

# 雪山ステップアップ講座

正しく学んで、楽しく登ろう！  
好日山荘  
登山学校

## 日本百名山・中国地方最高峰 雪の伯耆大山・1710m

中国地方最高峰の伯耆大山。天候により難易度は大きく変わる難しくも美しい山です。

しっかりした装備で、西日本屈指の人気の雪山にチャレンジしてみましょう♪

# 2026.2.22(日)

■集合：大山ナショナルパークセンター 2F 8:15

■解散：大山ナショナルパークセンター 2F 15:30 頃

※もしくは、米子駅 7:00（ガイド車で移動：実費交通費要） 解散 17:00 頃

募集人員：5 名様（最少催行人員 3 名様）

参加費：18,500 円（好日山荘登山学校会員）/一般：20,500 円

### 受講レベル B

A：雪山経験 0 回以下 4～5 時間の歩行体力

B：雪山経験 ～5 回程度 6～8 時間の歩行体力

C：雪山経験 ～10 回以上 8 時間以上の歩行体力

### 【行程】

大山寺…夏山登山道…避難小屋…弥山頂上…避難小屋…夏山登山道…大山寺  
…徒歩（歩行時間：約 6～7 時間 歩行距離：約 6 km）

※（公社）日本山岳ガイド協会認定ガイドが同行致します。 ※天候・その他現地事情等でコース変更、下山時刻が遅れる場合がございます。

※食事費用は含まれておりません。ご自身でご用意ください。 ※現地集合・現地解散の企画になります。

### 【お申込み方法、開催の流れ】

1. お申込みは、右記 QR コード、または下記 WEB サイトよりお申込み下さい。

<https://www.kojitusanso.jp/school/practical/>

2. 当社にて受付（申込内容確認、参加可否及び開催の可否等）を返信いたします。

3. 受付後、開催 10 日前をめどに、改めて開催可否連絡をいたします。

4. 申し込みは WEB、クレジット決済のみになります。

5. 開催日 7 日～10 日前に、ご登録いただいたメールアドレスへ最終案内を連絡いたします。（天候等による最終確認、当日ガイドの連絡先等）



ガイド：吉田 太一

・日本山岳ガイド協会認定ガイド ・好日山荘登山学校講師



TAICHI YOSHIDA  
MOUNTAIN GUIDE SERVICE

【現地への交通手段】

現地への公共交通機関はございません。原則自家用車になります。路面状況をご確認の上お越しください。

(◎:必携 ○:あった方がよい △:なくても困らないが、あった方が便利、使わない場合もあります)

|        |            |   |                             |                  |            |   |                          |
|--------|------------|---|-----------------------------|------------------|------------|---|--------------------------|
| 用<br>具 | 登山靴        | ◎ | 剛性のしっかりしたマウンテブーツ（冬用でなくても可）  | 雪<br>山<br>装<br>備 | スノーシュー     | × | 積雪状況によります（レンタルあり）        |
|        | バックパック     | ◎ | 30L 程度 ※スノーシューアタッチメントがあると便利 |                  | アイゼン       | ◎ | 10 本爪以上、登山靴に適したモデル       |
|        | レインカバー     | × | バックパックのサイズに合わせたもの           |                  | ピッケル       | ◎ | 55 cm程度（リーシュコードも）        |
|        | トレッキングポール  | ◎ | スノーバスケットを付けて                |                  | ショベル       | × | 雪上の休憩時、雪洞づくりなどに活用できます    |
|        | ハーネス       | × | ダイアパータイプ推奨                  |                  | ツェルト       | × | 休憩時やビバークに備えて（張綱、ベグなど揃えて） |
|        | ヘルメット      | ○ | 登山用（ヘルメットホルダーがあると便利）        | そ<br>の<br>他      | ヘッドライト     | ◎ | 万が一の夜間行動に備えて（替え電池も）      |
|        | スリング       | ◎ | 120～150 cm × 1              |                  | 防水バック      | △ | 衣服など濡らさないように             |
|        | カラビナ       | × | 安全環付カラビナ×1                  |                  | コンパス       | × | プレートコンパス                 |
|        | カラビナ       | ◎ | HMS 型カラビナ× 1                |                  | 地図         | × | 地形図                      |
| 服<br>装 | 高機能アンダー    | ◎ | レイヤリングの新しいスタンダードスタイルです      |                  | マップケース     | × | 地図を濡らさず携帯するために           |
|        | ベースレイヤー    | ◎ | 化繊やウールなど、汗を吸水して蒸発させる素材      |                  | サングラス・ゴーグル | ◎ | 雪盲対策に必須です（強風時はゴーグルが便利）   |
|        | ミッドレイヤー    | ◎ | 素早く汗を吸い、乾きの早い素材             |                  | タオル        | ○ | 汗拭きに                     |
|        | サーマルレイヤー   | ◎ | 休憩時に必要です（コンパクトに収納できるもの）     |                  | 日焼け止め      | ○ | お肌の保護に（リップクリームなども）       |
|        | ハードシェル     | ◎ | 防水透湿性がある、上下セパレートタイプ         |                  | マイナバーカード   | ◎ | 万が一に備えて（保険証）             |
|        | スノーゲーター    | ◎ | 雪の侵入を防ぎ、足の冷えを抑えます           |                  | ファーストエイド   | ◎ | ケガなどの応急処置に（常備薬なども）       |
|        | グローブ       | ◎ | 薄手、中厚、オーバーグローブなど重ね着（予備要）    | 食<br>べ<br>る      | 水筒         | ◎ | 保温ボトルと常温を適量              |
|        | 帽子・ネックゲーター | ◎ | 耳まで隠れる物、首周りの保温とフェイスガード      |                  | 行動食        | ◎ | アメ・ナッツ・チョコ・羊羹など高カロリーなもの  |
|        | 靴下         | ◎ | ウールなど保温性とクッション性の高いもの        |                  | 昼飯         | ◎ | おにぎり・パンなど調理の必要なく、凍らないもの  |

装備品のお問い合わせは、下記までお願い致します

好日山荘 広島紙屋町店

営業時間：11:00～20:00／土日祝 10:00～20:00 TEL: 082-569-6031

〒730-0011 広島市中区基町 11-10 合人社広島紙屋町ビル B1F

当社規定により、登山・レジャー保険を義務加入しており、参加費に含んでおります。

【死亡・後遺障害 209 万円、入院日額 2000 円、通院日額 1000 円、賠償責任 1000 万円、携行品損害 50,000 円、救援者費用 100 万円】

度々登山をされる方は、日山協山岳共済会（山岳共済事務センター ☎03-5958-3396）等の年間山岳保険のご加入をおすすめします。

【個人情報の取り扱いについて】：

ガイド登山・講習申込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使用させていただくほか、

お客様がお申込みいただいた講習・ガイド登山においての手続きに必要な範囲で利用させていただきます。

次に登る日を、もっと好い日に。

好日山荘

企画・募集

主催：（株）好日山荘 登山学校

TEL:078-231-1300 〒651-0083 兵庫県神戸市中央区浜辺通 2-1-30 三宮国際ビル 6F

