

# 令和4年度 まつスポットレッキング 山行12回予定表

ガイド：立花昌雄氏 随員：板垣敬重 佐々木知恵子 2022/03/5作成

※参加費 会 員：2,500円/回  
非会員：3,500円/回

集合場所：松園中央公園（盛岡市東松園2-4）※まつスポ事務所：松園テニスコート（西松園3-19-4）019-663-9280

実施日	集合時間 松園帰着時間	山名	標高	ポイント	歩行時間	歩行距離	交通費	上段：入浴施設 下段：入浴料（目安）
1 4月28日	7:30 16:00	万寿山・権現山 (花巻市)	438m	県内で最も早い高山植物	3.0h	4.4km	2,000円	花巻温泉ほうらいの湯 480円
2 5月12日	7:00 17:00	羽山 (北上市和賀町)	583m	イワウチワの大群落・山菜	3.0h	3.5km	2,000円	金矢温泉 600円
3 5月26日	7:30 16:30	西岳 (一戸町)	1,018m	山菜(竹の子、わらび)	2.5h	5.0km	2,000円	奥中山温泉朝朱の湯 570円
4 6月9日	5:30 18:00	馬場目岳 (ばばめだけ) (秋田市)	1,037m	新緑・高山植物 高層湿原	5.0h	7.5km	2,500円	クワドームザブーン 520円
5 6月23日	6:30 16:30	名久井岳 (なくいだけ) (青森県南部町・三戸町)	615m	新緑・高山植物	2.0h	4.5km	2,000円	ホテル金田一 500円
6 7月7日	6:00 17:00	藤里駒ヶ岳 (秋田県藤里町)	1,158m	高山植物・湿原	2.5h	4.0km	3,000円	ゆとりあ藤里 450円
7 7月21日	7:00 17:00	安比岳 (八幡平市)	1,493m	高山植物	5h	7.0km	2,000円	八幡平温泉森の湯 600円
8 9月8日	7:00 17:00	焼山 (秋田県鹿角市)	1,366m	紅葉・眺望	4.0h	6.0km	2,500円	玉川温泉 800円
9 9月22日	7:00 16:30	鷲ヶ森山 (北上市)	1,207m	紅葉・きのこ	4.5h	7.0km	2,500円	入畑温泉 450円
# 10月6日	6:00 16:30	雛岳 (ひなだけ) (青森市)	1,240m	紅葉・八甲田連峰の眺望	3.0h	5.4km	3,000円	谷地温泉 600円
# 10月20日	7:30 16:30	皮投岳 (かわなげだけ) (秋田県鹿角市)	1,122m	高山植物	3.5h	5.0km	2,000円	八幡平綿帽子温泉 600円
# 11月10日	7:30 16:30	矢越山 (やごしやま) (一関市室根町)	519m	紅葉・太平洋の眺望	2.0h	3.6km	2,000円	なし

※参加希望者は1週間前までにメールでお申し込みください

Eメール keijuu601@docomo.ne.jp ショートメール090-4882-2343

●参加費・交通費は当日徴収します。●諸般の事情による中止・延期の連絡はメールで行います。連絡用メールアドレスをお知らせください。●各山行、万全の装備（飲み物・昼食・行動食等・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・帽子等）●服装は寒暖に対応でき、動きやすいものをご用意ください。●当日は万全の健康状態で参加してください。活動は、原則自己責任になりますのでご留意ください。万一怪我や事故が発生した場合は、主催者が加入している保険の範囲内で対処します。範囲外の責任は負いかねますので確認のうえご参加ください。

●新型コロナウイルス感染予防対策のため、バス移動中のマスク着用と会話自粛をお願いします●