

長瀬アルプス&宝登山 春うららの秩父路を歩く

開催日：2026年3月14日（土） 晴れ 健脚レベル1 16000歩 約9km

出 発：秩父鉄道野上駅 10時15分

コース：野上駅（標高137m）→登山口[🚰]→長瀬アルプス→奈良沢峠→毒キノコ看板前→
関東ふれあいの道・丸太の200階段急登→宝登山（標高497.1m）→宝登山神社奥宮→
（昼食）→梅百花園→宝登山山頂駅[🚰]→関東ふれあいの道・宝登山ハイキングコース→
宝登山神社[🚰]→秩父鉄道長瀬駅（標高141m）

参加者：市村（L） 熊坂（SL） 山田（SL） 勅使河原 河野 大城 亀田 藤澤 稲葉 舟田 網
計11名

この日の長瀬町の気象情報、朝10時の気温は11℃。野上駅に降り立ったときは風が少しありヒンヤリとする気候でしたが、スタートするときには風も弱まり春の暖かく心地よい日差しの中のハイキングとなりました。長瀬アルプスは、危険箇所がほとんどなく適度なアップダウンを楽しめるハイキングコース。みなさん軽やかな足取りで宝登山登山口へ到着しました。宝登山への200階段急登もクリアして山頂へ、秩父の名峰武甲山、日本百名山の両神山への山並みは素晴らしい景観でした。春は冬の寒さが和らぎ、新しい生命が息吹く季節。山頂山肌では福寿草と名残りのロウバイ、梅百花園で梅の花を楽しむことができました。事故なく長瀬駅へ下山、春うららの秩父路を楽しむ「長瀬アルプス&宝登山ハイキング」でした。



秩父鉄道熊谷駅～昭和ロマン漂う野上駅 宮沢賢治の歌碑

平塚駅から湘南新宿ラインに乗って2時間15分、熊谷駅改札を出て秩父線へ。ローカル線鉄道の秀逸気漂う列車に乗車、下見のときの列車には扇風機が設置されていました。めざす野上駅は14番目、熊谷駅を出てしばらくは住宅街でしたが、次第に田園風景、山並みが広がり始めました。寄居駅で大勢のハイカーが乗車、進行方向左側に荒川の流が見え隠れするようになって、昭和ロマン漂う野上駅に到着。若者グループや女性グループが長瀨アルプスへ向かって行ったあと、人影がなくなった駅舎をパチリ。駅舎横に宮沢賢治の「盆地にも今日は別れの本野上 駅にひかれるたうきびの穂よ」の歌碑が建立されていました。賢治が盛岡高等学校2年のときに地質調査研究のため、秩父地方を訪れたときに詠んだ歌です。



野上駅舎前で集合写真 10時22分～万福寺 後続の勅使河原さん合流

10時4分着のカラフルな車両の列車で、河野さんと大城さんが下車。駅前広場の有料駐車場は、ハイカーと思われる人の自動車で満車。空きスペースで、熊坂サブリーダーのリードでストレッチをして駅舎前で記念写真を撮影。10時22分、風も弱まり春の暖かく心地よい日差しの中のハイキングスタートです。駅前の舗装道路を直進していくと手作りの案内板があり、住宅街を歩いて万福寺に到着。寺の隣にはトイレもあり小休憩をしてしばし談笑、後続の勅使河原さんと駅まで迎えに行った山田サブリーダーが合流しました。



万福寺前 10時55分～登山口～アップダウンの尾根道歩き

10時55分、万福寺前をスタート。住宅街を抜けて長瀬アルプス登山口へ、少し上って行くと青空が広がる平らなところに出ました。上り始めてまだ10分ほどですが、大分汗ばんできたので衣類調整の小休憩と水分補給。ここからはアップダウンのある尾根道歩き、木立の中を上って行きます。道標も少し斜めになっています。木立の間の先に巨大ソーラーパネル群が見えました。自然エネルギー利用と言いながら自然破壊をしているような気がします。11時20分、道標のある平らなところに出たので2回目の小休憩です。



11時23分～環境整備協力金ポスト～快調なピッチで尾根道歩き～12時1分奈良沢峠

水分補給をして11時23分にスタート、赤いポストが見えて来ました。「私有地のため環境整備協力金100円のお願い」と書かれた貼り紙があり、ポストに100円を入れて通過。尾根道は落葉樹が多いため景観が良く、左側には長瀬町の街と山並みが見えました。季節は冬から春、ウォーキング不足で脚力落ちている人にとって、適度なアップダウンを繰り返す長瀬アルプスは足慣らしに丁度良い低山ハイキング。みなさん快調なピッチ（熊坂さんが、みなさんの後姿をパチリ）で尾根道を歩き12時1分、長瀬アルプス尾根道終点の奈良沢峠に到着しました。お腹がすいて来ましたが、昼食タイムの宝登山山頂まではもう一息です。



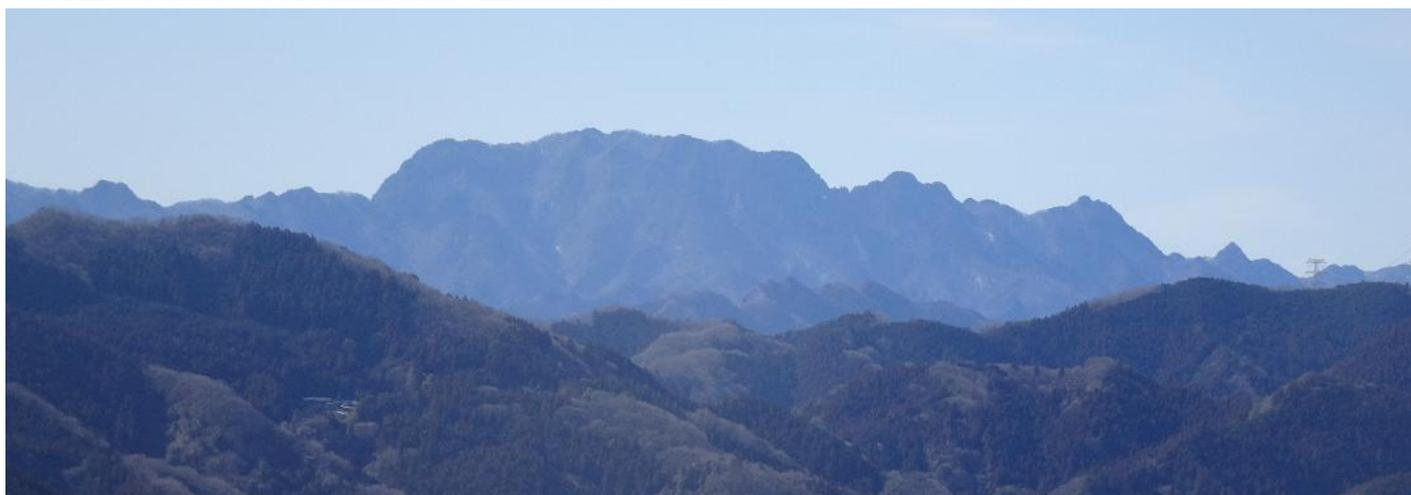
12時14分 キノコ看板前 12時17分～丸太の200階段急登

奈良沢峠からは舗装道路の緩やかな上り道、自動車も通らないので横並びのゆったり歩き。12時14分、宝登山下の毒キノコ看板前に到着しました。看板には「食用キノコと毒キノコの区別」のことなどが説明されていて「やたらにキノコをとって食べないように」と書かれていました。舗装道路を進むと根古屋で、根古屋から宝登山への道は関東ふれあいの道で、2019年6月9日に歩きました。ここから宝登山山頂をめざします。12時17分、丸太の200階段のある急登を登り始めます。息も少し切れますがここががんばりどころ、一步一步上って行きます。こちらの4人グループは記念写真撮影ですか、撮影者は熊坂さん。



急登をクリアして12時35分宝登山山頂 武甲山から両神山の山並み

大城さん、河野さん、網さん、亀田さんの先頭グループが18分で急登をクリアして12時35分、宝登山山頂に到着。後続も続々と山頂へ、順番待ちをして山頂標識で記念写真を撮影。宝登山は秩父郡長瀬町にある標高497.1mの山です。宝に登るとおめでたい山名ですが、山名の由来には諸説あるようです。山頂からは、南方面左の秩父の名峰武甲山（標高1304m）から右へ山並みが続き、日本百名山の両神山（標高1723m）まで一望できて感慨ひとしおです。両神山の写真は下見の1月31日に撮影した一枚です。



宝登山神社奥宮～展望デッキなどで昼食タイム～関東ふれあいの道里程標

木の根の這った平らな山頂を歩き宝登山神社奥宮へ、ここの狛犬はオオカミです。参拝して昼食タイムです。名残のロウバイが残る景觀の良いベンチや、最近できたと思われる展望デッキのベンチを確保して、山また山の景色を楽しみながらの昼食タイムとなりました。展望デッキには大きなモニュメントがあり、多くの人が写真撮影をしていました。展望デッキでリラックスモードの熊坂さんと舟田さんをパチリ。山頂近くに関東ふれあいの道の里程標があり、上長瀬駅までは5kmを表示しています。広い山頂をぐるりとすれば360度の景觀が望めます。ロウバイと武甲山の写真、梅と両神山の写真を撮ることができました。



ロープウエー山頂駅前～福寿草～170種470本の梅百花園散策

昼食を済ませて、梅まつりに訪れた観光客で賑わうロープウエー山頂駅前に集合。山肌に「福」と「寿」のなんとも縁起の名前の福寿草の黄色い花が数輪咲いていました。170種470本の梅が見られる梅百花園に入ります。梅の種類によって開花時期が違うのか、紅梅、白梅を楽しみながら散策しました。



13時40分~つづら折りの参道~ショートカット~14時15分宝登山神社

梅百花園散策を堪能して再びロープウエー山頂駅に集合。13時40分、下山開始です。ここから先頭は熊坂サブリーダー、下山道と書かれた道標のところから下り始めます。山肌の道から自動車も通れる砂利道の参道へ出ます。参道は長いつづら折り、ショートカットできる土の道のところで高度を下げていきます。道端にひっそりと十二丁石がありました。奥宮まで参拝をする人は丁石を目安に上り下りしたのでしょうか。14時12分、ロープウエー麓駅前へ。ロープウエーを利用して奥宮に参拝する人も宝登山神社から麓駅までは歩くことになります。急峻な道を下りて14時15分、参拝者で賑わう宝登山神社へ下山しました。



宝登山神社～14時42分長瀬駅 歩数16000歩 距離9km

山田さんと亀田さん、網さんが代表して参道石段を上り、宝登山神社へ「無事下山」のお礼参拝をして下りて来たところをパチリ。鳥居脇の枝垂れ梅が、淡いピンクの花を咲かせていました。石畳の参道を少し下った空きスペースでクールダウン。直線の広い自動車道の歩道を歩いて14時42分、観光客で賑わう関東の駅百選に選定されている長瀬駅に到着。歩数16000歩、距離9kmでした。乗車予定の14時53分発の熊谷行き列車で帰路となりました。



(市村記)