

登山専門店シェルパ・自然を愛する会

山行きの誘い

2023年3月号

山行きご一緒しませんか。



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！

3/1
(水)

フクジュソウ咲く 岩宇土山



熊本県/いわうどやま/1347m

リーダー 西沢裕子

フクジュソウを見に行きませんか？熊本でも指折りの群生地です。※アイゼン必携(チェーン可)

コース 岩宇土山登山口…久連子岳…岩宇土山…
オコバ谷…オコバ谷登山口

参加費
6,900円

出発時間 6:30 帰着時間 19:00頃 歩行時間 約5時間

経由地 [浜線バイパス]嘉島ヒライ前6:55/佐保の湯7:20

7,400円

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

3/4
(土)

九州オルレ
宗像・大島コース

福岡県

リーダー 阿南誠志



スタート後すぐに御嶽山に登り、風車展望所や沖ノ島遙拝所などを経て周回するコースです。
11.4km

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 大島港フェリーターミナル…御嶽山山頂…風車展望所遊歩 道接続
点…沖ノ島遙拝…大島小学校・中学校…大島港フェリーターミナル

参加費
7,000円

出発時間 6:00 帰着時間 19:30頃 歩行時間 約5時間

経由地 [熊本IC]玉名PA6:50

3/5
(日)

九州百名山 可愛岳

宮崎県/えのだけ/728m

リーダー 河村文雄



延岡平野・日向灘の大崩山系の山々の展望と鉾岩をはじめ色々な岩を楽しめる山です。南尾根コースから登ります。
※前月号で経由地に誤りがございました。お詫びして訂正いたします。

コース 登山口…ザレの頭…千丈硯…鉾岩…可愛
岳…烏帽子岳…登山口

参加費
7,000円

出発時間 6:30 帰着時間 19:30頃 歩行時間 約4.5時間

経由地 [浜線バイパス]嘉島ヒライ前6:55

7,500円

3/2
(木)



太郎丸嶽～白嶽



熊本県/じろうまるだけ/397.1m

リーダー 古澤豊

上天草の代表的な山の周回登山です。低山ですが歩きがいがあります。

コース 今水登山口…太郎丸嶽…次郎丸嶽…小島
越…鋸岳…白嶽…路岳…今泉登山口

参加費
6,500円

出発時間 6:00 帰着時間 19:00頃 歩行時間 約5.5時間

経由地 熊本駅新幹線口6:15/アクアドーム6:35/宇土マリーナ7:05

7,000円

3/4
(土)



託麻三山



熊本県/おやまやま/189.6m

リーダー 阿南志武喜

託麻三山は旧石器時代の人々の活動の痕跡が見つかっており、数多くの史跡も残されている山です。是非一緒に歩きましょう。

コース 運動公園B駐車場…神園山…戸島山…小
山山…運動公園B駐車場

参加費
1,500円

集合時間 8:00 解散時間 13:00頃 歩行時間 約4時間

集合場所 運動公園B駐車場

2,500円

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

3/6
(月)

天草 倉岳

熊本県/くらたけ/682m

リーダー 坂口達哉



天草上島の南東部、八代海に面し、天草諸島の最高峰です。山頂には漁民と航海の安全を祈願して祀られた倉岳神社があります。海拔0mからしっかり、ゆっくり天草の山を楽しみましょう。バスは山頂下まで迎えにきてもらいます。

コース 海拔0m登山…倉岳…駐車場…上天草さ
んばー(お買い物)

参加費
6,000円

出発時間 7:30 帰着時間 18:00頃 歩行時間 約4時間

経由地 熊本駅新幹線口7:45/アクアドーム8:05/宇土マリーナ8:35

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

…徒歩 —バス =電車 ~船

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

3/9
(木)

九州
百名山

九州
百名山

宇城の里山
日岳・観音山

体力2 技術1

お弁当
付き

熊本県/ひだけ/243m

リーダー 河村文雄/同行阿南苗美

里地を多く歩きますが、標高差200mの山歩きもあります。地域のありのままの風景や地元の方との触れ合いを楽しみながら歩いてみませんか。

コース 観音寺…お宮…観音山…総合運動公園一日岳妙見宮…日岳…展望所…登山口…守山八幡宮…三宝寺

出発時間 8:00 帰着時間 17:00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8:25/道の駅うき 宇城彩館8:50

参加費 6,000円

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

3/10
(金)

九州
百名山

九州
百名山

九重6峰

体力3.5 技術1

大分県/なただけ/1781m

リーダー 山本康介

くじゅう連山の6峰周回登山です。春の空の下で九重連山を満喫しましょう。※アイゼン(チェーン可)、ヘッドライト必携
※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 牧ノ戸峠登山口…沓掛山…星生山…天狗ヶ城…中岳…稲星山…久住山…久住分れ…牧ノ戸峠登山口

出発時間 6:00 帰着時間 19:30頃 歩行時間 約6時間

経由地 菊陽山本釣具前6:20/大津ヒライ前6:40

参加費 6,500円

7,000円

3/11
(土)

九州
百名山

九州
百名山

祖母山

体力3 技術1

大分県/そぼさん/1756.4m

リーダー 阿南大吉

日本百名山の著者である深田久弥氏が愛した祖母山に北谷登山口から登りましょう。※アイゼン必携(チェーン可)
※北谷登山口が通行不可の場合は一の鳥居から登ります。

コース 北谷登山口…国観峠…祖母山(往復)

出発時間 6:30 帰着時間 19:30頃 歩行時間 約6時間

経由地 菊陽山本釣具前6:50/大津ヒライ前7:10

参加費 6,500円

7,000円

3/12
(日)

九州
百名山

九州
百名山

多良岳

体力3 技術1

長崎県/ただけ/996m

リーダー 阿南大吉

自然林と眺めの良い多良岳をのぼりましょう。マンサクが見られると思います。

コース 黒木登山口…八丁谷…西野越…金泉寺…多良岳…金泉寺登山口

出発時間 6:00 帰着時間 19:00頃 歩行時間 約4時間

経由地 [熊本IC]玉名PA6:50

参加費 7,000円

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。

3/15
(水)

熊本県

カメラ

フォトスポット巡り

ランチ
付き

体力1 技術1

熊本県

リーダー 戸畠重紀子

水俣には桜の名所が数多くあります。桜と水俣のフォトスポットを巡りたいと思います。

コース 水俣の桜散策

出発時間 7:30 帰着時間 16:30頃 歩行時間 約1時間

経由地 浜線(バイパス)嘉島ヒライ前7:55/宮原SA8:25

参加費 6,000円

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

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

3/16
(木)

九州
百名山

九州
百名山

新茶の季節! 広大な茶畑歩く九州オルレ 八女コース

体力2 技術1

福岡県

リーダー 阿南誠志

八女大茶園を歩くコースです。壮大な茶畑、景色も最高です。11.0km

コース 山の井公園…童男山古墳…八女中央大茶園…江崎食品…岩戸山古墳

出発時間 7:30 帰着時間 18:00頃 歩行時間 約4時間

経由地 [熊本IC]玉名PA8:20

参加費 6,500円

全国旅行支援
当日限定福岡県で使える
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。

3/17
(金)

くじゅう
佐渡窪のマンサク & 立中山

お弁当
付き

体力3 技術1

大分県/たっちゅうさん/1464m

リーダー 坂本史子

春を告げる花「マンサク」を訪ねて、くじゅうの佐渡窪を歩きます。山頂には登りませんが、ゆったりと花を觀賞しにいきましょう。

コース 一番水登山口…佐渡窪…立中山…一番水登山口

出発時間 7:30 帰着時間 18:00頃 歩行時間 約4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 6,000円

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

3/17
(金)

九州
百名山

九州
百名山

元越山

体力2.5 技術1

大分県/もとごえさん/581m

リーダー 山田 烈

九州百名山の元越山。山頂からの眺めは、遠く四国の山々、豊後水道・鶴御崎、傾山・祖母山・阿蘇・くじゅう・由布まで360度の眺望を楽しめます。「展望の良い山全国選抜12(山と溪谷社刊)」にも選ばれています。

コース 登山口…元越山(往復)

出発時間 シェルパ6:00 益城総合体育館6:30

帰着時間 19:00頃 歩行時間 約4時間

参加費 7,000円

7,500円

●参加費はおつりがでないよう、ご用意いただけると助かります。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。
- シェルパ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 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%



山と溪谷社が選定した九州名山100選



自然を愛する会が選定した九州名山100選

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

3/18
(土)

**美里フットパス
畝野よんなっせコース**

お弁当
付き

体力2 技術1

熊本県

リーダー 講師 井澤り子/阿南苗美

京丈山、雁俣山、洞ヶ岳の山々を眺めながら、田んぼや畑の細道をたどります。

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 畝野よんなっせコース
※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 16:00頃 歩行時間 約3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。

3/18
(土)

福岡合同

高良山～明星山

お弁当
付き

体力2.5 技術1

福岡県/みょうじょうさん/362m

リーダー 阿南大吉

高良大社を祀り、久留米市内が見下ろせる耳納連山の最西端に位置する高良山と、地元の有志によって登山道が整備されている明星山の里山2座を歩きます。

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 二の鳥居登山口…竹林…高良大社…高良山…県道出合…明星山…青峰バス停

参加費 **6,500円**

出発時間 7:00 帰着時間 18:30頃 歩行時間 約4.5時間
経由地 [熊本IC]玉名PA7:30/JR久留米駅9:00

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

3/20
(月)

九州百名山

角山・五太郎山

お弁当
付き

体力2 技術1

熊本県/かどやま/525.9m

リーダー 河村文雄/同行阿南苗美

天草下島にある角山。徳川幕府の官山の歴史をもつ自然豊かな照葉樹林をめぐるコースです。展望もいんですよ。

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…角山…五太郎山(縦走)ー上天草さんばー(お買い物)

参加費 **6,000円**

出発時間 7:30 帰着時間 17:00頃 歩行時間 約1.5時間
経由地 熊本駅新幹線口7:45/アクアドーム8:05/宇土マリーナ8:35

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

3/23
(木)

**風景街道
長崎サンセットロード**

ランチ
付き

体力2 技術1

長崎県

リーダー 阿南誠志

長崎市内を見学します。軍艦島を見に行きましょう。※軍艦島・出島など船や入場料は実費負担をお願いします。※軍艦島への船が出ない場合があります。

全国旅行支援
当日限定長崎県で使える
2,000円
クーポン付

コース 長崎市内、軍艦島

参加費 **7,500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 [熊本IC]玉名PA7:50/広川ISA(上り)8:15

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

3/26
(日)

九州百名山

宝満山

お弁当
付き

体力2.5 技術1

福岡県/ほうまんざん/829m

リーダー 阿南苗美

王道の正面コースを登ります。階段上りはつらいぶん達成感がありますよ

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 竈門神社…宝満山…正面道…竈門神社

参加費 **6,000円**

出発時間 7:30 帰着時間 18:00頃 歩行時間 約4.5時間
経由地 [熊本IC]玉名PA8:20

3/26
(日)

**九州脊梁3大急登
激坂の枳形山から八原岳**

体力4 技術1.5

熊本県/やつばるだけ/1149m

リーダー 河村文雄

激坂の山を麓から見上げて登ります。悲鳴をあげたくなるような急坂が連続しますが、鞍部もあり山頂までの行程はそれほど長くはありません。近くの八原岳もピークハントし時間があれば岩戸に立ち寄ります。※体力4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 道の駅五木…枳形山登山口…枳形山…八原岳…枳形山…岩戸(洞窟)…枳形山登山口…道の駅五木

参加費 **6,900円**

出発時間 6:30 帰着時間 19:00頃 歩行時間 約6.5時間
経由地 [浜線バイパス]嘉島ヒライ前6:55/道の駅くさき字城彩館7:20/道の駅竜北7:40

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。

Welcome!

3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
3月8日(水) 3月22日(水)
Bコース 第2 第4 金曜日
3月10日(金) 3月24日(金)

●時間両コースともに 15:00～



- 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。

3/26
(日)

現地集合

日向神峡クライミング



福岡県

リーダー 山本康介

北部九州では一番大きなクライミングエリアです。初心者向けのルートも揃っています。※クライミングシューズ・ハーネス・ヘルメット・チョークバックが必要です。

コース	奥日向神キャンプ場…岩場…奥日向神キャンプ場	参加費	12,000円
集合時間	9:00	解散時間	16:00頃
集合場所	奥日向神キャンプ場		14,000円

3/27
(月)

現地集合

金井さんと登る
基山と史跡巡り



福岡・佐賀県/きざん/404.5m

リーダー 金井憲昭

きれいに整備された登山道と里地を無理のないコースでゆったり登ります。また、古代の山城の史跡が残る山頂からの展望も素晴らしいです。

コース	登山口…基山…史跡巡り…登山口	参加費	1,000円
集合時間	9:00	歩行時間	約 1.5時間
集合場所	登山口		2,000円

3/29
(水)

福岡合同

福智山～尺岳縦走

九州百名山

九州百名山



福岡県/ふくちやま/900m

リーダー 山田 烈

直方の名峰・福智山と尺岳の縦走路は変化に富んで楽しいですよ。
※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了。

コース	上野峡登山口…上野越…鷹取山…上野越…福智山…山瀬越…尺岳…竜王峡登山口	参加費	8,000円
出発時間	6:00	帰着時間	19:30頃
経由地	[熊本IC]玉名PA6:50/基山PA(上)7:30/古賀SA8:10		8,500円

3/31
(金)

九州百名山

九州百名山

お花見登山 市房山



宮崎・熊本県/いちふさやま/1721m

リーダー 岩永いずみ

今年は市房ダムの桜のアーチに出合えるでしょうか。キャンプ場より市房神社に詣でて、「お嶽さん」に参りましょう。時間があれば川沿いを散策します。※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了。

コース	市房山キャンプ場…市房山(往復)	参加費	7,000円
出発時間	6:00	帰着時間	18:30頃
経由地	[浜線バイパス]嘉島ヒライ前6:25/宮原SA6:55		7,500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。

身分証明とワクチン3回接種が陰性証明が必要です。

3/27
(月)

誕生日登山

竜峰山

お弁当付き

九州百名山

九州百名山



熊本県/りゅうほうざん/517m

リーダー 阿南志武喜

氷川町の低山を縦走します。標高は低ですが、展望がよく、八代平野から海まで見渡せます。石灰岩まじりの道は変化に富んでおり楽しいですよ。3月の誕生日をみなさんでお祝いしましょう。

コース	中腹広場…竜峰山…登山口	参加費	4,500円
出発時間	7:30	帰着時間	13:00頃
経由地	[浜線バイパス]嘉島ヒライ前7:55/道の駅う字城彩館8:20/道の駅竜北8:40		

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

3/28
(火)

九州百名山

九州百名山

マンサク咲く
大浪池と韓国岳



宮崎県/からくにだけ/1700m

リーダー 西沢裕子

大浪池のマンサクは見応え十分で韓国岳を借景にした素晴らしいコースです。

コース	大浪池登山口…休憩所…分岐…韓国岳…分岐…休憩所…えびの高原登山	参加費	7,500円
出発時間	6:00	帰着時間	18:00頃
経由地	[浜線バイパス]嘉島ヒライ前6:25/宮原SA6:55		8,000円

3/30
(木)

鹿鳴越連山



大分県/ななついしやま/623.3m

リーダー 古澤 豊

2022年度の日本山岳遺産に認定されました。大分の鹿鳴越連山、六山を縦走します。別府湾を眺めながらの快適コースです。※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了。

コース	山田湧水…経塚山…七つ石山…板川山…古城山…百合野山…城山	参加費	8,000円
出発時間	6:00	帰着時間	19:30頃
経由地	[熊本IC]玉名PA6:50		8,500円

※前月号から経由地を変更しております。

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



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 ※初回のみ
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
の山行きに
参加できる

特典3

山行きが
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
10%OFF

モンパルムや書籍等の
一部商品除く

特典6

割引券
3,000円分
プレゼント