

登山専門店シェルパ・自然を愛する会

山行きのお誘い

2022年12月号



11月よりバスの座席制限を解除させていただきます。プログラム毎に参加定員は異なります。バスの座席数が定員とは限りません。

●12月5日以降のプログラムを掲載しております。無掲載のプログラムは中止ではありません。

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

12/5
(月)

福岡
山城の荒平山から
片縄山縦走

福岡県/あぶらやま/597m

お弁当
付き

体力3 技術1

福岡都心からわずか10kmの近場にこんな森深い自然があったとは信じ難い縦走ルートです。福岡の岳人が親しむホームルートを歩いてみませんか。

全国旅行支援
当日限定福岡県で使える
3,000円
クーポン付

コース 谷登山口…荒平山…油山…糠塚山…片縄山…柏原3丁目登山口

出発時間 6:00 帰着時間 18:00頃 歩行時間 約 5.5 時間

経由地 [熊本IC]玉名PA6:50

参加費

6,600円

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

12/5
(月)

世界かんがい遺産
「古川兵戸井手」と観音池

熊本県 [菊池市秋の日帰り旅行助成事業]

ランチ
付き

体力1 技術1

世界かんがい遺産となった「古川兵戸井手」とその関連施設である観音池・観音岳を、菊池観光案内人の解説を聞きながら散策します。おいしい菊池のごはん付き。

全国旅行支援
当日限定熊本県で使える
3,000円
クーポン付

コース 菊池観光協会…古川兵戸井手記念碑…観音池…観音岳…昼食

出発時間 8:00 帰着時間 15:30頃 歩行時間 約 1 時間

経由地 道の駅旭志9:00

参加費

6,000円

12/7
(水)

九州
くじゅう西側
たっぷり縦走

熊本・大分県/わいたさん/1500m

体力3 技術1

はげの湯から長者原までのロングトレイルコースを2回に分けて歩きます。涌蓋山まで頑張って登れば後は楽々です。

全国旅行支援
当日限定大分県で使える
3,000円
クーポン付

コース はげの湯登山口…涌蓋山…ミソコブシ山…一目山…スキー場

出発時間 7:00 帰着時間 18:00頃 歩行時間 約 5 時間

経由地 菊陽山本釣具前7:20/大津ヒライ前7:40

参加費

6,000円

6,500円

12/7
(水)

鹿児島
鹿兒島の里山歩き
長尾山

鹿児島県/ながおやま/680m

ランチ
付き

体力2 技術1

鹿児島県民の憩いの山。本仏石山からの眺望がすばらしいですよ。下山後ランチに出かけましょう。

全国旅行支援
当日限定鹿児島県で使える
3,000円
クーポン付

コース 県民の森…長尾山…県民の森

出発時間 6:30 帰着時間 18:30頃 歩行時間 約 3 時間

経由地 [浜線バイパス]嘉島ヒライ前6:55/宮原SA7:25

参加費

7,200円

12/8
(木)

九州
宇土半島を歩く①
三角岳～石打ダム

熊本県/みすみだけ/406m

体力3 技術1

宇土半島を九州自然歩道に沿って歩きます。途中で三角岳・高野山の2座に登りますよ。

全国旅行支援
当日限定大分県で使える
3,000円
クーポン付

コース 宇土市三角支所…三角岳…高野山…石打ダム

出発時間 6:30 帰着時間 19:00頃 歩行時間 約 5 時間

経由地 熊本駅新幹線口6:50/アクアドーム7:05/宇土マリーナ7:35

参加費

6,000円

6,500円

12/9
(金)

納山
登山 高平山

大分県/たかひらやま/346m

お弁当
付き

体力2 技術1

登山口からリアス式海岸の絶景を眺めて歩きます。この時期はノジギクが咲いていると思います。遅めのランチなので行動食をお持ちください。

全国旅行支援
当日限定大分県で使える
3,000円
クーポン付

コース たかひら展望公園…高平山…登山口一道の駅かまえ(お買物)

出発時間 7:30 帰着時間 18:30頃 歩行時間 約 2 時間

経由地 菊陽山本釣具前7:50/大津ヒライ前8:10

参加費

6,900円

12/10 (土) **現地集合** **久住山 西稜** 九州百名山 九州百登山 体力3.5 技術3
大分県/くじゅうさん/1786m リーダー 山本康介

くじゅうのバリエーションルート。本格的な雪山を目指す方は12本アイゼン・ピッケルを持ってご参加下さい。アイゼンの歩行の練習にどうぞ。*体力3.5のため過去1年以内に体力3以上に参加された方限定です。

コース	牧ノ戸峠…避難小屋…西稜…久住山…避難小屋…星生山…牧ノ戸峠登山口	参加費	12,000円
装備	ヘルメット、スリング、カラビナ、ヘッドランプ、しっかりとした防寒ウェア(手袋など)		
集合	牧ノ戸峠 8:00 解散時間 15:00頃	観	14,000円

12/11 (日) **九州百名山 九州百登山** **普賢岳** 体力3 技術1
長崎県/ふげんだけ/1359m リーダー 西沢裕子

雲仙・普賢岳をのんびりと登りましょう。

コース	仁田峠…妙見岳…普賢岳…紅葉谷…仁田峠	参加費	7,500円
出発時間	7:30 帰着時間 19:00頃 歩行時間 約5時間		
経路地	熊本駅新幹線口7:45/アクアドーム8:05/熊本新港8:30	観	8,000円

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

12/12 (月) **年末くじゅう競わない運動会** ランチ付き 体力3 技術1
大分県/ぼうがつる/1270m リーダー 岩永いずみ

今年も1年有り難う！くじゅう連山坊ガツルで一致団結運動会。日頃感じない視点で山並みを歩きましょう。*各自500円程度のプレゼントをご用意下さい。*ゴミ拾いにご協力下さい。

全国旅行支援
当日限定熊本県で使える
3,000円
クーポン付

コース	長者原登山口…雨ヶ池…坊ガツル(青空体操、探し物競争、プレゼント交換)…スガモリ越え(走らないリレー)…KUJU BASE	参加費	6,000円
出発時間	6:30 帰着時間 19:30頃 歩行時間 約4.5時間		
経路地	菊陽山本釣具前6:50/大津ヒライ前7:10		

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

12/10 (土) **九州オルレ 筑豊・香春ハーフコース** ランチ付き 体力2 技術1
福岡県 リーダー 阿南誠志

香春町の歴史と四季折々の自然の香りを体験できるコースです。

全国旅行支援
当日限定福岡県で使える
1,000円
クーポン付

コース	ハーフコース6kmを歩きます。	参加費	6,900円
出発時間	7:30 帰着時間 18:00頃 歩行時間 約4時間		
経路地	[熊本IC]玉名PA8:20		

12/12 (月) **現地集合** **金井さんと登る 一夜焔** 体力3 技術1
熊本県/いちやはた/1494m リーダー 金井憲昭

巨木を堪能できるコースです。

コース	小松神社登山口…小松神社…林道…一夜焔…小松神社…小松神社登山口	参加費	1,000円
集合時間	9:30 歩行時間 約4時間		
集合場所	小松神社	観	2,000円

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

12/14 (水) **円通寺石門と知者ヶ峰の秋葉大権現** ランチ付き 体力2 技術1
熊本県 [菊池市秋の日帰る]旅行助成事業 リーダー 坂本史子

1970年創建の円通寺。県重要文化財に指定されている円通寺石門と、地元有志によって安置された八十八ヶ所の一部を歩きます。旭志の山岳信仰の場となっていた「知者ヶ峰秋葉大権現(393m)」も歩きましょう。9月に大好評だったristorante due mammeのランチつき。

全国旅行支援
当日限定熊本県で使える
3,000円
クーポン付

コース	四季の里旭志…鞍嶺山善光寺…円通寺および八十八ヶ所巡り(一部)…姫井橋…知者ヶ峰秋葉大権現…ristorante due mamme	参加費	6,000円
出発時間	8:00 帰着時間 15:30頃 歩行時間 約2時間		
経路地	道の駅旭志9:00		

クーポン
新池めぐりん券
1,000円付

ご住所やお電話番号、緊急連絡先の変更時は、お知らせください

自然を愛する会にご入会いただいた際に、ご住所やお電話番号、緊急連絡先をご記入いただきましたが、ご記入された情報からご変更があった場合は、お知らせいただきますようお願いいたします。

有限会社 山の旅企画室 096-366-9411

●参加費はおつりがでないよう、ご用意いただくと助かります。よろしくお願いたします。

Welcome!
12月 **熊本店英会話教室**
初級英会話教室です。
1回1,000円
Aコース 第2 第4 水曜日
12月14日(水) 12月28日(水)
Bコース 第2 第4 金曜日
12月9日(金) 12月23日(金)
●時間両コースともに 15:00~

体力レベル

- 体力1** 歩行時間1~2時間 ウォーキングシューズ可能
- 体力2** 歩行時間2~4時間 初心者向け 高低差が少ないウォーキングコース
- 体力3** 歩行時間4~6時間前後 山登りや運動をされている方向け
- 体力4** 歩行時間6~8時間未満 健脚コース。
- 体力5** 歩行時間10時間以上。コースタイム(山と高原地図参考)で歩ける方限定

技術レベル

- 技術1** 自然歩道や遊歩道、ハイキングコースなどの歩きやすいコース。
- 技術2** 歩きやすいコースだが、一部で岩場や鎖場、急な斜面がある。
- 技術3** 岩場や鎖場が多く、場合により沢の渡渉がある。手足を使っの確実な動作とバランスが必要。

お申込

有限会社 山の旅企画室
全国旅行業協会 正会員
熊本県知事登録旅行業第2-170号
096-366-9411

- 山岳用雨具(ポンチョ不可)・ヘッドランプ・防寒着を必ずお持ちください。
※冬季はアイゼンもお持ちください。
- 温泉に立寄る場合、入浴料は各自でご負担ください。
※下山時間により温泉に入らない場合がございます。
- 昼食は各自でご用意ください。
- セルフ/熊本店の駐車場料金は500円/日です。
- リーダーが山行が困難だと判断した場合 お客様に下山をお願いすることがあります。

■キャンセル料 おお客様の都合によりご予約を取り消された場合 催行日を基準に下記の通り取消料を頂きます。

取消日	3日前迄	前日前々日	当日
取消料率	無料	半額	全額

●宿泊企画の取消料 20~8日前20%、7~2日前30%、前日40%、当日100%

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

12/15・16 (木・金) **益城発 大笹柄岳** 九州百名山 九州百名山 体力3 技術1
鹿兒島県/おおのがらだけ/1236m リーダー 山田 烈

年末恒例の1泊登山のご案内。納山も兼ねて1年を振り返る登山にしましょう。来年の計画や希望もどうぞ仰ってください。1日目は、鹿兒島県高隈山系を代表する大笹柄岳へ登ります。この時期は桜島噴火の降灰も予想されますので、マスクやサングラスの準備を忘れずに。2日目はイオン鹿兒島店に寄って、早めの帰路につきたいと思います。

全国旅行支援
当日限定鹿兒島県で使える
3,000円
クーポン付

コース 大笹柄岳登山口…大笹柄岳山頂…大笹柄岳登山口
参加費 事前入金
34,000円

出発時間 シェルパ 6:00 益城総合体育館 6:30
帰着時間 17:00頃 歩行時間 約4.5時間 食事 2食
●宿泊企画の取消料：20～8日前20%、7～2日前30%、前日40%、当日100%

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

12/17 (土) **阿蘇をさぐる 井手と水巡り** ランチ付き 九州百名山 体力2.5 技術1
熊本県/こまたてやま/1157m リーダー 岩永いずみ

「井手」って何?ヒント:熊本の水は阿蘇の恵み。井手をたどり、阿蘇への感謝を込めてさくまきましょう!運転手は人気の井手ドライバーです。

全国旅行支援
当日限定熊本県で使える
1,000円
クーポン付

コース 鼻ぐり井手公園-南阿蘇水の生まれる里白水高原駅-水源巡り-草千里-駒立山-絶景ヨガタイム(火口の規制が解除の場合火口見学)-大津の井手
参加費
6,000円

出発時間 7:00 帰着時間 17:00頃 歩行時間 約5時間
経由地 菊陽山本釣具前7:20/大津ヒライ前7:40

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

12/18 (日) **角島ウオーキングと元乃隅神社とお魚料理** ランチ付き 体力2 技術1
山口県/つしま リーダー 阿南大吉

アメリカCNNで日本の最も素晴らしい景色ベスト31に入ったこともある元乃隅神社です。角島大橋とあわせて絶景を楽しみましょう。※ほとんど歩きません

全国旅行支援
当日限定山口県で使える
1,000円
クーポン付

コース 元乃隅神社観光 1時間弱 角島観光
参加費
9,000円

出発時間 7:00 帰着時間 19:00頃 歩行時間 約1.5時間
経由地 [熊本IC]玉名PA7:50

12/22 (木) **納山登山 行藤山** 九州百名山 九州百名山 体力3 技術1
宮崎県/むかばきやま/830m リーダー 古澤 豊

大岩壁が登頂意欲をそそる行藤山。途中にある日本の滝100選の行藤/滝も必見です。

コース 行藤神社登山口…滝見橋…山ノ神峠…行藤山(往復)
参加費
① **6,800円**
② **7,300円**

出発時間 6:00 帰着時間 19:00頃 歩行時間 約4時間
経由地 菊陽山本釣具前6:20/大津ヒライ前6:40

新型コロナウイルス感染防止のための参加の皆さまへお願い

参加4日前から当日まで各自検温し、**37.0度以上の発熱**また次の**6項目**にあてはまる方は参加を見合わせていただきます。この場合、当日キャンセルとして、参加費の50%の取消料を申し受けます。

- ①過去2週間以内に37.5度以上の発熱 ②せき ③のどの痛み ④味覚の異常 ⑤嗅覚の異常 ⑥過去2週間以内に、新型コロナウイルス感染者と接触

- ・バス車内においては**マスクの着用**をお願いします。
- ・バスのご乗車前に、必ず**手指消毒**をお願いします。
- ・バス車内においては当面の間、**飲食は禁止**とします。
※水分補給は除く。

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

12/16 (金) **福岡合同 糸島富士・可也山と 牡蠣小屋** 牡蠣代付き 体力2 技術1
福岡県/かやさん/365m リーダー 篠崎善則

糸島の秀峰の可也山展望台からは海岸線の眺望が欲しいままです。下山後は、岐志漁港の牡蠣小屋でみるくがきと海の幸を堪能しましょう。(牡蠣小屋の食事代は参加費に含まれます。)

全国旅行支援
当日限定福岡県で使える
3,000円
クーポン付

コース 師吉公民館…石切場跡…可也山…展望台…祠…親山公民館-牡蠣小屋
参加費
7,800円

出発時間 7:30 帰着時間 18:00頃 歩行時間 約2.5時間
経由地 [熊本IC]玉名PA8:20

12/18 (日) **九州百名山 可愛岳** 体力3 技術1
宮崎県/えのだけ/728m リーダー 河村文雄

山頂や千丈観・烏帽子岳などからの展望が素晴らしいです。鉾岳をはじめ色々な岩と、これから歩くところ、歩いたコースの眺めを楽しんで下さい。(西尾根コースから登ります。)

コース 登山口…ザレの頭…千丈観…鉾岳…可愛岳…烏帽子岳…登山口
参加費
① **7,000円**
② **7,500円**

出発時間 6:00 帰着時間 19:30頃 歩行時間 約4.5時間
経由地 菊陽山本釣具前6:20/大津ヒライ前6:40

12/21 (水) **さわやか健康 写真ウォーク** 体力1 技術1
リーダー 興梶博孝

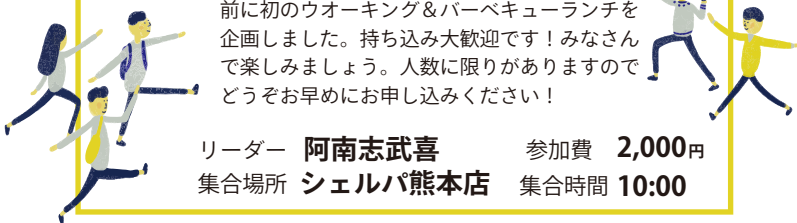
ゆっくり歩きながら写真も楽しみたいと思います。写真を撮りながらなので、ペースはゆっくりです。
※行き先が遠方のため参加費を変更しております。

コース 人吉を散策します。
※昼食は各自負担で食事処かお弁当を食べましょう。予約する場合がありますので、ご希望の方はお申込時にご予約ください。
参加費
① **5,900円**
② **6,400円**

出発時間 7:30 帰着時間 17:00頃 歩行時間 約2時間
経由地 [浜線]ハイパス]嘉島ヒライ前7:55/宮原SA8:25

12/23 (金) **クリスマス直前の 白川リバーサイドウォーク&ランチ**

今年も大変お世話になりました。クリスマス直前に初のウォーキング&バーベキューランチを企画しました。持ち込み大歓迎です!みなさんで楽しみましょう。人数に限りがありますのでどうぞお早めにお申し込みください!



リーダー **阿南志武喜** 参加費 **2,000円**
集合場所 **シェルパ熊本店** 集合時間 **10:00**

12/24 (土) **美里フットパス 遠野コース** 体力2 技術1
熊本県 リーダー 講師井澤るり子/阿南苗美

棚田の中の道や学校の通学路、集落の中の細い道など変化に富んだコースです。昼食は井澤先生のご自宅にていただきます。クリスマスイブはみなさんで盛り上がりましょう。【ワクチン3回接種者限定】

コース 遠野コース
参加費
※地元の方が作る弁当&おやつ代**1300円**別途
① **5,500円**
② **6,000円**

出発時間 8:30 帰着時間 16:00頃 歩行時間 約2時間
経由地 嘉島ヒライ前8:55

●経由地の時間の10分前にご集合ください。経由地の時間は曜日・道路状況により前後する場合がございます。●会員とは自然を愛する会の会員です。●出発時間はシェルパ熊本店の時間です。●リーダーや内容が変わる場合があります。●登頂証明書の発行(1枚300円)はお申込時にご予約ください。●スタッフに対する個別の頂き物(金品・商品券等)はご遠慮させていただきます。

