

はじめに

自然環境の中で行われるアウトドアアクティビティにおいて“100%の安全”はありません。はれがさやアクティビティーズではそれをできる限り 100%に近付けるためにリスク管理の徹底を図っておりますが、ケガや事故なくアクティビティを楽しんでいただくためには参加する皆様のご協力が不可欠です。

自然環境の中では少しの不注意が事故につながる可能性があることにご留意いただき、細心の注意を払って準備、行動することをお約束ください。

はれがさや登山塾

雪山登山実習のご案内



登山に役立つ機器の進化は歓迎すべきことである。

しかしながら、機器があれば遭難しないという“大きな誤解”を生んでいるのも確かだ。

機器が進化すればするほど、むしろ山岳遭難は増えていくことだろう。

その根本は、「登山者が登山そのものを学ばないこと」にあるのだから。



雪山登山基礎講習「知識編」「装備編」で学んだ知識・技術を、実際にリスクのあるフィールドで実践するのがこの「雪山登山実習」です。

まずは軽めの一日コースを経験してみる“レベル0”から技術を問われる“レベル3”まで、4つのプログラムをご用意。「毎日開催スノーシューツアー」からのステップアップにもご利用いただけます。

冬はコタツで丸くなろうとしているそこのあなた、もったいないですよ。その過程は寒さを忘れるほどに熱く、その美しさは正に魔性。そんな雪山登山の魅力にどっぷり浸かりましょう！

雪山登山実習 レベル0



まずは雪山登山基礎講習で学んだ内容を、リスクがそれほど高くないフィールドで体験することができるのがレベル0です。次のレベルを目指す方は、雪山登山のフル装備でご参加いただき、その負荷をご体感いただくことをおすすめいたします。

「猫魔平」は、リピーターさんに人気の知る人ぞ知る名コース。喧騒とは無縁の静かな森歩きを思う存分楽しむことのできる、1day 特別コースでご案内いたします。

そして、“森”という名でありながら冒険気分も味わえる山「京ヶ森」(1019m)。こちらは普段プライベートガイドでしかご案内することのないレアコースです。

[対 象] 下記の条件を満たす方。

- (1) 必要な個人装備（装備表参照）をすべて背負い、コースタイム4時間程度（休憩時間は除く）の山歩きができる方。
- (2) 入通院費用が補償される山岳保険に加入している方。（弊社でも別途300円でご加入いただけます。）



[開催日] (1) 猫魔平

2023 年 1 月 23 日 (月) ～4 月 2 日 (日) の期間で、参加条件を満たしている方 3 名様から開催

(2) 京ヶ森

2023 年 1 月 30 日 (月) ～3 月 5 日 (日) の期間で、参加条件を満たしている方 3 名様から開催

[ルート] (1) 猫魔スキー場～猫魔平の周回 (最高地点で標高 1312m。歩行技術★)

(2) 国道 459 号線～京ヶ森の周回 (最高地点で標高 1019m。歩行技術★★)

※基本的には登りと下りで別ルートを予定していますが、使用するスノーシューおよび歩行技術、積雪状況、リフトの運行状況によっては同じルートになる場合もございます。

[体力度] (1) ★★★～★★★★☆

(3～5 時間程度の山歩きを余裕を持ってできる体力が 必要です。)

※コースによって異なります。

(2) ★★★★★ (4 時間程度の山歩きを余裕を持ってできる体力が必要です。)

[集 合] (1) 9:30 猫魔スキー場センターハウス内

(2) 9:30 はれがさやベース

※弊社以外の施設へのプログラムに関するお問い合わせはご遠慮ください。

[参加費] (1) 7,000 円 (税込) /名 (2) 6,500 円 (税込) /名

※(1)は駐車場代 (お車で越しの方のみ) とリフト代 (1 回券 2 枚。運行している場合のみ) が別途必要になります。

[行 程] (1) 9:30 集合 ※すぐに出発できる準備をしてご集合ください。

9:40 ブリーフィング

(行程の説明、装備チェック、リフト券の購入、準備運動、トイレ)

10:00 出発 (リフト利用でスキー場上部に登ってから登山開始)

～ 山中で食事 ～

14:30 解散

(2) 9:30 集合 ※すぐに出発できる準備をしてご集合ください。

9:40 ブリーフィング

(行程の説明、装備チェック、準備運動、トイレなど)

10:00 出発点へ車移動



10:20 登山開始
～ 山中で食事 ～
14:30 解散

雪山登山実習 レベル 1



レベル0よりも行動範囲を広げ、本格的な雪山登山への第一歩となるのがレベル1です。あえて雪崩地形のトラバースや下りの難所を入れ、雪山登山初級者にとって勉強になるようにルートを設定しました。

樹氷の楽園「西大巔」（1982m）、360度の展望「雄国山」（1271m）。汗をかき、登り詰めた者だけが手に入れられる絶景が、そこには待っています。

[対 象] 下記の条件を満たす方。

- (1) 半日行程のスノーシュートレッキング経験者、または「雪山登山基礎講習」にご参加いただいた方。
- (2) 必要な個人装備（装備表参照）をすべて背負い、コースタイム6時間程度（休憩時間は除く）の山歩きができること。
- (3) 入通院費用が補償される山岳保険に加入している方。（弊社でも別途300円でご加入いただけます。）

[開催日] (1) 西大巔

2023年1月4日（水）～3月31日（金）の期間で、参加条件を満たしている方3名様から開催



(2) 雄国山

2023 年 1 月 23 日（月）～3 月 17 日（金）の期間で、参加条件を満たしている方 3 名様から開催

【ルート】 (1) グランデコスノーリゾート～西大巔の周回
(最高地点で標高 1982m。歩行技術★★)

(2) 雄子沢登山口～雄国山の周回（最高地点で標高 1271m。歩行技術★★）

※基本的には登りと下りで別ルートを予定していますが、使用するスノーシューおよび歩行技術、積雪状況によっては同じルートになる場合がございます。

【体力度】 ★★★★★ （6 時間程度の山歩きを余裕を持ってできる体力が必要です。）

【集 合】 (1) 9:15 グランデコスノーリゾート西ウイング内

(2) 9:00 はれがさやベース

※弊社以外の施設へのプログラムに関するお問い合わせはご遠慮ください。

【参加費】 (1) 9,500 円（税込）/名 (2) 8,500 円（税込）/名

※(1)は、駐車場代（お車でお越しの方のみ）、リフト代（1 回券 3 枚の予定）が別途必要になります。

【行 程】 (1) 9:15 集合 ※すぐに出発できる準備をしてご集合ください。

9:20 ブリーフィング

（行程の説明、装備チェック、リフト券の購入、準備運動など）

9:40 出発

（ゴンドラ・リフト利用でスキー場上部に登ってから登山開始）

～ 山中で食事 ～

15:00 解散

(2) 9:00 集合 ※すぐに出発できる準備をしてご集合ください。

9:10 ブリーフィング

（行程の説明、装備チェック、準備運動など）

9:20 出発点へ移動

9:45 登山開始

～ 山中で食事 ～

15:00 解散



雪山登山実習 レベル 2



体力的または技術的、環境ストレス耐性的なものをもう少し上のレベルで要求されるルートを設定したのがレベル2です。

標高 2000m にも満たない山でありながら、まるで 3000m の稜線を歩いているかのような錯覚を覚える「安達太良山」(1700m)。そして、無雪期は眺望がまったくないが積雪期にはすばらしい景色を楽しむことができる「西吾妻山」(2035m)。

この2座で雪山の魅力を存分に味わっていただく、これまでのはれがさやアクティビーズのプログラムにご参加いただいている方限定のプログラムです。

[対 象] 下記の条件を満たす方。

- (1) これまでのはれがさやアクティビーズの 1day スノーシューツアーまたは雪山登山プログラム、雪山登山基礎講習のいずれかにご参加いただいたことがある方。
- (2) 必要な個人装備（装備表参照）をすべて背負い、コースタイム 7 時間程度（休憩時間は除く）の山歩きができること。
- (3) アイゼン使用時に適用され、入通院費用および遭難捜索費用が補償される山岳保険に加入している方。（アイゼン使用時に適用される保険は、弊社ではご加入いただけません。）

[開催日] (1) 安達太良山

2023 年 1 月 10 日（火）～3 月 10 日（金）の期間で、参加条件を満たしている方 3 名様から開催

(2) 西吾妻山

2023 年 1 月 4 日（水）～3 月 31 日（金）の期間で、参加条件を満たしている方 3 名様から開催



- 【ルート】** (1) 奥岳登山口～安達太良山の周回
(2) グランデコスノーリゾート～西吾妻山の周回（一部往復）
※詳しいルートは天候や積雪状況、リフトの運行状況によって当日決定します。

【体力度】 ★★★★★☆（7 時間程度の山歩きを余裕を持ってできる体力が必要です。）

- 【集 合】** (1) 8:20 あだたら高原スキー場チケット売場周辺
(2) 8:30 グランデコスノーリゾート西ウイング内
※各施設へのプログラムに関するお問い合わせはご遠慮ください。

- 【参加費】** 11,000 円（税込）/名
※(1)は、リフトを利用する場合はリフト代が、小屋を利用する場合は利用料が、
入浴する場合は入浴代が別途必要になります。
※(2)は、リフト代（1 回券 3 枚の予定）が別途必要になります。

- 【行 程】** (1) 8:20 集合 ※出発できる準備をしてご集合ください。
8:30 ブリーフィング
（行程の説明、装備チェック、アイゼン調整、準備運動など）
8:45 登山開始
～ 山中で食事 ～
15:30 解散
(2) 8:30 集合 ※出発できる準備をしてご集合ください。
8:40 ブリーフィング
（行程の説明、装備チェック、アイゼン調整、準備運動など）
8:55 出発
（ゴンドラ・リフト利用でスキー場上部に登ってから登山開始）
～ 山中で食事 ～
15:45 解散

- 【備 考】** ・(1)は基本的にスノーシュー登山ですが、積雪状況によっては 6 本爪以上の
軽アイゼン（4 本爪ではご参加いただけません。）も使用する可能性があり
ます。忘れずにご用意ください。
（※事前に必ずアイゼン着脱の練習をしておいてください。）



雪山登山実習 レベル 3



レベル 2 から、体力的、技術的にさらに次の段階へと進めたルートを設定したのがレベル 3 です。

積雪期ならではのルートで攻める、他の季節とはまた違った美しい世界が広がる厳冬期の「磐梯山」（1816m）。そして、積雪期しか行くことのできない特殊なルートで攻める、担当ガイドがこの山から見る磐梯山が最も美しいと思っている「櫛ヶ峰」（1636m）。さらには、一部難易度高めのバリエーションルートで攻める、夏道がないうつくしま百名山「高曽根山」（1443m）。

これまではれがさやアクティビティーズの雪山登山プログラムにご参加いただいている方限定のプログラムです。

[対 象] 下記の条件を満たす方。

- (1) これまでもくもく自然塾の雪山登山プログラムにご参加いただいたことがある方。
- (2) 必要な個人装備（装備表参照）をすべて背負い、コースタイム 8 時間程度（休憩時間は除く）の山歩きができる方。
- (3) アイゼン使用時に適用され、入通院費用および遭難捜索費用が補償される山岳保険に加入している方。（アイゼン使用時に適用される保険は、弊社ではご加入いただけません。）

[開催日] (1) 磐梯山

2023 年 1 月 16 日（月）～3 月 12 日（日）の期間で、**参加条件を満たしている方 3 名様から開催**

※担当ガイドのスケジュールとの相談になります。



(2) 櫛ヶ峰

2023年1月30日(月)～3月5日(日)の期間で、参加条件を満たしている方3名様から開催

※担当ガイドのスケジュールとの相談になります。

(3) 高曽根山

2023年1月30日(月)～3月5日(日)の期間で、参加条件を満たしている方3名様から開催

※担当ガイドのスケジュールとの相談になります。

【ルート】 (1) 猪苗代スキー場～磐梯山の周回を予定

(2) はれがさやアクティビティーズのオリジナルルートを予定

(3) はれがさやアクティビティーズのオリジナルルートを予定

※詳しいルートは天候や積雪状況、リフトの運行状況によって当日決定します。

【体力度】 ★★★★★ (8時間程度の山歩きを余裕を持ってできる体力が必要です。)

【集 合】 (1) 8:15 猪苗代スキー場ミネロセンターハウス 1F

(2) 8:00 裏磐梯ビジターセンター駐車場

(3) 8:00 休暇村ホール・多目的広場駐車場

※各施設へのプログラムに関するお問い合わせはご遠慮ください。

※レンタルアイゼンをご利用の方は現場でアイゼンの調整が必要になるため、10分ほど早めにお越しください。

【参加費】 (1) 13,000 円 (税込) /名 (2)(3) 12,000 円 (税込) /名

※(1)はリフト代(1回券2枚)が別途必要になる予定です。

【行 程】 (1) 8:15 集合 ※出発できる準備をしてご集合ください。

8:20 ブリーフィング

(行程の説明、装備チェック、アイゼン調整、準備運動など)

8:40 登山開始(リフト利用でスキー場上部に登ってから登山開始)

～ 山中で食事 ～

16:00 解散

(2) 8:00 集合 ※出発できる準備をしてご集合ください。

8:05 ブリーフィング



(行程の説明、装備チェック、アイゼン調整、準備運動など)

8:20 出発点まで車移動

8:40 登山開始

～ 山中で食事 ～

16:00 解散

(3) 8:00 集合 ※出発できる準備をしてご集合ください。

8:05 ブリーフィング

(行程の説明、装備チェック、アイゼン調整、準備運動など)

8:20 出発点まで車移動

8:45 登山開始

～ 山中で食事 ～

15:45 下山、車移動

16:00 解散

【備 考】 ・積雪状況によってはスノーシューだけでなく、アイゼン（8 本爪以上で、前爪があるもの）およびヘルメットも使用する可能性がありますので忘れずにご用意ください。

(※事前に必ずアイゼン着脱の練習をしておいてください。)

定員と最少催行人数

レベル 0 : 定員 9 名 (最少催行人数 3 名)

レベル 1、2 : 定員 7 名 (最少催行人数 3 名)

レベル 3 : 定員 5 名 (最少催行人数 3 名)

各プログラム記載の行程時間

各プログラム記載の行程時間は大まかな目安です。体力や歩行技術の個人差、天候、積雪状況、参加人数によって時間が前後する場合がございます。

集合場所への送迎

「はれがさやベース」集合のプログラムを除き、送迎可能エリア（裏磐梯の一部地域のみ）であれば集合場所まで無料送迎いたしますのでご相談ください。



詳しい送迎可能エリアについてはお問い合わせください。

お支払い方法

「はれがさやベース」集合のプログラムのみ、現金またはクレジットカードでお支払いいただけます。それ以外のプログラムにつきましては現地にて現金でのお支払いとなりますので、できるだけ釣銭がいないようご協力をお願いいたします。

ツアー中の禁止行為

GPS およびその機能を有する機器によるログ録り行為、およびその情報を第三者へ公開する行為。

装備表

◎：必須

(◎)：ツアーによって、または対象者は必須

○：あると安全・快適に過ごすための装備

△：あると便利

装備	チェック	備考
スノーシュー・ストック	◎	スノーシューは登山向けのモデルが望ましい。
ザック	◎	携行する装備が入る大きさのもの。
アウター（上下）	◎	防水性、透湿性の高い素材のものがオススメ。
中間着	◎	フリースなど、軽量で保温性の高い素材のもの。綿製品は NG。
予備の防寒着	◎	薄手のダウンなど、軽量で保温性の高い素材のもの。避難小屋泊とテント泊では上下必須。
アンダーウェア（上下）	◎	保温性、速乾性の高い素材のもの。綿製品は NG。
グローブ	◎	防水性・保温性のある厚手のものと保温性のある薄手のものの 2 種類は最低限用意。
帽子	◎	耳たぶまでしっかり覆うタイプのもの。
靴下	◎	保温性の高い素材のもの。綿製品は NG。
靴	◎	防水性・保温性のある登山靴またはスノーアクティビティ用シューズ。
サングラス	◎	雪目防止に。ゴーグルの場合は汗をかくと曇りやすいため使い方に注意が必要。
行動食	◎	チョコレートなど、歩きながらやちょっとした休



			憩で食べられるもの。多めに用意すれば万一の場合の非常食にもなる。
食事	◎		ご飯ものは凍りやすいので取扱いに注意が必要。
テルモスまたは水筒	◎		行動中の水分補給に。暖かい飲み物があるとより快適。ペットボトルは凍りやすいため取扱いに注意が必要。
ヘッドライト	(◎)		万一の場合の備え。予備電池も忘れずに。レベル 2 以上では必須。
ゴミ袋	◎		持ち込んだものはすべて持ち帰る。
雪崩ビーコン	(◎)		雪崩埋没時のレスキューに必要。レベル 1 以上では必須。
プローブ (ゾンデ)	○		雪崩埋没時のレスキューに必要。
スコップ (ショベル)	○		雪崩埋没時のレスキューに必要。
スパッツ	○		シューズ内が濡れるのを防ぐ。また、アイゼン装着時に裾を保護するために。
ネックウォーマー	○		悪天候時に重宝。バラクラバ (目出し帽) なら尚よし。
カイロ	○		食事中や緊急時の防寒対策として。
携帯座布団	○		お尻を冷やさないように。これ 1 枚で食事が快適に。
ロールペーパー	○		トイレ時や食器を拭く場合に使用。
医薬品	○		各自で必要なものを用意。
アイゼン	(◎)		レベル 2 では 6 本爪以上の軽アイゼン、レベル 3 では前爪のある 8 本爪以上が必須。
ピッケル	△		レベル 3 の下りでは役に立つことも。
ヘルメット	(◎)		レベル 3 では必須。
調理道具	△		バーナー、コッヘル、燃料、食材、調味料等。天気にもよりますが、昼食時間はゆっくり取りますので簡単な調理をしても結構です。ただし、調理せずに食べられるものも必ずご用意ください。
山岳保険証券	◎		ご希望の山行内容に適用され、入通院費用が補償される山岳保険に必ずご加入ください。レベル 2 以上につきましては、遭難捜索費用が補償される必要があります。(当日確認いたします。)



<ご注意ください！>

- (1) 必須装備（◎がついたもの）は個人が携帯する装備ですので、夫婦・カップル・友人同士で共同で持つということがないようお願いいたします。

安全管理上、装備が不足している場合は参加をお断りする場合がございますのでご注意ください。（その場合、当日キャンセルとしてキャンセル料を頂戴いたします。）

装備のレンタルをご希望の方は参加申し込みの際に併せてお知らせください。

- (2) 装備表の内容はあくまでガイドツアーの装備であり、個人で行く場合の装備としては不足しています。

弊社にてレンタル可能な装備

弊社にてレンタル可能な装備もございます。装備表で必要装備をよくご確認の上、レンタルのご希望がございましたら事前にお知らせください。

レンタル装備	一日料金	半日料金	備考
登山用スノーシュー ※ストックなし	1,800 円	1,000 円	クライミングサポートおよび縦爪あり。
伸縮式ストック	500 円	300 円	
雪崩ビーコン	1,000 円	600 円	
ヘルメット	500 円	300 円	サイズ展開は S、M、L、フリー。
10 本爪アイゼン	1000 円	600 円	事前に調整が必要。

※12 時をまたぐ時間設定の場合は、レンタル用具はすべて 1 日料金となります。

Facebook グループのご案内

ツアー最新情報やツアー写真や動画の入手、参加者同士の交流にご利用いただける Facebook グループ「はれがさや山登りーズ」をご用意しております。

2019/2020 シーズンからどなたでもご登録いただけるようになりましたので、ぜひご活用ください。

Facebook グループへの参加を希望する方は、Facebook アカウントを作成し「はれがさや山登りーズ」を検索してください。グループページから参加申請をいただければ、管理者が承認いたします。



お申し込み方法

- まず、この「雪山登山実習のご案内」の内容をよくご確認ください。
グループでお申し込みの場合は、お申し込み後のトラブル防止のために、代表者も含め参加者全員が必ずご確認ください。

2. <ご希望日でのツアー開催の場合>

開催希望日の **14 日前 20:00 まで**に「WEB によるお申し込み」からご希望内容をお知らせください。ご入力いただいた E メールアドレスに受け入れの可否やお見積もり、その後の手続き方法などについてお知らせいたします。

3 名様以上のグループであり、ご希望日と担当ガイドのスケジュールがマッチすれば開催決定。2 名様以下の場合は、Facebook グループ「はれがさや山登りず」で参加者を募集し、3 名に達した時点で開催決定となります。

<すでに開催日が決定しているツアーに申し込む場合>

参加希望日の **3 日前 20:00 まで**に「WEB によるお申し込み」からお申し込みください。ご入力いただいた E メールアドレスに受け入れの可否やお見積もり、その後の手続き方法などについてお知らせいたします。

キャンセルについて

お申し込みを取り消す場合は必ずご連絡ください。

天災、事故（事故証明書をご提出いただきます。）、事件などを除く理由によりプログラムの参加を中止する場合には、下記のキャンセル料を頂戴いたします。

プログラム開始日の 7 日前から 2 日前まで	料金の 30%
プログラム開始日の前日および当日	料金の 50%
連絡なしの当日キャンセル	料金の 100%

当日遅刻等により参加できなかった場合や、病気やケガによりお申し込みを取り消す場合も上記キャンセル料の対象となりますので、集合場所・時間の事前確認および健康管理にご留意ください。



担当講師

渡邊 亮（わたなべ りょう）

「ならぬことはならぬものです」を地で行く、会津が生んだサムライガイド。登山だけでなく、バックカントリー、キャニオニング、カヤック、SUP などのガイドも務めるマルチプレイヤー。毎年、年間 220～260 日程度をフィールドで過ごす。

福島県内初の山岳レース「裏磐梯山岳耐久レース」の立ち上げにも携わり、2016 年 NHK「おいで、東北」、2021 年 NHK-BS プレミアム「テントを背負って」など出演多数。

ガイド歴 19 年。東北山岳ガイド協会所属。日本山岳ガイド協会認定登山/スキーガイド、日本スノーボード協会認定インストラクター、日本カヌー連盟公認 SUP イグザミネーター/カヌー指導員、レスキュー 3TRR-T/SRT-I 修了、野外災害救急法 40 時間修了ほか。



お申し込み・お問い合わせ先

はれがさやアクティビティーズ（旧・裏磐梯もくもく自然塾）

〒969-2701 福島県耶麻郡北塩原村大字松原字曾原山 1096-439

TEL : **0241-23-9018** (9:00～20:00) FAX : **0241-23-9091**

E-mail : **info@moku2-outdoor.com**

URL : **https://moku2-outdoor.com/**

2022.12.19 「雪山登山実習のご案内」初版。

※このプログラムの詳細は、予告なく変更される場合があります。

変更履歴