

11月 岩手の山はまだまだ楽しめます！

静かな里山晩秋トレッキングへ！

高山は冬の装い

そして里山も落葉し、山肌がワインレッドに染まります。
晩秋の里山は人影少なく静かなおとなの山歩きができます。
初めての人も大丈夫！
さあ、晩秋の山歩きに出かけましょう！



★山頂を目指さない山歩き

- | | |
|---------------------------------|------|
| 11 / 6(月) 千沼ヶ原湿原の下 静かな森に佇む平ヶ倉沼へ | 約4時間 |
| 8(水) 安比高原ブナの森を歩いて黒滝へ | 約4時間 |
| 15(水) 鶏頭山の麓 不道明王が刻まれている七折ノ滝へ | 約4時間 |

★一度は歩きたい里山縦走

- | | |
|-------------------------------|------|
| 11 / 11(土) 和賀三山の2座 羽山から羽黒山縦走 | 約6時間 |
| 12(日) つどいの森から矢巾温泉へ 赤林山縦走 | 約5時間 |
| 13(月) 志波三山縦走 Part1 東根山から南昌山縦走 | 約6時間 |
| 16(木) 志波三山縦走 Part2 南昌山から箱ヶ森縦走 | 約6時間 |
| 17(金) 北上高地 平庭岳から安家森縦走 | 約5時間 |
| 18(土) 馬返しから相ノ沢へ 鞍掛山縦走 | 約4時間 |
| 19(日) 盛岡繋アルプス？ 幸郷山から大欠山へ縦走 | 約4時間 |
| 22(水) 田代平から車之走り峠へ 七時雨山縦走 | 約4時間 |
| 23(木) 七時雨山の北隣りの爽快な尾根歩き 田代山縦走 | 約4時間 |
| 25(土) 田瀬湖を望む 砥森山縦走 | 約4時間 |
| 26(日) 海拔0mから登る三陸山田 霞露ヶ岳へ | 約5時間 |

★ガイドブックに載っていない里山へ

- | | |
|----------------------------------|------|
| 20(月) 和賀三山の一峰 北上の月山へ | 約5時間 |
| 27(月) 岩手山と姫神山のツーショット 空雲山へ | 約4時間 |
| 24(金) 岩手山の怒りに触れ頭を切られた 送仙山へ | 約4時間 |
| 28(火) JR山田線米内駅から駅からハイクで 高洞山へ | 約4時間 |
| 29(水) 雫石ノアの箱舟伝説の山 男助山へ | 約5時間 |
| 30(木) 森の石松とガッチャマンのいる滝沢の隠れ名山 石ヶ森へ | 約4時間 |

●料金 各ツアー 8500円から/1人 ●定員 各5名(一人から催行)

●天候等諸条件によりツアーを中止、変更する場合があります。●集合場所、時間等、詳しくはお問い合わせください。
—上記日程に関わりなく、ご希望の日にご希望の山をご案内することも可能です(先着順。ご相談ください)—

★「もしも」のための机上講座

「山で怪我をしないために&もしも怪我をした時の応急処置」

日時/ 11月25日(土) 午後3時~5時 場所/ ICI石井スポーツ盛岡店
内容/ ①山で怪我をしないために(講義) ②もしも怪我をした時の応急処置(実技) 受講料/ 500円(資料代)



登山ガイド 山の風

お問い合わせ・お申込 / TEL&FAX 019-687-2177 / ホームページ & facebook 「登山ガイド山の風」で検索ください。

●山岳雑誌 山と渓谷「季節の山歩き」に執筆 次回は2018年1月号(12月15日発売)を予定。