～登山道入口～(60)～陣馬山～ (40)～明王峠～(30)～堂所山～(60)～景信山～(50)～小仏バス停＝高尾＝新宿＝日 暮里＝我孫子駅＝天王台駅 小仏バス停 14:40、15:00、15:20					
歩行時間	4時間 20分			標高差	525m	
エスケープルート (2泊以上の山行は記入)	(エスケープルート不要の場合は「行の削除」で消す)					
コース出典(参照文献)	昭文社 山と高原地図「高尾・陣馬」					
装 備	雨具、帽子、手袋、地図、保険証、ストック、サングラス、常備薬 昼食、行動食、水(スポーツ飲料含む)等					
費 用	¥3,767(2,807JR・京王線+バス 680+280) +企画費					
雨天の取扱	4/11(土) に延期					
メモ	1)戦国時代に武田信玄が滝山城を攻めたときに陣を張ったと伝えられている陣場 山→陣馬山と呼ばれている。 山頂からは大菩薩嶺、奥多摩、丹沢方面の展望が楽しめる。 2)登山道入口から陣馬山までは標高差約400mの登りです。沢沿い道 から樹林帯の道になります。 3)トイレは陣馬高原下、陣馬山、明王峠、景信山、小仏バス停にあります。トイレ タイムは京王線新宿駅、高尾駅で取ります。 4)乗る車両は12両目の前方にお願いします。					

我孫子登山倶楽部 会長 三輪達雄 Tel 080-3158-3654

リーダー委員会主管 20260301 改訂版

該当に○	○		○			
	例会	準例会	山行企画書	山行計画書兼登山届	山行報告書	
山名フリガナ	オニガジョウヤマ ハヤマ					
山名(標高)	鬼ヶ城山(887m)・羽山(970m)					
目的	阿武隈のマイナーピーク					
山 域	阿武隈(福島県)	地形図 1/25,000	小野新町	G	A2	
実施日(西暦)	2026年4月17日(金)		天候	4/22(火)	L	久保
集 合	各人自宅周辺	形態	日帰り	交通手段	車(久保)	
コースタイム	我孫子(3:30/4:00)=常磐道=小野 IC=いわきの里鬼ヶ城 (6:30/7:00) ~ (60) ~ 鬼ヶ城山・東峰~(10)~鬼ヶ城山・西峰~(70)~いわきの里=(車・約30分)=羽山小白井登山口~ (80) ~羽山~ (60) ~登山口=我孫子					
歩行時間	2時間20分+2時間20分			標高差	320m + 340m	
エスケープルート (2泊以上の山行は記入)						
コース出典(参照文献)	国土地理院地形図 ヤマップ					
装 備	春山装備一式					
費 用	約10,000円+企画費					
雨天の取扱	4/22に延期					
メ モ	<ul style="list-style-type: none"> ・なじみの薄い北阿武隈の2峰 ・車利用 					
参加者						
説明 (迷い路、道標等今後の参考にしたいこと)						

我孫子登山倶楽部 会長 三輪達雄 Tel 080-3158-3654

リーダー委員会主管 20260301 改訂版

該当に○	○		○			
	例会	準例会	山行企画書	山行計画書兼登山届	山行報告書	
山名フリガナ	タカオサン					
山名(標高)	高尾山(599.3m)					
目的	体験登山					
山 域	高尾	地形図 1/25,000	八王子 与瀬	G	A1	
実施日(西暦)	2026年4月18日(土)			天候	雨天翌日	L 山田
集 合	各駅乗車 10 分前		形態	日帰り	交通手段	JR
コースタイム	天王台駅(5:57)=我孫子駅(6:00)=柏(6:05)=日暮里(6:50/6:55)=新宿(7:00/7:28 特急)=高尾山口駅(8:22/8:40)~(6号路 30)~琵琶滝~(60)~高尾山・昼食~(4号路 40)~洗心門~(1号路 60)~高尾山口駅=新宿=日暮里=我孫子駅=天王台駅					
歩行時間	3時間 10分			標高差	409.3m	
コース出典(参照文献)	山と高原地図「高尾・陣馬」					
装 備	ウインドブレーカー、帽子、手袋、雨具、ストック、昼食、行動食、水(スポーツ飲料含む)等					
費 用	約 2,340 円+企画費					
雨天の取扱	翌日					
メ モ	<p>1)6号路(森と水コース)は琵琶滝の水行道場を見て、沢の沿いの登山道歩き、飛び石の部分もあるコースです。</p> <p>2)4号路(森と動物コース)はブナ・カエデ・モミ等の落葉樹の森を通り抜ける人気コースです。高尾で唯一の吊り橋「みやま橋」全長式 36mを渡ります。</p> <p>3)費用は 3/14JR 東日本改訂のため、変わります。</p> <p>4)新宿駅でトイレタイムです。</p>					

我孫子登山倶楽部 会長 三輪達雄 Tel 080-3158-3654

リーダー委員会主管 20260301 改訂版

該当に○	○		○		
	例会	準例会	山行企画書	山行計画書兼登山届	山行報告書
山名フリガナ	ホンジャガマル				
山名(標高)	本社ヶ丸 (1,630.8m)				
目的	アンケートより、今年こそ登ろう!				
山城	中央線沿線南側	地形図 1/25,000	笹子、河口湖東部	G	B1
実施日(西暦)	2026年 4月 29日(水)		天候	雨天翌日 30日	L 山田
集合	5両目前方に乗車	形態	日帰り	交通手段	JR、タクシー
コースタイム	天王台駅(5:07)=我孫子駅(5:10)=日暮里(5:40/5:45)=神田(5:54/6:03)=高尾(7:00/7:06)=大月駅(7:42/8:00 タクシー)=登山口(8:30/8:40)~(90)~清八峠~(5)~清八山~(5)~清八峠~(40)~本社ヶ丸~(50)~鉄塔~(20)~角研山~(15)~宝超え~(20)~林道~(55)~林道終点~(25)~笹子駅=高尾=新宿=我孫子駅=天王台駅				
歩行時間	5時間 25分			標高差	696m
コース出典(参照文献)	昭文社 山と高原地図「高尾・陣馬」				
装備	雨具、帽子、手袋、ストック、地図、昼食、行動食、水(スポーツ飲料含む)、常備薬等				
費用	約 5,200 円(休日おでかけパス利用 2,950+253+タクシー代約 2,000)+企画費				
雨天の取扱	雨天翌日の時は 4/27 午後、メール又は電話で連絡します。				
メモ	1)「登りたい山・登れる山」アンケートから選びました。 2)笹子駅より登山口まで徒歩 2 時間かかるため、大月駅からタクシーで登山口まで行きます。1 台約 8,000 円 3)本社ヶ丸は中央線南側の最高峰で、山頂から南アルプスや御坂山塊の山々が見渡せます。秀麗富嶽十二景の十二番				

我孫子登山倶楽部 会長 三輪達雄 Tel 080-3158-3654

リーダー委員会主管 20260301 改訂版

該当に○	○		○		
	例会	準例会	山行企画書	山行計画書兼登山届	山行報告書
山名フリガナ	タカヤマフドウソン～カンハッシュウミハラシダイ～カアブリトウゲ				
山名(標高)	高山不動尊(583m)～関八州見晴台(771m)～顔振峠(508m)				
目的	日帰り研修山行				
山域	奥武蔵	地形図 1/25,000	正丸峠	G	B1
実施日(西暦)	2026年 5月 3日(日)		天候	雨天順延	L 飯田
集合	我孫子駅改札内 6:10	形態	日帰り	交通手段	JR+西武
コースタイム	天王台駅(6:15)=我孫子駅(6:19)=日暮里(6:50/6:55)=池袋(7:08/7:20)=飯能(8:16/8:25)=西吾野駅(8:52/9:15)～(25)～高山不動尊登山口～(40)～石地蔵～(30)～高山不動尊～(30)～関八州見晴台(高山不動尊奥ノ院)～(20)～花立松ノ峠～(30)～傘杉峠～(40)～顔振峠～(5)～雨乞塚・見晴台～(5)～顔振峠～(55)～吾野駅=飯能=池袋=日暮里=我孫子駅(～18:00頃) 参考：湖北駅(5:59)=我孫子駅(6:06)				
歩行時間	4時間40分			標高差	521m
エスケープルート (2泊以上の山行は記入)	特になし				
コース出典(参照文献)	昭文社 山と高原地図 23「奥武蔵・秩父」2025年版				
装 備	雨具、帽子、手袋、地図、保険証、ストック、常備薬、昼食、行動食、水(スポーツ飲料含む)等				
費 用	¥2,840円(我孫子～池袋 720×2+池袋～西吾野 710+吾野～池袋 690)+企画費				
雨天の取扱	順延				
メ モ	1)池袋駅と飯能駅、西吾野駅でトイレ時間があります。 2)高山不動尊(高貴山常楽院)は、白雉5年(654年)の開山で、かつては山伏の修験道場として栄えたといわれ、成田不動、高幡不動と並ぶ関東三大不動のひとつ。 3)関八州見晴台は富士山も見える飯能市境にある見晴台。かつては武蔵・相模・安房・上総・下総・常陸・上野・下野の関東八州が見えたことが名前の由来。 4)顔振峠は、源義経が奥州へ逃れる際あまりの絶景に何度も振り返ったため、またはお供の武蔵坊弁慶があまりの急坂に顔を振りながら登った等が名前の由来。				
説明	(迷い路、道標等今後の参考にしたいこと)				

該当に○	○		○		
	例会	準例会	山行企画書	山行計画書兼登山届	山行報告書
山名フリガナ	ミタケサン〜ヒノデヤマ				
山名(標高)	御岳山(929m)〜日の出山(902m)				
目的	体験登山				
山域	奥多摩	地形図 1/25,000	武蔵御岳	G	B1
実施日(西暦)	2026年5月16日(土)		天候	雨天順延	L 飯田
集合	我孫子駅改札内 5:55	形態	日帰り	交通手段	JR+バス
コースタイム	天王台駅(5:50)=我孫子駅(5:53/5:59)=新松戸(6:13/6:19)=西国分寺(7:16/7:29)=立川(7:40)=青梅(8:17/8:24)=御嶽(8:41/9:12)=滝本・ケーブル下(9:22)〜(60)〜御岳ビジターセンター〜(20)〜御岳山・武蔵御嶽神社〜(10)〜神代ケヤキ〜(45)〜日の出山〜(50、アゴカケ岩経由)〜滝本〜(40)〜つるつる温泉=武蔵五日市 or 青梅=立川=西国分寺=新松戸=我孫子駅(〜19:00 頃) つるつる温泉→武蔵五日市行(19分) 15:25、16:20、16:41、17:34 つるつる温泉→青梅行(21分) 15:38、17:19				
歩行時間	3時間45分			標高差	529m
エスケープルート (2泊以上の山行は記入)					
コース出典(参照文献)	昭文社 山と高原地図 25「奥多摩」2025年版				
装 備	雨具、帽子、手袋、地図、保険証、ストック、常備薬、昼食、行動食、水(スポーツ飲料含む)等				
費 用	¥4,740 円(休日お出かけパス 2,950+バス 340+490+入浴代 960) +企画費				
雨天の取扱					
メ モ	1)西国分寺駅と滝本駅、御岳ビジターセンターでトイレ時間があります。 2)ケーブルカーは使わず、表参道を登ります。 3)日の出山からは都心および関東平野を望めます。 4)つるつる温泉でツルツルになって帰りましょう。				
説明	(迷い路、道標等今後の参考にしたいこと)				

該当に○	○		○		
	例会	準例会	山行企画書	山行計画書兼登山届	山行報告書
山名フリガナ	クモトリヤマ				
山名(標高)	雲取山(2017m)				
目的	山小屋泊研修山行				
山城	奥秩父	地形図 1/25,000	雲取山・三峰・丹波・奥多摩湖	G	D1
実施日(西暦)	202年6月13日(土)～14日(日)		天候	L	金子
集合	我孫子駅改札 5:30 集合または 指定電車の8号付近乗車	形態	山小屋泊	交通手段	電車、バス
コースタイム	1日目 天王台(5:38)=我孫子駅(5:41/5:42)=日暮里=池袋(6:33/6:45)=飯能(7:41/7:54)=西武秩父駅(8:44/9:10)=三峰神社(10:30/10:40)～(95)～地藏峠～(100)～白岩小屋～(70)～大ダワ～(30)～雲取山荘(泊) 2日目 雲取山荘～(30)～雲取山山頂～(60)～ブナ坂～(30)～七ッ石小屋分岐～(25)～堂所～(100)～鴨沢バス停=奥多摩駅=我孫子駅 ・参考 湖北 5:19 我孫子 5:26				
歩行時間	1日目 4時間 55分、2日目 4時間 5分		標高差	1日目 770m : 1060→1830 2日目 1477m : 2017→540	
コース出典(参照文献)	山と高原地図「雲取山・両神山」				
装 備	山小屋泊標準装備、着替え、防寒具、ザックカバー、ストック、行動食、昼食、飲料水、必要によりコロナ対策(マスク、インナーシート等)				
費 用	16,550円(交通費 5,050円 行き 2,410円(JR660 西武 800、バス 950) 帰り 2,640円(バス 760、JR1880) 山小屋1泊2食 10,000円+弁当 1,500円+企画費)				
雨天の取扱	予備日 6/27～28				
メ モ	・東京、埼玉、山梨を分ける山頂、東京都の最高峰に登る。 ・頂上は奥多摩と奥秩父の山並みをはじめ、富士山や南アルプスの展望がすばらしい。				

我孫子登山倶楽部 会長 三輪達雄 Tel 080-3158-3654

リーダー委員会主管 20260301 改訂版

該当に○	○		○		
	例会	準例会	山行企画書	山行計画書兼登山届	山行報告書
山名フリガナ	ハクサン・ゴゼンガミネ				
山名(標高)	白山・御前峰(2,702m)				
目的	L委員会企画山行、高山植物を楽しむ				
山城	北陸	地形図 1/25,000	加賀市之瀬、白山	G	D1
実施日(西暦)	2026年7月24日(金)～26日(日)		天候	悪天候中止	
集合	松任ターミナルホテル	形態	ホテル泊、	交通手段	JR、バス
			小屋泊		
コースタイム	<p>7/24 天王台駅=我孫子駅=上野=金沢=松任駅 松任ターミナルホテル泊</p> <p>7/25 松任駅(5:30)=市之瀬(7:05/7:20)=別当出合(7:35/7:50)～(140)～甚之助避難小屋～(30)～エコーライン分岐～(65)～分岐～(20)～白山室堂～(40)～御前峰～(30)～白山室堂泊</p> <p>7/26 白山室堂(6:00)～(40)～御前峰～(30)～千蛇ヶ池分岐～(40)～白山室堂～(20)黒ボコ岩～(100)～別当坂分岐～(60)～別当出合=市之瀬=金沢駅=上野=我孫子駅=天王台駅</p>				
歩行時間	7/25=5時間25分、7/26=4時間50分		標高差	1,462m	
コース出典(参照文献)	昭文社 山と高原地図「白山」				
装備	雨具、帽子、手袋、サングラス、ストック、7/25,26の昼食、行動食、水(スポーツ飲料含む)、着替え、常備薬など				
費用	約60,000円(ホテル6,700、小屋代13,000、バス、JR他)+企画費				
雨天の取扱	小雨決行				
メモ	<p>1)松任ターミナルホテルは10名予約済6,700円(素泊り)、白山室堂は4/1予約開始されます。</p> <p>2)松任駅からのバスは昨年度を参考にしています。金沢行きのバスは6月に発表されます。</p> <p>3)7/25は別当出合から砂防新道、エコーラインの花畑を歩きます。別当出合からは、森林限界超え直射日光を浴びます。</p> <p>4)7/26は千蛇ヶ池を周遊して花畑を歩き、観光新道から別当出合に戻ります。</p> <p>5)白峰温泉で汗を流す予定です。</p> <p>6)しっかり歩ける方に参加をお願いいたします。</p>				

我孫子登山倶楽部 会長 三輪達雄 Tel 080-3158-3654

リーダー委員会主管 20260301 改訂版

該当に○	○				○
	例会	準例会	山行企画書	山行計画書兼登山届	山行報告書
山名フリガナ	ヒタチアルプス(タカスズヤマ)				
山名(標高)	日立アルプス(高鈴山 623m)				
目的	日立アルプス 30km の核心部を歩く				
山城	茨城県北	地形図 1/25,000	町屋、日立	G	B1
実施日(西暦)	2026年2月14日(土)		天候	晴れ	L 金子
集合	我孫子駅改札前 6:30 または指定電車 8号車乗車	形態	日帰り	交通手段	電車、バス
コースタイム	我孫子駅(6:36)=日立駅(8:30/8:40)=御岩神社前(9:10/9:15)～御岩山(10:25/10:35)～ たまたれの滝分岐(10:50)～高鈴山(11:10/11:40)～たまたれの滝分岐(11:50)～御岩 山(12:00)～向陽台分岐(12:30/12:35)～神峰山(13:10/13:25)～羽黒山(14:25/14:30) ～小木津山自然公園分岐(14:45)～蛇塚～大煙突展望台(15:5/15:20)～蛇塚～切通 (16:00/16:5)～鞍掛山(16:25/16:30)～かみね公園(16:50/16:55)～神峰公園口バス停 (17:10/17:32)=日立駅(17:45/19:34)=水戸=我孫子駅(21:55)				
歩行時間	6時間10分			標高差	582m
コース出典(参照文献)	山と高原地図 (筑波山・加波山)				
装備	冬山一般装備、防寒着、昼食、行動食、飲料				
費用	3,500円(JR2690、バス 610+200) 「ときわ路パス」利用で取手駅から 2,330円				
メモ	<ul style="list-style-type: none"> ・ 30km のロングコースである日立アルプスの核心部に絞ったが、それでも 5 つの峰を縦走する距離は 15km ほどあり、歩き応えがあった。 ・ 御岩神社は境内も広く楼門から本殿へと続く参道は歴史を感じさせた。 ・ 登山道は良く整備されて歩きやすいがアップダウンのある縦走路で楽なコースではない。 ・ 高鈴山、御岩山、神峰山などの頂上は見晴らしがよく日立の街並みや太平洋が見渡せる景色は素晴らしい。 ・ 天気は良かったが春がすみのような空模様で日光や那須連山など遠くの山々ははっきりしなかった。 				
参加者	A 班 L 金子、SL 中村、川口、塚田、八重樫 B 班 L 山田、写真 SL 可児、赤尾杉、大村、川名				計 10 名
説明 (迷い路、道標等今後の参考にしたいこと) ・ 御岩山から高鈴山へ向かう道が分かり難かった。					

我孫子登山倶楽部 会長 三輪達雄 Tel 080-3158-3654

リーダー委員会主管 20260301 改訂版

該当に○	○				○
	例会	準例会	山行企画書	山行計画書兼登山届	山行報告書
山名フリガナ	ワシズサン～オオヒラヤマ～オオアラシヤマ				
山名(標高)	沼津アルプス 2 回 鷲頭山(392m)～大平山(356m)～大嵐山(191m)				
目的	低山ながら起伏にとんだ稜線を富士山と駿河湾を望みながら歩く				
山 域	静岡県	地形図 1/25,000	三島、萁崎	G	B1
実施日(西暦)	2026年2月21日(土)	天候	快晴	L	山田
集 合	11 両目前方乗車	形態	日帰り	交通手段	JR、バス
コースタイム	天王台駅(5:50)=我孫子駅(5:53)=東京(6:34/6:57 こだま 703 号)=三島(7:50/8:00)=沼津駅(8:06/8:15)=志下公会堂前(8:30/8:45)～きらら展望台(9:25/9:30)～志下峠(9:45)～鷲頭山(10:25/10:35)～多比口峠(11:25/11:30)～大平山(11:45/12:20)～新城峠(13:05/13:10)～大嵐山(14:00/14:15)～日守山公園(14:35/14:45)～大平バス停(14:55/15:20)=沼津駅(15:50/17:25)=熱海=上野=我孫子駅(20:31)=天王台駅				
歩行時間	4 時間 45 分			標高差	387m
コース出典(参照文献)	昭文社 山と高原地図「伊豆」				
装 備	冬の日帰り装備【防寒着、帽子、手袋、ストック、水(スポーツ飲料、テルモス含む)、昼食、非常食、常備薬等				
費 用	6,490 円 (5,530 大人の休日倶楽部を利用+バス 350+610) + 企画費				
メ モ	1)天候に恵まれ、駿河湾、富士山の眺めと変化に富んだ登山道で充実した山行でした。 2)沼津アルプスの最高峰鷲頭山頂上には夏みかんの木が有り、たくさんの実をつけていた。 3)大平山から大嵐山の登山道はヤママップでは破線になっていた。狭い登山道はトラロープ、要所にはハシゴが有り、やせた岩稜(一番の難所)では巻道コースを慎重に歩いた。 4)大嵐山(日守山)には望遠鏡が有り、富士山の登山道が見えた				
参加者	L 山田京子、SL 飯田厚則、大村ふさ子、川名健史、小原清治、須藤香、中島カオル				計 7 名

我孫子登山倶楽部 会長 三輪達雄 Tel 080-3158-3654

リーダー委員会主管 20260301 改訂版

該当に○	○				○
	例会	準例会	例会企画書	例会企画計画書	例会企画報告書
企画フリガナ 企画名	ミウラハントウカワズサクラ ト ジョウガシマ 三浦半島河津さくらと城ヶ島ウォーキング				
目的	河津さくらを満喫し、三崎港で海鮮を味わい、城ヶ島を散策				
山城	—	地形図 1/25,000	—	G	—
実施日(西暦)	2026年2月26日(木)		天候	雨天翌日	L 可児
集合	我孫子駅改札口 5:55	形態	日帰り	交通	JR-京浜急行
コースタイム	布佐駅(05:51)＝我孫子(06:06/5 両連結 06:13)＝上野(06:45/7 番線小田原行 07:02)＝品川(07:18/京急特急三崎口行 07:34)＝三浦海岸駅(08:53/09:10)～小松ヶ池公園(09:30/09:50)～三崎口駅(10:20/京急バス三ヶ城ヶ島行 10:35)＝三崎港バス停(10:51/魚市場食堂にて昼食)＝三崎港バス停(12:36)＝白秋碑バス停(12:50)～安房崎灯台～馬の背洞門～長津呂の碑～長津呂崎～城ヶ島バス停(三崎口駅行 15:15)＝三崎口駅(15:40/特急青砥行 15:59)＝品川駅＝我孫子駅 18:20				
歩行時間	4時間00分(見学時間含む)		標高差	—	
コース出典(参照文献)	山と溪谷オンライン 三浦半島と城ヶ島の観光マップ→ 観光MAP みうら観光ガイド				
装備	日帰りハイキング装備 帽子 サングラス 手袋 ハイキングシューズ(スニーカーでも可) 軽食 飲料水・スポーツ飲料 行動食ほか				
費用	¥3,980(JR+京急往復¥2,960+バス¥1,020)+企画費				
メモ	<ul style="list-style-type: none"> ●三浦海岸駅前では河津さくら祭りが開催され、多数のテントが立ち並んでいた。地元産の海産物が販売されているが、平日の早朝でもあり閑散としていた。 ●小松ヶ池の河津さくらは前夜の強風と雨でかなり散っていて残念だった。それでも入口付近にあったエドヒガンサクラはしっかりと花がついて風に揺れていた。ヒヨドリ、メジロなどの鳥が数多く寄ってきた。 ●魚市場食堂での昼食は食材の質が高く、コスパに優れ満足であった。食後に「うらりマルシェ」を見学したが、大型バスの観光客でかなりにぎわっていた。 ●城ヶ島では面白いデザインの安房崎灯台、ウミウ展望台、馬の背洞門など主だったスポットを訪ねた。ハイキングコースは約4.5kmと手軽だった。 				
参加者	L可児慎一 小原清治 西野雅実 濱口治雄 (写真)中村信江 山口登 計6名				
説明(迷い路、道標等今後の参考にしたいこと)					

該当に○	○				○
	例会	準例会	山行企画書	山行計画書兼登山届	山行報告書
山名フリガナ	ホドサン				
山名(標高)	宝登山(497.1m)				
目的	長瀬アルプス散策、蠟梅観賞、宝登山時神社参拝				
山 域	秩父長瀬山城	地形図 1/25,000	長瀬	G	A1
実施日(西暦)	2026年02月28日(土)		天候	晴れ	L 松浦
集 合	我孫子駅改札内 6:05	形態	日帰り	交通手段	JR,秩父鉄道
コースタイム	我孫子駅(6:13)=上野(6:45/6:55)=熊谷(8:00/8:34)=野上(9:19/9:25)～萬福寺(9:40)～野上峠(9:25)～宝登山(11:40/12:05)～宝登山神社(13:00)～長瀬(13:47)=熊谷(14:48)=上野(16:24)=我孫子駅(17:00)				
歩行時間	3時間40分			標高差	157m
コース出典(参照文献)	昭文社:山と高原地図、西武鉄道ハイキングコース宝登山				
装 備	一般日帰り(冬山、春山の端境期に当たり、各自天候で判断する)				
費 用	4,636円(JR3,036+秩父鉄道1,600)+企画費				
雨天の取扱					
メ モ	<ul style="list-style-type: none"> ・晴れてこの季節としては異常に暑く20度近かった。 ・野上駅に着き萬福寺に向かい始めたらスギ花粉が噴煙の様に上がっており、向かう山肌はスギ花粉で覆われた景色で異様な状況だった。 ・ロウバイは満開を過ぎていたがその匂いを嗅ぎながら歩き、ロープウェイ駅の福寿草と白梅・紅梅が満開で観賞できた。 ・宝登山神社に参拝し、その奥の寶玉稻荷神社迄参拝した。 				
参加者	大村ふさ子、小野澤清、河合八重子、川名憲史、中村信江、三輪達雄、山田京子、松浦薫(L) 8名				
説明(迷い路、道標等今後の参考にしたこと) 特になし					

我孫子登山倶楽部 会長 三輪達雄 Tel 080-3158-3654

リーダー委員会主管 20260301 改訂版

装備講習会のお知らせ

リーダー委員会 装備担当：久保 中島 山田

装備講習会を開催しますので、皆さん是非ご参加ください。

1. 日時

2026年4月25日（土） 9:30～11:30

2. 場所

山田京子さん宅(我孫子市青山 869) Te1090-7737-1805
天王台駅北口 9:13 発 南青山循環バス「東屋敷公園入口」下車徒歩5分

3. 会費

200円（ジフーズ等の試食費用を含む）

4. 講習内容

- ・テント設営等
- ・一般装備、緊急・非常用装備
- ・新入会員へのアドバイス

5. その他

- ・新入会員は是非ご参加ください。
- ・雨天決行。
- ・講習会終了後の飲料(アルコール)は各自負担願います。
- ・不明点は久保(090-8586-5010)まで。

リーダーの熊スプレー講習会

リーダー委員会

リーダーの皆さん、熊スプレー(練習用)の使い方を実際に練習します。

時間：装備講習会終了後、14時～15時

場所：山田家の裏、利根川の土手

集合：山田宅 13時30分

2026年度日山協山岳共済会（山岳保険）加入者一覧表

(敬称略)

項番	氏名	タイプ	項番	氏名	タイプ	項番	氏名	タイプ
1	三輪 達雄	I	13	久保 貞雄	I	25	中易 康子	I
2	金子 良一	I	14	小原 清治	I	26	濱口 治雄	I
3	赤尾杉 雅之	III	15	小峰 一嘉子	I	27	森北 美行	I
4	新井 直之	I	16	坂本 久	I	28	山口 登	I
5	飯田 厚則	I	17	鈴木 菊雄	I	29	山田 京子	I
6	大井 猛雄	I	18	鈴木 孝	I	30	見野越 好一	I
7	大村 ふさ子	I	19	須藤 香	I	31	八重垣 則実	I
8	小野澤 清	I	20	塚田 正治	I	32	木村 秀雄	I
9	可児 慎一	I	21	徳永 榮一	I	33	関本 誠	I
10	河合 光枝	I	22	中島 カオル	I	34	渡辺 章	I
11	河合 八重子	I	23	中村 信江	I	35	染谷 順子	I
12	川名 健史	I	24	中易 慎夫	I			

- ・上記 35 名の保険料【159,050 円(内訳：156,100 円+2,950 円)】振込を 3/9 完了しました。
担当：塚田

2026年3月 運営リーダー会議 議事録

(敬称略) 記録係(会務)

開催日	2026.3.5(木) 19:00~20:40	場 所	天王台北近隣センター
出席者	運営リーダー委員: 11名		議事録担当: 1名
出席者名	三輪、金子、山田、可児、久保、松浦、塚田、中村、山口、西野、河合(八) 議事録担当: 飯田		
No	議 題	結 果	
1	山行企画の審議	<ul style="list-style-type: none"> ・例会: 5件審議し承認。 鬼ヶ城山・羽山: 車利用、地形図は小野新町 本社ヶ丸: 「登りたい山」アンケートから選んだ 高山不動尊・顔振峠: 新人の参加は確認済み 雲取山: 小屋12名予約済み、インナーシートは各人の判断、下りが長く心配 白山: 暑さ対策注意、白山室堂は4/1予約開始 	
2	山行実施チェック	<ul style="list-style-type: none"> ・実施: 5件 (ヒヤリハットなし、1件報告済み) 	
3	行事確認	<ul style="list-style-type: none"> ・3~4月の行事に変更なし 	
4	「あしあと」原稿	<ul style="list-style-type: none"> ・企画書・計画書・報告書は新書式を使用のこと 	
5	<p>議案</p> <p>1. 山行関連</p> <p>2. 総会進行の具体化</p> <p>3. その他</p>	<p>1) 新人歓迎山行: 4/5、会員14名+新入会員3名参加、3月定例会で追加募集</p> <p>2) 体験山行</p> <p>高尾山: 4/18、会員11名+応募者4名、3/21説明会</p> <p>御岳山: 5/16実施、あしあと2月号の募集は掲載ミス、3月号・4月号に掲載し追加募集</p> <p>3) リーダー委員会企画山行: 7/24~26、白山</p> <p>4) 装備講習会: 4/25 9:30~11:30、山田さん自宅、試食費用200円</p> <p>熊スプレー講習会: 同日2:00から、リーダー対象</p> <ul style="list-style-type: none"> ・議長の候補は久保さんを予定 ・新入会員の紹介・承認+休会・退会会員の報告は会長 ・総会資料の文字はなるべくMS明朝体に統一のこと ・予算案: 会員数は継続29名+新入会員6名、前年度との比較は実績を記載 ・2025年度会計報告: 3/3会計監査を受け、無事確定。 中易康子さんへの活動支援費(写真展)は要検討 <ul style="list-style-type: none"> ・日山協山岳共済保険: 35名、3/9振込予定(3/23期限) ・新入会員や入会希望者の個人データの共有については注意が必要。 Googleドライブのアクセス権について整理が必要。 権限付与は申請書を作成し運営リーダー会議での承認が必要。 	

以上

【各種報告書等の提出について】



必ず読んでから作成してください!!ご協力お願いします。

2025年4月 変更

運営リーダー会議に提出する審議用山行企画及び審議用資料は、Google Drive の「運営リーダー会議用フォルダ」⇒該当月フォルダ⇒該当フォルダにアップロードして下さい。
 審議済みで「あしあと」に掲載する企画書、資料は「あしあと〇〇月号」フォルダにアップロードする。
 詳細は下記参照ください。今年度より変更いたします。

文書名	用途	提出先・担当者	提出期限
山行企画書、例会企画書の審議用資料	運営リーダー会議 審議用	Google ドライブ運會りリーダー会議用フォルダの「審議山行企画」と「審議用資料(山行以外)」のフォルダにアップロード	会議開催日の 前週金曜日
	「あしあと」用	審議後の企画書と資料山行以外の全てを、Google ドライブ「運営リーダー会議用フォルダ」の「あしあと〇月号原稿」のフォルダにアップロード	会議開催日の 翌週月曜日
山行報告書	H/P 用	Google ドライブ「運営リーダー会議用フォルダ」の「あしあと〇月号原稿」のフォルダにアップロード 担当者:金子、中村、川口 松浦、河合(八)	山行実行後 1週間
例会企画報告書	「あしあと」用	Google ドライブ「運営リーダー会議用フォルダ」の「あしあと〇月号原稿」のフォルダにアップロード 担当者:坂本、新井	山行実行後 1週間
H/P 用写真	写真の枚数(加工前) 日帰り=9枚 1泊2日=12枚 1日増加毎=+3枚	Google ドライブ「山行報告用 Fo」の該当山行のフォルダにアップロード 担当者:金子、中村、川口 松浦、河合(八)	山行実行後 1週間
山行報告書及び写真を Google ドライブに UP したら、提出先の担当者に UP 済みをメールで連絡			
山行計画書	・参加者と本部届け	・参加者と本部担当者	山行の前日
例会企画計画書	・ココヘリへ届出	・ココヘリ	

【作成要項】

- ① 山行・例会企画、山行・例会企画報告、山行・例会企画計画書は統一書式使用 **下記⑤**
- ② Word で作成。フォント=MS 明朝、サイズ=10.5(山名のみ 12 太文字)、余白=左右上下 20mm、年号は西暦。コースタイム等の記述は、半角英数字で入力(H/P 編集のため)
- ③ タイトルの山名(フリガナ)は山名のみで、サイズは9です。
- ④ 天候の欄は、「雨天中止」or「雨天順延〇〇日」などと記入。
- ⑤ 上記①の統一書式の見本は、ホームページ「会員の広場」の「あしあと」写真をクリックしてダウンロードして使用する。例会企画は山行企画⇒例会企画に修正して使用。

あしあと』No549 2026年3月号
 発行: 我孫子登山倶楽部
 代表: 三輪 達雄
 編集: 坂本 久
 原稿作成・メール配信:坂本 久