

登山専門店シェルパ・自然を愛する会

# 山行きの誘い

2023年2月号

●2月4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。

●天候や山によっては使用しない場合もありますが、**冬季は必ずアイゼンをご用意ください。**

山行きと一緒にませんか。



登山口まで  
バス移動!

登山口からは  
熟練スタッフが  
ご案内します。



登山口までの道路確認と  
登山ルートの確認が不要です。  
また新たな山仲間との  
出会いもありますよ!  
ぜひご参加ください!

追加企画

2/25  
(土)



熊本県「歩き」を活かした地域活性化プロジェクト事業  
【12名限定】スペシャルフットパスモニター



熊本県

リーダー 講師 井澤るり子/同行 阿南苗美

里山や田園地帯、古い町並みなど、昔からその地域に残るありのままの風景の中を心身で感じながら歩きます。今回は一日思いっきり遊べるモニターツアーです。当日の食事の心配なし!夕食弁当はご家族分のご注文も承ります。ご希望の場合は、お申し込みの際にご注文ください。(注文1個あたり別途1,500円)

コース シェルパー現地にて朝食-フットパススペシャルコース約3km-昼食-川尻スペシャルコース約3km-カフェ&おやつ、夕食弁当お渡し-シェルパ(途中でお買い物有り)

参加費  
10,000円  
5,000円

出発時間 7:30 帰着時間 16:00頃 歩行時間 約2時間

経由地 [浜線バイパス]嘉島ヒライ前7:55

※マウンテンシート・割引券の利用はできません。

朝食・昼食  
夕食弁当・おやつ付  
5,000円分

お持ち帰り用お弁当の  
ご注文承ります!

※参加者の夕食弁当は付いています。  
事前にご注文いただければ、  
ご家族のお弁当を購入できます。



わたしが  
ご案内します。  
一緒に楽しみ  
ましょう!



井澤るり子様

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

2/4  
(土)



フットパス  
日向往還編②



熊本県

リーダー 講師 井澤るり子/同行 阿南苗美

熊本と宮崎を結ぶ旧藩時代の歴史街道です。2回シリーズで山都町から御船まで歩きます。自然と歴史がいたるところに残っています。西郷隆盛も歩いたとされているこの道を巡りましょう。

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 長谷~御船 13.5km(途中まででも可)

※地元の方が作る弁当&おやつ付き

参加費  
6,000円

出発時間 8:00 帰着時間 17:00頃 歩行時間 約4時間

経由地 [浜線バイパス]嘉島ヒライ前8:25

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

2/5  
(日)

島原・眉山



長崎県/まゆやま/818.7m

リーダー 阿南大吉

眉山は紅葉と普賢岳の展望の良い山です。下山後は名物の貝雑煮を食べに行きましょう。  
※アイゼン必携(チェーン可)

全国旅行支援  
当日限定長崎県で使える  
1,000円  
クーポン付

コース 登山口...眉山(往復)-島原市

参加費  
7,500円

出発時間 7:00 帰着時間 17:00頃 歩行時間 約2時間

経由地 熊本駅新幹線口7:20/アクアドーム7:35/熊本新港8:00

2/6  
(月)

難所ヶ滝と三郡山周回



福岡県/さんぐんさん/935.9m

リーダー 阿南志武喜

毎年ご案内いたしますが、九州の冬の定番コースでしょう。この時期にしか見ることができない巨大な氷の滝を見に行きましょう。※アイゼン必携(チェーン可)

コース 昭和の森登山口...難所ヶ滝...稜線分岐...三郡山...昭和の森登山口

参加費  
7,600円

出発時間 7:00 帰着時間 18:00頃 歩行時間 約5時間

経由地 [熊本IC]玉名PA7:50

8,100円

2/8  
(水)

鬼門平・烏帽子岳



鹿児島県/えぼしたけ/564m

リーダー 古澤豊

旧々九州百名山の烏帽子岳は最短ルートで登り、独特な断崖を有する鬼門平(おなかどびら)を登山口から往復します。

追加  
企画

コース 木床峠...烏帽子岳(往復)登山口...R5展望所...R1展望所...鬼門平(往復)

参加費  
9,000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 [浜線バイパス]嘉島ヒライ前6:25/宮原SA6:55

一般 9,500円

**2/9 (木)** **現地集合** **白山** 熊本県/はくさん/218m リーダー 阿南志武喜

宇土の名山に登りましょう！

コース 轟水源駐車場…白山周回…轟水源駐車場 参加費 2,500円  
 集合時間 8:30 解散時間 12:00頃 歩行時間 約2時間 観 3,500円  
 集合場所 轟水源駐車場

**2/10 (金)** **益城発** **釈迦ヶ岳** 宮崎県/しゃかがたけ/830m リーダー 山田 烈

日本三薬師の一つ法華嶽薬師寺の背後にそびえる九州百名山。春先よりヤマビルの多い山岳地域として有名で、登るなら寒い季節が最適です。【ワクチン3回接種者限定】

コース 登山口…釈迦ヶ岳(往復) 参加費 7,800円  
 出発時間 シェルパ6:00 益城総合体育館6:30 観 8,300円  
 帰着時間 19:00頃 歩行時間 約4.5時間

**2/11 (土祝)** **九州百名山** **黒髪山縦走** 佐賀県/くろかみやま/516m リーダー 河村文雄

巨石、奇岩の景観と鎖場やロープ場の歩きも楽しみながら縦走します。黒髪山山頂の天童岩からの展望も素晴らしいです。※アイゼン必携(チェーン可)※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 有田ダム駐車場登山口…英岩…英山…前黒髪…黒髪山…竜門ダム登山口 参加費 7,800円  
 出発時間 6:30 帰着時間 18:30頃 歩行時間 約5.5時間 観 8,300円  
 経由地 [熊本IC]玉名PA7:20

**2/11 (土祝)** **現地集合** **熊本市の山も魅力がいっぱい!** 熊本県/あらおやま/445m リーダー 阿南大吉

熊本市内の山ですが一周すると歩きごたえがありますよ。熊本市内を眺めながら自然を満喫しましょう。

コース 清正公像前…本妙寺山…天狗山…荒尾山…小萩山…本妙寺山…清正公像前 参加費 3,000円  
 集合時間 9:00 解散時間 15:00頃 歩行時間 約5時間 観 4,000円  
 集合場所 清正公像前

**2/12 (日)** **福岡合同** **セリバオウレンの四王寺山縦走** 福岡県/しおうじやま/410m リーダー 篠崎善則

九州では自生しないセリバオウレンを探しに四王寺山を縦走します。見つけられるといいですね。帰りに坂本八幡宮も参拝します。※アイゼン必携(チェーン可)

コース 焼米ヶ原…大城山…大原山…岩屋山…坂本八幡宮 参加費 7,600円  
 出発時間 7:00 帰着時間 18:30頃 歩行時間 約4時間 観 8,100円  
 経由地 [熊本IC]玉名PA7:50

**2/12 (日)** **九州百名山** **氷結の御池とくじゅう中岳** 大分県/なかだけ/1791m リーダー 阿南大吉

この時期の御池は氷結して渡ることが出来ます。中岳にも登りましょう。※アイゼン必携(チェーン可)

コース 牧の戸登山口…久住分かれ…御池…中岳…牧の戸登山口 参加費 6,500円  
 出発時間 6:30 帰着時間 18:30頃 歩行時間 約5時間 観 7,000円  
 経由地 菊陽山本釣具前6:50/大津ヒライ前7:10

**2/13 (月)** **現地集合** **金井さんと登る旧九州百名山 矢筈岳と鶴に逢いに!** 鹿児島県/やはすだけ/687m リーダー 金井憲昭

水俣市と鹿児島県出水市の県境にそびえる三角錐の山です。矢筈とは、弓を引くときに弦をかける弓矢の溝のことで、2つのピークがある山にこの名が多いようです。

コース 林道登山口…矢筈岳(往復)ー出水市ツル観察センター(利用料別途) 参加費 1,000円  
 集合時間 9:00 歩行時間 約4時間 観 2,000円  
 集合場所 林道登山口

**2/13 (月)** **初めての冬山体験** **猟師山** 大分県/りょうしやま/1423m リーダー 山本康介

冬山登山を始めたい方におススメの企画です。久住山や三俣山が目の前に広がり、いい景色が楽しめます。※アイゼン必携(チェーン可)

コース 牧ノ戸側登山口…分岐…猟師山(往復) 参加費 6,900円  
 出発時間 7:30 帰着時間 18:00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

●参加費はおつりがでないよう、ご用意いただくと助かります。マウンテンシートや割引券はお名前・山行名を記入してからご利用ください。

**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。手足を使つて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。
- 屋食は各自でご用意ください。
- シェルパが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 お客様の都合によりご予約を取り消された場合 当日限最大分県で使える

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%

全国旅行支援  
 当日限最大分県で使える  
**2,000円**  
 クーポン付

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

**2/13 (月)** **誕生日登山 三ノ岳** **お弁当付き** **体力2 技術1**  
 熊本県/さんのおたけ/681m リーダー 阿南志武喜

2月の誕生日は三ノ岳でお祝いしましょう。朝から昼過ぎまでの軽いハイキングを行い、健康維持や健康増進、親睦を兼ねてピクニック登山を楽しみましょう！

全国旅行支援  
 当日限定熊本県で使える  
**2,000円**  
 クーポン付

コース	三ノ岳登山	参加費	4,000円
出発時間	8:00	帰着時間	13:00頃
歩行時間	約1時間		
経由地	シェルパから乗車のみ		

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

**2/15 (水)** **フォトスポット巡り** **お弁当付き** **体力1 技術1**  
 熊本県 リーダー 戸寄亜紀子

熊本市にも、見どころがたくさんあります。カメラやスマートフォンで素敵な写真を撮りに行きましょう。

全国旅行支援  
 当日限定熊本県で使える  
**2,000円**  
 クーポン付

コース	熊本市の梅の花とフォトスポットを巡ります。	参加費	5,100円
出発時間	8:00	帰着時間	16:30頃
歩行時間	約1時間		
経由地	シェルパから乗車のみ		

**2/16 (木)** **観海アルプスを歩く② 二弁当峠～龍ヶ岳** **体力3 技術1**  
 熊本県/ねんじゅだけ/502.8m リーダー 古澤豊

良く整備された九州自然歩道の登山コースです。樹林コースあり大展望コースありでコース変化に富んでいます。

コース	二弁当峠登山口…念珠岳…烏帽子岳…龍ヶ岳	参加費	6,500円
出発時間	6:00	帰着時間	19:00頃
歩行時間	約4.5時間		
経由地	熊本駅新幹線口6:15/アクアドーム6:35/宇土マリナー7:05	参加費	7,000円

追加企画 身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

**2/17 (金)** **風景街道 霧氷の久住高原を探訪** **ランチ付き** **体力1 技術1**  
 大分県 リーダー 阿南誠志

日本列島の魅力や美しい景観に選ばれた場所をバスで巡ります。

全国旅行支援  
 当日限定大分県で使える  
**2,000円**  
 クーポン付

コース	風景街道くじゅう編	参加費	6,000円
出発時間	7:00	帰着時間	18:30頃
歩行時間	約1時間		
経由地	菊陽山本釣具前7:20/大津ヒライ前7:40		

**2/18 (土)** **八峰山・八丁山・古麓山** **体力3.5 技術1**  
 熊本県/はちみねさん/574m リーダー 河村文雄

八代の史跡・名所を探訪します。少し厳しいシダの藪のかき分けもありますが、稜線の快適な尾根歩きと展望を楽しみながら竜峰山山系の最高峰を目指します。※逆コースを歩く場合があります。※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	懐良親王御陵駐車場…子安観音堂…展望ポイント…妙見上宮跡…八峰山…上宮越…八丁山…古麓山…懐良親王御陵駐車場	参加費	6,500円
出発時間	7:00	帰着時間	18:30頃
歩行時間	約6時間		
経由地	道の駅うき 宇城彩館7:35/道の駅 竜北7:55	参加費	7,000円

**2/19・20 (日・月)** **九州百名山 カモン! 蒲生と野間岳20日まつり** **体力2 技術1**  
 鹿児島県/のまだけ/591m リーダー 岩永いずみ

かごんまの隠れ不思議スポット蒲生をさるきます。岩永オリジナル蒲生寄り道フットパス！2日目は野間岳のおまつりです。海を眺め、いにしえに想いを馳せて登りましょう！【ワクチン3回接種者限定】

コース	1日目 漆の田の神散策一掛橋坂一蒲生の町歩き 2日目 宮ノ内登山口…野間神社…片浦太郎木場コース	参加費 事前入金	36,800円
出発時間	7:00	帰着時間	18:30頃
歩行時間	①4時間②5時間		
経由地	[浜線バイパス]嘉島ヒライ前7:25/宮原SA7:55	参加費	38,800円

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

**2/19 (日)** **フクジュソウ咲く仏石散策** **体力3 技術1**  
 熊本県 リーダー 西沢裕子

仰烏帽子山の登山口までの道路が決壊し、ここ数年は登山を断念してきましたが、山頂まで行かずにフクジュソウだけ見に行きましょう。何度も訪れたいくなるほどの大群生ですよ。※アイゼン必携(チェーン可)

コース	第1登山口…林道歩き…第2駐車場…福寿草群生地…駐車場	参加費	6,500円
出発時間	7:00	帰着時間	18:30頃
歩行時間	約5時間		
経由地	道の駅 東陽8:20	参加費	7,000円

**2/22 (水)** **福岡合同 糸島富士・可也山と小富士梅林** **体力2 技術1**  
 福岡県/かやさん/365m リーダー 篠崎善則

この時期には梅林が見頃となる小富士から可也山に登ります。下山後は、岐志漁港の牡蠣小屋でみる牡蠣と海の幸を堪能しましょう。

コース	小富士梅林…可也山…展望台…親山公民館一牡蠣小屋(食事代別途2,000円)	参加費	7,200円
出発時間	7:00	帰着時間	18:00頃
歩行時間	約2.5時間		
経由地	[熊本IC]玉名PA7:50	参加費	7,700円

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。

宿泊企画の参加費について

宿泊企画は事前に参加費をご入金ください。シェルパ熊本店でお支払い頂くか郵便局にお振込みをお願いいたします。

■お振込みの場合

入金口座 [記号] 01900-2 [番号] 36063 [名義] 自然を愛する会  
 ●郵便局以外からの振込み  
 [店番] 199 支店 [種類] 当座 [番号] 0036063 [名義] 自然を愛する会

※マウンテンシートや割引券をご利用の場合は、利用金額を引いてお振込みください。マウンテンシートや割引券は事前に山の旅企画室にご郵送ください。  
 ※払込取扱票をご利用の場合は、お名前とプログラム名をご記入ください。払込取扱票を利用されない場合は、お名前の後にプログラム名もご入力ください。  
 ※振込手数料はご負担いただきますようお願いいたします。

●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。

# 決算大感謝登山

## in くじゅう

シェルパは2月で決算を迎えます。お支えいただいている皆様に感謝の気持ちを込めて決算大感謝登山を開催します。オリジナルTシャツ・昼食付の特別企画です。

- 日にち ① 2023.2.26(日)
- ② 2023.2.28(火)

出発時間 シェルパ熊本店7:30 帰着時間 18:00頃

経由地 菊陽山本釣具前7:50/大津ヒライ前8:10

行程 各トレッキングコースー野の花の郷(昼食)

参加費 会員6,000円 一般6,500円

野の花の郷  
昼食付

オリジナル  
Tシャツ付き

### Aコース 狛師山 牧ノ戸側…狛師山(往復)

リーダー 阿南大吉

歩行時間 約2時間 登山レベル 体力2/技術1

### Bコース 黒岩山 牧ノ戸峠…黒岩山(往復)

リーダー 西沢裕子

歩行時間 約2時間 登山レベル 体力2/技術1

### Cコース うぶやま草原ハイキング

リーダー 阿南誠志

歩行時間 約1.5時間 登山レベル 体力1/技術1

## 2/23 (木祝) 九州百名山 九州百名山 尾鈴山

宮崎県/おすすやま/1405m リーダー 阿南大吉



宮崎県都農にある尾鈴山の見どころは清らかな溪流です。移動時間が長くなり、個人の運転では大変なので一緒にいかがですか。

コース 登山口…尾鈴山(往復)

参加費 7,700円

出発時間 6:00 帰着時間 20:00頃 歩行時間 約5時間

経由地 [浜線バイパス]嘉島ヒライ前6:25

8,200円

## 2/25 (土) 会報誌「連山」1月号表紙の山 星生山

大分県/ほっしょうざん/1762m リーダー 江麟太郎



自然を愛する会会報誌「連山」1月号表紙に写っている星生山に登りましょう。山頂からは360度の大展望です。※アイゼン必携(チェーン可)

コース 牧の戸峠登山口…星生山(往復)

参加費 6,500円

出発時間 7:00 帰着時間 18:30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

7,000円

- 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。

## 2/25 (土) 火口湖を眺めて歩く白鳥山

宮崎県/しらとりやま/1363m リーダー 西沢裕子



初心者の方も楽しめる冬登山コースです。目の前には真っ白な韓国岳が見えるかもしれません。※アイゼン必携(チェーン可)

コース えびの高原登山口…白鳥山(往復)

参加費 7,000円

出発時間 7:30 帰着時間 17:30頃 歩行時間 約2.5時間

経由地 [浜線バイパス]嘉島ヒライ前7:55/宮原SA8:25

7,500円

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

## 2/27 (月) しま山100選 天草下島 天竺とハマジンチョウ

熊本県/てんじく/538m リーダー 河村文雄 同行 阿南苗美



天草下島の最高峰で、西には天草灘、北には千々岩灘、東には天草五橋を望めます。天気が良い日には、阿蘇の噴煙も見えます。帰りに県指定天然記念物のハマジンチョウを見に行きましょう。

全国旅行支援  
当日限定熊本県で使える  
2,000円  
クーポン付

コース 上天草さんばー(お買い物)ー登山口…天竺…登山口ーハマジンチョウ群落ー上天草さんばー

参加費 6,500円

出発時間 7:30 帰着時間 18:00頃 歩行時間 約2時間

経由地 熊本駅新幹線口7:45/アクアドーム8:05/宇土マリナー8:35



## Sherpa Family Club 自然を愛する会

会員期間 | 4月～翌年3月の年度更新制

入会費 1,000円 年会費 3,000円

シェルパファミリークラブ“自然を愛する会”はシェルパに集う山が好きな方でできたクラブです。一緒に登山を楽しみましょう。シェルパでのお買物もお得です。

### 会員特典

特典1

会報誌「連山」を毎月お届け



特典2

会員様限定の山行きの参加できる

特典3

山行きの会員価格でお得

特典4

山行きの割引回数券が購入できる  
マウンテンシート 30,000円 (1枚3,000円×12枚綴り) ※3月と8月の年2回販売

特典5

シェルパでのお買物がいつでも10%OFF  
モンベルルームや書籍等の一部商品除く

特典6

割引券 3,000円分プレゼント