

国際山岳ガイド「中島政男」とニッコウキスゲ咲く尾瀬を歩く

## 山小屋に泊まる尾瀬ヶ原・尾瀬沼縦走と

## 古い温泉街情緒ただよう水上温泉と伊香保石段街 3日間

生活クラブ  
スタッフ  
提案の旅  
白岩 楓子企画

## 尾瀬ヶ原

尾瀬を代表する大湿原「尾瀬ヶ原」。1日目は鳩待小屋で昼食を取った後に広葉樹林帯を山ノ鼻まで下り尾瀬ヶ原へ。景色や花々とともに散策を楽しみながら、本日の宿「東電小屋」を目指します。この小屋から見る至仏山は最高です。初心者にも人気のコースで歩行距離は約9km。山小屋泊りの醍醐味は、星空と静寂、早朝の景色と空気をからだいっぱい感じられる事です。

## 尾瀬沼

山小屋で作ってもらったおにぎり弁当をザックに入れて、尾瀬沼を目指します。2日目は登りも少しあり、中級者向けですが休憩をはさみながらゆっくりと焦らず前に進みましょう。「仙境尾瀬沼花の原」と読まれる尾瀬沼の面積は1.81km<sup>2</sup>、標高は1660m。日本では、これより高く尾瀬沼より大きい湖沼・池は無いそうです。尾瀬沼散策後は、大清水まで歩きます。2日目の歩行距離は約20km。



(1泊目)東電小屋／外観

## 水上温泉/松乃井

しっかり歩いた後は、源泉掛け流しの宿の湯で身体をほぐして、ご夕食には旬産旬消のこだわり和会席膳をお召し上がりください。めぐり湯回廊から眺める日本庭園の美しさにも癒されます。



(2泊目)松乃井／大浴場

## 伊香保温泉石段街

古き良き温泉情緒ただよう伊香保温泉街のシンボル「伊香保温泉石段街」。365段あるという石段にはどんな歴史があるのか。地元ガイドさんの案内で散策します。

**水沢うどん** 日本三大うどん「水沢うどん」。噛みごたえ十分なコシと弾力が特徴です。冷たいざるうどんでお召し上がりください。



名物「水沢うどん」のご昼食イメージ



伊香保温泉石段街

## 山岳ガイド／中島政男

通常の夏はモンブランのあるフランス・シャモニーを起点に日本人のお客様をヨーロッパアルプスへご案内しています。以外の季節は、日本の山や世界の山をご案内。国際山岳ガイド、日本山岳会正会員。優しい人柄は、多くのファンに愛されています。くつの紐の結び方から疲れにくい歩き方をご案内します。



中島ガイド



大江湿原／ニッコウキスゲ(例年同時期の開花状況を参考にしています)

| 旅行期間  | 2022年7月19日(火)～7月21日(木)  |         |                              |
|-------|---|---------|------------------------------|
| 旅行代金  | 2名様1室利用<br>(お一人様)<br>※1名様1室 追加代金12,000円(2泊目のみ)  | 92,000円 | 募集人員<br>18名様<br>(最少催行人員12名様) |
| 宿泊ホテル | 【1泊目】東電小屋(大部屋/男女別)<br>【2泊目】水上温泉 松乃井(和洋室(ツイン))   |         |                              |
| 1     | 東京駅(8:04発) → 上越新幹線 → 上毛高原駅(9:20着) → 鳩待峠<br>バス発着所…鳩待山荘(昼)…●尾瀬ヶ原散策…東電小屋(16:00)<br>食事:朝×・昼○・夕○【東電小屋(泊)】                          |         |                              |
| 2     | 東電小屋(7:30)…●見晴…●沼尻…(お昼は、小屋で作ったおにぎり弁当です)…●三平峠…●尾瀬沼散策…●大清水温泉…●大清水…みなかみ温泉(17:30) 食事:朝○・昼○(お弁当)・夕○【水上温泉 松乃井(泊)】                   |         |                              |
| 3     | ホテル(9:00) → 道の駅 → 日本三大うどん「水沢うどん」のご昼食 → 地元ガイドさんと●伊香保温泉街散策(伊香保石段街) ●徳富蘆花記念文学館など → 高崎駅(15:39発) → 上越新幹線 → 東京駅(16:28着) 食事:朝○・昼○・夕× |         |                              |

添乗員／同行します ■ 食事／朝食2回、昼食3回(内お弁当1回)、夕食2回  
交通機関／JR新幹線(普通指定)、中型または大型バス(予定運行会社／上信観光バス等)  
集合場所／東京駅 新幹線ホーム(予定) ※上野・大宮乗車ご希望の方はお申込み時にご依頼下さい  
ご案内 ※スケジュールは天候状況、現地事情により日程の一部および観光順序が変更される場合があります。 ※履き慣れたトレッキングシューズや軽登山靴等をおすすめします。

コース番号: 8032-0002