

2026 年度（令和 8 年度）【第 3 回それぞれの白馬】計画書

日本山岳会山形支部長 鈴木 理夫

1. 期日 2026 年 7 月 28 日（火）～30 日（木） 2 泊 3 日
2. 目的地 後立山連峰の白馬周辺を楽しむことができます。二日目の行動はいろいろな選択肢があります。それぞれに楽しんでください。
3. 現地宿泊先
立教山荘（白馬乗鞍・白馬コルチナスキー場の中間 蕨平ゲレンデそば）
電気・ガス・水道完備 寝具あります。※昨年トイレがウオシュレットになりました。
入浴は近くの日帰り温泉（若栗温泉 車 5 分）700 円 最終受付 18：00
最寄り施設 民宿 山水荘（立教山荘の隣の民宿ですが、現在は営業していません。）
〒399-9422 長野県北安曇郡小谷村 蕨平 4376 TEL (0261)82-2541
4. 留守先の連絡先 留守本部 山形支部 役員
現地本部 支部長 鈴木理夫
5. 参加希望者（16 名 ○6 名 △10 名）

参加・不参加の返答を 6 月 29 日（月）まで支部長鈴木にメール又は電話にてご連絡ください。

なお、参加の場合も必ず連絡をお願いします。

6. アクセス方法
※乗用車分乗
各車ごと出発して現地集合とします。（小谷村蕨平）
立教山荘集合を午後 4 時。※シーツ・枕カバー（枕を覆えるタオル等）
鈴木は 15 時 30 分までに到着するようにします。
昨年の例です。
①鶴岡 8:00 発 集合場所 小真木原運動公園駐車場 丹野車分乗
②単独で鶴岡早朝出発（日向）
③米沢発 ④東京方面発
鶴岡市又は米沢市発⇒村上市（日本海東北道）⇒新発田市⇒新潟市⇒糸魚川市（北陸自動車道）買出し⇒国道 148 号経由で立教山荘
山荘のそばのゲレンデの端に駐車できます。（山荘まで徒歩 20m ほど）
7. 費用概算 人数と 2 日目の行動により、場合によってレンタカー使用を考える場合があります。
□交通費 各車ごとに交通費を清算してください。
※ガソリン代：(km:往復距離) / (km/l:燃費) × 180(円/l:ガソリン代)
※高速代金： 円 × 円
□宿泊代
※会員：1,500 円 × 2 日 = 3,000 円
□食費
朝食 500 円、夕食 1,000 円、
1 人当たり 1,500 円 × 2 日 = 3,000 円 + 飲み物別途（持参推奨）

一人当たりの経費 2泊 5,000円(夜・朝各2) 1泊 2,500円(夜・朝各1)

8. 7月29日の行動予定:『それぞれの白馬』<参考計画例>

①白馬岳(2932m) 大雪渓を登り頂上の小屋で一泊(要予約)

登り5時間30分 下り3時間20分

②唐松岳(2696m) 八方尾根から日帰り ゴンドラ使用 往復6時間30分

③雨飾山(1963m) 日帰り 日本百名山 往復6~7時間

④乗鞍岳・白馬大池 ロープウェイ使用 日帰り 往復5時間10分

⑤柵池自然園散策 日帰り すべて歩けば4~5時間

9. 山行届

※行動は各自計画する前提ですが、登山の場合は事前に JAC 遭難委員会と支部長へ計画書を送ってください。なお、送付も行き先ごとの代表者をお願いします。

※条例で、それぞれの出発地点のポストに計画書の投函をお願いします。

登山保険は必ず加入してください。参加の条件とします。

