

40周年ニュース

第12号

2025.12.10発行

山好会40周年記念事業
実行委員会

初めてでも大丈夫、
雲海と白銀の高原をスノーシューで

美ヶ原雪山ハイク(3/3～4)



美ヶ原の緩やかな高原をスノーシューで歩きます。

一日目に歩き方などスノーシューに慣れるようにサポートしますので、初めての方でも気軽に参加できます。

二日目は「王ヶ頭」まで、ガイドさんとゆっくり雪景色を観察しながら歩きます。深雪を歩く爽快感とともに、天気がよければ各アルプスや富士山などの絶景が期待できます。

昨年実施した「40周年記念事業アンケート」での雪山希望にお答えする企画です。ぜひご参加ください。

- 下見報告(2025.2掲載)も参考にしてください。
例会案内は1月号会報に掲載予定です。

～なんと3日(20時頃)は皆既月食
雪原の夜空に『赤い月』が見られるかも



ワンポイントアドバイス

・スパッツは雨天時雨具ズボンの中に履くことが多いですが、雪山では靴の中に雪が入らぬよう、また防風・耐寒の為、晴天時でもズボンに被せて履く必要があります。

・手袋を履いてのスマホなど操作にはタッチペンがあると便利です。

Q & A

◆服装・靴は？

- ・フリースやダウンの重ね着で体温調整できるように。
- ・アウターは防水・防風性のあるもので、カッパでもOK
- ・靴は足首サポート、防水・保温性があれば普段使っているものでOK
- ・なお、靴下は冬用か二重履きに。
- ・スノーシューのレンタル希望者は二日間で2,000円。

◆その他防寒対策などは？

- ・手・頭・首の防寒が必要。
- 手袋は防水・保温性のあるもので、濡れた時の為スペアも忘れずに。
- ・紫外線対策として、サングラスかゴーグルも

◆登山保険は？

- ・山好会の団体保険ではスノーシュー登山は保証対象にならないので、個人保険の加入をお勧めします。YAMAPやモンベルなどでは山行日に合わせて入れる短期間の保険もあります。



『利尻・礼文』

たくさんの方に応募して頂きました。
有りがとうございました。