



8/1
(土)

稲積山

大分県/いなづみやま/585m

ご案内 山之内湊陽

豊後大野市にある標高585mの山です。阿蘇溶岩の柱状節理が見られます。

参加費

余員 6,300 円 一般 7,800 円

体力

2.5

技術

1.5

歩行時間

約 3 時間

コース

登山口…稲積山…登山口

出発

シェルパ熊本本店 7:00/菊陽山本釣具前 7:15/大津ヒライ前 7:35

最終帰着

シェルパ熊本本店 17:00 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/2
(日)

【8名限定】扇山

宮崎県/おうぎやま/1663m

ご案内 スタッフ

以前の松木登山口までは車が入れないので、入れるところまで車で上がって林道を歩き登山口まで登って取付きます。あまり行く事がないのでこの機会にいかがでしょうか

参加費

余員 8,800 円 一般 9,800 円

体力

3

技術

1.5

歩行時間

約 6 時間

コース

林道空き地…松木登山口…扇山山小屋…扇山…松木登山口…登山口

出発

シェルパ熊本本店 5:30/嘉島ヒライ前 5:50
道の駅 清和文楽邑 6:30

最終帰着

シェルパ熊本本店 18:00 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/5
(水)

赤川から登る久住山

大分県/くじゅうさん/1787m

ご案内 平川雅敏

標高1,050mにある赤川登山口から山頂を目指します。歩行距離2.4km(片道)、標高差737m、歩行時間5時間です。暑さに負けずに登り切りましょう。

参加費

余員 6,800 円 一般 8,700 円

体力

3

技術

1

歩行時間

約 5 時間

コース

赤川登山口…久住山(往復)

出発

シェルパ熊本本店 6:00/菊陽山本釣具前 6:15/大津ヒライ前 6:35

最終帰着

シェルパ熊本本店 18:00 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/6
(木)

福智山と七重の滝納涼コース

福岡県/ふくちやま/901m

ご案内 安田考希

福智山の「七重の滝」コースを経て山頂に向かいます。滝のそばを抜けて登りますので涼しいコースです。

参加費

余員 7,300 円 一般 9,200 円

体力

3

技術

1

歩行時間

約 6 時間

コース

鱒淵ダム登山口…分岐…七重の滝…豊前越…烏落とし…荒宿荘…福智山…上野越…上野岐登山口

出発

シェルパ熊本本店 6:00/玉名PA6:40/広川SA7:10/古賀SA7:40

最終帰着

シェルパ熊本本店 18:00 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/8・9
(土・日)

坊ガツルで
テント泊& 三俣山・大船山

大分県/たいせんざん/1786.3m

ご案内 平川雅敏

【最少催行4名】暑い夏でも標高が高い坊ガツルでは快適にテント泊ができます。みんなで楽しめる夕食も作ります。※夕食付(朝食・昼食は各自)※テント装備がない方は、法華院温泉山荘泊も可(宿泊代各自)

参加費

事前入金 余員 22,000 円 一般 25,000 円

体力

3

技術

1

歩行時間

約 3 時間 約 6 時間

コース

1日目 長者原…すがもり越…三俣山(西峰・本峰)…坊ガツル(テント泊)
2日目 (希望者のみ)朝駆け…坊ガツル…段原…大船山(往復)…坊ガツル…雨ヶ池越…長者原

出発

シェルパ熊本本店 6:30/菊陽山本釣具前 6:45/大津ヒライ前 7:05

最終帰着

シェルパ熊本本店 18:00 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/8
(土)

鉾岳

宮崎県/ほこだけ/1277m

ご案内 山之内湊陽

暑い夏に、沢に飛び込んで冷却するのも楽しいですよ。雌鉾の山頂は大岩峰の上にあり高度感も最高です。

参加費

余員 7,900 円 一般 9,800 円

体力

3

技術

2

歩行時間

約 6 時間

コース

鹿川キャンプ場…徒渉点…雌鉾…バックン岩…鹿川キャンプ場

出発

シェルパ熊本本店 5:30/嘉島ヒライ 5:50/清和文楽邑 6:30
道の駅 高千穂 7:00

最終帰着

シェルパ熊本本店 18:30 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/8
(土)

現地集合 沢登り 鉾岳谷

宮崎県/ほこだけ

ご案内 山本康介

【最少催行3名、最大5名】巨石、ナメ滝、エメラルドグリーンの滝壺、鹿川渓谷の美しい自然を楽しみましょう。沢登りがきっと好きになる！花崗岩の美渓です。※クライミングと溪流歩きの保険にご加入ください。

参加費

余員 19,000 円 一般 22,000 円

体力

2

技術

3

歩行時間

約 6 時間

コース

鹿川キャンプ場…鉾岳谷…登山道…鉾岳谷

装備

ハーネス・カラビナ・ヘルメット・沢靴 ※詳しくはスタッフまでお尋ね下さい。

集合

鹿川キャンプ場 8:00

解散

鹿川キャンプ場 15:00 予定

8/9
(日)

しま山 鎮山

福岡県/ちんやま/187m

ご案内 阿南志武喜

しま山百選に選ばれた鎮山は糸島から船で渡ります。

参加費

余員 7,500 円 一般 8,200 円

体力

2

技術

1

歩行時間

約 1 時間

コース

岐志港～姫島港…鎮山…姫島港～岐志港

出発

シェルパ熊本本店 9:00/玉名PA9:40/広川SA10:10/基山PA10:20

最終帰着

シェルパ熊本本店 17:00 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/9
(日)

冠ヶ岳から俵山縦走



熊本県/かんむりがたけ/1154m

ご案内 津川紗貴子

地蔵峠より冠ヶ岳に登り、そこから俵山へ。下山は萌の里に。熊本市内と阿蘇の雄大な景色を眺めながらの縦走です。アップダウンも多く、夏の訓練登山に最適なコースです。

参加費 会員 7,000 円 一般 8,600 円

承認制	体力 3.5	技術 2	歩行時間 約 7.5 時間
-----	--------	------	---------------

コース 地蔵峠…冠ヶ岳…俵山…萌の里

出発 シェルパ熊本本店 6:00/萌の里 6:50

最終帰着 シェルパ熊本本店 18:00 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/12
(水)ふるさとハイク
前岳

熊本県/まえだけ/291m

ご案内 阿南志武喜

小袋山にある1座です。主要ルートからは離れているためあまり登られていないと思います。下山後は出来たばかりの道の駅荒尾にも行こうと思います。

参加費 会員 4,600 円 一般 5,600 円

体力 1.5	技術 1	歩行時間 約 1 時間
--------	------	-------------

コース 前岳登山口…前岳(往復)

出発 シェルパ熊本本店 9:00

最終帰着 シェルパ熊本本店 15:00 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/13
(木)

古祖母山～障子岳～親父山



宮崎県/しょうじたけ/1709m

ご案内 安田考希

祖母傾山系の縦走路の真ん中。尾平トンネルより歩きます。正面に祖母山を眺めながらの縦走路は気持ち良いです。

参加費 会員 7,800 円 一般 10,000 円

体力 3	技術 2	歩行時間 約 7 時間
------	------	-------------

コース 尾平トンネル登山口…古祖母山…障子岳…親父山…四季見登山口

出発 シェルパ熊本本店 6:00/益城総合体育館 6:30

最終帰着 シェルパ熊本本店 19:00 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/15
(土)

ご来光登山 阿蘇杵島岳

熊本県/きしまだけ/1326m

ご案内 阿南志武喜

最近では映えスポットとしても注目を集めている阿蘇五岳のひとつ杵島岳からご来光を拝みましょう。夏の暑い時は早朝登山に限ります！

参加費 会員 5,000 円 一般 5,500 円

体力 2	技術 1	歩行時間 約 2.5 時間
------	------	---------------

コース 草千里駐車場…杵島岳…周回…草千里駐車場

出発 シェルパ熊本本店 AM3:00
/菊陽山本釣具前 AM3:15/大津ヒライ前 AM3:30

最終帰着 シェルパ熊本本店 AM9:00 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/11
(火祝)

九州本土最高峰 中岳



大分県/なかだけ/1791m

ご案内 西沢裕子

山の日九州本土最高峰くじゅう連山中岳へ登りましょう。牧の戸峠からの往復登山です。夏の暑さも心地よくくじゅう連山満喫です。

参加費 会員 6,700 円 一般 8,400 円

体力 3	技術 1	歩行時間 約 5.5 時間
------	------	---------------

コース 牧の戸峠登山口…沓掛山…避難小屋…久住分かれ…中岳(往復)

出発 シェルパ熊本本店 6:30/菊陽山本釣具前 6:45/大津ヒライ前 7:05

最終帰着 シェルパ熊本本店 18:00 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/12
(水)フォトスポット写ん歩旅
国見ヶ丘と高千穂あまてらす鉄道とランチ

宮崎県/くにみがおか

ご案内 平川雅敏

高千穂町が見下ろせる展望所の景観を楽しんだ後は、あまてらす鉄道に乗って神秘の高千穂を満喫しましょう。

参加費 会員 9,500 円 一般 10,500 円

体力 1	技術 1	歩行時間 約 1 時間
------	------	-------------

コース 駐車場…国見ヶ丘…展望所…駐車場＝高千穂あまてらす鉄道＝ランチ＝お買い物

出発 熊本駅新幹線口 7:10/シェルパ熊本本店 7:30
/嘉島ヒライ前 7:50/道の駅 清和文楽邑 8:30

最終帰着 シェルパ熊本本店 17:00 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/14
(金)

高岩山

長崎県/たかいわさん/881m

ご案内 山田烈

雲仙温泉街の南西に位置し、溶岩の巨石が盛り上がった特異な山容から「ロッキーヒル」とも呼ばれ、信仰の山としても親しまれてます。山頂付近は巨岩が点在し、有明海や島原半島を見渡せます。

参加費 会員 9,500 円 一般 11,300 円

体力 2	技術 1	歩行時間 約 3 時間
------	------	-------------

コース 高岩山登り口…高岩山…高岩山登り口

出発 シェルパ熊本本店 7:00/熊本駅新幹線口 7:10
/アquadーム 7:25/熊本新港 7:40

最終帰着 シェルパ熊本本店 17:30 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

スペシャルプライス！シェルパ山の日

8/16
(日)

学べる登山 天空カフェde 萩岳



熊本県/おぎだけ/843m

ご案内 阿南志武喜

テーマ 熱中症対策

視界を遮るものが一切ない360度の大展望が広がります。目の前には阿蘇五岳、北にはくじゅう連山、南に祖母・傾連山と、九州を代表する名峰たちにごるりと囲まれる贅沢すぎる景色が待っています。
※受付はレゼルバではありません。QRコードからお申込みください。

事前入金

参加費 5,000 円

●マウンテンシートと優待券は使えません。
●納山会の参加回数に含みません。

体力 2	技術 1	歩行時間 約 3 時間
------	------	-------------

コース 萩岳登山口(阿蘇市ウオーキングセンター)…西側展望所…萩岳山頂…登山口

出発 シェルパ熊本本店 7:30/菊陽山本釣具前 7:45/大津ヒライ前 8:05

最終帰着 シェルパ熊本本店 14:30 予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用



8/16
(日)

平家山～国見岳

九州百名山

熊本県/くにみだけ/1739m

ご案内 山田烈

九州脊梁最高峰の国見岳にチャレンジしませんか。タフなコースです。

参加費

余員 9,000 円

一般 9,900 円

体力 4.5

技術 1.5

歩行時間 9 時間

コース 平家山登山口…平家山…後平家山…国見岳(往復)

出発 シェルパ熊本本店5:30/嘉島ヒライ前5:50/佐俣の湯6:15

最終帰着 シェルパ熊本本店19:00予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/16
(日)

【初心者沢歩き】
球磨川支流平谷川右俣

熊本県/ひらたにがわ

ご案内 山本康介

【最少催行5名、最大8名】沢歩きで夏の暑さを吹き飛ばしましょう。深緑の谷を歩くと清流のナメ滝が広がります。冷たい水を足元に感じながら川床を踏みしめましょう。初心者大歓迎です。

参加費

余員 17,000 円

一般 20,000 円

体力 2

技術 3

歩行時間 5.5 時間

コース 林道…平谷ダム出水口…平谷右俣…平谷ダム出水口…林道
※クライミングと溪流歩きの保険にご加入ください。

装備 ハーネス・カラビナ・ヘルメット・沢靴 ※詳しくはスタッフまでお尋ね下さい。

出発 シェルパ熊本本店6:00/嘉島ヒライ前6:20/道の駅 通潤橋6:50

最終帰着 シェルパ熊本本店18:00予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/19
(水)

立石山と遊覧船

100

福岡県/たていしやま/209.5m

ご案内 平川雅敏

福岡は糸島半島にある低山の岩山に登りましょう。登山コースは、海岸線の景観が美しく玄界灘や芥屋大門など素晴らしい展望が開けていきます。下山後は、遊覧船に乗って芥屋大門を見に行きましょう。※乗船料込

参加費

余員 9,400 円

一般 11,400 円

体力 2

技術 1

歩行時間 2.5 時間

コース 立石山登山口(海側)…立石山…立石山登山口(南側)…立石山登山口(海側)=芥屋漁港～遊覧船～芥屋漁港

出発 熊本駅新幹線口7:10/シェルパ熊本本店7:30 /玉名PA8:10/広川SA8:40/基山PA8:50

最終帰着 シェルパ熊本本店17:00予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/20
(木)

一ノ峯・二ノ峯

100

熊本県/いちのみね/859m

ご案内 安田希希

麓はまだまだ暑いですが、山は秋の訪れを感じさせる花が咲きだすところです。

参加費

余員 5,300 円

一般 6,000 円

体力 2

技術 1

歩行時間 3 時間

コース 登山口…一ノ峯…二ノ峯…登山口(周回)

出発 シェルパ熊本本店8:30/萌の里9:20

最終帰着 シェルパ熊本本店16:00予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/21
(金)

雁俣山～京丈山縦走

九州百名山 100

熊本県/きょうのじょうやま/1472m

ご案内 津川紗貴子

九州脊梁の入口。雁俣山から京丈山への縦走。標高1000m越えの二本杉峠より眺望の良い縦走路を歩きます。苔むすの樹林帯の神秘的な縦走路を楽しめます。

参加費

余員 6,700 円

一般 8,600 円

体力 3

技術 2

歩行時間 6 時間

コース 二本杉峠…雁俣山…京丈山…ハチケン谷登山口

出発 シェルパ熊本本店6:00/嘉島ヒライ前6:20/佐俣の湯6:45

最終帰着 シェルパ熊本本店18:00予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/22
(土)

Let's enjoy mountain climbing
酒吞童子山

大分県/しゅてんどうじやま/1181m

ご案内 阿南大吉/高瀬哲郎

大分の上津江村と中津江村の境界付近にある山で、登山道は良く整備されていて歩きやすい山です。ラストに鎖場がありますが苦手な方は下で待機しましょう。※受付はレゼルバではありません。QRコードからお申込みください。

参加費

余員 5,500 円

一般 5,500 円

体力 2

技術 1

歩行時間 2 時間

コース 登山口…酒吞童子山…登山口

出発 熊本駅新幹線口7:30/シェルパ熊本本店8:00 /きくち観光物産館8:50

帰着 シェルパ熊本本店16:00/熊本駅新幹線口16:30

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

旭志のメンチカツ5個お土産付



▼お申込

0.F.F. in 益城

～日常をOFFに、自然をONに～

8月23日1日限定イベント

田中陽希さんと一緒に歩く特別プラン
飯田山プレミアムトレッキング&
8月23日田中陽希さんトークショー付きプラン

田中陽希さんと一緒に山を歩き、下山後はトークショーも丸ごと1日楽しめる贅沢な限定コースです!

【トークショーのお席】トークショーのお席は、お申込順にお座りいただきます。
【持ち物】速乾性の動きやすい服(綿素材不可)・登山靴・リュックサック・雨具・飲み物(1L以上)・お弁当・行動食・帽子

日時 8月23日(日) 7:30～14:00
(受付 7:00～7:30)

場所 益城町総合体育館

定員 80名 参加費 3,000円(事前入金)

特典 田中陽希さんプレミアムトークショー
入場権/冷感おもてなし

❗ 熱中症対策を十分に行ってください。(十分な水分、帽子等の日よけをご持参ください。事前の体調管理をしっかり行ってください。)

保険の重要なお知らせ

日帰りツアーの「レクリエーション保険」の終了と 各自保険ご加入のお願い

これまで、日帰りツアーの特典サービスとして「レクリエーション保険」を適用しておりましたが、保険会社より「9月以降の契約引き受けが困難」との通知を受けました。

そのため、誠に勝手ながら2026年8月末をもちまして、レクリエーション保険サービスを終了させていただきますこととなりました。

万一の事故やケガに備え、大変恐れ入りますが、**各自で「山岳保険」や「国内旅行傷害保険」などの保険にご加入の上、ご参加いただきますようお願い申し上げます。**

※保険によっては、アイゼンを使用するツアーや登攀でロープなどを使用するツアーが、補償対象外になっている場合がありますので、ご加入の保険の内容をご確認ください。

8/29 高塚山 (土)

熊本県/たかつかやま/1508m

ご案内 津川紗貴子

九州脊梁の高塚山へ。静けさと心地よさが魅力のコースです。

参加費 会員 6,300円 一般 8,800円

体力 2.5 技術 1.5 歩行時間 約3時間

コース 高塚山登山口…高塚山…高塚山登山口

出発 シェルパ熊本本店6:30/嘉島ヒライ前6:50
/道の駅うき 宇城彩館7:10/道の駅電北7:30

最終帰着 シェルパ熊本本店18:30予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

8/26 南北縦断 立中山 (水)

大分県/たつちゆうさん/1464m

ご案内 西沢裕子

くじゅう連山の中央ラインを北から南に向けて歩きます。全体的にはなだらかで周りに広がるくじゅう連山の迫力を感じながら歩きます。

参加費 会員 6,500円 一般 8,300円

体力 3 技術 1 歩行時間 約5.5時間

コース 吉部登山口…坊ガツル…鉾立峠…立中山(往復)…一番水登山口

出発 シェルパ熊本本店6:00/菊陽山本釣具前6:15/大津ヒライ前6:35

最終帰着 シェルパ熊本本店18:00予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

9/2 映えスポット パックン岩 (水)

宮崎県

ご案内 山之内滉陽

Googlemapにもスポットとして載っている鉾岳の山腹にある「パックン岩」。

参加費 会員 7,200円 一般 8,600円

体力 3 技術 2 歩行時間 約4時間

コース 鹿川キャンプ場…パックン岩…鹿川キャンプ場
※雨天中止 鉾岳には登りません

出発 シェルパ熊本本店6:00/
菊陽山本釣具前6:15/大津ヒライ前6:35

最終帰着 シェルパ熊本本店17:00予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用



9/3 御前岳・釈迦岳縦走 (木)

福岡県/しゃかだけ/1230m

ご案内 津川紗貴子

九州百名山で福岡県最高峰です。標高1,000m越えの樹林帯の中を歩きます。比較的歩きやすいコースです。

参加費 会員 7,200円 一般 8,900円

体力 2.5 技術 1 歩行時間 約4.5時間

コース 御前岳登山口…御前岳(権現岳)…釈迦岳(本釈迦)…釈迦岳(普賢岳)…矢部越登山口

出発 シェルパ熊本本店7:00/玉名PA7:40

最終帰着 シェルパ熊本本店17:00予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

9/4 秋の花咲く 冠ヶ岳 (金)

熊本県/かんむりがたけ/1154m

ご案内 平川雅敏

残暑そつちのけで樹林帯をゆっくり歩きましょう。冠ヶ岳つて、俵山より少し高いんですよ！！

参加費 会員 7,200円 一般 8,600円

体力 2 技術 1 歩行時間 約4時間

コース 地蔵峠登山口…冠ヶ岳山頂(往復)

出発 シェルパ熊本本店7:00/萌の里8:00

最終帰着 シェルパ熊本本店17:30予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用



9/5 大障子岩 (土)

大分県/おしょうじいわ/1451m

ご案内 山之内滉陽

九州百名山で登りがいいのある好ルート。稜線に上がってからの傾山など眺めが素晴らしいです。

参加費 会員 8,300円 一般 9,700円

承認制 体力 4 技術 2 歩行時間 約6.5時間

コース 八丁越登山口…八丁越…大障子岩(往復)

出発 シェルパ熊本本店6:00/菊陽山本釣具前6:15/大津ヒライ前6:35

最終帰着 シェルパ熊本本店19:00予定

■道路運送法上の許可等を必要としない自家用自動車を利用

9/5 Let's enjoy mountain climbing 大金峰 (土)

熊本県/おおがなみね/1396m

ご案内 阿南志武喜

標高1,358mの大金峰へ！木陰で緑豊かな登山道を歩きます。
※受付はレゼルパではありません。QRコードからお申込みください。

お土産付き！

参加費 事前入金 5,500円 ●マウンテンシートと優待券は使えません。
●納山会の参加回数に含みません。

体力 2 技術 1 歩行時間 約2時間

コース 大金峰登山口…大金峰…大金峰登山口

出発 熊本駅新幹線口7:00/シェルパ熊本本店7:30
/嘉島ヒライ前7:50/佐俣の湯8:15

帰着 佐俣の湯14:35/嘉島ヒライ前15:10
/シェルパ熊本本店15:30/熊本駅新幹線口16:00



①下山後に履き替えるための靴をお持ちください。下山後バスに乗る際は、靴を履き替えてご乗車ください。