



みちのくの大らかな名峰2座を周回・縦走コースでたどる

秋田県

日本二百名山
花の百名山

秋田駒ヶ岳・日本百名山 八幡平

2026年 7月13日(月) ~ 7月17日(金) 5日間(4日間)

旅行代金/札幌発・苫小牧着 **185,000円** 現地発着(秋田・田沢湖) **165,000円**(4日間)



八合目までバスで登り、主峰男女岳へ手軽に登れる秋田駒ヶ岳。様々な散策コースがあり、7月中旬はいたるところで多彩な高山植物が見られます

[宿泊] 田沢湖高原/亀の井ホテル田沢湖
八幡平/玉川温泉 または同等クラス

[食事] 朝3・昼0・夕3

[最少催行人数] 4名(最大8名)

[1人部屋利用追加料金] 設定なし(要問合せ)

[ツアーリーダー] 札幌の空港~苫小牧港まで
全行程同行 ※現地登山ガイドは同行しません

ポイント

1. 北東北を代表する展望絶佳の日本百名山、秋田駒ヶ岳と八幡平の2座を**高山植物ベストシーズン**に登頂
2. 山頂を踏むだけなら容易な2座を、秋田駒は**周回コース**、八幡平は焼山も加えて**縦走コース**でじっくりたどる
3. 宿泊は**3泊とも山麓の名湯**。やや硫黄の香りがする山のいで湯で癒しと寛ぎの時間を!
4. 復路は**フェリー八戸航路**を利用(北海道発着のご参加者)。余裕ある行程で、4日間たっぷりゆっくり山旅を満喫します

秋田駒ヶ岳・八幡平で見られる花々(イメージ)

開花状況は年によって前後するので記載の花が必ず見られるとは限りません



一面にチングルマのお花畑が広がるムーミン谷(イメージ)



◀エゾツツジ
(秋田駒ヶ岳)



▶ニッコウキスゲ
(秋田駒ヶ岳)



コマクサとタカネスミレの共演

東北特産種のヒナザクラ



◀ワタスゲの穂
(八幡平・湿原)



▶トキシウ
(八幡平・湿原)

秋田駒ヶ岳と八幡平 暫定行程表

日	地名	行程	食
1 7/13 (月)	新千歳または丘珠 秋田 田沢湖高原	新千歳空港または丘珠空港(午前発) → 秋田空港 (午前着) 空港バスにて 秋田駅 へ。 秋田新幹線 にて 田沢湖駅 へ。送迎車またはバスにてホテルへ。 ※時間が有れば、秋田市内や田沢湖などのプチ観光や散策など。 ●現地集合の方は、JR 秋田駅で合流となります 【田沢湖高原温泉・泊】	一 二 夕
2 7/14 (火)	田沢湖高原 駒ヶ岳八合目 男女岳 大焼砂 ムーミン谷 駒ヶ岳八合目 田沢湖高原 玉川温泉	秋田駒ヶ岳・周回コース / 歩程:約 10km・約 5 時間 朝食後、 田沢湖高原温泉 へ(徒歩約 8 分 / 6:30~7:00 頃発の定期バス) = 駒ヶ岳八合目 (1,300m / 所要約 30 分)。ここから登山スタート。 … 浄土平・阿弥陀池(ヒナザクラ、エソツツジ、ニッコウキスゲ) などのお花畑)… 男女岳 (おなめだけ / 秋田駒ヶ岳主峰 1,637m を往復)… 大焼砂(コマクサ、タカネスミレ) の群落 … 馬場の小路 (木道脇に広がる チングルマ の群落が見事。別名 ムーミン谷)… 男岳 (1,623m)… 片倉岳展望台 (1,456m)… 駒ヶ岳八合目(ゴール / 13:30~14:00 頃発の定期 バスまたは専用車)=田沢湖高原温泉 / ホテルの荷物をピックアップ=急行バス(田沢 湖駅)または専用車= 玉川温泉 (日本一の強酸性と北投石で知られる秘湯に宿泊)。 ※朝早い場合、朝食はお弁当になる場合があります。 【玉川温泉・泊】	朝 一 夕
3 7/15 (水)	玉川温泉 焼山 べこ谷地~ 毛せん峠周回 玉川温泉	玉川温泉~焼山周回コース / 歩程:約 14km・7~8 時間 朝食後、 8:00 頃宿を出発。玉川温泉から登山スタート。 … 焼山 (1,366m) … 焼山山荘 … べこ谷地コース~毛せん峠コース を周回…玉川温 泉(15:30~16:00 頃予定) ※当日の天候等によりどちら回りで歩くかを決定します。 【玉川温泉・泊】	朝 一 夕
4 7/16 (木)	玉川温泉 八幡沼 八幡平 大沼 後生掛温泉 玉川温泉 田沢湖 盛岡 / 八戸 八戸港	八幡平~後生掛温泉縦走コース / 歩程:約 10km・約 5 時間 朝食後、 7:30 頃宿を出発。専用車にて山岳道路の アスピーテライン を通過して 八幡平 登山口 へ(所要約 1 時間)。 8:30 頃スタート。 湖沼の畔や高層湿原、亜高山帯の樹林を歩くので、展望に加え、高山と湿原の花々 (ワタスゲ、トキソウ、ヒオウギアヤメ など)が期待できます。 … 八幡沼 (1 周)… 八幡平 (1,613m)… 草ノ湯分岐 … 長沼 … ビジターセンター … 大沼 … 後生掛温泉 (ゴール 14:00 頃予定)。専用車で玉川温泉へ(入浴・着替え・荷物整理)。 玉川温泉 15:55 発=急行バス=田沢湖駅 17:10 着 ●現地解散の方は田沢湖駅でお別れとなります 田沢湖駅 17:34 発 (秋田新幹線こまち 36 号) 盛岡 18:14 着 / 18:37 発 (東北新幹線はやぶさ 33 号) 八戸 19:08 着 タクシーにて 八戸港フェリーターミナル へ(所要約 20 分)。 八戸港 22:00 発 ~ (シルバーフェリー) ~ ※夕食と翌朝食は乗船前に駅やターミナルの売店などで各自ご用意いただきます(船内でも自販 機で多少購入できます。大浴場、オートレストランあり)。 【船中・泊】	朝 一 一
5 7/17 (金)	苫小牧	~ 苫小牧港 (西港フェリーターミナル) 6:00 着 / 着後、解散となります。 フェリーターミナルからは、 6:30 発(苫小牧駅行き)、 6:46 発(苫小牧駅経由・札幌 駅前行き)のバスが接続しています。詳しくはご参加者に別途ご案内します。	一 一

※交通 / ✈️ 航空機 =バスまたは専用車(タクシー) = 鉄道 …徒歩(山歩き) ~ フェリー
 ※記載の歩程の時間は休憩を除いた実質歩行時間の目安です。天候や歩くペースによって前後します。
 ※当日の天候や登山道の状況により、行程を一部カットやショートコースに変更する場合があります。
 ※天候により 3 日目と 4 日目の行程を入れ替える可能性があります。その場合、焼山は往復コースとなります。
 ※4 日目、下山後の行程と記載のバス、列車の時刻は暫定です。今後、変更となる場合があります。
 ※登山中の昼食・行動食・飲み物は各自となります。昼食は登山中に食べられる携行食をご用意下さい。
 購入場所や購入時間については、後日ご参加者に改めてご案内します。



湯治のふる里・秘湯の玉川温泉に連泊



池塘が数点在し、湿原の花も楽しみな八幡平



日本百名山中、最も手軽に登頂できる八幡平



アスピーテラインから望む岩手山の雄姿



八幡平山麓は温泉の宝庫(泥火山)



八幡平山頂手前から展望できる八幡沼

秋田駒ヶ岳・八幡平 持ち物リスト

品名	数量	チェック	備考
1 登山靴	1組	○	ソールのしっかりとした防水性のあるゴアテックスや皮革製の登山靴。ハイカットの靴で履き慣れたものを。
2 タウンシューズ	1組	△	移動時に履く運動靴やスニーカーなど(宿に置いていけます)。
3 旅行かばん(小〜中)	1個	○	登山中、不要な荷物を宿に預ける荷物入れ用。
4 登山用ザック	1個	○	登山時に背負うザック。目安は容量 25〜35 ㍓程度の日帰り用。
5 雨具(上下)	1着	○	出来るだけしっかりとしたゴアテックス製の上下セパレート型が良い。防寒着としても活用します。
6 薄手ダウンまたはフリースジャケット(防寒着)	1着	○	夏でも東北の 1,500m 超えの稜線歩きでは、曇天など日差しの無い日はけっこう涼しく、雨、風が強いと体感温度が下がり、かなり寒くなるので薄手のダウンやフリース等の防寒着は必ずお持ち下さい。
7 ヘッドライト	適数	○	登山には必携です。何かトラブルがあり、予定より時間がかかって日が暮れてしまう可能性もあります。万一の場合に備えて。事前に点灯を確認し、予備電池も必ずお持ち下さい。
8 帽子(日除け用・防寒用)	1個	○	好天時、強い日差しを遮るためつばのある帽子を。また風が強い時、寒い時に耳を覆う帽子またはバンダナがあると良いでしょう。
9 手袋(薄手・中厚手)	2個	○	薄手と、気温が低めの時のために中厚手もご用意下さい。
10 トイレットペーパー	適量	○	何かと必要です。ウェットティッシュもあると便利。
11 衣類	適数	○	登山 3 日分。長袖シャツ、スラックス、下着、靴下、着替えなど。
12 サングラス	1個	○	稜線は日差しを遮るものが有りません。好天時、強い紫外線から目を保護するために必携です。
13 水筒・テルモス	1個	○	容量 1〜2 ㍓程度。ペットボトルでも可。テルモス(魔法瓶)で温かい飲み物も持った方が良いでしょう。宿や登山途中で補給できます。
14 洗面用具	適数	○	宿泊する温泉宿には浴衣、タオル、バスタオル、歯磨きセット、シャンプー類、ソープ類など基本的なアメニティは付いています。歯ブラシ、洗顔、化粧水など個人的に必要な物をお持ち下さい。
16 部屋着	1着	○	浴衣や寝間着は宿に付いていますが、リラックスできるように登山服とは別に部屋着があると良いでしょう。
17 筆記用具	適数	○	メモ帳やボールペンなど。
18 財布・クレジットカード	適数	○	クレジットカードは便利です。保管に気をつけましょう。
19 携帯電話・バッテリー	1個	○	お持ちの方は緊急の連絡用に携帯して下さい。バッテリーも有ると安心です。宿で充電できます。
20 熊除け鈴・笛	1個	○	秋田駒ヶ岳、八幡平ともにツキノワグマの生息地です。熊除け対策として登山中、携帯して身に付けるようお願いいたします。
21 スパッツ	1組	△	雨天時にぬかるみ対策用としてあると便利でしょう。
22 ザックカバー	1枚	○	ザックの防水用レインカバー。歩行中の急な降雨に備えて。
23 折り畳み傘	1本	△	移動時や林道歩きなど、差し支えの無い道では、小雨の時にさしていただいてもかまいません。登山中の使用は控えて下さい。
24 日焼け止め	適数	○	強い紫外線と乾燥から肌を守るために。リップクリームも。
25 トレッキングポール	1組	△	普段、山歩きに使用している方はお持ち下さい。伸縮式が収納出来て便利です。ダブルがおすすめです。
26 医薬品・マスク	適数	△	持病用の特別な薬などがあれば各自でご用意下さい。マスク装着については登山中不要です。宿や車中や施設内では各自の判断で。
27 カメラ	適数	△	携帯する場合は予備電池、充電装置も忘れずに。
28 行動食・昼食・嗜好品など	適数	○	1 日目の宿に到着するまでに、各自にて登山 3 日分をご用意下さい。玉川温泉まで入ると購入する場所がありません。なお飲み物は宿や駅、八幡平のレストハウスなどの自販機で購入可能。宿で登山用のお弁当を依頼できるかどうかは、後日確認してお知らせします。

○=必要なもの △=あると便利なもの ※あくまでご参考にして下さい。