

## 2019 年埼玉支部夏山・北アルプス山行のご案内

上高地山研に泊まって北アルプスを満喫しよう!!



今年の夏山山行は、JAC 山岳研究所（山研）に泊まって蝶ヶ岳、常念岳に登ります。山研は、上高地河童橋から徒歩数分の森の中に建つ素晴らしい山荘で、この場所に山荘を有することができたのは JAC 先人たちの大きな功績のお蔭です。

JAC 会員でなければ泊まることのできない貴重な施設なので是非経験してみてください。食事は山行委員が腕をふるいます。

また、蝶ヶ岳、常念岳（日本百名山）に登れば槍ヶ岳、穂高連峰の展望台として息をのむような素晴らしい景観を楽しむことができます。

海の日（三連休）利用で山小屋は混雑が予想されますが、山研は埼玉支部で貸切予約済みですのでゆったりと過ごすことができます。素敵なテラスでのビールやワインも楽しみましょう。

お忙しい方や体力に自信のない方は山研ライフ＋上高地散策だけの参加でも結構です。

**3 連休なので早めにご案内しました。**

日程 7 月 13 日（土）～15 日（月・祝日）

山行プラン

- ① 上高地散策コース（山研 1 泊 2 日）
- ② 一般コース（山研～蝶ヶ岳往復登山 2 泊 3 日）
- ③ 健脚コース（山研～蝶ヶ岳～常念岳縦走 2 泊 3 日）

目的の山 蝶ヶ岳 2664.5m、常念岳 2857m

集合・行程 7 月 13 日（土）14：00 上高地バスターミナル集合

7 月 13 日（土）

上高地バスターミナル―河童橋―山研（徒歩 10 分程度） 山研到着後、大正池など散策  
夕食・山研宿泊

7 月 14 日（日）

- ① 散策コース 自由行動 明神池／大正池／徳澤園等 散策―上高地解散（適宜帰京）
- ② ③コース 7：00 山研出発―8：00 明神池―9：00 徳沢園―（長堀尾根）―蝶ヶ岳―  
15：00 蝶ヶ岳ヒュッテ 宿泊（歩程 7 時間）

7 月 15 日（月）

- ② 一般コース 6：00 ヒュッテ出発―6：30 分岐―9：00 横尾山荘―10：30 徳沢園―  
11：30 明神―12：30 上高地（解散）（歩程 6 時間）
- ③ 健脚コース 6：00 ヒュッテ出発―7：00 蝶槍―11：00 常念岳―12：00 常念小屋―  
16：00 一ノ沢登山口＝（タクシー）＝豊科（解散）（歩程 8～9 時間）

\*上高地へは東京駅発深夜バス「さわやか信州号」が廉価で便利です。

\*帰りは3連休最終日のため交通機関は混雑します。ご承知ください。

装備

小屋泊り縦走装備、防寒具、昼食2食、行動食(②、③コース)

登山保険には必ずご加入ください。

参加費

① 散策コース 5,000円(山研 宿泊費、食事代)

② 一般コース 15,000円(山研/ヒュッテ 宿泊費、食事代)

③ 健脚コース 20,000円(山研/ヒュッテ 宿泊費、食事代、タクシー代)

\*但し、集合地(上高地)まで、および解散地以降の交通費は含みません。

JAC 会員証持参のこと(山小屋割引あり)

申込・問合せ先

高橋 努

[tom-tak@bk9.so-net.ne.jp](mailto:tom-tak@bk9.so-net.ne.jp)

090-2906-4356

②、③コースは先着10名 申込締め切りは6月30日

何でも遠慮なくお問合せください。