

山行計画書(登山届)

2025年7月19日

県警 地域課 御中

所 属 なし

(緊急連絡先)

団体名 いなみ山の会

氏名 井上

代表者 大西 真也

救援体制 あり (人) ・なし

実施日	令和7年7月19日(土)～22日(火)					登山方法	縦 走
登山地	山形：鳥海山・月山・羽黒山					技術度	★★★+
集 合	稲美町5：00発(詳細は別途対応)					交 通	車
役割	氏 名	性別	年齢	血液	現 住 所	本人携帯	緊急時連絡先
CL	大西						

日程・タイムスケジュール

- 19日(土) **移動日**
 稲美町 5:00⇒三木小野 IC⇒朝日まほろば IC⇒(一般道)⇒あつみ温泉 IC⇒遊佐比子 IC⇒三崎公園キャンプ場 16:00 (テント泊)
- 20日(日) **「鳥海山」** ※鉾立ルート(象潟口)
 三崎公園キャンプ場 5:00⇒鉾立 6:00⇒賽ノ河原 6:40⇒御浜小屋 7:40⇒七五三掛 9:30⇒御室 9:50⇒新山 10:00⇒御室 11:20⇒七高山⇒行者岳⇒伏拝岳⇒文殊岳⇒五三掛 13:10⇒御浜小屋 14:00⇒賽ノ河原 14:30⇒鉾立 15:30⇒(温泉)(ｽｰﾊﾟｰ)⇒休暇村庄内羽黒キャンプ場 18:30 (テント泊) ※実歩行時間：8時間30分(七高山～文殊岳をカットすると8時間)
- 21日(月) **「月山」** ※弥陀ヶ原ルート(羽黒登山口)～湯殿山神社
 キャンプ場 6:00⇒月山八合目 P7:00⇒弥陀ヶ原⇒二の岳 9:00⇒月山 10:30⇒牛首 11:30⇒金姥 12:00⇒装束場 13:00⇒湯殿山神社 14:00⇒(タクシー)⇒仙人沢駐車場⇒月山八合目 P16:00⇒(温泉)(ｽｰﾊﾟｰ)⇒キャンプ場 18:00
※実歩行時間：5時間40分(仙人沢駐車場へは+30分、車は有料道路)
 (前日に買い込みしていればｽｰﾊﾟｰはカットもあり。時間に余裕が生まれる)
- <タクシーが手配できなかった場合>
 キャンプ場 6:00⇒月山八合目 P7:00⇒弥陀ヶ原⇒二の岳 9:00⇒月山 10:30⇒月山八合目 P15:00⇒(温泉)(ｽｰﾊﾟｰ)⇒休暇村庄内羽黒キャンプ場 17:00 (テント泊) ※実歩行時間：6時間30分
- 22日(火) **「羽黒山」**
 キャンプ場 6:30⇒羽黒山 7:00/9:30⇒加茂水族館 10:30/11:30⇒あさひまほろば IC⇒稲美町三木小野 IC⇒稲美町 21:30 ※実歩行時間：2時間30分
 (前日の天気が悪く、月山に登れていない場合は、帰りが遅くなるのを承知の上で、月山に登るか、弥陀ヶ原を周回(約1時間)してもよい)
- ※実歩行時間は、昭文社「山と高原地図」の休憩を含まない時間です。

計画概要	・ 3泊4日で山形県の日本百名山2つ〔月山・鳥海山〕に登ります。 ・ 梅雨の時期（高山植物がきれいな時期）に計画し続けてきましたが、雨天中止が続いています。今年は、交流山行の前の週ですが、梅雨明けが期待できます。 ・ 遠方なので航空機利用も有力なのですが、キャンセルがきかないなどデメリットがあるので、自家用車利用とし、天候により中止や日程変更など臨機応変に対応することにします。（日本海側を走るの、比較的車の運転は楽です） ・ 3泊ともキャンプ場にテント泊で、夕食は簡単な自炊かスーパー買出し食で、朝食と昼食は個食です。 ・ 月山は、羽黒登山口から登り、湯殿山神社へ下山する予定です。タクシーの事前手配が必要で、1台約20,000円、約1時間40分かかりますが、せっかくなので縦走したいと思います。（タクシーは、決行確定後に予約します。タクシーが手配できなかった場合のルートは、日程欄に記載しています） ・ 最終日は、羽黒山に登った後、世界最大級のクラゲの展示で有名な「加茂水族館」に行く予定です。（日程欄に記載のとおり、前日に月山に登れていない場合は、月山に登るかもしれません）
登る山の紹介	「鳥海山」2,236mは、日本百名山。鉾立ルート(象潟口 きさかたぐち)は、コース全体を通して見晴らしが良く眺望を満喫できるメジャーコースです。登山道は良く整備され道幅も広く、歩を進めるにつれ背には水平線まで見渡せる日本海、前方には鳥海山最高峰の新山や七高山、それらを取り巻く外輪山などが織り成す絶景が楽しめます。 「月山」1,984mは、日本百名山。弥陀ヶ原周遊コースは、1周約60分。6～8月まではニッコウキスゲ・ミズバショウ・ヒナザクラなどが咲き誇り、お花畑のような景色に！山頂までは片道約3時間の登山コース。標高1,984mの山頂からの眺望は絶景です！ 「羽黒山」414mは、出羽三山（羽黒山・湯殿山・月山）の神々を祀る森厳の山。三山の神を合祭した出羽神社の社殿・三神合祭殿が山頂にあります。参道には国宝五重塔があり、2,446段の石段と杉並木が続き、神聖な雰囲気漂わせています。
装 備	■ 共同装備 ・ 旗 ・ テント〔 人用〕（ ） ・ 家庭用ガスコンロ、食材、調味料、ゴミ袋等（食事担当）、ビール（現地購入） ※手の込んだ料理ではなく、スーパー買出し食を主に想定 ・ テーブル（ ）、椅子（ ）、ポリタン（ ） ■ 個人装備 ・ 3泊4日のベースキャンプ方式のテント泊山行に必要なもの。（寝袋、食器など） ・ 温泉グッズ ・ お酒（ビール以外）、ジュース、つまみ等は、各自の持ち寄り（東北は日本酒がおいしいので、地酒も買いましょう）

宿 泊	<table><tr><td></td><td>宿 泊 場 所</td><td>T E L</td><td>詳 細</td></tr><tr><td>1 9 日（土）</td><td>三崎公園キャンプ場 （日本海の眺望抜群）</td><td>かにかほ市観光課 0184-43-3230</td><td>事前予約不要 310 円/人</td></tr><tr><td>2 0 日（日）</td><td>休暇村庄内羽黒キャンプ場 ・フリーサイト車乗り入れ不可 600 円/人、2,000 円/サイト ・オート車乗り入れ1台可 600 円/人、③,500 円/サイト</td><td>0235-62-4270</td><td>当日 18:00 まで</td></tr><tr><td>2 1 日（月）</td><td>同上（連泊）</td><td></td><td></td></tr></table>		宿 泊 場 所	T E L	詳 細	1 9 日（土）	三崎公園キャンプ場 （日本海の眺望抜群）	かにかほ市観光課 0184-43-3230	事前予約不要 310 円/人	2 0 日（日）	休暇村庄内羽黒キャンプ場 ・フリーサイト車乗り入れ不可 600 円/人、2,000 円/サイト ・オート車乗り入れ1台可 600 円/人、③,500 円/サイト	0235-62-4270	当日 18:00 まで	2 1 日（月）	同上（連泊）						
	宿 泊 場 所	T E L	詳 細																		
1 9 日（土）	三崎公園キャンプ場 （日本海の眺望抜群）	かにかほ市観光課 0184-43-3230	事前予約不要 310 円/人																		
2 0 日（日）	休暇村庄内羽黒キャンプ場 ・フリーサイト車乗り入れ不可 600 円/人、2,000 円/サイト ・オート車乗り入れ1台可 600 円/人、③,500 円/サイト	0235-62-4270	当日 18:00 まで																		
2 1 日（月）	同上（連泊）																				
食 事	<table><tr><td></td><td>朝 食</td><td>昼 食</td><td>夕 食</td></tr><tr><td>1 9 日（土）</td><td>—</td><td>車中 or 高速 S A</td><td>共同食（買出し食）</td></tr><tr><td>2 0 日（日）</td><td>個食</td><td>個食</td><td>共同食（買出し食）</td></tr><tr><td>2 1 日（月）</td><td>個食</td><td>個食</td><td>共同食（買出し食）</td></tr><tr><td>2 2 日（火）</td><td>個食</td><td>個食</td><td>—</td></tr></table> ※遠方なので、夕食はスーパー買出し食をメインにしましょう。 ※朝食や昼食は、スーパーマーケットやコンビニで購入可 ＜スーパーマーケット＞ ・マックスバリュ武道島店 0184-62-9100 ※キャンプ場から 15 分 ・はぐろ A コープ 0235-62-4335 ※11 分 ・マックスバリュ東北 鶴岡南店 0235-28-1655 鶴岡市ほなみ町 9-3 5 ※24 分 ・業務スーパー鶴岡店 0235-29-1244 鶴岡市みどり町 1 4-4 1 ※31 分		朝 食	昼 食	夕 食	1 9 日（土）	—	車中 or 高速 S A	共同食（買出し食）	2 0 日（日）	個食	個食	共同食（買出し食）	2 1 日（月）	個食	個食	共同食（買出し食）	2 2 日（火）	個食	個食	—
	朝 食	昼 食	夕 食																		
1 9 日（土）	—	車中 or 高速 S A	共同食（買出し食）																		
2 0 日（日）	個食	個食	共同食（買出し食）																		
2 1 日（月）	個食	個食	共同食（買出し食）																		
2 2 日（火）	個食	個食	—																		
温泉 風呂	<table><tr><td></td><td>場所・料金など</td><td>T E L</td><td>備 考</td></tr><tr><td>1 9 日（土）</td><td>なし</td><td>—</td><td>—</td></tr><tr><td>2 0 日（日）</td><td>くしびき温泉ゆ～Town 9:00～21:30 やまぶし温泉ゆぽか 6:00～22:00 長沼温泉ぽっぽの湯 6:00～22:00 北月山温泉 10:30～17:00 休暇村庄内羽黒（キャンプ地） ・キャンプ場利用者 18:00～20:00</td><td>0235-57-4313 0235-62-4855 0235-64-4126 0234-59-2137 0235-62-4270</td><td>430 円 430 円 430 円 400 円 600 円</td></tr><tr><td>2 1 日（月）</td><td>同上</td><td>同上</td><td>同上</td></tr><tr><td>2 2 日（火）</td><td>なし（状況により入浴）</td><td></td><td></td></tr></table>		場所・料金など	T E L	備 考	1 9 日（土）	なし	—	—	2 0 日（日）	くしびき温泉ゆ～Town 9:00～21:30 やまぶし温泉ゆぽか 6:00～22:00 長沼温泉ぽっぽの湯 6:00～22:00 北月山温泉 10:30～17:00 休暇村庄内羽黒（キャンプ地） ・キャンプ場利用者 18:00～20:00	0235-57-4313 0235-62-4855 0235-64-4126 0234-59-2137 0235-62-4270	430 円 430 円 430 円 400 円 600 円	2 1 日（月）	同上	同上	同上	2 2 日（火）	なし（状況により入浴）		
	場所・料金など	T E L	備 考																		
1 9 日（土）	なし	—	—																		
2 0 日（日）	くしびき温泉ゆ～Town 9:00～21:30 やまぶし温泉ゆぽか 6:00～22:00 長沼温泉ぽっぽの湯 6:00～22:00 北月山温泉 10:30～17:00 休暇村庄内羽黒（キャンプ地） ・キャンプ場利用者 18:00～20:00	0235-57-4313 0235-62-4855 0235-64-4126 0234-59-2137 0235-62-4270	430 円 430 円 430 円 400 円 600 円																		
2 1 日（月）	同上	同上	同上																		
2 2 日（火）	なし（状況により入浴）																				

交通 所要時間	■ 移動時間とナビ設定 ・ 稲美町 ⇒ 三崎公園キャンプ場 10時間20分 代：352 735 123*18 ・ 三崎公園キャンプ場 ⇒ 鳥海山（象潟口 きさかたぐち） 43分 代：352 749 277*05 ・ 鳥海山（象潟口 きさかたぐち） ⇒ 休暇村庄内羽黒 1時間26分 代：0235-62-4270 ・ 休暇村庄内羽黒 ⇒ 月山八合目（羽黒口） 38分 代：月山八合目駐車場 or 902 302 133 ・ 休暇村庄内羽黒 ⇒ 鶴岡市内スーパー 11分 代：上記の食事参照 ・ 休暇村庄内羽黒 ⇒ 羽黒山三山神社P 6分 代：山形県鶴岡市羽黒町手向手向3 ・ 羽黒山P ⇒ 加茂水族館 58分 代：0235-33-3036 ・ 加茂水族館⇒ 稲美町役場 9時間42分 ＜月山のタクシー＞ ・ 庄内ハイヤー 0235-22-0055 ・ 鶴岡タクシー 0235-64-1333 ・ 大和交通 0235-22-7733 ・ 湯の花観光エアポートタクシー 0235-75-2321
車	■ 台（ ） ※長距離なので、交替で運転
集 合	■ 別途連絡
費 用	1人あたり総費用：約35,000円 ※4人乗車/台の場合（往復：約1,900Km） ・ 交通費：25,000円（車代20,000円＋タクシー5,000円） ・ 宿泊費：3泊 400円（無料＋200円＋200円） ・ 食事費用：5,000円（自炊費用など） ・ その他雑費：5,000円（温泉、酒代、入館料など） ・ 高速代：三木小野IC ⇒ 朝日まほろばIC 休日夜間9,730円、平日13,900円 ※各種料金は、前年度時点のものなので、料金アップしているかもしれません。
※ 中止の場合は、連絡します。	

【湯野浜海水浴場】 (月山)

https://www.jalan.net/kankou/spt_06203cb3490136659/

- ・無料 ※正式なキャンプ場でないためリスクあり

【大平山荘（おおだいらさんそう）】（鳥海山） ※食事付き山荘（事前予約必要）

<http://chokai-yuza.com/>

<http://chokai-yuza.com/odaira/>

【月の沢温泉 北月山荘 北月山キャンプ場】（月山） ⇒ 閉鎖との情報

<https://kitagassanso.navishonai.jp/> テント 30 張

- ・テント 200 円/人、ケビン 1 棟 11,000 円、0234-59-2137、
徒歩 2 分に温泉あり 月の沢温泉 400 円 日帰り入浴 10:30～17:00 ※金土日のみ
- 【大きな古民家のはなばたけ】（月山） ※素泊まり古民家（事前予約必要）

<https://travel.rakuten.co.jp/HOTEL/176057/176057.html>

- ・最終チェックイン 20:00

■ 観光

【加茂水族館】※クラゲの展示種類（60種類以上）は世界最大級

<https://kamo-kurage.jp/>

- ・1,000 円 9:00～17:00 無休

（雨天時の候補）

- ・鶴岡市

湯殿山神社、羽黒山五重塔・杉並木、◎鶴岡市立加茂水族館（クラゲ）、白山島

- ・酒田市

玉簾の滝、きのこ杉、◎山居倉庫、十六羅漢岩

★ 月山縦走後、登山口（八合目P）まで戻る方法

△弥陀ヶ原～湯殿山（59.7km 1時間40分 高速610円）車回送業者に頼むと約40,000円

△安価なシャトルバスもあるが、運行時間が限られていて使い勝手が悪そう。

◎タクシーが良さそう。ネット検索で22,330円 ⇒実際の額はタクシー会社に要確認

（雨天中止になる場合があるので、実施できそうになった時に予約する）

月山8合目から湯殿山までのタクシー料金 約2万円、1時間40分

湯殿山神社 ⇄ 仙人沢駐車場間は、有料道路