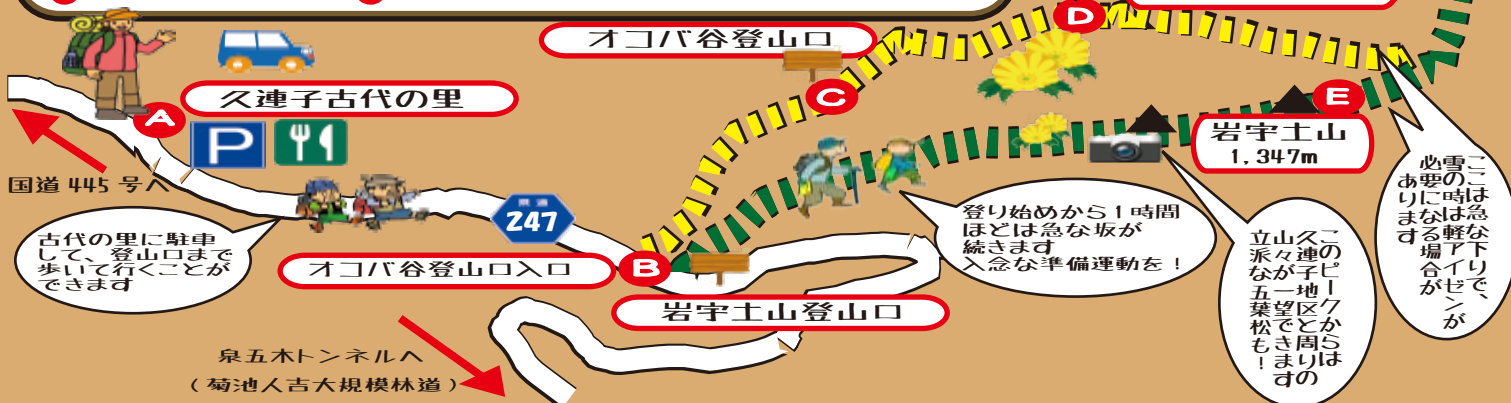


久連子福寿草観賞マップ

上福根山 1,646m

- | | | | |
|----------------|---|---------------------|-------------|
| A 久連子古代の里 | → | B 岩宇土山登山口／オコバ谷登山口入口 | 約 20 分 |
| B オコバ谷登山口入口 | → | C オコバ谷登山口 | 約 20 分 |
| C オコバ谷登山口 | → | D 白崩平（福寿草の群生地） | 約 50 分 |
| D 白崩平（福寿草の群生地） | → | E 岩宇土山山頂 | 約 2 時間 30 分 |
| E 岩宇土山山頂 | → | F 上福根山山頂 | 約 1 時間 10 分 |
| F 上福根山山頂 | → | A 久連子古代の里 | 約 1 時間 20 分 |



【福寿草見学ガイド開催日】 ※締め切りは、開催日の 3 日前までです

■岩宇土山トレッキング 2/14 (土)・15 (日)・21 (土)・22 (日)・28 (土)・3/1 (日)

■福寿草群生地トレッキング 上記と同じ

■久連子地区散策 2/14 ~ 3/1 の毎日

お申し込みは 五家荘観光案内所 まで
TEL 0965-36-5800

地元ガイドが案内します 福寿草見学ガイド

岩宇土山トレッキング ※参加には事前のお申し込みが必要です



■料 金：3,000 円 / 1 名	■所要時間：約 6 時間
■集 合：久連子古代の里	■集 合：久連子古代の里
■出 発：9:30	■体 力：★★★★☆
■コース：A-B-E-D-C-A	■備 考：積雪状況によっては 軽アイゼンが必要です

福寿草群生地トレッキング ※参加には事前のお申し込みが必要です



■料 金：2,000 円 / 1 名	■所要時間：約 3 時間
■集 合：久連子古代の里	■集 合：久連子古代の里
■出 発：12:00	■体 力：★★☆☆☆
■コース：A-B-C-D-C-B-A	■備 考：普段歩いている方なら 問題のないコースです

久連子地区散策 ※古代の里で、いつでもお申込をお待ちしております



■料 金：500 円 / 1 名	■所要時間：約 1 時間 20 分
■集 合：久連子古代の里	■集 合：久連子古代の里
■出 発：10:40 13:00	■体 力：★★☆☆☆
■コース：久連子地区内	■備 考：基本的には舗装道を 歩きます

登山の注意

- 登山届を出しましょう！
登山届は久連子古代の里にありますので、出発前に記入・提出していただくことができます。
- 計画にゆとりを！
上記の行程を参考に、遅くとも午後 4 時までには下山できる計画を組みましょう。また、山では天候の変化が早いので、思わぬ遅延が発生する可能性があることも考慮に入れましょう。
- 体調を整えましょう
風邪をひいていたり、二日酔いなど体調がすぐれない時の登山は危険です。また、自らの能力を過信せず、日ごろから体力増強に努めることが事故防止に繋がります。
- 装備・食料は十分に
日帰りの登山でも、常に備えをしておくことが大事です。
(下記一覧表を参照して下さい)
- 植物の採集は厳禁です
山中における全ての植物はもちろん、特に福寿草の採集は熊本県の条例により「捕獲・採取・殺傷・損傷が禁止」されています。

登山の装備・準備物

- バックパック (リュックサック)
20 ~ 30L 程度のものであれば十分です。
- 登山靴 (トレッキングシューズ)
底のゴムが厚く、歩きやすいものを選びましょう。また、はき慣れたもので防水性のものがベターです。
- 服装
五家荘の 2 月は大変寒く、雪が積ることもよくあります。上下とも防寒の服装を。また、山中では必要に応じて脱いだり着たり出来る上着があると尚良いです。帽子も必須です。
- スティック (ストック/ポール)
ひざへの負担を抑え、疲労の軽減にも繋がります。
- 水筒
飲むだけでなくケガの治療にも使用できるので、1L 以上あると良いでしょう。
- 行動食
飴やチョコレートなど。体力回復に役立ちます。
- タオル
汗をかいた時や体が濡れた時など、必須品です。
- 保険
各自、登山用の保険に加入することをオススメします。
- 軽アイゼン
登山道凍結がある時は、携行が必要になる場合があります。