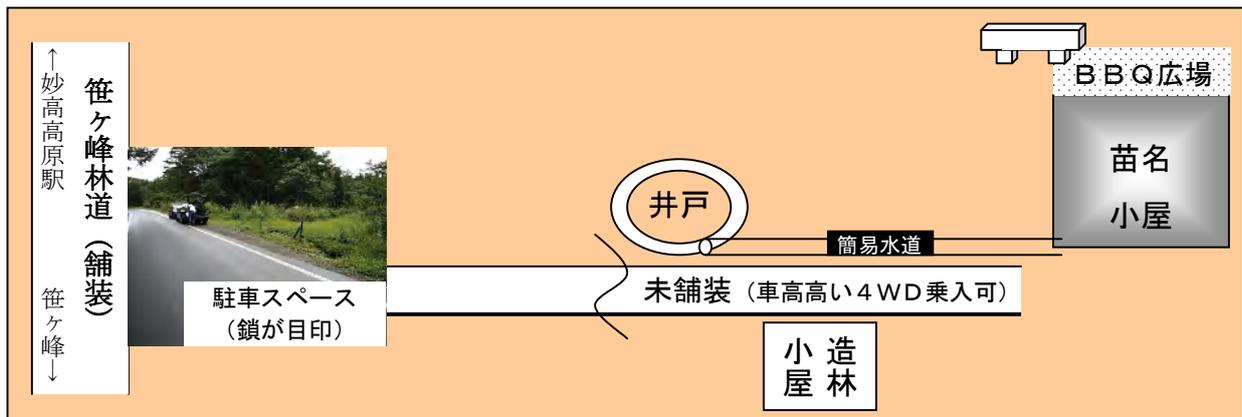
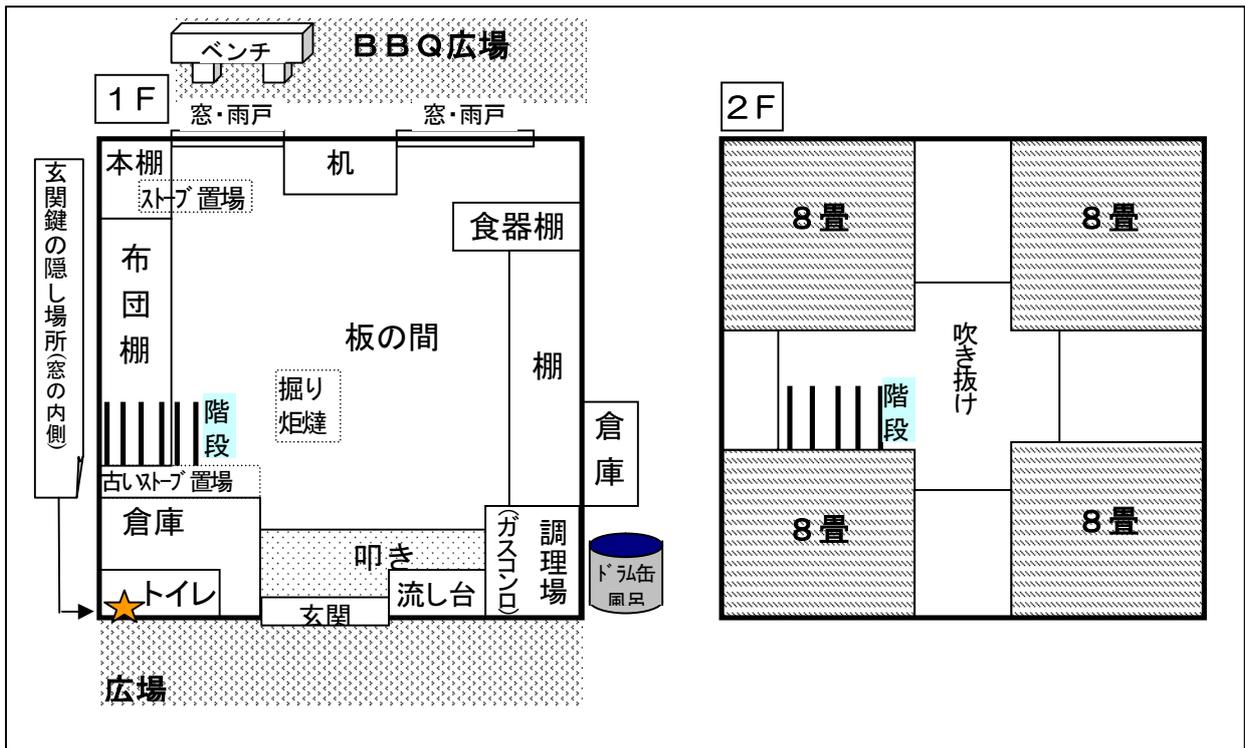


苗名小屋利用ガイド (H13.09 現在)

OB小屋委員長：笹倉実(30)

現役とOBによる定期保守や雪おろし、近年の皆様のご寄付、OB有志による快適化計画により、苗名小屋も寿命を徐々に延ばし、快適になっています。小屋は住宅同様、利用すればするほど長持ちします。今回はより多くの方に小屋を利用させていただきたく、苗名小屋をガイドさせていただきます。設備も充実し、今年は簡易水道や仮設電気も整備されました。立ち寄りでも結構ですので、ぜひ一度お越し下さい。

1) 苗名小屋の見取り図



2) 苗名小屋の四季

5月	無雪期	小屋で一番快適に過ごせ、車があれば行動半径が広がる時期です。休みをとった方がいいものの、どこもかしこも混んでいるので小屋に立ち寄る人も多いようです。 笹ヶ峰での散歩、周囲の山のハイキングやBBQ、麓での蕎麦屋開拓など、何をしようかと困ることはありません。
6月		
7月		
8月		
9月		
10月		
11月	積雪期	12月には雪が積もり、スキー場もオープン。クリスマスから年越しにかけて現役やOBが多数集います。当然防寒対策は必要ですがストーブや炬燵があります。小屋は雪に覆われ、内部は積雪のためにほとんど光が入りません。昼間は誰もいない銀世界で遊び、夜は寒い中で熱燗で暖まるといった贅沢が味わえます。
12月		
1月		
2月	残雪期	小屋の周囲は一面の銀世界で、スノーキャンプに最適の時期です。例年GW初日。までに笹ヶ峰までの除雪が完了するため、GWは車でのアプローチが可能です
3月		
4月		

3) 苗名小屋の生活

- ①食料：苗名小屋には、食糧を備蓄しないようにしております。各自自炊用の食糧を持参してください。杉の沢集落周辺や妙高駅周辺には、スーパーやコンビニが点在していますので、車があれば買出しもできます。妙高高原駅前や国道18号線沿いの食堂や、おいしい蕎麦屋も近辺にありますので、外食もよいでしょう。
- ②水：井戸水はありますが、飲むためには煮沸の必要があります。林道途中の五八木バス停前の湧き水を汲んでくるか、麓でミネラルウォーターを買って来てください。
- ③持ち物：無雪期は手ぶらでも大丈夫ですが、以下のものがあれば便利です。
「懐中電灯」夜中に目覚めた時など、ちょっとした明かりとして便利です。
「シュラフ」布団は多数ありますがシュラフやシュラフシート等があればさらに快適です。
「ウェットティッシュ」手や顔、食器を拭きたいときなどに便利です。

4) 施錠と鍵の管理について

小屋は両戸側を含め、完全に施錠されております。玄関引戸は左右2つの鍵前いずれかで開けることが出来ます。小屋を使用する方は、原則として五八木荘(岡田氏)より右扉の鍵を借りてください。もし夜間・早朝などに到着し、五八木荘に立ち寄れない場合は、左扉の隠し鍵をお使いください。

	保管場所	入手、返却場所
右扉の鍵	五八木荘	五八木荘 0255-86-6023 (地図参照)
左扉の鍵	隠し鍵 (緑の札付)	小屋トイレ小窓を外から開けると、裏側に鍵がストラップでかけてあります。 問 笹倉(30) 042-573-7312 sasakura@rtri.or.jp (職) 合 090-3907-7537 / 045-373-1435 sasakura@fh.freeserve.ne.jp (自) せ 笠原(41) 090-4172-0032(携) kasahara@ma3.justnet.ne.jp

いずれの鍵を使った場合でも、必ずもとの場所に戻してください。

5) 苗名小屋の設備について

苗名小屋にはさまざまな設備が用意されていますが、利用の際は利用者の自主管理をお願いします。清潔に使用し、使用後は備え付けのほうきまたは発電機+掃除機できれいに掃除をお願いします。備品や灯油は自由に使用していただいて結構ですが、火の取扱には十分ご注意ください。山小屋であり燃料の確保が大変ですので節約を心がけてください。備品を損傷あるいは紛失した場合、又は損傷した備品や箇所を発見した場合は、速やかに現役部員かOB小屋委員会にご連絡ください。

A) 炊事	炊事場にプロパン式ガスコンロが1台あります。釜、大鍋、小鍋、やかん、箸、焼網などがあります。使用後は洗って煮沸を行い、元の位置に戻してください。ガスコンロは最後にボンベ元栓を閉め忘れないようにご注意ください。小動物に荒されないよう、調味料や保存食は棚にある大型タッパーにしまってください。食べ物の屑等も残さないようにお願いします。
B) 水、流し台	五八木荘の造林小屋前の井戸から水道を引いております。小屋の台所流し台も使用可能で、この流し台と小屋外（南側）の2カ所に蛇口があります。洗い物や掃除に使ってください。井戸水を調理、飲用に使用する場合は必ず煮沸してから使ってください。笹ヶ峰林道を下った五八木バス停の道路脇には名水の湧水があり、これはそのまま飲めます。
C) 暖房	ストーブは雨戸側にある新しい3台が使用可能です（階段下の古いストーブは使用できません）。ポリタンクに灯油があります。こたつは、掘りごたつ式（七輪を使うもの）と、豆炭を入れる箱をこたつに取り付ける方式の2台が使えます。いずれも豆炭数個をガスコンロで火入れし、使ってください。豆炭は倉庫または台所の大袋に入っています。掘ごたつは、玄関近くの床の蓋を上げ、中の枠組みを組み立ててください。
D) 明かり	小さな灯油ランプ、EPIガスランタンがありますが、使い慣れたランタン、懐中電灯やろうそくを持ってくれば何かと便利です。その他ホヤ式ランタンもあり、150w程度の明るさで大変明るいですが、ホワイトガソリンを使用するため取扱いには慣れが必要です。 灯油とホワイトガソリンは絶対に間違えないでください。 又、発電機を使い、小屋備え付けのコードリールと投光器を利用した明かりも可能です（投光器は60w電球型と500wハロゲンライトの2台があります）。発電機には初心者にも分かりやすいよう、説明用のシールを貼ってあります。
E) 布団	十分にあります。使用後は重い敷布団を左側の棚に、毛布等軽い布団を右側の棚に戻して下さい。標高が高いためシュラフを持参し併用すればより快適に過ごせます。
F) BBQセット	調理場にバーベキューコンロと金属串があります。野外行事にお使ください。
G) ポータブル発電器	700w程度まで使用可能なAC100Vポータブル発電器（赤色）があります。レギュラーガソリン3リットルで5～6時間連続運転できます。使用時は排気ガスが背面より出ますので、玄関外などに持ち出して回し、コードリールで小屋内に電気をひいてください。使用後は湿気・ホコリ等による故障を防ぐため、倉庫でなく、居室内に保管下さい。レギュラーガソリンは、トイレ横の倉庫棚に赤い金属の5リットル携行タンク（2台）に入っていますが、使用した分のガソリンは山麓のガソリンスタンド等から各自このタンクで補給してください。
H) 掃除機	電気掃除機が1台あります。発電機を使えば使用可能です。小屋が大変綺麗になりましたので、小屋利用の際は清掃に御協力ください。
I) ドラム缶風呂	小屋南側外に黒色の風呂用ドラム缶と五右衛門蓋、L型鋼材があります。コンクリブロック焚き台の上にL型鋼材を並べ、ドラム缶を載せて近くの水道ホースから半分程度水を入れてください。焚き木は落ち枝等です。
J) 燃料	現在3種の燃料があります。特に灯油ストーブにガソリンを間違えて入れると火災の危険がありますのでご注意下さい。誤使用を防ぐため次のように分散して保管してあります。 ●レギュラーガソリン：発電機等の保守機器用 →トイレ横の倉庫棚に赤い金属の5リットル携行タンク ●ホワイトガソリン：ガソリンランタン用 →居室南側棚にあるホワイトガソリン缶 ●灯油：ストーブ、灯油ランプ用 →居室北東側にあるポリ容器（20リッター容器数個）
K) トイレ	小屋内に汲取り式トイレがあります。年数回現役・OBで汲取りを行っておりますが、長くもたせるために、男性の小キジは小屋の外で済ませていただければ助かります（場所は滞在者同士で決めてください）。

6) 使用料金

使用料金は小屋奥の机の上にある料金箱に入れてください。1泊あたりの金額は以下の通りです。

	現役	OB	部外
夏期 (6～9月)	¥100	¥150	¥250
冬期 (10～5月)	¥150	¥250	¥350
その他寄付金・物品・燃料歓迎			

7) 麓の情報

【買い出し】

スーパー	NARUS 関山店	0255-82-4000	～22時		妙高村大字 関山 3056	18号を北上、約7キロ
その他、妙高高原駅付近や杉の沢に小中規模のスーパーが点在しています。						
ホーム センター	コメリ妙高店	0255-81-3103	～20時	家庭大工や 日用品	妙高村大字 関山 575-1	18号を北上、約7キロ
酒	メインマート 妙高高原店	0255-86-5102	～20時	酒のディスカ ウントストア	大字関川 1421	杉野沢からの道と18 号バイパスの交差点
コンビニ	セブンイレブン 妙高高原店	0255-86-4937	24hr	酒あり	大字毛祝坂 91-1	妙高高原駅から北へ 出る道と旧18号の角
コンビニ	ソルティ後藤	0255-86-2126	7:00～	酒あり	大字関川 635-1	

【風呂】

温泉街妙高には日帰りできる入浴施設があります。ワングルで主に利用している施設を記載します。

ランドマーク妙高高原 (池の平交差点前)	0255- 86-5130	池ノ平 2413-11	1000円 (3hr)	入浴は 深夜1:00 まで	タオル(大&小)は料金内。石鹸、シャンプーあり。露天風呂、サウナあり。仮眠施設は22:30～8:00までいつでも可
杉の沢温泉“苗名の湯” (五八木荘近く)	0255- 86-6565	大字杉野澤 2030	450円	～21:00	タオル(小)料金内。石鹸、シャンプーあり。
簡保のやど妙高高原 (いもり池近く)	0255- 86-2454	関川 2251-2	500円		石鹸、シャンプーあり。

8) 苗名小屋へのアプローチ

【無雪期のアプローチ】

①マイカー

東京から上信越道妙高高原 IC まで約3時間、ICから小屋まで30分です。小屋に続く笹ヶ峰林道は4月末～11月20日頃まで通行可能です。妙高インターを降りてから杉の沢集落を経由し、笹ヶ峰に向けて完全舗装の林道を登り続けます。杉の沢から3キロ程度曲がりくねった急坂を登り続けると、左手に五八木バス停と広場があります(直前左側路肩に“笹ヶ峰まで6キロ”の小さな看板あり)。ここでは野尻湖や斑尾方面のワイドな展望が楽しめます。道路向かい側には湧水があるので、汲んでいくとよいでしょう。

さらに数100m進むと右側にゲートがあり、工事用林道が奥へ続いています。昔はシブタミ橋という橋がありましたが、道路の付け替えで道路の右手に追いやられた格好となり、注意しないと見過ごします。

少し先には渋谷(シブタミ)バス停があります。注意してさらに150m進むと、右カーブを曲がったすぐ先の左手に、砂利が敷き詰められた部分があり、鎖で立ち入り禁止となっています。「私有地につき立ち入り禁止 五八木荘」の小さな看板があります。ここが小屋の入口です。路肩もしくは砂利の部分に、通行の支障にならないよう駐車してください。舗装道路と砂利の部分には段差があります。入りすぎると草で隠れた穴にはまるかもしれないので注意してください。車高の高い4WDであれば小屋の入口まで進入可能です*。

小屋の入口からは幅2mほどのデコボコの小道を道なりに歩きます。50mほどで左手に井戸が見え、右手に造林小屋が出てきます。さらに30m進み、突き当たったところが苗名小屋です。

*泥濘がないとき4WD車であれば小屋前までの小道も走行可能です。山菜取りなど第三者が車で小屋まで立入るのを防ぐため、林道入口の鎖にはカギがかかっています。鍵は小屋の流し台脇にかけてあります。

②電車などの公共交通機関

6月～11月の期間は週末を中心にバス（1日3本）もあります。妙高高原駅から、笹ヶ峰行きバスで「渋谷(シブタミ)バス停」で下車し、進行方向に150m歩くと小屋入口です。渋谷バス停の一つ手前の「五八木バス停」で降りれば道路反対側に湧水がありますので、水が必要な場合は汲んでください。妙高高原駅から渋谷バス停までの料金は700円です。

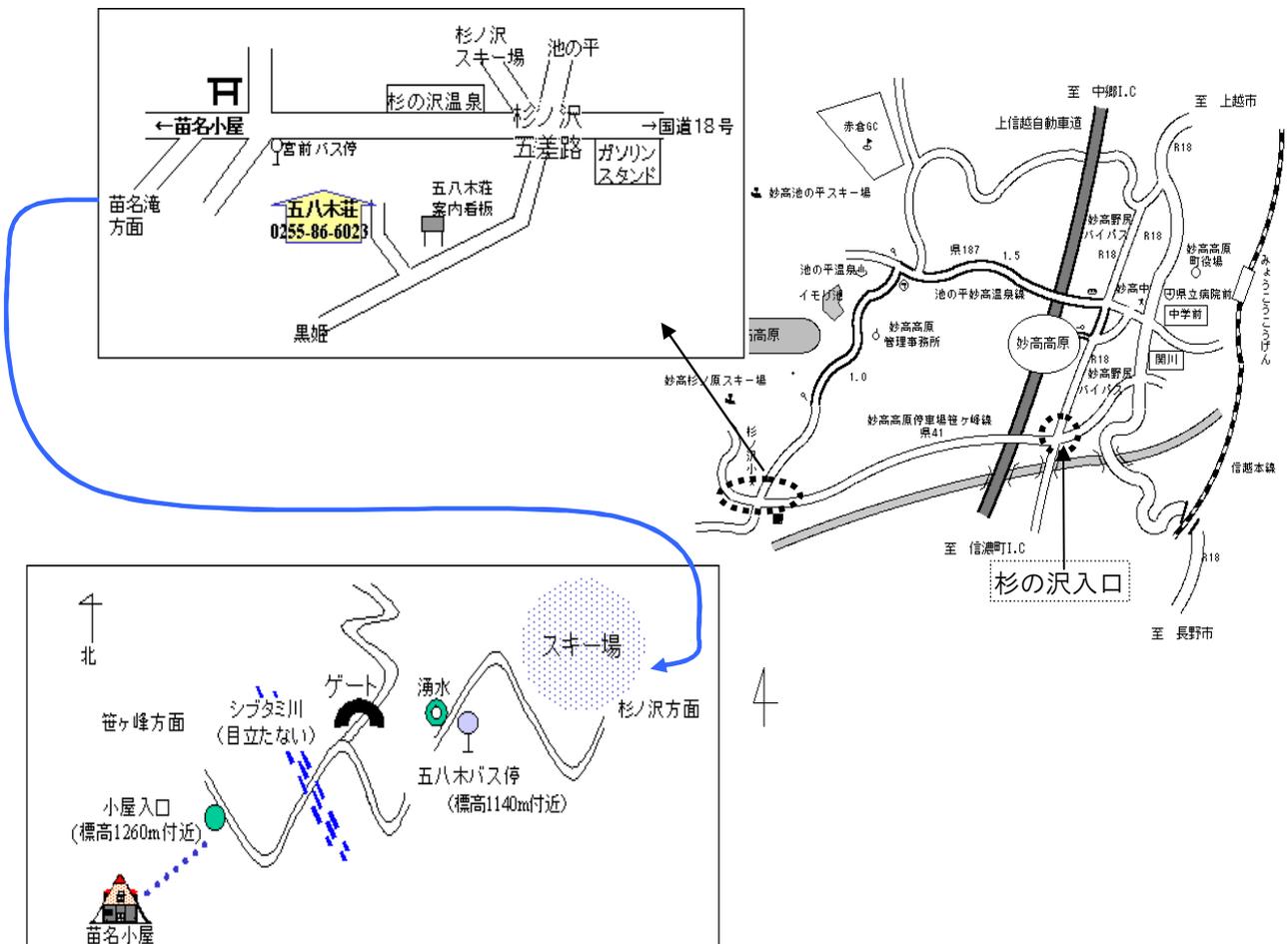
笹ヶ峰に行く途中で降りる乗客は滅多にいません。前もって運転手さんに一声かけた方が無難です。なお、タクシーは最終電車まで妙高高原駅前で待機しており、小屋までは約5000円です。

【電車+バスによるアプローチ例】

行き					
東京発 (長野新幹線)	長野駅着	長野駅発	妙高高原駅着	妙高高原発 (笹ヶ峰行バス)	渋谷バス停着
6:26(あさま501)	8:04	8:12(特急みのり3号)	8:52	9:00	9:30頃
8:40(あさま503)	10:20	10:31(快速信越1号)	11:21	11:30	12:00頃
11:40(あさま515)	13:30	14:19(信越線普通列車)	15:00	15:10	15:40頃
帰り					
渋谷バス停発 (妙高高原駅行バス)	妙高高原駅着	妙高高原駅発	長野駅着	長野駅発 (長野新幹線)	東京駅着
9:58頃	10:40	12:25(信越線普通列車)	13:05	13:08(あさま515)	14:52
13:58頃	14:40	14:51(信越線普通列車)	15:31	15:56(あさま524)	17:40
16:38頃	17:20	17:37(信越線普通列車)	18:21	18:28(あさま530)	20:12

*笹ヶ峰行バスはH13.6/1～7/15、8/24～9/30の金土日、7/20～8/19、10/1～11/4の毎日運行。

【問合せ：川中島バス妙高営業所：0255-86-3171(9:00から18:00)】



【積雪期のアプローチ】

冬季はスキー場経由となります。五八木荘に頼んで駐車させてもらうこともありますが、公営駐車場が2ヶ所あります。(1)の方が収容台数が多く、ゴンドラを使うと乗換なし8分で一気にゲレンデ頂上にゆけますので便利です。リフト・ゴンドラ終了時刻にご注意ください。

(1)杉ノ原スキー場ゴンドラ駐車場 (2000 台収容) 日帰り無料、1泊 1000 円

『往路』杉ノ原スキー場ゴンドラ→連絡コース→三田原ゲレンデ(旧妙高国際ゲレンデ)滑走→小屋

『復路』小屋→三田原ゲレンデ滑走→連絡リフト→杉ノ原スキー場ゴンドラ駐車場または、

小屋→三田原高速第2リフト→連絡コース滑走→杉ノ原ゲレンデ滑走→ゴンドラ駐車場

(2)杉ノ沢駐車場 (300 台収容) 日帰り 800 円、以降1泊につき 700~400 円

『往路』連絡リフト→三田原ゲレンデ(旧妙高国際ゲレンデ)下部滑走→三田原高速第1リフト→三田原高速第2リフト→三田原ゲレンデ滑走→入小屋

『復路』小屋→三田原ゲレンデ滑走→杉ノ沢駐車場

苗名小屋の入り方 (冬季)

