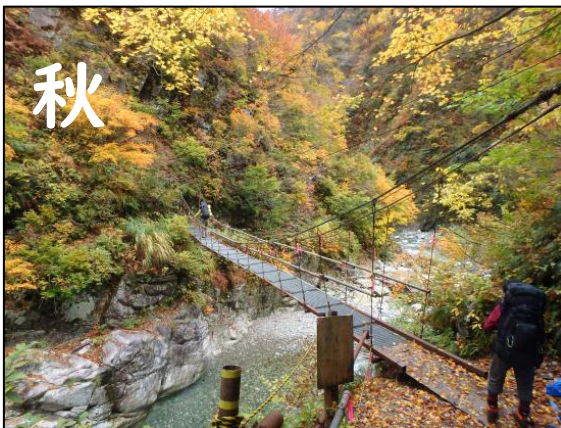


# 三峰山岳会

## 入会案内





〔東京都山岳連盟加盟〕

(2026年4月版)

## 一緒に山をたのしみませんか？

私たちの会は、身近な山から海外の山まで“楽しく”そして“安全に”を合言葉に、ハイキングを始め、沢登り、岩登り、山スキー、雪稜登攀、と四季を通じて幅広い登山活動を行なっております。

山に行きたいと思っても、「仲間がない」「体力にいまひとつ自信がなく、独りでは不安だ」「装備がない」「経験がなく、どうすればいいのかわからない」等々の心配から山に行くことを躊躇していませんか？

私たちは、『生涯登山』を旗印に、仲間とともに山に登り自然をたのしむことを通じて、心身ともに豊かな生活を送り、かけがえのない自然に触れる貴重な体験を次の世代に伝えてゆきたいと考えています。

貴方も多くの仲間をつくり、仲間とともに山の自然に触れ、山の恵みを感じる、そんな時間をつくってみませんか。

**ぜひ一度、私たちの会をのぞいてみてください！**

インターネットに会のホームページを開設しています。この案内と併せてご覧ください。

三峰山岳会ホームページ <https://www.mitsumine.gr.jp/>



小湯沢にて（温泉・沢登り）



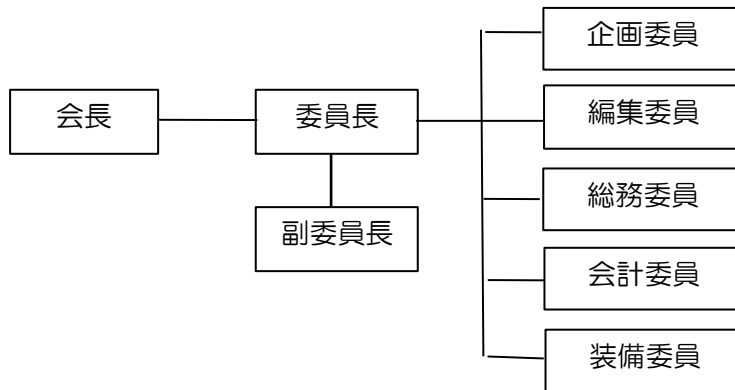
大井川赤石沢にて

## 三峰山岳会のプロフィール

- ★ 創立昭和 8 年（1933）秋。本年度（2026 年）は 93 年目の歴史を刻みます。
- ★ 東京都山岳連盟に加盟しています。
- ★ 集会を毎月 2 回、原則として第 1・第 3 水曜日に水道橋で行なっています。会場等の都合により第 2・第 4 水曜日に行なうこともあります。
- ★ 入会者全員を対象に各種講習会を行ない、安全な登山を確保するよう心がけています。
- ★ 万一の場合に備え、救助ネットワークを設けています。そのために必要とされる技術レベルの確保にも努めています。
- ★ 例会山行の報告や会員の発言の場として、会報『岩つばめ』を年 3 回発行しています。  
（この岩つばめは「岳人」の会報賞を受賞したことがあります。また「山と溪谷」誌上でも幾度か取り上げられています。）
- ★ 2026 年 4 月現在  
会員       : 104 名（女 44 名・男 60 名）  
永年会員   : 4 名（女 0 名・男 4 名）  
会友       : 21 名（女 7 名・男 14 名）  
年齢分布（会員）  
20 代（8 名）、30 代（9 名）、40 代（30 名）、50 代（23 名）、60 代（10 名）、  
70 歳以上（23 名）

# 会の運営と組織

会長を代表者とし、実質的な運営は委員長を中心とする委員会（30 名程度）で行なっています。また会の最高議決機関として年頭（4 月）に「定期総会」（大集会と呼称）を召集し、会員全員で会長・委員の選出、年間活動内容等を決めています。



## 1) 会企画山行・行事

- ☆例会山行 毎月 5～6 回  
(縦走、ハイキング、沢登り、岩登り、山スキー、ヤブ山  
など。土日祝日主体。3 ヶ月毎に委員会が発表します。)
- ☆講習会 机上：ロープワーク、救急、読図など  
実地：雪上技術、岩登り、沢登り、山スキー、応急処置、  
救助訓練など
- ☆合同登山 春山合宿：5 月連休（北・南アルプス、上信越方面他）  
正月合宿：年末年始（北・南アルプス、八ヶ岳他）  
集中山行：尾根や沢から複数のルートで全員が一つの頂上を  
目指します。（吾妻連峰、奥秩父、谷川、南アルプス他）
- ☆親睦会 新年山行、忘年山行など

## 2) 個人山行

- ☆春の山菜、秋の茸、沢登り＋溪流釣りなど、山の味覚を楽しむ山行、野点山行
- ☆岩登り、沢登り
- ☆山スキー、ゲレンデスキー  
などの会員同士の山行

## 入会にあたって

経験は問いません。初心者の方も大歓迎！

(月2回の集会に参加できる方を希望します。18歳未満の方は保護者の承諾が必要です。)

### まず

集会に来てみてください。そして出来れば、入会前に一緒に山に行ってみませんか。当会の雰囲気を感じ取れると思います。

### それから

入会希望者は、会員へ申付けください。公式 Line グループに招待させていただきます。

(入会金：¥2,000/年会費(4月～翌年3月)：¥12,000 一括納入。入会時は月割)

### 万一の事故・遭難に備えて

万一に備え、山岳保険への加入を義務づけています。

(会としての団体加入はありませんが各種保険の情報提供は行っています)

※個人賠償責任保険の加入に関しては任意

### そして

会員名簿・会則・共同装備表などをお渡しします。さあ、一緒に山へ出かけましょう！

不明な点や詳細については入会説明会にてご説明します。



黒部横断 ガンドウ尾根にて



西表島西岸縦走 ジャングル川下り

## 入会にあたってのQ & A

Q：雪山や岩登りに興味がありますが、初心者でも連れて行ってもらえますか？

A：はい。大丈夫です。積極的に例会山行に参加して技術と経験を積めば、徐々に岩登りや雪山にも参加することが出来ます。

Q：会の講習会とはどのようなことをするのでしょうか？

A：毎年夏に1泊2日でレスキュー講習を行っています。内容は主に自分自身や仲間が怪我をした時の救急処置や搬送が中心です。それ以外にも岩場でのロープワークや懸垂下降などを学びます。冬は雪上訓練を行い、アイゼンを付けての歩行練習や滑落停止、アバランチトランシーバーを使用した雪崩での捜索・救助訓練を行っています。

Q：会費を払えば会の講習会は無料で受けられるのですか？

A：はい。会の講習は無料です。講習費は全て会費でまかっています。講習会の講師は交代で会員がボランティアで務めています。初年度は会の講習や例会に積極的に参加して知識を吸収し、翌年度からは運営側のお手伝いをして頂き、回を重ねるごとに講師側の役割を徐々にお願いしていくこととなります。数年後には講師を務めるくらいの気概で臨んで下さい。

Q：事故や怪我をした時のレスキュー体制はどうなっていますか？

A：山行管理体制は充実しております。何かあった場合に備え山行中は常に在京メンバーを置き、有事にはレスキューチームを組成し救助にあたります。

## 2025 年度活動状況

4 月	山スキー(守門黒姫) 雪稜登攀(白馬岳主稜、奥穂高岳南稜) ハイキング(陣馬山)	10 月	沢登り(登川金山沢、ノロ川桃洞沢) 縦走(剣山) 岩登り(小川山、瑞牆山) ハイキング(櫛形山、磐梯山、焼石岳)
5 月	雪稜登攀(劔岳ハッ峰) 沢登り(大井川東河内) 山スキー(平ヶ岳) ハイキング(倉見山) 岩登り(乾徳山)	11 月	岩登り(天王岩、佐久の岩場) 縦走(八十里越え、宮之浦岳、男体山～女峰山) ハイキング(御前ヶ遊窟、二十六夜山、南高尾山稜)
6 月	沢登り(大杉谷、薄根川川場谷、大谷川柳沢川) 岩登り(一ノ倉沢南稜、変形チムニー) 縦走(雲取山)	12 月	ハイキング(由布岳) 雪山登山(会津駒ヶ岳、赤岳、茂倉岳、日留賀岳) 岩登り(三ツ峠、古賀志山、城ヶ崎海岸)
7 月	沢登り(小室川谷、恋ノ岐川、湯檜曾川本谷) ハイキング(利尻岳、礼文島) 縦走(石鎚山、鳳凰三山)	1 月	雪山登山(麦草岳、) 山スキー(東谷山、猫岳) 岩登り(兜山、城ヶ崎海岸) 雪上訓練(白毛門)
8 月	沢登り(実川硫黄沢、中津川本流) ハイキング(女峰山、至仏山) ピークハント(カムイエクウチカウシ山、霞沢岳)	2 月	山スキー(安達太良山、根子岳、鍋倉山) アイスクライミング(松木沢) 雪山登山(阿弥陀岳、編笠山～権現岳) 岩登り(兜山、城ヶ崎海岸)
9 月	集中山行(会津駒ヶ岳) 沢登り(釜川ヤド沢、米子川、) ハイキング(西谷山、麻生山) 岩登り(小川山、瑞牆山、佐久の岩場) 縦走(八ヶ岳、朝日連峰)	3 月	山スキー(守門黒姫、越後駒ヶ岳) 雪山登山(仙ノ倉山北尾根、薬師岳、観音岳、茂倉岳) 雪稜登攀(中山尾根、旭岳東稜、白馬岳主稜) 岩登り(天王岩、柴崎ロック)

2025 年度は例会山行・個人山行を合わせ 260 回の山行がありました。  
ここに掲載したものはほんの一部です。一覧が Web に掲載してありますので御覧ください。  
<https://www.mitsumine.gr.jp/fumiato/>

# 入会説明会

当会では、山行の報告や打合せ、事務連絡、ならびに会員のコミュニケーションの場として、毎月第1・第3水曜日（第2・第4となる場合もあります）に下記の場所にて集会（ルームと呼称）を開いています。まずはお気軽に見学にいらしてください。お待ちしております。

## <2026年度の集会スケジュール>

2026年04月15日	2026年10月07日
2026年05月20日	2026年10月21日
2026年06月10日	2026年11月04日
2026年06月24日	2026年11月18日
2026年07月01日	2026年12月02日
2026年07月15日	2026年12月16日
2026年08月05日	2027年01月06日
2026年08月19日	2027年01月20日
2026年09月02日	2027年02月03日
2026年09月16日	2027年02月17日
	2027年03月03日
	2027年03月17日

時刻 午後7時30分～9時

場所 東京学院1階 教室、または101会議室

\*基本的に東京学院1階 教室を会場としていますが、都合により場所が変わることもあります。当日東京学院1階入口の表示でご確認ください。  
101会議室は東京学院の右隣になります。

