



2022年8月13日(土)

苔と原生林もののけの森 北八ヶ岳・白駒の池周遊～にゅう

苔の森で有名な白駒池から1時間ほどの「にゅう」まで登ります。にゅう山頂は開けていて富士山まで見渡せる大展望が楽しめます。登山初級者でも安心の登山道となっています。

【開催日】 2022年8月13日(土)

【開催地】 長野県南佐久郡佐久穂町・小海町(白駒池～にゅう)

【ガイド】 小坂橋 結子(公益社団法人 山岳ガイド協会認定 登山ガイド)

【集合】 白駒池入口 【解散】 白駒池入口

【日程】 白駒池入口9:00集合→白駒池→白駒荘→にゅう→白駒荘→白駒池周遊→白駒池入口15:00
<歩行時間:4:00>

【参加費】 9,000円 当日現金にてお願いします。

(金額の中に含むもの:ガイド料、協力金。金額の中に含まないもの:集合場所までの交通費、食事代、保険代)

参加者のご都合により参加を取り消される場合は、下記のキャンセル料がかかります。

出発の1週間前まで・キャンセル料は発生しません。	出発の2日前まで・ガイド料の30%
出発の前日まで・ガイド料の50%	当日不参加の場合・ガイド料の100%

【レベル】 山歩きが初めての方でもご参加いただけます。

【定員】 10名(最小催行5名)定員になり次第締切(先着順)

【締切】 8/6(土)

【申込】 LINEID ([bluepoppy618](https://line.me/ti/p/nHNVe8XNc9))または <https://line.me/ti/p/nHNVe8XNc9>

(ガイド)へ直接申込みください。※申込後グループLINEへ招待します。

「氏名、生年月日、年齢、性別、TEL、住所、緊急連絡先(氏名(関係、TEL))」をお知らせください。

【その他】 天候、コンディションが悪い場合で、目的の山行が不可能な場合、代替コースをご提案、中止する場合があります
保険(救援者費用等)は各自でご加入をお願いします。

【保険一例】 1DAYレジャー保険(1日500円から入れるレジャー・スポーツ向け保険)セブンイレブンで入る保険(三井住友海上)

<https://ehokenstore.com/1dayleisure>

ハイキング 軽登山向け	プレミアム おすすめ	ベーシック
傷害死亡保険金	250万円	200万円
傷害入院時一時保険金	15万円	10万円
骨折時一時保険金	10万円	7万円
日常生活賠償保険金	3億円	1億円
救援者費用等保険金	450万円	300万円
保険料(1名・1日あたり)	700円	500円



【白駒池入口へのアクセス】

■車の場合

- ・中央自動車道 須玉 IC-国道 141 号-国道 299 号（メルヘン街道）-白駒池駐車場
- ・中央自動車道 諏訪 IC-ビーナスライン-国道 299 号（メルヘン街道）-麦草峠-白駒池駐車場
- ・上信越自動車道 佐久 IC-国道 141 号-国道 299 号（メルヘン街道）-白駒池駐車場

<駐車場>

- ・白駒池駐車場：駐車可能台数：150 台（有料）

■電車・バスの場合※当日 9：00 までに着くバスはありません。自家用車・タクシー等ご利用ください。

- ・東京駅から北陸新幹線 佐久平駅にて下車-佐久平駅前千曲バス白駒線 麦草峠方面行乗車-白駒池入口下車
- ・新宿駅から JR 中央線小淵沢駅にて JR 小海線に乗り換え-八千穂駅下車-千曲バス白駒線 麦草峠方面行乗車-白駒池入口下車
- ・新宿駅から JR 中央線 茅野駅にて下車-アルピコ交通バス麦草峠線乗車-白駒の池下車

※公共交通機関の時刻・料金に関しては、必ず各自で最新の情報をご確認の上ご利用ください。

千曲バス http://chikuma-bus.com/home/modules/route_bus/index.php?content_id=34#jikoku

アルピコ交通 <https://www.alpico.co.jp/traffic/local/suwa/>

■タクシーの場合

行き先	出発駅	所要時間	タクシー料金	1人料金(4人乗車)	定期バス料金
白駒池入口	JR 茅野駅	40 分	¥10,690	¥2,680	¥1,500
白駒池入口	JR 佐久平駅	50 分	¥15,930	¥3,990	¥2,030

【持ち物一例】

◎ は必ずそろえてほしいもの。△はあると便利なもの。

登山靴	足首まで保護する、ゴアテックス製か同等機能のもの	◎
ザック	日帰りなら35リットル程度、宿泊1泊なら45リットル程度	◎
雨 具	上下セパレートタイプ ゴアテックス製か同等機能のもの	◎
ヘッドランプ	予備電池、電球も含め必携	◎
地 図	登山地図、ガイドブックのコピーなど	◎
ズボン（タイツ）	伸縮性、速乾素材のもの	◎
シャツ（長袖）	伸縮性、速乾素材のもの	◎
靴 下	伸縮性、速乾素材のもの	◎
下 着	伸縮性、速乾素材のもの	◎
帽 子	速乾素材のもの	◎
手 袋	トレッキング用（あればレイン用のものも）	◎
防寒着	フリース、ウィンドブレイカーなど。夏でも山は寒い時があります。	◎
スパッツ	靴への雨、小石の侵入防止に便利	△
ザックカバー	ザックへの雨の侵入、汚れ防止	△
ストック	バランスの保持	△
サングラス	紫外線等から目を守る	△
食 料	おにぎり、パンなど。	◎
水 筒	最低 1.5 リットル以上(山行による) スポーツドリンク、水	◎
行動食	チョコ、飴、ナッツ、果物など簡素で食べやすいもの	◎
救急品	キズ薬、湿布などの常備薬	◎
その他	保険証、タオル、トイレトペーパー、携帯電話、ビニール袋、笛	◎
その他	除菌シート、マスクなどコロナ対策用グッズ	◎
その他	カメラなど個人で必要なもの	△