

2026 **3.21 sat - 22 sun**

国際山岳ガイド 山下勝弘ガイドと行く

# 赤岳(2899m)&阿弥陀岳(2805m) 雪山登山・講習

八ヶ岳・赤岳&阿弥陀岳登頂と雪山歩行技術

雪山入門！アイゼン・ピッケル雪山ギアと雪上歩行を学び、雪の名峰登頂を目指そう！

初日は、赤岳鉱泉到着後、アイゼン歩行、ピッケル技術を学んで翌日に備えます。

国際山岳ガイド山下 勝弘ガイドが同行しますので安心してご参加いただけます。

※参加者が4名様以上の場合は、山下ガイドの他にアシスタントガイドが同行致します。

**集合時間・場所** 2026年3月21日(土) 9:10 JR中央本線「茅野駅」

**解散時間・場所** 2026年3月22日(日) 15:00頃 JR中央本線「茅野駅」  
※解散時刻は当日の天候、コンディションなどにより前後致します

**募集人数** 6名様(最小催行人員2名様)

**受講料** 好日山荘登山学校会員：¥66,000 (一般：¥68,000)

**行程** [歩行時間 1日目:約3時間30分／2日目:約8時間] ※講習をしながらなので  
実際の所要時間は長くなります

**[1日目]** 茅野駅 9:10…タクシー…美濃戸…徒歩…北沢…徒歩…赤岳鉱泉  
赤岳鉱泉到着後 雪上講習・赤岳鉱泉泊(約2,300m)

**[2日目]** 赤岳鉱泉…徒歩…行者小屋…徒歩…赤岳…徒歩…阿弥陀岳…徒歩…行者小屋  
…徒歩…赤岳鉱泉…徒歩…美濃戸…タクシー… 15:00頃 茅野駅

**宿泊** 赤岳鉱泉 2026年3月21日(土)～3月22日(日) 1泊2食付き

**同行ガイド紹介** 山下勝弘(ヤマシタ カツヒロ) ガイド

公益社団法人 日本山岳ガイド協会公認 国際山岳ガイド&フリークライミングインストラクター・環境省自然保護委員  
中学、高校時代から縦走をはじめ、1981年頃から社会人山岳会にて岩登りをはじめ、冬壁、ビッグウォール、フリーク  
ライミングに没頭。山からはハイキング、クライミング、マウンテンアクリング、スキーと色々な楽しみ方を貰っています。

**移動例** 【行き】新宿 7:00 … JR特急あずさ1号・松本行 … 9:07 茅野  
【帰り】茅野 16:20 … JR特急あずさ44号・新宿行 … 18:45 新宿

※公益社団法人日本山岳ガイド協会認定ガイドが同行致します。

※参加者3名様までの場合はガイド1名(山下ガイド予定)、4名様以上の場合は他にアシスタントガイドが同行致します。

※受講料に含まれるもの / 山小屋宿泊代金[1泊2食付]、ガイド同行費、保険料。(※添乗員は同行いたしません)

※茅野駅～美濃戸口間の往復タクシー代金は含まれておりません。現地にてご参加のお客様でタクシー代金を折半しご負担ください。

※自家用車でお越しで美濃戸口での集合解散をご希望のお客様は必ず事前にご相談ください。

※行動食は含まれておりません。皆様ご自身でご用意下さい。

※原則として降雪、降雨の場合でも実施致します。警報等、実施が危険と判断した場合は前日までに中止の連絡をいたします。

※天候、その他、現地事情などにより行程が変更になる場合がございます。

正しく学んで、楽しく登ろう！

## 好日山荘 登山学校

お申込みはこちらから



<https://adventure-guides.co.jp/page-12747>

裏面の申込書からもお申込みいただけます。ご記入の上、FAX  
または郵送でお送りください

■募集型企画旅行契約：この旅行(講習会)は、(株)アドベンチャーガイズ(以下「当社」という)が企画・実施する旅行(講習会)であり、お客様は当社と募集型企画旅行契約(以下「旅行契約」という)を締結することになります。ここに記載のない旅行条件は、当社の旅行業約款(募集型企画旅行契約の部)によります。旅行業約款をご希望の方は、ご請求下さい。

■国内旅行傷害保険について：「好日山荘登山学校」の実技講座では安心のためアドベンチャーガイズが契約者となり予めご旅行代金(受講料)に保険料を内包しており、下記補償内容を付保しておりますのでご確認ください。

●死亡・後遺障害保険金額 300万円 ●入院保険金日額 4,500円 ●手術保険金 入院保険金日額の10倍(入院中の手術)または5倍(入院中以外の手術)の額をお支払いします。 ●通院保険金日額 3,000円 ●救済費用等保険金額 100万円 ●賠償責任保険金額[※免責金額(自己負担額):0円] 1,000万円 ●携行品損害保険金額[※免責金額(自己負担額):3,000円] 5万円※この保険は、株式会社アドベンチャーガイズを保険契約者として当社が主催する募集型企画旅行に参加の参加者全員を被保険者とする包括契約です。原則として、契約者が契約内容変更に関する請求権、解約請求権等を有します。

2026年3月21日(土)～22日(日) 好日山荘登山学校「赤岳(2899m)&阿弥陀岳(2805m)雪山登山・講習」参加申込書

(フリガナ) 氏 名			性 別														
			生年月日 (西暦)														
登山学校会員ですか？		はい ・ いいえ		好日山荘会員番号													
住所	〒																
メールアドレス																	
自宅電話番号	( )				携帯電話番号				( )								
緊急連絡先	氏名				続柄				電話番号								
基礎疾患等																	
今まで登った山	夏								冬								
※参加申込書は参加者1名様につき1枚を、FAX(03-3288-3211)または郵送でお送り下さい。																	

【個人情報の取り扱いについて】  
(株)アドベンチャーガイドスは旅行、ガイド登山、講習会のお申込みの際に提出された申込書に記載された個人情報についてお客様との連絡に利用させていただくほか、お客様がお申し込み頂いた旅行、ガイド登山、講習会において運送・宿泊機関等の提供するサービスの手配及び手続きに必要な範囲で利用させていただきます。

○旅行契約成立後、お客様の都合で契約を解除されるときは、下表の取消料を申し受けます。

契約解除日	21日前まで	20～8日前	7～2日前	前日	当日	集合時間以降
取 消 料	無料	受講料の20%	受講料の30%	受講料の40%	受講料の50%	受講料の100%

お申込み、開催の流れ

1. WEB 申込み、または参加申込書に必要事項をご記入いただき、アドベンチャーガイドスへ FAX または郵送でお送り下さい。

↓

2. アドベンチャーガイドスより受付(申込内容確認、参加可否及び開催の可否等)をご連絡いたします。

↓

3. 旅行代金(受講料)をアドベンチャーガイドスの銀行口座にお振込み下さい。  
※申込書の受理と旅行代金(受講料)の入金確認をもって本旅行契約の成立といたします。

↓

4. 講習会開催日の10日前までに、改めて開催可否のご連絡をいたします。

↓

5. 講習会開催日の3日前までに、ご登録いただいたメールアドレスへ最終開催連絡をいたします。(天候等による最終確認、当日のガイド連絡先等)  
★最少催行人員に満たない場合、講習会が中止になる場合がございます。中止の場合は講習会開催日の3日前までにご連絡いたします。

振込先口座名  
株式会社アドベンチャーガイドス  
三菱UFJ銀行 神保町支店  
口座番号1258952

参考装備リスト	
用具	積雪期用登山靴 ◎ 防水・防寒性にすぐれ、アイゼンを着用するためソールが硬く、インナーには保温性を重視した素材を使用した雪山用登山靴
	バックパック ◎ 30ℓ程度のもの
	レインカバー × 基本的に雪山登山では不要です
	トレッキングポール ○ 先端保護のプロテクター、雪山用のパウダーバスケットも忘れずに
	スパッツ (ゲイター) ○ 防水性に優れたもの
	アイゼン ◎ アンチスノープレート付きの12本爪フルアイゼンで、必ずご自身の靴に合ったもの。
	ピッケル ◎ 60cm 前後の長さで一般縦走用のもの、バンド (肩掛け) も忘れずに
	ヘルメット ◎ 登山用の軽量なもので、防寒用のニット帽などの上から被れるサイズのもの
	ハーネス ◎ ウェストベルトとレッグループがセパレートタイプのシートハーネスがおすすめ
	安全環付きカラビナx2枚 ◎ お客様各自2枚をご用意ください
服装	アンダーウェア ◎ 化繊やウールなど吸水速乾性のインナー・肌着・タイツ
	靴下 ◎ ウールなど保温性とクッション性の高いもの
	シャツ・ズボン ◎ 化繊やウールなど吸水速乾性のシャツやズボン
	防寒着 ◎ フリースジャケット、ダウンジャケットなど
	アウターレイヤー ◎ GORE-TEX® 製品に代表される、防水透湿性に優れたオーバージャケット、オーバーパンツ
	グローブ ◎ 防寒保温性に優れた雪山用グローブ、その他、防寒性のある薄手のグローブの最低2組
	オーバーグローブ ◎ 吹雪、強風時などに雪山用グローブの上から着用できるサイズのもの
	帽子 ◎ 防寒用の耳まで覆えるビーニー (ニット帽)、その他、晴天無風時用のキャップやハットなどの最低2組
	ネックゲイター ◎ Buff® 製品に代表される薄手のものや、フリース素材のものなど、首周りの保温に
	サングラス ◎ 雪面からの紫外線の照り返しなどからも目を保護するため
	ゴーグル ○ 吹雪、強風時などに必要
水分・食料	水筒 ◎ 1ℓ以上の携帯性の高いもの (ハイドレーションも便利)
	サーモボトル ○ 温かい飲み物を入れる保温水筒
	行動食 ○ ナッツ、チョコレート、ようかん、アメ、柿の種など歩きながらでも食べられるもの
	昼食 ◎ パンなど調理しなくてよいもの
その他	ヘッドランプ ◎ 明るさ200ルーメン以上のLEDランプのもの
	替え電池 ◎ ヘッドランプ用の替え電池
	コンパス △ オリエンテーリングに適したSUUNTO 社、SILVA 社などのベースプレートコンパスがおすすめ
	地図 △ 該当エリアの「1/25000 地形図」や昭文社の「山と高原地図」など
	マップケース △ 講習当日が雨や雪予報の場合、マップケースや大きめなジップロックなど
	保険証 ○ 万一の緊急時に備えて (コピーでも可)
	ファーストエイドキット ○ 絆創膏、テーピング、常備薬など
	ビニール袋 ○ ごみ袋用としてジップロックなどの封が出来るものがおすすめです
	洗面用具類 ○ 歯ブラシ、タオル、ウェットティッシュ、トイレトペーパーなどの他、各自必要なもの
	日焼け止め ○ 雪面からの照り返しで日に焼けるため
	リップクリーム ○ 日焼け止めの他、乾燥対策のためにも
◎: 必携 ○: あった方がよい △: なくても困りませんがあった方が便利 ☆上記装備表のご購入・お問い合わせはお近くの好日山荘または好日山荘 WebShop まで☆ 好日山荘関東エリア店舗一覧 <a href="https://www.kojitusanso.jp/shop/kanto/">https://www.kojitusanso.jp/shop/kanto/</a> 好日山荘 WebShop <a href="https://www.kojitusanso.com/shop/default.aspx">https://www.kojitusanso.com/shop/default.aspx</a>	

