

## 蓼 科 山 (たてしなやま 2530m 日本百名山)

日本百名山の蓼科山は、八ヶ岳火山列の最北端に位置する独立峰で、美しい曲線を描く姿に「諏訪富士」とも呼ばれています。火山の噴火による岩石が広く積み重なった山頂は360°の大パノラマで、すぐ南の八ヶ岳をはじめ、南西方面には南、中央アルプス、北西には霧ヶ峰や北アルプス、北東には浅間山がどっしりと横たわる素晴らしい眺望が堪能できます。なお、先月雨天中止のためできなかった「雑学(コンパスの使い方)」について、今月説明がありますので資料をご用意下さい。

- コース概要
- ①場 所：長野県立科町
  - ②歩行タイム：3時間00分
  - ③高低差：約700m
  - ④レベル：体力☆☆ 技術☆ (3段階の☆評価 初級☆ → 上級☆☆☆)

1. 日 時：平成24年7月21日(土)
2. 往 路：北公民館 6:00 出発～鶴ヶ島 IC～関越道～佐久 IC～9:00 七合目登山口
3. コー ス：登山口 9:20～馬返し 9:50～將軍平 10:50～11:30 蓼科山(昼食)12:10～將軍平 12:30～赤谷の分岐 12:40～13:40 大河原峠

帰路予定：大河原峠 14:00～17:30 北公民館

4. 参加費：5,000円予定
5. 持ち物：水、非常食、防寒具、手袋、雨具、懐中電灯、保険証のコピー、笛など。  
\*車内にコーヒー、砂糖、お湯を用意しますので、利用される方はマイカップを持参下さい。また、車内冷蔵庫も使用できますので、下山後の冷たい飲み物用にご利用下さい。

登山靴ではバスに乗車できないので、車内用の靴またはスリッパをご用意下さい。また、登山靴の履き替えは車外でお願いします。

地図(参考 昭文社刊 山と高原地図 NO.32 八ヶ岳 1:50,000)

6. 参加申込み：参加の方は7月15日(日)までに、男性会員、女性会員とも松井副会長(TEL080-5056-7633 時間18時～22時、携帯メール yukiko7633@ezweb.ne.jp)宛連絡下さい。  
なお、北公民館の他、池の台、若葉駅西口(集合時間6:10)も経由しますので、乗車希望の方は参加連絡時にお申し出下さい。
7. 当日緊急連絡先：牛島 090-9809-6785 松井 080-5056-7633
8. その他：小雨決行ですが、中止の場合は前日の午後9時頃までに、メールまたは電話で連絡しますのでご注意下さい。

\*1 次回は平成24年8月18日(土)至仏山(日本百名山)を予定しています。

\*2 7月28日(土)～29日(日)どんぐり山行会有志の方々と、南アルプス仙丈ヶ岳登山を計画しています。詳細等については松井副会長にお問い合わせ下さい。