

# なるほど九州自然歩道 110 回

(竜馬も登ったきりしま高千穂峰登頂コースを歩く)

＜九州自然歩道を完歩しよう！＞

自然歩道は北九州の皿倉山を起点に佐賀・長崎・熊本を通過して鹿児島に至る西コースと、大分・宮崎を通過して鹿児島に至る東コースの合わせて1周全長 2,097 km。

皿倉山から開聞岳まで行き、九州本土最南端の佐多岬から北上し鹿屋市まで完歩しましたが、109 回目より全コース完歩では無く、鹿児島県、宮崎県、大分県のお薦めコースを歩きます。

＜コースの概要＞ (鹿児島県 推薦コース第 2 弾)

トイレのある高千穂河原 (高千穂河原ビジターセンター) からスタート。霧島神宮の址をみて急登を登ると御鉢 (火口) です。その火口壁を通り、天孫降臨伝説のある高千穂峰 (標高 1573m) 登頂。ザラザラの登りは体力を消耗します。その後、A コースは縦走して標高差 1000m 以上降下して霧島東神社でゴールとなります。B コースは高千穂河原ビジターセンターまで往路をつかって戻ります。温泉は皇子原温泉健康村を予定しておりますが、コロナ感染拡大の場合は中止となります。

9月18日 (土)

参加料 9,800 円

集合場所

金立 SA 下駐車場 6:00

体力度・歩行時間・ガイド

佐賀市役所西・・・6:15 A コース体力度 4 約 4.5 時間・8 km・岩田

諸富支所前・・・6:30 B コース体力度 3 約 3.5 時間・4 km・井手

みやま市役所・・・7:00

＜緊急連絡先＞ガイドクラブ連絡先 0952-37-0577

当日 090-1193-4470

＜タイムスケジュール＞

金立 SA 下駐車場 6:00 == 佐賀市役所西 6:15 == 諸富支所前 6:30 ==

みやま市役所 7:00 == 高千穂河原ビジターセンター 10:00 (ストレッチ)

10:30...高千穂峰 12:30 (昼食) 13:30... (Aコース) 東霧島神社ゴール

16:00、(Bコース) 高千穂河原ビジターセンターゴール 15:00⇒移動開始

15:30 == 東霧島神社 16:30 (Aコース乗車) == 皇子原温泉健康村

17:00 入浴 18:00 出発 == みやま市役所 20:30 == 諸富支所前 21:

00 == 佐賀市役所西 21:15 == 金立 SA 下駐車場 21:30

### <参加の注意点>

- ・料金に含まれるもの＝交通費・ガイド料・入浴料・保険料
- ・含まれないもの＝昼食、夕食、行動食・個人の装備など。
- ・参加料は1週間前までをお願いします。
- ・車の席は決まっておきませんのでお好きな席へ
- ・キャンセルにつきましては、登山日の3日前から参加費の50%がかかります。
- ・当日キャンセルは返却いたしませんのでご了承ください。
- ・前日の降水量が50%を越えたら中止もあります。中止の時は必ずこちらから連絡します。

装備品名	◎＝絶対に必要 ○＝あれば持参 △＝あれば便利		
雨具	◎	地図・コンパス	△
防寒具	○	タオル・バンダナ	○
帽子	◎	サングラス	△
手袋	○	水に溶けるティッシュ	◎
スパッツ	○	ビニール袋	◎
ストック・ステッキ	○	時計	○
水・水筒	◎	健康保険証写し	◎
ザックカバー	○	非常食・行動食	◎
緊急用品・医療品	○	お弁当	◎
ヘッドランプ	◎	登山靴	◎

- ★本格的な登山ですので登山装備フルセットの準備を。
- ★途中紫外線を遮る物がありません。紫外線対策が必



山頂にある青銅製の天逆鉾  
竜馬が抜いたと言われる。  
今は触わることが出来ない



夏の高千穂峰の雄姿