

# 平成30年度「まつスポトレッキング」実施要項

○お申し込みは、出発10日前までにお願いします。集合場所及び乗車場所は原則松園中央公園とします。途中乗降をご希望の方はお申し込み時にご相談ください。

お申し込みはTEL&FAX:019-663-9280・E-mail:head@matsuspo.netでお願いします。

○ガイド：立花昌雄氏

○各行程の時間は目安です。登山口・下山口は変更になる場合があります。

○悪天候が予想される場合は日程変更もあります。そのときは、実施前日の夕方6時までに連絡します。※当日の問い合わせ先：090-4882-2343（板垣）

○交通費は参加者人数により増減する場合があります。

○入浴料は各自ご負担ください。

○持ち物・装備、服装

飲み物・昼食等・ザック・トレッキング靴（底のしっかりした靴。スパッツがあればベスト）・雨具（晴天でも持参）・手袋・帽子・コンパス・サングラス※服装は寒暖に対応でき、動きやすいもの

○注意事項

万全の健康管理で参加してください。当日の活動は、原則自己責任になりますのでご留意ください。万一事故が発生した場合は、主催者が保険に加入している範囲外の責任は負いかねます。

## 第1回「八方山」（花巻市）717m [山行8.5km]

花巻の西方にある山で、ブナ林が広がる自然豊かな山。山頂には「清水観世音堂之跡」と記された石標と祠がある。展望は北上方面の田園風景が望める。三つ葉オーレンやシヨウジョウバカマ、カタクリ、圧巻はイワウチワの花が見ごろかも。

1 期日 平成30年4月26日（木）

2 行程（原則雨天でも実施します）

・集合場所：松園中央公園 6:50

松園中央公園 7:00⇒長根崎山コース登山口 8:30⇒山頂⇒長根崎山コース登山口下山 13:30⇒入浴 14:00（新花巻温泉 柘榴園入浴代 600円）⇒松園中央公園着 16:30

3 参加費 会員 2,000円 一般 3,000円（保険代込） 交通費 1,500円前後

## 第2回「室根山」（一関市千厩町）895m [山行6km]

岩手県最南端、北上高地の南部の独立峰として知られています。標高は894.7m。山頂からは、太平洋を含む360°のパノラマが望める。

1 期日 平成30年5月17日（木）

2 行程（原則雨天でも実施します）

・集合場所：松園中央公園 6:20

松園中央公園 6:30⇒蟻塚公園 9:30⇒室根山⇒蟻塚公園 13:00⇒入浴（ホテル三嶋の湯・千厩入浴代 550円）⇒松園中央公園着 16:30

3 参加費 会員 2,000円 一般 3,000円（保険代込） 交通費 2,500円前後

### 第3回「久慈平岳」(洋野町) 706m[山行6km]

県最北の山で眺めがよく、登山口から頂上まで歩いて2時間ほどの絶好のトレッキングコース。山頂からの眺望は素晴らしく、前方に岩手山、八甲田連峰、後方に太平洋と360度のパノラマが広がる。特に初夏のツツジが期待できる。山頂近くには馬の守護神「お蒼前さま」を奉った久慈平神社があります。

- 1 期日 平成30年6月7日(木)
- 2 行程(原則雨天でも実施します)
  - ・集合場所:松園中央公園 6:20
  - 松園中央公園 6:30⇒あぐりパークおおさわ登山口 9:00→久慈平岳山頂→あぐりパークおおさわ登山口 13:30—入浴(あぐりパークおおさわ入浴代500円)⇒松園中央公園着 17:00
- 3 参加費 会員2,000円 一般3,000円(保険代込) 交通費 2,000円前後

### 第4回「遠島山」(久慈市) 1262m[山行7km]

第3回「久慈平岳」に続く北上山系で岩手県沿岸北部に位置している。海岸線まで約20km、山頂からは太平洋を間近に眺めることができる。見所は4合目付近のミズナラの森、そして7合目付近より上部に広がるブナの森。

- 1 期日 平成30年6月21日(木)
  - 2 行程(原則雨天でも実施します)
    - ・集合場所:松園中央公園 5:50
    - 松園中央公園 6:00⇒内間木洞登山口 9:00→遠島山山頂→内間木洞登山口 13:30—入浴(ふれあい宿舎グリーンテージ入浴代500円)⇒松園中央公園着 17:00
  - 3 参加費 会員2,000円 一般3,000円(保険代込) 交通費 2,000円前後
- ※安家森・遠別山になる場合があります。

### 第5回「南本内岳」(西和賀町) 1486m[山行9.5km]

栗駒国定公園内にある町内最高峰の山、湿性の高山植物が見られるお花畑コースと眺望の良い尾根コースがある。南本内岳の最大の魅力は、雪解けから咲き乱れる多くの花々。中腹にある「お花畑」は、一部夏まで雪渓が残る湿原で、ミズバショウ、ハクサンチドリ、リュウキンカ、キヌガサソウ、ヒメザクラなどが咲き、頂上ではチングルマ、ハクサンフーロ、ミヤマダイコンソウ、リンドウなどが咲き誇る。山頂からは北に岩手山、東に早池峰山、向かいには牛形山、西に鳥海山、そして南方彼方には遠く月山の白い峰々を望むことができる。

- 1 期日 平成30年7月5日(木)
- 2 行程(原則雨天でも実施します)
  - ・集合場所:松園中央公園 5:20
  - 松園中央公園 5:30⇒南本内岳登山口 7:30→山行き→南本内岳登山口 15:00⇒入浴(ほっと湯田入浴代300円)⇒松園中央公園着 17:30
- 3 参加費 会員2,000円 一般3,000円(保険代込) 交通費 2,500円前後

## 第6回「須川岳（栗駒山）」（一関市）1627m[山行9km]

岩手・秋田・宮城の三県にまたがる複式コニーデ型の二重火山。岩手県側では須川岳、秋田県側では大日岳、宮城県側では栗駒山とそれぞれ呼称が異なる。山頂の北側には火口丘の剣山、火口湖の昭和湖、湿原の龍泉ヶ原や名残ヶ原などがある。

- 1 期日 平成30年7月19日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 5:20
  - 松園中央公園 5:30→須川温泉登山口 8:00→昭和湖→山頂→産沼分岐→三途の川→須川温泉登山口 14:30⇒入浴（須川温泉または真湯温泉入浴代 600円）⇒松園中央公園着 17:30
- 3 参加費 会員 2,000円 一般 3,000円（保険代込） 交通費 3,000円前後

## 第7回「大白森」（秋田・仙北市）1216m[山行10km]

岩手・秋田両県の県境尾根にある山。三角点のある山頂は縦走路からやや外れたところにある。山頂一帯が平坦になっており、広大な高層湿原が楽しめる。

- 1 期日 平成30年9月6日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 5:50
  - 松園中央公園 6:00→鶴の湯温泉登山口 8:30→小白森→大白森山頂→小白森→鶴の湯温泉登山口 14:30⇒鶴の湯温泉入浴代 600円⇒松園中央公園着 17:30
- 3 参加費 会員 2,000円 一般 3,000円（保険代込） 交通費 2,000円前後

## 第8回「三ツ石山松川コース」（八幡平市）1466m[山行11km]

山頂部は岩場になっており、その先端には大きな岩がそびえ立っている。山頂部の岩場にはケルンが積まれていて、360度の展望を楽しめる。八幡平、秋田駒ヶ岳、岩手山などを見ることができる。

- 1 期日 平成30年9月20日（木）
- 2 行程（原則雨天でも実施します）
  - ・集合場所：松園中央公園 6:20
  - 松園中央公園 6:30→松川温泉登山口 7:30→三ツ石山荘→山頂→三ツ石山荘→松川温泉登山口 15:00⇒入浴（松川温泉松川荘 500円）⇒松園中央公園着 17:30
- 3 参加費 会員 2,000円 一般 3,000円（保険代込） 交通費 2,000円前後  
※登山口は松川大橋になる場合があります。

## 第9回 「沢尻岳」(西和賀町) 1260m[山行 8.5km]

真昼山地北方に位置する山で、深いブナ林にそびえる。山頂は灌木に覆われて展望はないが、山頂からは大荒沢岳・高下岳を含む和賀山系の大展望が望める。条件が良ければ大荒沢岳アタックもできるかも。

- 1 期日 平成30年10月4日(木)
- 2 行程(原則雨天でも実施します)
  - ・集合場所:松園中央公園 6:20
  - 松園中央公園 6:30→貝沢登山口 7:30→沢尻岳→大荒沢岳→沢尻岳→貝沢登山口 15:00⇒入浴(鶯宿温泉又はつなぎ温泉)⇒松園中央公園着 17:30
- 3 参加費 会員 2,000円 一般 3,000円(保険代込) 交通費 1,500円前後

## 第10回 「茶臼岳\*安比コース」(八幡平市) 1579m[山行 9km]

360度の眺望がきく頂上は八幡平の中でも最も展望が優れた場所の一つ。岩手山、早池峰山、秋田駒ヶ岳、鳥海山、月山、八甲田山などの山並みが右に左に広がる。特に、東はなだらかなカーブを描き、西は隆起の激しい峰が連続する岩手山の山容は迫力がある。今回は、安比高原赤川林道からの入下山。

- 1 期日 平成30年10月18日(木)
- 2 行程(原則雨天でも実施します)
  - ・集合場所:松園中央公園 5:50
  - 松園中央公園 6:00⇒赤川登山口 7:30→茶臼安比分岐→大黒森分岐→茶臼山荘→茶臼岳山頂→茶臼山荘→大黒森分岐→茶臼安比分岐→赤川林道登山口 14:00-入浴(安比温泉岩畑の湯入浴代 500円)⇒松園中央公園着 17:30
- 3 参加費 会員 2,000円 一般 3,000円(保険代込) 交通費 2,000円前後

## 第11回「鮭山\*鮭ヶ崎灯台周回コース」(山田町) 465m [山行 8.5km]

海拔 0m からのトレッキング。本州の最東端で東経 142° 4'35"にある。アカマツに覆われた鮭山(465m)の東麓の海食崖上には映画《喜びも悲しみも幾歳月》の舞台にもなった鮭ヶ崎灯台がある。霧信号所、中波ビーコン局、船舶気象通報電話などもあり、三陸沖を航行する船舶の重要な航路標識となっている。

- 1 期日 平成30年11月1日(木)
- 2 行程(原則雨天でも実施します)
  - ・集合場所:松園中央公園 5:50
  - 松園中央公園 6:00→姉帯キャンプ場 9:30→鮭山→鮭ヶ崎灯台→姉帯キャンプ場 13:30⇒入浴(ゆったり館入浴代 510円)⇒松園中央公園着 17:30
- 3 参加費 会員 2,000円 一般 3,000円(保険代込) 交通費 2,000円前後

問い合わせ先  
特定非営利活動法人 まつぞのスポーツクラブ  
クラブマネジャー 板垣 敬重  
019-663-9280 090-4882-2343