

# 渓谷美の紅葉・鬼怒川 龍王峡 11/11(土)

講習番号 23158 ~木風舎のネイチャリング・スクール~

奇岩が連なる渓谷と、青緑色の流れ、それらを錦に彩る紅葉・・・栃木県鬼怒川・龍王峡の渓谷美を楽しむハイキングです。白、青、紫に変化する川床の岩と、そこを流れるエメラルドグリーンの水、兩岸の赤、黄、橙、緑の樹々。そんな渓谷を眺めながら、おおよそ6km、3時間ほどのコースを歩きます。

紅葉が本当に美しいコースです。

比較的なだらかですから、初心者でも楽しんでいただけます。

終了後は川治温泉で日帰り入浴もできます



**◎対象：**☆（初心者向けですからどなたでも。歩程約3時間。登り標高差 150m、下り標高差 50m）自然をゆっくり感じて楽しむのがメインです。また、お1人で参加の方も多いですから、その点をご心配なさらないでください。人との出会いも、自然の中での楽しみの大きな要素だと思っています。

## ◎集合

**11/11(土)午前 9:50 龍王峡駅（東武鬼怒川線・会津鬼怒川線）改札口に集合**

そのためには、以下の電車が便利です。

浅草発 7:30 東武特急リバティきぬ 105号・鬼怒川温泉行→(北千住 7:43)→鬼怒川温泉着 9:35

鬼怒川温泉発 9:37 東武快速 AIZU マウントエクスプレス1号・喜多方行→龍王峡駅着 9:49

お車の方は、龍王峡駅前に無料駐車場があります(100台駐車可)。東北道の渋滞に気をつけていらしてください。

**※当日のご連絡は、携帯 090-3060-0776 までお願いいたします。**

## ◎行程

龍王峡駅～虹見橋～白龍峡～むささび橋～青龍峡～白岩～紫龍峡～白岩半島～あじさい公園～川治湯元駅

龍王峡駅から五龍王神社を経て、鬼怒川に下ります。虹見滝を見て、虹見橋の上からは、龍がくねったような龍王峡を見渡せます。渓谷沿いの小径を、深い渓谷に奇岩や滝が連なる景観を楽しみながら歩いてゆきます。岩質で白龍峡～青龍峡～紫龍峡と岩の色が変わり、エメラルドグリーンの水が流れ、紅葉が彩ります。ゴールの川治湯元駅まで約6km。3時間ほどのコースを、5時間くらいかけてゆっくり楽しめます。

※お手洗いは、出発点の龍王峡駅前、途中のむささび橋、ゴールの川治湯元駅にあります。

川治湯元駅にて 15時半頃解散予定です。

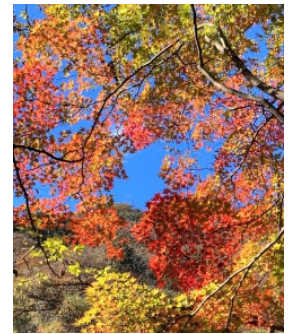


川治湯元には、立ち寄り温泉がいくつかありますので、ご希望の方には場所をご案内いたします。

お帰りの電車は、温泉に寄らない方は、川治湯元発 15:46 特急リバティ会津 140 号→浅草着 18:15  
その後は、16:26 発→乗換 2 回→浅草 19:15、18:32 特急リバティ会津 152 号→浅草着 21:05  
などがあります。

お車の方は、これらの電車で龍王峡駅にお戻りください（特急も龍王峡駅に停車し、この区間は特急券不要です）。

※この予定は、あくまでも好天時の予定です。天候によっては行程を短くするなど予定を変更せざるを得ない場合もありますので、あらかじめご了承ください。また、天候など自然条件や交通機関の事情によってスケジュールを変更せざるを得ないときも、参加費の変更はできませんので、どうかあらかじめご了承ください。

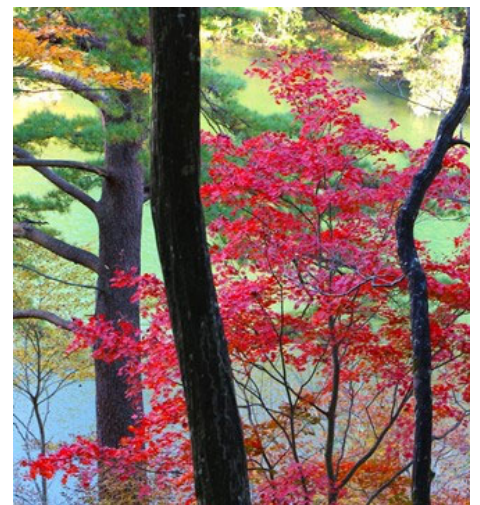


## ◎ウェア

速乾性素材の長袖シャツにフリース、ウィンドブレイカーになるジャケットなど。  
パンツはポリエステルなどのトレッキングパンツか、タイツ+キュロットなど。

## ◎持ち物

- 靴は軽めのトレッキングシューズが良いでしょう。（靴底がはがれてきていないか、よくお確かめください）
- レインウェア（登山用のセパレートタイプのもので、防水透湿素材のもの）。
- 防寒着 気温は平地より約 10℃低いです。フリースまたはダウンなど、充分にお持ちください
- 昼食や行動食
- 水筒類（ペットボトルでも、保温ポットでもOK）
- ザックカバー
- ヘッドライト（実際には使いませんが、持つ習慣をつけてください）
- 敷物（ビニールシートなど）
- ビニール袋、ティッシュ
- アルコール手指消毒液、交通機関など念のためのマスク
- ご記入いただいた「体調チェックシート」（このご案内の末尾にあります）



## ◎講師

**橋谷 晃** 大好きな自然が失われていくのを食い止めるには、とにかく自然の良さを知ってもらうのがいちばん！と、1982 年にネイチュアリング・スクール木風舎を創立、以来その代表。テレビ朝日「大人の山歩き」(2012 年～13 年)、および NHK・Eテレ「チャレンジホビー・あなたもこれから山ガール」(2011 年)にレギュラー出演。現在は NHK・BS プレミアム「にっぽん百名山」シリーズや、テレビ東京「なないろ日和！」(準レギュラー)などに出演中。またラジオ番組や、新聞の連載コラムなどでもおなじみの方も多いかも。NPO 法人自然体験活動推進協議会評議員。(公社)日本環境教育フォーラム認定自然学校組織運営者。NPO 法人日本ロングトレイル協会アドバイザー。日本テレマークスキー協会公認指導員。(公社)日本山岳ガイド協会公認ガイド。NPO 法人日本エコツーリズムセンター世話人。著書に『ネイチャースキーに行こう』(スキージャーナル)、『トレッキングの ABC』『失敗しない山道具選び』(山と溪谷社)、『ネイチャースキー』(山海堂)、監修本に『NHK あなたもこれから山ガール』(NHK 出版)、『中央線で行く山歩き&ハイキング』(コスミック出版)など。





## ◎費用

参加費：7,500 円（講習&ガイド費） ※交通費、飲食代などは含まれておりません。

## ◎参考交通費

例えば浅草→龍王峡駅特急利用で 3,630 円、  
川治湯元→浅草駅特急利用で 3,730 円

**◎定員と最少催行人数** 最少催行人数は4名です。万一、この人数に達しなかった場合は、11/7 までにお知らせし、お振り込みいただいた全額をご返金いたします。また、定員は8名です。満員になり次第、締め切りとなります。



## ◎雨天の場合

当日、小雨程度の予報でしたら実施しますが、明らかに一日中の本降りの雨が予想される場合は、翌 12 日(日)に順延させていただきます。もしよろしければ 12 日も予定を空けておいてください。その場合は 10 日の 13 時に判断し、皆様へメール送信でお知らせいたします。もし 12 日はいらっしやれない場合は、お振り込みいただいた参加費は全額ご返金差し上げます(お振込手数料のみ差し引かせていただきます)。または他の日程のハイキングなどに振り替えていただくこともできます。

## ◎お申し込み

・この要項をご覧いただいた後、まず木風舎まで参加のお申し込みをお願いします。

**\* 木風舎 WEB サイトからのお申し込み**（満員になっている可能性もありますので、必ず返信メールをご確認ください）

木風舎 WEB サイトのお申し込みフォームからお申し込みいただけます。

- ・集合は？の欄には、現地までの交通手段（電車、またはお車）をお書きください。
- ・今回はお弁当設定がありませんので、お弁当は？の欄は無記入にしてください。
- ・今回はハイキングですので、レッスン該当クラスは？とスキー経験欄は、無記入で結構です。

確認の返信メールが届いた時点で、お申し込み受付

**\* E メールでのお申し込み**（満員になっている可能性もありますので、必ず返信メールをご確認ください）

[mokufu@mokufusha.com](mailto:mokufu@mokufusha.com) へ、申込書と同じ項目をすべて書いてEメールでお申し込み→確認の返信メールが届いた時点で、お申し込み受付

**\* FAX でのお申し込み**（一部コンビニからも FAX 送信ができます。満員になっている可能性もありますので、必ず木風舎からの返信をご確認ください） 03-3398-7448 へ、申込書を記入して FAX→確認の返信 FAX が届いた時点でお申し込み受付

**\* お電話でのお申し込み**（その場で空き状況のお返事ができます。留守番電話の場合は折り返しのご連絡先を録音してください） 03-3398-2666 へお電話でお申し込み→申込書を 1 週間以内に FAX または郵送で送る

↓ お申し込みが済んだら

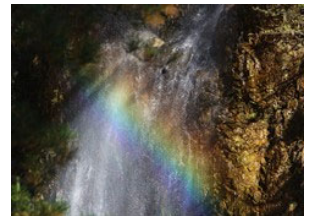
## お振り込み（木風舎からご連絡差し上げてから、参加費 7,500 円をお振り込みください）

参加費のお振込は以下の方法で承っております。

- **郵便振替** 00120-5-15346 木風舎 （ゆうちょ銀行に口座をお持ちの方は、口座間振替にすれば、ゆうちょ ATM からの振替は手数料 100 円、ゆうちょダイレクトなら月に 5 回まで手数料無料です）
- **銀行振込** ATM などから みずほ銀行 阿佐ヶ谷支店 普通 1060452 モクフウシャ ダイヒョウ ハシヤアキ ヲ へ、振込者名を「講習番号 23158+あなたのお名前」にしてお振込み。
- **PayPal** でのお支払い PayPal に登録すれば、スマホやパソコンから簡単にお支払いができます。ご一報  
くだされば、PayPal 登録ご案内メールをお送りいたします。  
また既に PayPal ご登録がお済みの方は、メールや、お申込みフォームのメッセージ欄に「PayPal で支  
払い希望」とお書きください。ご請求メールをお送り申し上げます。（PayPay ではありません。ご注意  
ください）
- **現地へ現金で** 現地へ現金でお持ちくださっても構いません。

**◎お電話の受付コアタイム** 平日の 14:00～17:00（この時間内でもスタッフ全員  
外出している場合がございます。Eメール、留守番電話、ファックスが 24 時間ご用件を承ります）

**◎キャンセル** 10 日前以降のキャンセルは 1,000 円、6 日以降は 3,000 円、3  
日前以降は 4,500 円、前日以降は 7,500 円のキャンセル料が必要です。



※ 健康とケガの防止については自己管理です。自然の中での活動はどんな場合でもケガ等の可能性が潜在的にあることを  
十分に認識されて、常に安全で無理のない行動を心掛けていただきますよう、お願い申し上げます。また持病等のある方  
は、必ず主治医の承諾を得てご参加いただきますよう、お願いいたします。

※ 参加者は全員、傷害保険に加入していただいております。私たちは安全には最大限の配慮をしておりますが、万一ケガ  
など損害の生じた場合は、主催者の故意または重大な過失によるものを除いて、その全責任は個人に帰着します。参加者  
はその旨、了承されて参加されたものとし、当講座では応急手当の処置などを除いた一切の責を負いません。

### 【個人情報のお取り扱いについてのポリシー】

- お申込書にお書きいただきます個人情報は、保険のお手配、お申込み手続き等が確認できない場合のご確認、自然条件などで記載事  
項に大きな変更があった場合のご連絡、開催中に万一お怪我等なされた場合のご連絡等に必要な事項です。
- ご記入いただきましたご住所に、今後木風舎よりのお知らせを年に数回お送りさせていただく場合がございます。お知らせご不要の  
場合は、お申込書のメッセージ欄にご遠慮なくお書きください。
- いただきました個人情報は、当社管理規定に基づき、厳重に管理させていただいております。また上記の目的以外に情報が使用され  
ることは一切ございません。（例外的に、万一お怪我等があった場合、保険会社へ名簿を提出させていただく必要がある場合がございます）
- その他、情報管理につきましてご不明の点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

いろいろわからないことや 〒166-0004 東京都杉並区阿佐谷南 3-45-4

持ち物の相談などお気軽に TEL. 03 (3398) 2666 FAX. 03 (3398) 7448

Email : [mokufu@mokufusha.com](mailto:mokufu@mokufusha.com) URL : <http://www.mokufusha.com>

木風舎 ままでどうぞ

お申込書 講習番号 23158 溪谷美の紅葉・龍王峡ハイキング 2023年11月11日(土)

本案内の事項を理解した上で、下記の通り申し込みます。

生年月日 19 年 月 日生

フリガナ  
お名前 \_\_\_\_\_ 印 男・女 ご自宅 Tel. \_\_\_\_\_ ご年齢 \_\_\_\_\_ 歳 (保険に必要です。必ずご記入ください)

ご住所 〒 \_\_\_\_\_

携帯 Tel. \_\_\_\_\_ 緊急時のご親族等のご連絡先 Tel. \_\_\_\_\_

連絡事項や確認事項などでご連絡差し上げられるEメールアドレス \_\_\_\_\_

携帯アドレスで受信制限をかけていらっしゃる方は、mokufu@mokufusha.com を受信可にしてください。

FAX でお申込みの場合 確認の返信 FAX お送り先番号は (Eメールにてご返信もできます) \_\_\_\_\_

現地までの交通手段は 電車・お車

翌 11/12 に順延になった場合は 参加できる・参加できない・まだわからない

木風舎からのお知らせをメールでお送りしてもよろしいですか? (メール情報サービス: 季節のお便りや講習や場所の詳しい説明など、月2~3回程度、不定期)

はい [アドレス(PCでも携帯でも可) \_\_\_\_\_] ・ いいえ ・ 既に受信中

木風舎の講習は: 初めて・最近では ( \_\_\_\_\_ ) に参加した。

山歩きは: ほとんど初めて・最近では ( \_\_\_\_\_ ) に登った。

今回の講習を何でお知りになりましたか(雑誌名・木風舎からのDM・チラシのあったショップ名・WEBサイト・TV番組・知人から etc.)

[ \_\_\_\_\_ ]

よろしければ、今回に期待することなど、メッセージを一言。

[ \_\_\_\_\_ ]

それでは、お会いできますときを楽しみにしております。

※この後に記入してお持ちいただく体調チェックシートがあります。

# 新型コロナウイルスなどの感染症拡大防止のために

2023/5/8 以降用 木風舎

## ◎木風舎でおこなう対策

Covid-19 の感染症法上の扱いが 2 類→5 類に変更されたのに伴い、木風舎では感染拡大防止対策マニュアルの改訂を行い、2023/5/8 以降は以下の感染拡大防止策を実行してゆきます。

- ・開催地の地元の状況に配慮したプラン
- ・「巣ごもり」中の皆様の体力低下に配慮したゆったりプラン
- ・定員を通常より少なく設定
- ・スタッフと皆様の体調チェックを実施
- ・宿泊施設との協力による、部屋定員を抑えたゆったり宿泊や、消毒、換気の実施など。
- ・ガイドは皆様に対面で声を出して解説することが多いので、とくに距離が取りにくい局面では、口と鼻を覆うものを着用させていただくことがあります。皆様はそれに倣う必要はありません。

## ◎皆様へのおすすめとお願い

- ・交通機関や屋内の密集場所などでの、場の状況に応じたマスク類活用のおすすめ
- ・必要に応じた手洗いや手指消毒のおすすめ
- ・宿泊施設でルールを定めている場合は、そのルールに従ってください。
- ・その他、屋内での 3 密を避けるために、場の状況に応じた適度な行動のお願いをさせていただく場合があります。

悩んだのは、皆様に提出していただいていた、健康チェックシートの扱いです。検討の結果、コロナでなくても、山に入る前は体調管理が必要との観点から（例えば風邪気味で山に入って、歩き始めてから悪化・・・などは避けたいところですので）、項目を変えて、コロナに特化しない一般的な体調管理のツールとして、継続させていただくことになりました。

お手数ですが下記の体調チェックシートにご記入の上、当日お持ちくださいますよう、お願い申し上げます。

\*既往歴をお伺いするのは、例えば心疾患、脳血管疾患は、再発による発生率が既往歴のない方よりは高いため、体調不良の際に、ただの疲労ではなく、疾患の可能性も考慮に入れながらより注意深く観察し、適切な医療に迅速につなげる、などためです。

\*服用中のお薬をお伺いするのは、例えばワーファリンなど血液をサラサラにするお薬を服用中の場合は、万一お怪我をされた時の止血を、より念入りに手当する必要や、狭心症の方がニトログリセリンの携帯場所をあらかじめお知らせいただくことにより、万一発作の際のお手伝いがしやすくなる、また万一の事故やご病気などの際に、患者情報として医療に迅速に引継ぎしやすくなる、などのためです。

\*いただきました体調チェックシートは、個人情報として厳重に管理の上、終了後 1 週間で破棄させていただきます。  
(データベースは残しません)

# 体調チェックシート

ご参加の5日前から（5日前以降のお申込みの場合は、お申込みの日から）毎日検温をして、このシートにご記入ください。また表に記載の症状が一つでもありましたら、ご記入ください。

もし検温を忘れてしまった日は、とくに熱っぽくなかった場合は体温欄に「異常なし」とお書きください。

とくに当日朝は、忘れずに検温してください。このシートは当日必ずお持ちください。

日付	体温	のどの痛み、頭痛、悪寒、普段と違う倦怠感、などの症状があった場合は、こちらにお書きください。
前日		
当日朝		

開催前5日間以内に、同居のご家族に37.5度以上の発熱や、表に記した症状が  あった・なかった

5日前以降に申し込まれた方は、5日前から測定開始日までの間に

熱っぽい日が  あった・なかった  表に記した症状が  あった・なかった

※誠に恐れ入りますが、開催5日前以降にご本人または同居のご家族に、37.5℃以上の発熱があった場合は、ご参加いただけません。（季節性インフルエンザや一般の風邪でも、発症後5日間は他者へ感染させてしまうことがあるためです）

次の病気の既往歴がありますか？  心臓病  脳血管疾患

現在治療中の病気がありますか？

[ \_\_\_\_\_ ]

服用中のお薬や、伝えておきたいお薬がありますか？

[ \_\_\_\_\_ ]

Covid-19 ワクチン接種済みの方は✓してください

1回目接種済み  2回目接種済み  3回目接種済み  4回目接種済み  5回目接種済み

6回目接種済み  7回目接種済み

お名前 \_\_\_\_\_