

2025

3

わ ら じ

我等路

あさぎりニュース 第487号



長崎朝霧山の会

令和7年3月1日 事務局発行



2025. 2. 9-12 豪雪の兵庫・氷ノ山と鳥取・伯耆大山

第11回島巡り 慈眼桜観賞と平戸巡り

3/27
(木)

- コース：平戸大橋→平戸城→最教寺→幸橋→平戸ザビエル記念教会→川内峠→慈眼桜→松浦資料博物館
- L：松本千 SL：玉那覇
- 対象：会員
- 参加費：4,000円 ◎要予約

長崎朝霧山の会ホームページ
<http://asagiriyamanokai.yu-yake.com/>



スポーツ安全保険のおすすめ！

スポーツ安全保険は、団体・グループ活動に安心をお届けする補償制度です
公益目的事業としてスポーツ安全協会が加入の取りまとめ機関・契約者となり東京
海上日動を幹事会社とする 8 社との間で保険契約を締結しています。

4 名以上で加入でき、3 つの補償を完備

① 傷害保険 ②賠償責任保険 ③突然死葬祭費用保険

*冬山、岩登り、沢登り、ピッケル、ザイル、アイゼン使用の山は除外

	年間掛け金	死亡	後遺障害	入院日額	通院日額
64 歳以下	1.850 円	2.000 万円	3.000 万円	4.000 円	1.500 円
65 歳以上	1.200 円	600 万円	900 万円	1.800 円	1.000 円

上記のように、年間掛け金が 64 歳以下で 1.850 円、65 歳以上で 1.200 円と格安
の設定です。

*4 月 1 日開始の更新及び新規申し込みはランタンまで！※切 3/23 (日)

春の天気について！

昔から「春は 3 日の晴れなし」と言われるように、日本付近を移動性低気圧と高気
圧が交互に通りやすくなるため、晴れの天気が長続きせず、周期的に雨が降りやす
くなります。

ただでさえ変化の激しい春の天気ですが、一日の中でも刻々と変わりやすいのが山
の天気の特長です。その最大の理由は、山が盛り上がっているという地形的な要因で
す。風が吹くと、風が山の斜面に沿って上昇します。水蒸気を含んだ空気が上昇して
冷やされることによって雲が発生し、天気の激変につながります。

春の山は急に冬山に戻ることもあり、万全の体制で登山を楽しみましょう。

ご注意！

長崎バスや県営バスは毎年 4 月 1 日、ダイヤ改正が行われます。我等路 3 月号掲載分
の 4 月分のバス停集合時間は改正前のものです。したがって変更された可能性もありま
すので、各自チェックをよろしくお願いします！

～クリーンハイク～烏帽子岩周辺の整備 (全員参加) N0191	
3/1 (土)	集 合：9時 水源地下 L : 橋口 SL: 林 対 象：会員・一般 鎌・鋸・軍手 持参 橋口・林・河野 刈払機持参 ◎水源地下集合後、自家用車で烏帽子岩まで移動 ～山に恩返しをしませんか～

～岩トレ～ 野岳 (初心者大歓迎) N0192	
3/2 (日)	集 合：7時30分・市民会館 L : 原田 S: 高尾 対 象：会員 要予約：Lに連絡 ～岩トレは楽しいよ～一度経験してみんね

～裏岩屋山岩場巡り～ N0193	
3/2 (日)	コース：上浦～舞岳鞍部～インカの石積～弁当岩～美智子岩 ～レイコ岩 (一時解散☆☆☆)～岩屋山～油木 集 合：10時03分 上浦バス停 L : 橋口 SL: 大宅 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆☆ 地形図：長崎西北部 ～気持ちいい汗をかこう～～

～岩トレ～ 豊前坊 NO CLIMB NO LIFE N0194	
3/5 (水)	集合：9時 現地 L: 大宅 S: 林 対象 : 会員 要予約：Lに連絡 ～岩トレは楽しいよ～一度経験してみんね

～七面山啓翁桜観賞～

N0195

3/5

(水)

コース：ダム公園～奥山～中尾峠～烽火山（426m）～七面山
 集合：10時本河内ダム公園 道光バス停車
 L：松本千 SL：参加者から
 対象：会員・一般
 ランク：☆☆
 地形図：長崎東北部
 ～春の先取り 早咲き桜～

～神の国のニュートレイル～ 大野岳（352m）

N0196

3/8

(土)

コース：バス停～P（152 衞）～大野岳～大平作業所跡～出津文化村
 集合：9時50分 神浦郵便局バス停
 L：辻 SL：橋口
 対象：会員・一般
 ランク：☆☆☆
 地形図：神浦
 ～気持ちいい汗をかこう～

～岩トレ～ 矢岳（美容とダイエットに）

N0197

3/9

(日)

集合：10時現地
 L：永田 S：参加者から
 対象：会員・一般
 要予約：Lに連絡
 ～岩トレは楽しいよ～一度経験してみんね

～橘湾を一望～ 小八郎岳（563m）

N0198

3/9

(日)

コース：バス停～猿岳神社～小八郎岳～千々峠～平山
 集合：8時42分 千々バス停
 L：木戸 SL：江島
 対象：会員・一般
 ランク：☆☆☆
 地形図：肥前高島・長崎西南部
 ～気持ちいい汗をかこう～

~岩トレ~		矢岳 NO CLIMB NO LIFE		N0199	
3/12 (水)		集 合：9 時現地 L : 林 SL:古井 対 象：会員・一般 要予約：Lに連絡			

矢筈岳～あぐりの丘		N0200			
3/13 (木)		コース：バス停～矢筈岳(336m)～アグリの丘～白髪(一次解散☆☆)～岩屋山～油木 集 合：10 時 01 分 多以良バス停 L : 松本正 SL: 峰 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西北部 なんの花が見られるかな			

登山教室 飯岩		No201			
3/15 (土)		コース：北浦バス停～飯岩～日吉自然の家～日見峠 集 合：9 時 32 分 北浦バス停 L : 松本正 SL: 浜都 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎東南部			

岩トレ=豊前坊(美容とダイエットに)		No202			
3/16 (日)		集 合：10 時現地 L : 坂上 SL: 参加者から 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡			

ノンビリ歩こう稲佐山		N0203			
3/16 (日)		コース：バス停～防火帯～稲佐山～湊神社 集 合：第2団地南口9時53分(小江原) L : 恵本 SL: 相川 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西北部			

＝第12回長崎街道＝

N0204

3/16
(日)

コース：牛津宿～小田宿～大町宿から追分
 出 発：平山7時発～15分中央橋～25分平和公園～35分昭和町
 L：田端隆 SL：中村丹
 バス使用
 要予約

牛津宿（小城市）は、西の浪速と呼ばれるほど商人の町として栄えていました。小城支藩の米、佐賀の物資を扱う卸問屋が集まったのでにぎわい、《港には百石船が目白押し》と言われました。

岩トレ＝豊前坊（美容とダイエットに）

N0205

3/19
(水)

集 合：9時現地
 L：古井 SL：野田
 対 象：会員・一般
 要申込：Lに連絡

烏帽子岳～鳴鼓岳

N0206

3/19
(水)

コース：バス停～烏帽子岳（413m）～鳴鼓岳（392m）～光風台車庫
 集 合：9時55分横尾中バス停
 L：玉那覇 SL：参加者から
 対 象：会員・一般
 ランク：☆☆☆
 地形図：長崎西北部

南アルプス 鳳凰三山冬期縦走（山梨県）

N0207

3/20
(木)
 ~
 3/23
(日)

3/20：長崎4：00～高速経由～民宿よしみ18：00
 3/21：民宿～夜叉神峠～薬師小屋
 3/22：小屋～薬師岳～観音岳～地蔵岳～青木鉱泉～タクシー～民宿よしみ
 3/23：民宿5：00～長崎19：00
 3/24：予備日
 L：松本正 SL：宮崎
 対 象：会員
 ◎参加費、コース等詳細は説明会にて報告（2月号と日程コース変更）
 ◎マイカー又はレンタカー使用
 説明会3月10日16時～17時
 ✕切3月12日 要申込

きっしょう 橋湾を一望 橋翔展望台		N0208
3/22 (土)	コース：バス停～峠～橋翔展望台～烏帽子岩～準提観音 集合：10時03分・茂木 L：中村丹 SL：江島 対象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎東南部	

岩トレ＝牛首岩 マルチピッチが魅力		N0209
3/23 (日)	集合：7時30分市民会館・9時現地 L：小島 SL：坂上 対象：会員 要申込：Lに連絡 セカンドビレイの練習を習得しよう	

のんびり山行＝城山 (350 円)		N0210
3/23 (日)	コース：バス停～愛宕神社跡～城山 (350 円) ～善長谷教会～深堀中学校 集合：9時28分 鶴洋高校バス停 L：坂下 SL：若松 対象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎西南部	

岩トレ＝矢岳 茂木の港が一望		N0211
3/26 (水)	集合：9時現地 L：野田 SL：大宅 対象：会員・一般 要申込：Lに連絡	

登山教室&のんびり＝金毘羅山 (366 円)		N0212
3/26 (水)	コース：バス停～室生寺～金毘羅山～穴弘法～天主公園 集合：9時28分 四丁目バス停 L：橋口 SL：西村 対象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎西南部	

じげん

第11回島巡り・慈眼桜観賞と平戸巡り

N0213

3/27

(木)

コース：平戸大橋～平戸城～最教寺～幸橋～平戸ザビエル記念教会～川内峠～慈眼桜～松浦資料博物館

出 発：平山発 6時～15分中央橋～25分平和町～35分昭和町

L : 松本千 SL : 玉那覇

対 象：会員・一般

参加費：4,000円

要予約

バス使用

慈眼桜は、伊豆大島などに多いオオシマザクラに近い品種。平戸市の文化財（天然記念物）に指定されて、春霞の中、緑の中に綺麗に咲きほころびます。

反時計回りに周遊コース 矢上普賢岳 (436 ㍊)

N0214

3/29

(土)

コース：バス停～彩ヶ丘～墓地～矢上普賢岳～行仙岳 (456 ㍊)～鉄塔～彩ヶ丘

集 合：9時30分・馬場(矢上)バス停

L : 松本千 SL : 酒井

対 象：会員・一般

ランク：☆☆☆

地形図：長崎東北部

九州百名山 熊本県 No.55 向坂山・白岩山・扇山

N0215

3/29

(土)

～

3/30

(日)

3/29(土)：平山発～高速経由～諸塚山～五ヶ瀬えのはの家

3/30(日)：宿6:00～向坂山(76峰 1685 ㍊)～白岩山(76峰 1647 ㍊)～霧立越～扇山(77峰 1667 ㍊)～松木登山口 14:00～長崎

出 発：平山発 6時～15分中央橋～25分平和町～35分昭和町

L : 平野 SL : 藤野

対 象：会員・一般

ランク：☆☆☆

地形図：緑川・国見岳

参加費：12,000円

宿泊費：1泊朝食@6,600円 素泊まり@4,000円

切3月17日 要申込

バス使用

岩トレ=野岳 NO CLIMB NO LIFE N0216	
3/30 (日)	集 合：7時30分・市民会館 L：原田 SL：高尾 対 象：会員 要申込：Lに連絡

山桜観賞登山 帆場岳 (506 祝) N0217	
3/30 (日)	コース：恵の丘～帆場岳～現川峠～西山台 集 合：10時17分 恵の丘バス停 L：田上清 SL：田端隆 対 象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎東北部

～岩トレ～ 豊前坊 NO CLIMB NO LIFE N0218	
4/2 (水)	集 合：9時 現地 L：大宅 S：林 対 象：会員・一般 要予約：Lに連絡

～のんびり山行～ 岩屋山 (475m) N0219	
4/2 (水)	コース：岩屋神社～龍神尾根～岩屋山 (475m) ～油木 集 合：9時30分 虹ヶ丘中央バス停 L：峰 SL：橋口 対 象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎西北部

～山菜ハイク&登山教室～ N0220	
4/5 (土)	コース：ダム公園～中尾峠～番所橋 集 合：10時 本河内ダム公園 L：田上 SL：橋口 対 象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎東南部

～岩トレ～ 風頭 (美容と健康に)		N0221
4/6 (日)	集 合：10時・現地 L : 坂上 S: 竹本美 対 象：会員・一般 要予約：Lに連絡 ◎終了後、公園にて鼻見	
	～岩トレは楽しいよ～花見てイッパイ～	

風頭公園花見山行		N0222
4/6 (日)	コース：丸川公園～豊前坊～英彦山～白木～風頭公園 集 合：10時 丸川公園 L : 平野 SL: 藤野 対 象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：長崎東南部	
	～到着後、風頭公園広場で花見を行います。飲み物、ご馳走大大歓迎～	

～岩トレ～ 矢岳 NO CLIMB NO LIFE		N0223
4/9 (水)	集 合：9時現地 L : 林 S: 古井 対 象：会員・一般 要予約：Lに連絡	
	～岩トレは楽しいよ～一度経験してみんね	

急登の松尾岳から佐敷岳へ		N0224
4/10 (木)	コース：平山～松尾岳(297m)～佐敷岳(502m)～寺岳～元宮公園 集 合：9時55分 平山バス停 L : 中嶋茂宏 SL: 木戸 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎東南部	
	～気持ちいい汗をかこう～	

大堂平から琴ノ尾岳 (451m)		N0225
4/12 (土)	コース：大堂平～琴ノ尾岳 (451m) ～扇塚～船津 集 合：10 時 23 分 大堂平バス停 L : 村田 SL : 石原 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎東北部	
	～気持ちいい汗をかこう～	

～岩トレ～ 矢岳 (美容と健康に)		N0226
4/13 (日)	集 合：10 時現地 L : 小島 S: 岩崎 対 象：会員・一般 要予約：Lに連絡	
	～岩トレの季節到来～	

のんびり&草花観賞登山・倉木山 (由布院)		N0227
4/13 (日)	コース：登山口～分岐～倉木山～p1155～分岐～登山口 出 発：平山発 6 時～15 分中央橋～25 分平和公園～35 分昭和町 L : 浜都 SL : 峰 対 象：会員・一般 ランク：☆☆ 地形図：別府西部 参加費：5,000 円 バス使用	
	エヒメアヤマ、オキナグサ、サクラソウの宝庫	

岩トレ=豊前坊 NO CLIMB NO LIFE		N0228
4/16 (水)	集 合：9 時 現地 L : 古井 SL : 野田 対 象：会員・一般 要申込み：Lに連絡	

矢筈岳 (336m) ・ 花のアグリの丘		N0229
4/16 (水)	コース：バス停～ジオパーク～矢筈岳～アグリの丘～白髪 集 合：9時48分相川バス停 L：酒井 SL：橋口 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西北部	

モヒカン刈りの戸町岳 (427m)		N0230
4/19 (土)	コース：バス停～展望岩～戸町岳～ダム源流地～巨木杉～水源地広場 集 合：9時30分水源地地下バス停 L：相川 SL：江島 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西南部	

岩トレ＝野岳 NO CLIMB NO LIFE		N0231
4/20 (日)	集 合：7時30分市民会館. 9時現地 L：高尾 SL：原田 対 象：会員 要申込み：Lに連絡	

＝第13回長崎街道＝		N0232
4/20 (日)	コース：大町宿～北方宿～塚崎宿 出 発：平山発7時～15分中央橋～25分平和町～35分昭和町 L：津田 SL：平山 対 象：会員 参加費：4,500円 塚崎宿の東西に残る鍵型道路（雷光型いわゆる戦略道路）一見の価値あり	

烏帽子岳～鳴鼓岳		N0233
4/20 (日)	コース：バス停～烏帽子岳 (413m) ～鳴鼓岳 (392m) ～芝生広場～ 展望台～佐底 集 合：9時54分横尾小バス停 L：松本千 SL：松本正 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西北部	

岩トレ=豊前坊 NO CLIMB NO LIFE		N0234
4/23 (水)	集 合：9時現地 L：野田 SL：大宅 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡	

第12回島巡り・肥前鷹島		N0235
4/24 (木)	コース：肥前鷹島大橋～松浦市立埋蔵文化センター～ガイドンス施設～ モンゴル村散策～宮地嶽～牧ノ岳～番屋山～道の駅鷹島 平山発：6時～15分中央橋～25分平和町～35分昭和町 L：松本千 SL：玉那覇 対象：会員 ランク：☆☆ 要予約 参加費：4,000円	バス使用
鷹島は、およそ730年前来襲した元寇の地。南側の沖合いには沈没した元軍の艦船が今なお眠っており、その歴史的重要性から水中考古学の貴重な資源を有する島。		

天竺山 (384m) ～帆場岳 (506m)		N0236
4/26 (土)	コース：バス停～天竺山～帆場岳～西山台 集 合：10時15分・六枚板バス停 L：中村丹 SL：若松 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎東北部	

岩トレ=豊前坊 ゲレンデは石切場跡		N0237
4/27 (日)	集 合：10時現地 L：岩崎 SL：参加者から 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡 岩登りのいい季節になりました。	

市内西部の山・低山縦走		N0238
4/27 (日)	コース：バス停～女神大橋～天門峰～西泊中～帆掛山～立神山～入船が丘 集 合：9時54分・戸町中裏 L：恵本 SL：江巖 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西北部	

年に一度は多良山系大縦走		N0239
4/29 (火) (祝日)	コース：シャクナゲ公園～摩利支天宮～二合半岳～横峰越～五家原岳 (1057m)～中岳(1000m)～金泉寺～経ヶ岳(1057m)～釜伏 山～岩屋越～遠目山～郡岳(826m)～郡岳南登山口 集 合：3時15分 産直かやげ駐車場 L：大宅 SL：宮崎 ランク：☆☆☆☆☆ 地形図：多良岳 要申込：マイカー使用(両登山口車デポ) 約12時間行程・体力に挑戦・・・	

岩トレ=矢岳 (岩に接して体調を知る)		N0240
4/30 (水)	L：大宅 SL：林 集 合：9時現地 対 象：会員・一般 要申込：Lに連絡	

道なき道から入山・稲佐山		N0241
4/30 (水)	コース：築川公園～春木町～P240～稲佐山(333m)～大浜 集 合：10時・築川公園 L：田端美 SL：橋口 対 象：会員・一般 ランク：☆☆☆ 地形図：長崎西北部	