〒116 荒川区西日暮里2－31－5 電話 891－2280
発行所 東京ハイキング協会 振替東京0－63515
発行人 西 繁雄 毎月1回1日発行
継続購読費 1年間 2,400円
新入会員購読費 平成2年3月迄1,600円 入会金600円

東京ハイキングニュース

平成元年8月1日発行
通巻/瓜 第190号
創立 昭和48年

会員番号＿＿＿＿＿＿

◉駅で＝緑の旗と黄色のタオル、Rマークのバッジとワッペンが東ハイの目印。全員つけて参加しましょう
◉会員証とハイキング保険証を必ず持参すること。
◉会費の振込、連絡等には必ず会員番号と電話番号を忘れずに記入して下さい。整理上会員番号は氏名同様に大切です。

8月山行 34コース

1(月) 新人歓迎会 西
2(水)～6(日) 北アバス 依田・太田
4(金)～8(火) 槍穂高バス 三木・巽
5(土) 定例俳句会
〃 鷹の巣山 小菅
〃 6(日) 河口湖花火バス 西
6(日) 丹沢戸沢ソーメン 小板橋
〃 歴史の小野路 天海
7(月)～8(火) 北八自然休養林 西
9(水)～11(金) 六郷会三ツ峠 柴橋
〃 日光戦場ケ原バス 奥村
10(木) 幹事を囲む集い 萩原
12(土) 権現山・弘法山 西
13(日) 城ケ崎 小板橋
14(月) 八ケ岳 小成
15(火)～16(水) 甲州一泊 西
〃～17(木) 富士山 鈴鹿支部
17(木) 江ノ島 山田た
18(金)～20(日) 巻機山バス湘南支部 吉田
19(土) 目黒文化財と緑道 天海
20(日) 横十三仏参り 西
〃 名所巡り 梅沢
〃 江ノ島カメラ 柴橋
21(月)～24(木) 平山日本アルプス 小板橋
22(火) 刈寄山 石崎
23(水) 大菩薩峠 江森
24(木)～27(日) 秩父札所㉘㉙ 西
25(金)～27(日) 加賀白山他三木 萩原
26(土) 寄から鍋割山 酒井・巽
〃～27(日) 三窪高原 根本
27(日) 二子・両神バス 小板橋
28(月)～29(火) 崖山 西
30(水) 水源の道～棒ノ嶺 天海
〃 姥湯（米沢） 奥村
〃 黒川鶏冠山バス

写生会は福島へ(電)8月号3頁照

新人歓迎会 西

★8月4日(金)～8日(火) 笠ケ岳槍穂高縦走 係＝三木・巽
新宿駅西口朝日生命ビル前22時出発。強健脚向 定員20名
中央自高速＝松本インター＝安房峠＝新穂高温泉午前5時着→笠新道→笠ケ岳山荘(泊)→抜戸岳→双六小屋→西鎌尾根→槍ケ岳山荘(泊)→キレット→北穂高岳→奥穂高岳(泊)→ロバノ耳→ジャンダルム→天狗ノコル→間ノ岳→西穂高小屋→ロープウェー＝新穂高温泉＝中ノ湯温泉、温泉に入り＝松本インター＝新宿駅西口着22時。歩程第一日8時間、二日11時間、三日10時間、四日10時間。最近ロバノ耳、ジャンダルムコースは鎖が付いて大変楽になりました。然し岩場の山では一般のコースです。
(電)631・4567 三木慶介

★8月2日(水)～6日(日) 北アルプス 係＝依田・太田
夜行3泊4日（予備1日）
五色が原の名前のとおり、高山植物咲き乱れる立山五色から、北アの名峰薬師岳までのダイヤモンドコースを歩きます。数年前とのコースを歩いてアンコールの声高く再び訪れようと思います。新宿から室堂まで直通バスで行きますので安価に、又混雑による疲労がありません。往復共バスは予約制です。
新宿＝富山＝立山＝室堂→一ノ越→五色が原→スゴ乗越→薬師岳→太郎平→折立＝有峰口＝立山＝富山＝新宿 初参加不可
(電)896・1106 依田

★8月5日(土) 定例俳句会 係＝小菅知子
指導・風同人＝小菅高雪講師で午後1時～4時30分まで。時間厳守。当季雑詠三句持参して参加して下さい。

★8月5日(土) 鷹の巣山回峰ヤッホー 係＝萩原・サブ川村
青梅線立川6時38分発奥多摩行前方。終点から中日原までバス。上り稲村岩・下り巳の戸沢コース。10点 3頁▼①▲参照

★8月5日(土)6日(日) 河口湖花火見物と富士奥庭巡り 係＝西
別項3頁▼②▲参照

★8月6日(日) 丹沢戸沢キャンプ場ソーメン流し 係＝小板橋
小田急線新宿駅8時1分発前方乗車。渋沢駅9時17分下車。本日のソーメン流しは冷い流水で格別おいしいですよ。昼食ゆっくり出来る方、バス大倉下車。本日のソーメン材料等御協力下さる方は御連絡乞う。(電)476・0260雨天中止

★8月6日(日) 歴史と緑の小野路コース 係＝天海喜市
9時小田急線鶴川駅前(注)急行は止まりません。バス野津田車庫前行乗車 終点下車→一里塚→小島資料館→小町井戸→小野路城址→小山田運動広場→大泉寺 時間あれば馬駐のハス田に廻ります。今が見頃です。
歩程約6キロ 一般向

★8月6日(日) 山の一人歩きは危険、必ず三人以上で歩きましょう。
歩程3時間 サブ＝大畑

★8月7日(月)8日(火) 北八ガ岳自然休養林 軽ハイク 係＝西
7日夜11時、新宿西口安田生命ビル横から貸切バスで出発。バス代六千二百円は車内で集金。入口で下車し双子池物見岩などを殆ど平坦ながら日本の背骨の八ガ岳高原は2千M湖沼地帯森林浴で心身爽快になって八日(火)夜7時頃新宿着予定弁当雨具持参。

★8月8日(水)～11日(金) 六郷会
新宿駅西口中央高速のバスターミナル8時15分発時間厳守。（前回の案内では8時30分と連絡しましたが変更になりました。）
河口湖方面行バス利用の予定。電話予約も出来ますので早目にお買い求め下さい。京王帝都予約センター(電)03・537 6・2222 雨天決行。宿泊は三ツ峠山頂富士見荘。一泊二食付四千八百円 10日、11日の昼食は各自持参して下さい。勿論、唄いたいテープ持参すると唄えます。退会した前会員＝OB、現会員は勿論、友人や、どんなに踊って新しいお方も飲んで唄って、世間を広く、自分を広く楽しい友人関係を作る機会に皆さん誘い合って出席下さい。ストレス解消は良き友情の開拓から。

★8月9日(水) 日光戦場ケ原～小田代ケ原草花観賞 係＝奥村
集合＝のんびりバス山行 雨天決行 交通費四千円。高山植物が一番多数観賞出来る季節（立入禁止ビル明治屋横7時15分集合。7時20分出発＝一路東北道＝日光いろは坂＝日光湯本温泉下車→湯ノ湖→湯滝→小田代ケ原→戦場ケ原→竜頭の滝バス乗車＝帰路上野駅20時30分頃着予定。歩程約4時間（ほぼ下り一方）
当コースは美容と健康維持を目的とした、一般歩行にて行う山行です。超弱者の参加は事故防止上御遠慮下さい。詳しくは
(電)634・2284 サブ＝奥村弟
内に絶体に入らぬ方のみに限る。責任者として私が怒られます）
参加者は柴橋迄、七月中にご一報下さい。(電)03・735・5275
一泊のみの参加者は今回はご遠慮下さい。頂上は天気が変わりやすいので良い写真を撮るのであれば二泊は是非必要と思います。又、三脚とフィルム感度200位のものを用意して下さい。
一般の方もご自由に参加して下さい。

★8月10日(木) 幹事を囲む集い＝幹事以外の人も 係＝西
JR日暮里駅東口へ出て直進し、信号を渡り住友銀行を左へ曲がり、一つ目の横丁を右へ曲がり角から二軒目。
午後6時～10時 7時開始
今回より毎月当会館になりました。間違いありませんように。

★8月11日(金) 三ツ峠撮影会 係＝柴橋利夫
富士見荘でも有料で食事出来ます。宿泊の予約もありますので参加者は柴橋迄。(電)03・735・5275
一泊のみの参加者は今回はご遠慮下さい。頂上は天気が変わりやすいので良い写真を撮るのであれば二泊は是非必要と思います。又、三脚とフィルム感度200位のものを用意して下さい。
一般の方もご自由に参加して下さい。

★8月12日(土) 権現山弘法山暑気払い 係＝萩原 サブ川村
小田急新宿8時31分発。必ず前3時目。係遊園乗車。秦野下車。歩程3時間弱 小雨決行
3点 9月棒ノ折山クックハイク希望者は、こゝで申込む。内容役割協議 3頁▼③▲参照

★8月13日(日) 城ケ崎ピクニカルコース 係＝小板橋辰悟
小田急線新宿7時1分発前方乗車小田原でJRに乗換え熱海伊豆急で伊豆高原駅下車。海岸に沿って遊歩道を八幡野→ぼら納屋まで約9キロ歩きます。赤松林や広い岩場から海や島を眺め潮風にふれながらゆっくり歩くのも最高です。昼食時間ゆっくり出来る方歓迎。一般向。
サブ＝大畑

★8月14日(月) 八ケ岳連峰 健脚向
アルプスへの訓練山行として御小屋尾根より阿弥陀岳に登り中岳を経て赤岳、キレットを通り権現岳。夜行日帰りか、両夜行日帰りとなります。（アルプス参加者のみ）
〒162 新宿区富久町6の9 小成和朗

★8月15日(火)16日(水) 甲州一泊 係＝西
15日(火)新宿西口安田生命横8時バス乗車。櫛形山の近くの八田村立館で2食入浴バス代共約一万一千円 ブドウ・桃狩り2日共歩程3時間 一般向

地球と楽しく遊ぶための店
身近な道具から
遠征隊まで 地方発送承ります。
ICI石井スポーツ
●登山本店／〒160 東京都新宿区百人町2-2-3 ☎03(208)6601㈹
●新宿西口店／〒160 東京都新宿区西新宿1-16-7 ☎03(346)0301
●神田登山店／〒101 東京都千代田区神田神保町1-8 ☎03(295)0622
●水道橋店／〒101 東京都千代田区三崎町2-8-14 ☎03(264)5575
●大宮店／〒330 埼玉県大宮市宮町2-123 ☎0486(41)5707
●高崎店／〒370 群馬県高崎市新町6 ☎0273(27)2397
●新潟店／〒950 新潟市東大通り2-5-1 ☎0252(43)6330
●新潟2号店／〒950 新潟市笹口1丁目2番ブラーカ2 ☎0252(40)2316
●仙台店／〒980 仙台市東八番町107-36 ☎0222(97)2442
●札幌店／〒060 札幌市中央区南二条西4-4 ☎011(222)5305
●外商部／〒160 東京都新宿区大久保2-19-10東和ビル内 ☎03(200)7219
●営業時間／本店AM10:00～PM9:00(平日)4月～7月 AM10:00～PM8:00(日祝日)
支店AM10:00～PM8:00(平日) AM10:00～PM7:00(日祝日)
●定休日／第1・3水曜日(7,11～3月は無休)
●巻機山・民宿清水屋連絡所 ●穂高温泉ビュッテクーポン券取扱所

秘密は背中
FRAME BELN®
背負い易さを追求した全面ネットフレーム
1 ネットフレームは荷崩れせず、背負い心地は常に快適。
2 ネットフレームは、通気性が良く背負い心地はいつも爽やか。
3 人間工学から造り出されたネットフレームは、体にピッタリとフィット。
4 腰に当たる部には、クッション性の良い厚地パッドを採用。
フレームベルン®423
……直結価格6,100円
●容量:40ℓ ●カラー:ベージュ・ネイビー・レッド
※本誌御持参の方に記念品進呈
OUTDOOR MIND
秋葉原ニッピン
〒101 東京都千代田区外神田3-11-11
本店☎03(253)1431
FAX03(257)0280
オートキャンプの店
アウトドアの店 秋葉原本店
第2・3火曜日定休日
■秋葉原PARTII…☎(253)4343
■高田馬場南口駅前店…☎(208)8345
■神田小川町店…☎(233)4121
■神田PARTII…☎(292)4121
営業時間 平日AM10:30-PM8:00 日曜日AM10:30-PM7:00

東ハイ事務所 電話03八九一－二二八〇番 〒116 荒川区西日暮里2－31－5

★8月15日(火)～17日(木)　富士山（山小屋2泊）　鈴鹿支部
吉田口登山道を大正ッ子女性の足に合わせての山頂への全徒歩登山です。集合は富士吉田駅に午前。問合者に計画書を送ります。〒513鈴鹿市西条二丁目24の15(電)0593・83・4816

★8月17日(木)　江ノ島散策　一般向
小田急新宿駅8時25分小田原行後方乗車藤沢乗換え鎌倉行9時48分乗車。腰越下車。浄泉寺小動神社展望台→満福寺→滝口寺仏舎利塔→江ノ島海岸→江ノ島神社　久しぶりの海辺を十分楽しみ江ノ島で解散　係＝山田たい

★8月18日(金)　城ケ島　雨天中止
京浜急行品川発特急三崎口行7時42分、前2～3両目乗車、三崎口9時8分発バスで白秋碑バス停下車、白秋碑を廻ってから一周コースへ。ゆっくり歩きで、3時間余り。登山靴不可。暑い時季故水分補給等の用意十分に。(電)0468・71・8433　係＝吉田　照

★8月18日(金)～20日(日)　巻機山
18日(金)JR藤沢駅改札口21時集合発　夜行マイクロバス使行マイクロバス使用、又は新宿駅西口、安田生命横23時　関越道＝六日町＝清水小屋(泊)　山頂周遊（割引岳、牛ガ岳等）　20日(日)往路を戻ります。　湘南支部　係＝梅沢正造　3頁▼④▲参照

★8月19日(土)　目黒文化財と緑道歩き
9時　東急東横線中目黒駅→目切坂→猿楽塚→美空ひばり邸前（冥福を祈る）→西郷山公園→氷川神社→東山貝塚公園→東山街かど公園→東山公園→寿福寺→蛇崩川緑道→鳥森稲荷神社→中目黒駅解散　係＝天海喜市

西郷山公園・隆盛の弟従道邸跡地池を中心とした回遊式庭園（つぐみち）鹿児島より寄贈された記念樹200本、斜面に落差20Mの滝があり高台から遠く富士山ものぞめる。東山貝塚公園、東京三大貝塚の一つ遺跡公園縄文時代のたて穴住居が復元され、4千年から5千年前の生活場面が模造されている。太古よりこんこんと湧水が現在も流れている。

★8月20日(日)　十三仏参り　一般向
西武線池袋駅ホーム前方8時30分集合。秩父駅乗換え秩父鉄道にて黒谷駅下車、融興山瑞岩寺。　係＝梅沢正造　3頁▼⑤▲参照

★8月20日(日)　横浜名所巡り＝桜木町下車
東京駅⑥番線8時2分発神田寄り乗車。桜木町駅8時45分下車。五一〇円。バス②市民公園行き乗車。三溪園前下車。三溪園と横浜の見える丘公園→外人墓地→山下公園→中華料理街と矢部一徳先生と漫遊。暑さ我慢は冬に対する夏期鍛練。　係＝西　繁雄

★8月20日(日)　江ノ島海水浴場カメラハイク
小田急線新宿駅8時31分発後方乗車。片瀬江ノ島駅下車。湘南海岸公園→江ノ島一周のコース。海水浴場では良いモチーフがあると思います。200ミリレンズがあればご持参下さい。雨天中止時は27日です。　係＝柴橋利夫

★8月20日(日)　大平山　一般向
東武線浅草駅8時10分発快速日光行　前方乗車。栃木駅下車、バス大平→晃石山→大平下駅＝浅草駅　昼食時間ゆっくりの方歓迎。　係＝小板橋辰悟　サブ＝大畑

◉この会は山を愛する人の集りです。従って山の花をみだりに盗らぬ。小さな屑も山に捨てない初歩的エチケット人の集団です。

会員外　参加料　三百円

★8月21日(月)～24(木)　日本アルプス　三泊四日
前夜発の三泊四日のアルプスへの幕営山行。第一予定は南アルプス南部ですけれど諸条件により北ア、西部か中央となりますけれど訓練山行（八ケ岳）の時説明致します。訓練山行参加者のみ。　係＝小成和朗

★8月22日(火)　北方尾根から刈寄山
JR新宿駅⑦番線7時8分発甲府行3号車集合＝立川8時発武蔵五日市行前から3両目乗車＝沢戸橋（拝島他経由）の人は、五日市駅前8時40分集合。問合せは(電)03・946・3970　係＝石崎

Ⓜ8鉄塔→伐採地→鉄塔→刈寄山△687M→今熊山→今熊バス停八王子（又は五日市）解散　一般向強
地形図に破線の無い道を登り山頂からは一般コースをくだります。4.5時間。2.5万＝五日市私鉄利用。

★8月23日(水)　大菩薩峠　一般向
JR新宿駅7時8分発甲府行後方乗車、塩山駅9時13分下車タクシー＝長兵衛山荘→大菩薩峠→大菩薩嶺、往路を戻り長兵衛山荘よりタクシー＝塩山駅　係＝江森一郎
参加希望の方はタクシー予約の為8月15日迄に申し込んで下さい。青春切符買入希望の方も同時に申込み願います。一括買入します(電)048・663・7389江森
花畑は秋の花の頃がと思います。18時～22時の間。雨天中止

★8月24日(木)　秩父札所㉙橋立堂㉙長泉院
西武線池袋駅⑤番線8時54分発中央辺り乗車、西武秩父駅乗り換え秩父浦山口駅下車。　係＝西　繁雄

★8月25日(金)～27日(日)　加賀白山と荒島岳
25日22時新宿駅西口朝日生命ビル前出発、中央道＝中津川インター＝美濃＝白馬＝九頭竜＝荒島岳登山口→荒島岳→スキー場＝白峰＝市ノ瀬＝登山口→尾根→七合目小屋(泊)→白山山頂→大白川口→平瀬温泉＝高山＝平湯＝松本インター＝新宿駅西口21時着　係＝三木・巽
一般向　歩程第一日7時間、盛夏の暑い最中ですから山登り50分で、1700Mの涼しい高原歩きです。この辺は春のツツジは有名だが、この時季はマツ虫草をはじめ、秋の花々湯へ希望者で入浴三百円新しいきれいな浴場です。青春切符利用がよい、友人で共同購入したら。一般家族向(電)631・4567　三木慶介

★8月26日(土)　小田急新宿駅7時1分発。新松田からタクシー。寄（やどろぎ）から鍋割山10点超健脚向　係＝萩原　保
から雨山峠を通る。鍋割山からはコース協議　3頁▼⑥▲参照

★8月26日(土)　三窪高原　雨天中止
新宿駅JR番線7時8分発塩山駅下車＝タクシー柳沢峠→富士山→三窪高原散策→柳沢峠時間、盛夏の暑い最中ですから山登り50分で、1700Mの涼しい高原歩きです。この辺は春のツツジは有名だが、この時季はマツ虫草をはじめ、秋の花々の隠れた名所です。奥秩父の山なみを見乍ら、足元の可憐な花の広い原で一日ゆっくり致しましょう。帰路塩山で天然温泉銭湯へ希望者で入浴三百円新しいきれいな浴場です。青春切符利用がよい、友人で共同購入したら。一般家族向　係＝酒井与吉

★8月27日(日)　両崖山　一般向
東武線浅草駅8時3分発伊勢崎行乗車、足利市駅下車。歴史の町、足利市を一望。足利学校旧舎及びばんなな寺、有名なな、もなか、そば粉屋、又おいしいそばや等あり、前回雨のため再度行きます。昼食時間ゆっくり歩程3時間30分　係＝小板橋辰悟　サブ＝大畑

★8月26日(土)27日(日)　二子山両神山　バス山行
池袋＝バスで坂本→股峠→二子山西峰→魚尾道峠→志賀坂峠道→坂本＝バスで日向大谷＝両神山荘(泊)→弘法ノ井戸→清滝小屋→産業尾根→両神神社→両神山→往路を戻ります。日向大谷からバスで池袋。歩程1日目、4時間、2日目5時間30分詳細は申し込み時に。(電)930・3360　係＝根本　根本

★8月28日(金)～30日(日)　山行報告　4月分参加者
中止コース　天覚山・越上山　24名
合計49コース　125名
平均1コース31名
男性69名　女性26名
新宿御苑　巻機山　柴橋　石川　27名
29日(土)～30日(日)　七沢森林公園　萩原　71名
28日(金)　くまがい草　江森　48名
〃　奥武蔵　51名
〃　健康ウォーク　天海　34名
〃　巻機山　32名
26日(水)　金沢自然公園　吉田　26名
25日(火)　霧降高原浜田・横森　26名
〃　天久保山　川上　21名
〃　斧窪御前山　和田　19名
23日(日)　生藤御前山　酒井　19名
〃　川苔山　西尾　8名
〃　湯坂道　萩原　17名
22日(土)　幕張海岸　天海　23名
〃　生藤良　29名
〃　山田　35名
〃　御前山　中村　11名
21日(金)　川苔山　西尾　8名
20日(木)　西新井大師　市橋　35名
〃　檜洞丸　坂本　18名
〃　伊豆ガ岳　江森　47名
19日(水)　上野公園　12名
18日(火)　奥高尾　高木　26名
16日(日)　鹿岳　石川　24名
15日(土)　石老山　萩原　6名
〃　雁ガ腹摺山　中村　12名
13日(土)　北向地蔵　高木　7名
〃　小峰峠　山田　43名
12日(水)　新宿御苑　市橋　12名
11日(火)　峰城山　奥村　53名
〃　あすかの里　浜田　52名
10日(月)　大楠山　吉田　14名
〃　麻生山本田・大久保　37名
〃　秩父札所　和田　28名
〃　秩OL　木村　9名
〃　鷹取山　柴橋　21名
9日(日)　新木場　福島　23名
8日(土)　飯山観音　萩原　2名
〃　大国魂神社　市橋　2名
6日(木)　穴川尾根　山田た　54名
〃　四季の花　天海　33名
〃　高尾山　立花　2名
〃　小金井公園　市橋　13名
4日～5日　嬬津里巡り　西　13名
4日(火)　深大寺の桜　市橋　15名
3日(月)　かたくりの里　佐々木　21名
〃　棒の折山　川上　16名
2日(日)　秩父札所　湘南支部　48名
〃　大岳山　岩崎　59名
1日(土)　七沢森林公園　萩原　25名
31日～5日　バンコク　柴橋　24名

◉杖を使う時は、自分の歩幅より後に出さないように、気をつけましょう。後の人が歩きにくいことがあります。

移転する時は…

郵便番号、会員番号、氏名、電話番号必ずお忘れなく。

登山・ハイキング用品なら
豊富な品揃えと気軽に相談できる
東京ハイキング協会・指定店
KAMOSHIKA カモシカスポーツ
カモシカ
カモシカスポーツ
●下記に移転、売場も広くなりました。
〒160 新宿区高田馬場3－3－3 三優ビル地下(富士銀行地下)
☎03(371)4333(代表)
営業時間
平日 10:30～20:00
休日 10:30～19:00
登山用品店
高田馬場駅
スキー・テニス用品店

自然と語ろう!!
創業35周年の池袋秀山荘には、自然と語るためのアイテムでいっぱい！
また、登山・キャンプに関してベテランスタッフの心強いアドバイスでもう自然は友達!!
〈東京ハイキングクラブ員には会員割り引きあり〉
池袋秀山荘が贈るプロショップカードの決定版！
登山・キャンプに必携の一枚
ZONEカード会員募集中！
⑥大特典付
（入会金無料）
※詳細は店頭又はお電話で！
池袋 秀山荘
池袋東口（駅前公園通り）
☎03-984-4211
〒170 東京都豊島区東池袋1-43-6(大駐車場完備)
池袋東口（駅前公園通り）
★駅から3分
AM10:00～PM8:00
年中無休

〒116　荒川区西日暮里2－31－5　電話 891－2280
発行所　東京ハイキング協会　振替東京0－63515
発行人　西　繁　雄　毎月1回1日発行
継続購読費　1年間　2,400円
新入会員購読費　平成2年3月迄1,600円　入会金600円

®東京ハイキングニュース

平成元年8月1日発行
通巻№　第190号
創立　昭和48年

会員番号＿＿＿＿＿＿

★8月28日(月)29日(火)　米沢市姥湯　青春切符で米沢市姥湯形屋さんは予告で20人で満員。16人キャンセル待ちの人は少し下の一般向方の同じ温泉の滑川ならまだ空いています。　係＝西

★8月30日(水)　関東ふれあいの道　西武線池袋駅　7時40分発急行飯能行乗車　9時5分飯能発名郷行バス乗換え河又下車→有間ダム→白谷沢登山口→白孔雀の滝→岩茸石→ゴンジリ峠→棒の嶺→百軒茶屋→日向バス停→川井駅　コース変更する場合あり　河又から棒の嶺を経て上日向に下るコースで　約9キロ　水源のみち　有間ダムより藤懸の滝を経て白谷沢に入り小滝をいくつも越しクサリ場を登れば、白孔雀の滝沢の音を聞きながら急坂を登り岩茸石より棒の嶺まで登りますが、都合により下りの白谷沢も登りとは違った趣があります。登山仕度　キャラバン以上　雨天中止　(電)700・6016　係＝天海喜市

★8月30日(水)　柳沢峠～黒川鶏冠山　集合＝新宿駅西口安田生命横7時15分　7時20分出発＝一路中央道＝勝沼IC＝青梅街道＝柳沢峠下車→六本木峠→横手峠→鶏冠山奥ノ院→往路又は落合でバス乗車＝浅間園（ぶどう園）＝中央道＝新宿駅20時頃着予定　歩程4時間位　交通費四千円。　のんびりバス山行　雨天決行　武田信玄の隠し金山の伝説「黒川千軒」現在遺跡調査中は鶏冠山の東側斜面の谷に沿う処、希望があれば、帰路浅間園に立ち寄りぶどうの買い出し。　各コース共雨天時は場所変更又は箱根小涌園ないし常盤ハワイアンセンター雑談の場合有り。(電)634・2284サブ＝奥村政幸

◉写生会については福島リーダーに問合せ下さい。(電)956・0766

◉爪を切ろう　下山する時、つま先が痛くなった経験をお持ちの方も多いと思います。足の爪が伸びていると、どうしてもつま先をやられますので、気を付けましょう。又足の親指の爪は短く切り過ぎても下りでは痛みます。深爪をしないようにご注意を。

◉特に運動靴と明記されていない限りキャラバン以上で参加

◉山の一人歩きは危険、必ず三人以上で歩きましょう

旅のスポット

▼①▲鷹の巣山頂上で昼近くなるので軽食要。歩程5時間40分　東ハイ保険要。50%雨止5時晴行。

▼②▲一昨年参加した時、余りにも素晴しかったからと熱望され再び参ります。湖畔の三階に席も決っていて遮る物なく、目の前からの花火に只圧倒されるのみ。翌日天候良ければ富士五合目→奥庭→三合目でバスで渋谷駅で解散。5日朝8時新宿駅西口安田生命ビル横を会員の幸明館社長、佐藤さんの小型バスで出発。二食付一泊代、花火席料、高速料バス代合計一人一万二千円位。人数により多少安くなります。

▼③▲暑気払いの材料は現地調達し参加者頭割り。フライパン利用の鉄板焼を予定。ガス・鍋持参歓迎　缶ビール持参可

▼④▲巻機山は谷川連峰の北にそびえる美しい山で山頂付近には広大な草原が広がり池塘が点在する四季折々に味わい深い山です。ガイドブック等には山麓からの日帰りコースとしてありますが行程も長く忙しく往復ではちょっと勿体ないっも思ってました。そこで寝袋持ってチンタラ登り避難小屋泊りとし山頂をのんびり花や風景を愛でながら散歩して遊び夜は又、あるものの分け合って楽しく語らい翌朝又、チンタラ下山したいと思います。避難小屋泊りの経験無い方一度なさってみませんか。最低の食料、衣類、寝袋でなくても凍死？しない程度のもの何でも結構。一晩だけ粗衣、粗食で頑張って下りてからご馳走食べれば良しとして行けば誰でも登れる筈、今迄あきらめていた人集まれ。歩程1日　4時間　山頂周遊2時間　2日目3時間30分　費用一万三千円　予約金六千円　郵便振替　横浜1＝6　0582　(電)0466・22・9440　篠藤一子

▼⑤▲八月本尊仏『観世音菩薩』『観世音菩薩普門品第二十五』によれば、現実の苦難を除き、人々を救済するため三十三身に変身するという。・参照、千手千眼観世音菩薩経参拝。仏教行事、百ケ日の本尊仏～阿弥陀如来の左脇侍として祭られている。古代印度語で『アバロキテシュバラ』漢訳で『光世音』『観自在』ともいう。

▼⑥▲鍋割山からのルート①表尾根—蓑毛歩程7時間半②小丸—大倉5時間50分③後沢乗越—大倉5時間35分④金冷し—大倉尾根が最短の5時間30分。参加者の希望と状況により全員協議の上で決めたいと思います。50%雨止・6時晴行　サブ＝川村

◉東俳優秀作品

群　塀掠め翔ぶ乾鬥　小菅知子

巣燕の尾の動きをりビルの軒　加藤婦美子

離宮への道狭め咲く濃山吹　小菅知子

高麗川原山吹小さき山なせり　森八千代

乾きたる野に菜の花の一枚田　黒岩伸子

谿下る岩道峡し濃山吹　光信喜美子

巣燕の嘴そろへ鳴く親の前　飯塚喜美

山吹の花屑積もるよべの雨　平田とし

岩つばめ群翔ぶ嶺の夜明かな　山中麻紗子

白き腹きらりと返す朝燕　納谷ミヨ

武者飾勉強机に座を占めり　本間よね子

雨後の日矢射して山吹輝けり　永井重子

◉自分の体力、歩行力を考えて無理のないコースに参加する事

◉樹木や花は折らず、みんなで楽しみましょう。

◉これホンマの話、私は嘘は申しません。

足馴らしに大山でも行こうと考えていた夜、N子さんより電話。予定がなかったら山菜採りに行きませんかとの誘い。山で天ぷら作るから飲物だけでどうそとのご宣託。去年も行った山、同行者に東ハイのミスター山菜氏がいるのも心強い。彼の後について行けば、まず採りはぐれる心配はない。

落合ったら男三名女二名。山菜採りの七ツ道具も彼のものなら、視覚臭覚とも鋭い彼の発見するまゝ（あとの四人は一本も見附られず）男女二人二組のコンビで山菜採り開始。一人の男性は全く興味がないらしい。私は初対面の人と組む、彼女となら、たとえ火の中藪の中でもと張切る。タラの木を引き寄せると、彼女が「ハイッ」と摘み採り、そして放す。段々調子も出て、息も合って来た。収穫も組んだ方が採れますよネ」と彼女、彼女だって結構楽しんで呉れているようでである。

どのビニール袋も満杯状態になる。そして目的の、今にも自治体が天然記念物に指定しそうな、タラの大木に辿り着く。昨年は男性が、今年はN子さんが登る。イガイガのタラの木に登れるか？　と疑うあなたは知らない人。床柱になる位のこの木には、あのイガはなく栗の木と同じつるつる。彼女が落すのを皆で拾う。かくして本日の山菜採りは多収穫にて終了。

いま採ったタラの芽の天ぷら料理が始る。その間も山菜氏は付近へウド探しに行く、別の彼氏は天ぷらが揚ると云うのに一人で出る。私は揚げたての天ぷらを肴に、美女二人を侍らせて酒を飲む。正にお殿様気分。でも適当に冷えた天ぷらを、両手を離せない美女達の口迄運び、アーンして食べて貰う、一寸色っぽい。こうでもしないと罰が当る。やがて全員で腹一杯食べたのは勿論である。お昼済ましたはずタラの芽の味を、今まで知らなかっただけ。

残りを三等分（男性二人は不要という）して持ち帰り、二晩腹一杯食べる。まだ余るので、いつも不義理している、お隣さんと友人宅へもお裾分け、こんな珍らしいものを、とお礼云われた。

この話、信じられないと思う人、これは全部ホンマの話です。「私は嘘は申しません」

この言葉、ふた昔前の所得倍増内閣の首相（奇しくも私と同性）が云った。今のリクルート大臣より身辺の清潔感はあったが、特に失言癖が玉にきず、「貧乏人は麦を食え」と云って物議を醸したが、同じ云うなら「貧乏人はタラの芽でも、タラ腹食え」と云えば、もっと愛嬌があったろうに。然し、この人も所詮雲の上の人、タラの芽の味も知らない、淋しい人だったかも知れない。

その山を会報に公表しろと、云われても、私は、どうせひかれるものの身。私の口からは申し上げられません。悪しからず。そして来年も私は彼氏と、この山に来る。それホンマかいな？その通りホンマです。

（某月某日　宝の山　山菜採記）　大山　丹

日本一の眼科の先生

井上眼科（電)409・1541(代)　渋谷区神宮前6の35の3

白内症、緑内症、甲状腺では日本一の病院で、神宮前が受付と初診をする所で、入院は世田谷区に。全国の国立公立私立医大病院でも、手に負えない患者はこゝへ回して来る権威ある日本の専門病院。諸方を回り回って、どうしようもなく悪くなってから回されて来る患者が多いが、院長初め各先生や看護婦さん迄、とても親切で優しく、私もこゝで救われましたので、会員の皆さんに発表して下さいと、会員の阿部シク子さんからのお便りです。広い日本の何処かには、私共の知らない名医が多く居るのです。皆さんの中でも、そうした体験談は人助けの為に電話かハガキでお知らせ下さい。匿名可。

JR山手線、原宿駅の陸橋を渡ってすぐの所。日曜祭日休診

月火木金　PM1時30分～4時30分　AM9時～1時30分

水曜　PM2時～4時30分

土曜　AM9時～1時30分

◉想い出の春の京都紀行　富安妙子

旅好きな私が去年行った「京都の桜を追って歩く旅」で嵐山と嵯峨野での心に焼付いた一こま、二こまを、ご参考までに書かせていただきました。

桜は花期が短かい上に今年は開花が遅くなりそうとのニュースが伝わるとともに、花に酔った満開の嵐峡を縦に見おろした（俯瞰）風景は特におすすめできます。

おたぎ、嵯峨野の散策でのポイントは愛宕念仏寺までタクシー、そこから徒歩20分→化野念仏寺→祇王寺→滝口寺→二尊院（愛宕念仏寺はあまり知られていませんが、数百の羅漢さんの表情がとてもユニークです）桜・寺と歩き、そろそろおなかも空いてきたので次は昼食です。赤い綺麗な器の「次は昼食の精進料理」がおすすめ。二千円・二千五百円・三千円の三種の内二千五百円がよろしいかと存じますが・・。他に円山公園の夜桜もお見落しなく・大きな、しだれ桜が暗い中空にポッカと浮ぶ様こそ夢幻と云うべきでしょうか。

☆☆☆

◉イベントの記載方法を変えました。

将来の郵便事情を考え、6月の幹事会での申合せにより、今までは、①日・曜・目的地・歩程②内容・注意・特記事項を一緒に書いていたものを、これからは①で区切り、「何頁▼番▲参照」と註記。別項に▼番▲の後に②を書くように改めました。

（説明）これは可能な人からと付帯決議がありますので、当分の間は一部のリーダーだけだと思います。慣れるまでは「別項」を捜すのでご苦労と存じますが、明日の東ハイの為に、ご辛抱ください。

萩原　保

エチケット

現代人のエチケット＝手紙・ハガキ・送金・一切の通信文には必ず、電話番号を。

①20万地勢図もポケットへ

「山へ行ったら山が沢山見えた。360度の展望」というだけでなく、それらがどこの何山であるか、地図で大体の見当がつけられるようになると山行の楽しさ倍増。疲れも吹きとんでいきます。それを持ちつけると手放せません。各図260円。

②「ハイキング」は敵性語

戦時中「敵性語」というのがありました。あれはダメ、これもダメの中に「ハイキング」というのもその一つでした。そして代りにお上が決めてくれたのが労作？「体練歩行」。しかし聴くだけでも明るく爽やかな響きの「ハイキング」という言葉は健在でした。折角のお達しでしたが私達それを使った覚えが全くなく、ハイキングはやっぱり「ハイキング」でした。もし当時東ハイが設立されていたら「東京体練歩行協会」？

渡辺辰七

ほのぼの山行　四月吉日

澄み渡った青空と白い雲に恵まれた初夏の一日、総勢二十数名のパーティでした。

世界を股にかけて歩いていらっしゃる八十六才のTさんから、十二才の可愛いゆうこちゃんまでの広い年令層です。

〝おばあちゃん一緒に行こう〟と寒の祖母に対するように手をつないで仲良く歩き出したお二人さん。さわやかな緑の風の中を歩きながら、間もなく百人一首が大好きと云うゆうこちゃんと教養あふれるTさんの二人は、思いつくままに一首二首と声を合わせて詠みはじめました。ゆうこちゃんが忘れたところはTさんが補い、ずいぶん何首も続きました。こう云うことの全く不得手な私は、ただ羨ましくほえんで見守るだけです。

やがて急坂になったところで〝Tさんいらっしゃい、ケガでもしたら大変だからね〟とリーダー、ずっと手をつないで、こちらは親子のようです。

わァ、今日のリーダーはやっさしいィ・・・〟金時山で死にそうになっても、手なんか貸してくれなかったのにィ・・〟との声あり。でも、その顔はニコニコ嬉しそうでしたよ。

そして昼食。リーダー手作りのお味噌汁、途中で摘んで来た三つ葉も入っています。その美味しかったこと！

日向山から七沢森林公園へ

広々とした七沢森林公園、青い空にうぐいすの声、五分咲きの桜（桜がバラ科と教えて頂き、意外でした）目に泌みる若葉、おいしい空気、楽しそうな家族連れに恋人達、何か心の底から洗われるような素晴らしい風景に、又機会があったら是非来てみたい、と別れを惜しんで厚木行きのバスの中へ。ここで又々ほのぼの光景、ゆうこちゃんがTさんにもたれてコックリコックリ（こんなあどけない少女にもう一度戻ってみたい）

生涯を通じて語り合い、共に山登りを楽しむ親しい友人が出来るのも山ならでは、とよく云われますが、私もその通りで友人が増え、とても楽しく山行しております。

あれから一カ月、Tさんとゆうこちゃん、文通していらっしゃるでしょうか。

Tさんへ・・益々お元気でどんどん山行に参加されますように、陰ながら応援させて頂きたいと思います。

ゆうこちゃんへ・いっぱい詩を書いてますか。

リーダーへ・こんな家族的雰囲気の山行又したいですね。

（匿名希望）

③今は昔の山行費

㋑丹沢表尾根縦走

新宿→大秦野　一円一八銭
大秦野→みのげ　バス二五銭
渋沢→新宿　一円二五銭
往復合計　二円六七銭也。
表尾根縦走券なら二円丁度。
当時渋沢→大倉間バス便なし。

㋺金時山

新宿→小田原　一円三五銭
小田原→仙石バス　一円一〇銭
往復合計　四円九〇銭也。

㋩三ツ峠

新宿→大月往復　二円四〇銭
大月→小沼　四三銭
船津→大月バス電車　計七三銭
往復合計　三円五五銭也。

小沼は元富士山麓鉄道現富士急三ツ峠駅と改称。船津は新設された現河口湖駅辺り。

㋥正丸峠、伊豆ケ岳

吾野→正丸峠バス　三五銭
往復合計　二円五七銭也。
武蔵野電車は西武と改称。当時吾野が終点、先はバスのみ。

㋭大菩薩峠

新宿→塩山　一円六五銭
塩山→番屋バス往復　九〇銭
往復合計　四円二〇銭也。
番屋は現終点裂石の手前部落。

㋬谷川岳

上野→土合　二円六〇銭
谷川温泉→水上バス　三〇銭
水上→上野　二円五〇銭
往復合計　五円四〇銭也。

以上昭和十五、六年頃のメモからいくつか拾ってみました。一円はネウチがありました。

◉30代で老人の骨と言われて

私は老化防止の為10数年前より山歩きを始め、数年前に東京ハイキングに入れていただいた老人です。

私にも30才代の時代がありました。30才代で「ぎっくり腰」となり、整形外科に往って診療していただいた時に医者の先生から「あなたの骨は壮年の骨から老人の骨に変わっているのですよ」と言われた時のショック、他人にはわからないでしょうね。先生に私はまだ30才代ですよと言い返したい気持でした。が良く考慮すると先生の言う事は嘘ではなく、商社勤務で管理職となると小さい字の書類が多く廻って来ますので30才代で老眼鏡を使用し、又歯周炎（歯槽膿漏）で歯科医院にも往く様になりました。頭の禿は20才代からですよ、念の為。

私が商社勤務当時大先輩の支店長が「多忙故20年近く専用車ばかり使用して歩く事が少なかったので現在は脚が弱くなってしまった」とぼやいているのを聞いて、私は支店長にはなれないが、自分の脚で歩こうと思っておりました。

眼と歯だけの老化現象は防止策が無いが脚だけは自分の努力で老化防止が出来るのではないかと考慮しました。幸い我家は西武池袋線清瀬駅近くなので日曜日には西武線を利用して奥武蔵の山行に行く様になりました。当時は西武線の中で摘んだ三つ葉も入っていました。

私の老化防止法

金子庄作

時は先づキャラバンシューズを購入して山行を始めました。靴専門店で「キャラバンシューズが1年間で穴があいてしまいました」と言うと「ずいぶん多く山を歩いておりますね。しかしそのくらい多く歩いていたら惜しくはないでしょう」と言われました。

9年前に商社勤務のサラリーマンを辞めて、法人を設立しましたが私の働きが悪いのか法人は赤字続きでその対策として私の報酬を次第に下げ、所得がサラリーマン当時の半額となってしまったので月2回行っていたゴルフを止めて、ゴルフ会員権も売却して山歩きに専念しました。その後山歩きの友人の紹介で東京ハイキングに入会させていただきました。そして土曜日又は日曜日には東京ハイキングのリーダーにお世話になり山行に参加して森林浴を満喫します。

この森林の恩恵としては、酸素を補給するなど物理的な機能とおのずと心がひろがり、自由や安らぎを感じ、みずみずしい気持になれますので脚や身体全体の老化防止となります。

現在の老化防止策としては、朝起床して、乾布摩擦をし、足腰の柔軟体操をして、その後夏は朝食前に、冬は朝食後に6Kmを75分で歩いております。朝早いと気持が良いですよ。

原瀬整形外科先生の好評続々

電話0471・32・1711の原瀬先生の、私が治った記事を読み、大阪から新幹線で駆けつけた話や、冷房病で肩がとれない夫と、ひざに水が溜って山を断念して居た奥さんが、元気になってコースに参加したと話す喜びの顔に思わず私も絶句した。其の他何も軽快したと電話頂いた。何しろ柏迄遠くて行く人々は、永い間、諸方廻って治らない人が多く、必ず治った人許りでもないと思うが、その人が諸方で治らなかった人々が少しでも良くなったとお電話頂くと私も嬉しく目頭が熱くなる。他にも何人もおられると思いますが、苦しむ人々の為に人助けになりますから氏名なしでもお知らせ下さい。次回に又発表させて頂きます。石井さつよさんからもお便りを頂きました。御本人のお許しを得て要点を書きます。

捻挫をして五カ月も苦しみましたが原瀬先生の処へ行って只の一週間で治り又山へ行けるようになりました。大いに歩きなさいと先生も勧められました。気持が晴れればれと明るくなりました頑張ります。有難う御座いました。と喜びに溢れたお便りです。

先生から実に素晴しいお便り頂きました。私の大切な心の家宝として保存致します。

「もとより神ならぬ身の、一介の町医者ですから全ての方に充分御満足のいく治療をしてさし上げられたかどうか心もとない次第です。しかし今後とも患者さんを教師として『病気を診ずに、病人を診よ』の教えを守っていきたいと考えております。」

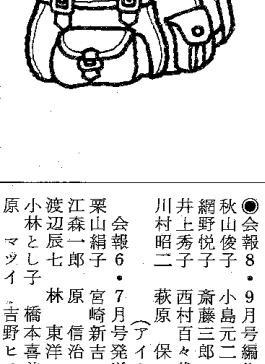
私は電気に打たれたように胸が一杯になりました。やはり病気を治すのは技術や薬品ばかりではない。先生のその素晴らしいお気持ちが、私共の心に感応して病気が治って行くのだ、と思います。こうした医は仁術と言う事を実践していらっしゃる素晴らしい先生の事を胸を張って困る人々に知伝え下さい。中高年者の会員の多い東ハイ紙上に、こうした文を書く事を私は大いなる誇りと思っています。何卒先生お力をお与え下さい。

尚、先生は「スポーツ障害セミナー・東葛」を主宰され毎回学界の権威を講師に、スポーツに依る障害や予防に関する啓蒙運動を展開し整形医学界の指導者であり、貴重な資料を送って頂きました。何卒講座に参加して基本的薫陶を受け、医学的立場から、東ハイ会員やリーダーの再教育をして下さい。

東　晴子

◉『登山教室に参加して』

和田リーダーを初めとして各リーダー方の話を実に楽しく拝聴いたしました。平日にもかかわらずあれだけの参加者がありましたのには驚きましたが、私と同じく誰もが安全に又楽しく山を歩きたく、こうして集ったのだと思いました。例えば腕を腰にあてて歩きますにはどのような訳があるのか知りました。水を飲まない方が疲れないと古くから云われていましたがそうではなかった事を知りました。地図とコンパスとは偏差値があると云う事とか、使用後ペたんこにしないで水入れがある等等、初めて知りました。各リーダーの、お骨おりで開かれた登山教室に御礼を申し上げます。



◉寄付金

小松英夫　菊地育子　仲井博幸
高木康一　久下君子　横山亘子
小如良羊　込宮恵子　桜井澄子
石井功　手塚晧　佐藤三郎
永島稚　野口照子　長沼信行
中村隆子　村清子　桑原源栄
平塚富子　鈴木閑子
川出尚枝　植松操
西野桃代　和田治子
和田弘子　山口静子
宮本良夫　磯弘子　柳田禎三
佐藤ちよ　栗原昭子
田子象子　宮崎古代
青木久子　加藤治子　原彦男
大貫綾子　国方いはり
皆川とみ子　香川あい子
田井中千代松　小野寺登志子
福原喜恵子　大久保八重子
谷島恵見子　小林サチ子
佐藤キシ子　工藤幸太郎
小杉和加子　小松原欣
塩味千代子　六月末
小計　二万七千四百五十円
累計　四万五千百五十円

◉会報8・9月号編集協力者

秋山俊子　小島元二　三上恭子
網野悦子　斎藤三郎　宮崎澄子
井上秀子　西村百々代
川村昭二　萩原保　志村英子
（アイウエオ順）
会報6・7月号発送協力者
栗山絹子　宮崎新吉　市橋礼子
江森一郎　原信治　森田トミ
渡辺辰七　林東洋
小林とし子　橋本喜美子
原マツイ　吉野ヒサ子
中島ミュシ
（順不同）

◉編集部からお願い

皆様からの投稿をお待ちしています。縦十四字十行の原稿で、三～四枚（余り長いと掲載しにくい）の文章、詩、イラスト等お寄せ下さい。

〒116 荒川区西日暮里2－31－5 電話 891－2280
発行所 東京ハイキング協会 振替東京0－63515
発行人 西 繁雄 毎月1回1日発行
継続購読費 1年間 2,400円
新入会員購読費 平成2年3月迄1,400円 入会金600円

®東京ハイキングニュース

平成元年9月1日発行
通巻No. 第191号
創立 昭和48年

会員番号＿＿＿＿

⊙駅で＝緑の旗と黄色のタオル、Rマークのバッジとワッペンが東ハイの目印。全員つけて参加しましょう。
⊙会員証とハイキング保険証を必ず持参すること。
⊙次の原稿は八月二十五日必着厳守。

9月山行 44コース

（未定）定例俳句会 小菅
9/2(土) 登谷高原 萩原
〃 大山三峰 西
〃 3(日) 八海山 依田・太田
〃 勘七沢ソーメン 小板橋
〃 平山城址 柴橋
〃 新人歓迎会
〃 4(月) 丹沢 水無川 小成
〃 5(火) 高尾 高木
〃 天狗山男山 浜田・横森
〃 柳沢峠バス
〃 6(水) 西海岸・城ヶ島 天海
〃 8(金)～10(日) 尾瀬沼 三木・巽
〃 9(土) 棒ノ折クックハイク 萩原
〃 10(日) 鎌倉 西
〃 11(月)～14(木) 鳥首峠・有馬山 根本
〃 12(火) 佐渡一周 柴橋
〃 13(水) 雨山・檜岳 中村
〃 13(水) 棒ノ折山・湯田中温泉 西
〃 15(祝)～17(日) 麦草峠・雨飾山・湘南支部 江森
〃 17(日) 十国峠 小板橋
〃 秩父札所⑫㉗㉖ 奥村
〃 秩父御岳山 梅沢
〃 北アルプス・穂高 岩崎
〃 18(月)～19(火) 緑の散歩道 小成
〃 19(火) 湯坂道 天海
〃 21(金) 八丁湖から百穴 萩原
〃 22(金) 幹事を囲む集い 山田
〃 23(祝) 御岳・七代の滝 西
〃 24(日) 十二ヶ岳・鬼ヶ岳 小板橋
〃 明星・湯本 根本
〃 25(月) 秩父札所⑫～⑮ 西
〃 雲母高原 鈴鹿支部
〃 ヤビツ峠・大山 木
〃 関八州見晴台 酒井
〃 日光の高原歩道 天海
〃 27(水) 高尾 高木
〃 遠笠山・大室山バス 奥村
〃 28(木) 鎌倉静寂コース 山田
〃 29(金) 馬堀海岸・浦賀 小板橋
〃 10/1(日) 蔵王縦走 三木・巽
未定 野田工場見学 詩吟 西
写生会は福島へ(電)9月号3頁照

★9月定例俳句会（未定）
会場の都合で例会の日程は未定です。参加希望の方は(電)993・3464へ照会して下さい。係＝小菅知子

★9月2日(土) 打出↓二本木峠↓愛宕山↓皇鈴ず山↓登谷山↓釜伏峠↓釜山東上線池袋駅7時10分発出下車。休憩入れず歩程4時間中央辺りに乗車、小川町駅8時28分下車670円。バス25分打ちやゝ強。小雨でも中止。小沢麗子さんが先導します。男性歓迎 係＝西

★9月2日(土) 大山三峰 歩程4時間半 やや健 係＝萩原
小田急新宿7時31分発前3両目（係遊園乗車）本厚木8時40分発宮ケ瀬行バス。煤ケ谷から。

★9月2日(土)3日(日) 八海山 一泊二日 係＝依田・太田
越後の修験道山・魚沼三山の一つ八海山へ。里宮はいづれの登山口にあって霊気ただよう中に気分は一瞬ひきしまります。上野＝六日町＝ゴンドラ駅＝四合平＝女人堂↓千本檜小屋↓八ツ峰↓大日岳↓水平道↓千本檜小屋↓往路を戻る。岩場に弱い人は小屋付近で散策。八ツ峰はクサリの連続です。天候が悪く岩場を越せない時はゴンドラを使わず大崎口へ下ります。詳細は申込者に(電)896・1106依田迄（8月1日～6日迄）北アの山行で留守です。申込みは8月7日より受付けます。

★9月3日(日) 丹沢 勘七沢入口ソーメン流し 係＝小板橋
小田急線新宿駅8時1分発前方乗車。渋沢駅10時18分発バスで大倉下車。山より吹きおろす涼風を浴びながらソーメン流しを。材料等ご協力下さる方連絡お願い(電)476・0260
雨天中止。一般向 歩程2時間30分 サブ＝大畑

★9月3日(日) 平山城址・多摩テック・動物園 係＝柴橋利夫
京王線新宿駅高尾山行8時20分発前方集合。平山城址公園駅下車。駅より多摩テック行のバスがあります。ここには綺麗なレストランがあり、和洋いろいろのものが食べられます。インド、ベンガル、バキスタン風料理なども用意されています。勿論お弁当持参でも結構です。

新人歓迎会 西

9月3日(日) JR
上野駅で日暮里寄りに下車し階段昇り公園口10時 詳細八月号参照

★9月4日(月) 丹沢、水無川 健脚向
丹沢、水無川でビバーク（露営）訓練とザイルワークの訓練を行いますけれど北アルプス参加者のみと致します。係＝小成和朗
〒162 新宿区富久町6の9 小成和朗

★9月5日(火) 高尾 家族向 雨天中止
京王線新宿駅9時48分発高尾山口行きで高尾下車。バスにて裏高尾下車。歩行3時間。運動と森林浴の保健コース。係＝高木弘隆
都合で係が同行出来ない時は中止。(電)624・2576

★9月5日(火) 天狗山・男山、埼玉支部
西田生命ビル横、7時出発。中央自動車道＝須玉IC＝大深山中央＝馬越峠↓天狗山（1882M）↓男山↓浄水場＝須玉IC＝中央自動車道＝新宿帰着予定20時頃。豪快な岩稜の縦走と360度の好展望に、乞うご期待!! 係＝浜田・横森
雨天決行 やゝ健向 歩程約5時間 東ハイ保険加入者に限る。申込み後費用約四千円を郵便振替東京5－948浜田石雄へ振込み(電)048・874・3988

★9月5日(火) 柳沢峠バスの旅 係＝西 繁雄
新宿駅西口安田生命横8時発日帰り。高山植物咲く大菩薩軽いコース。

★9月6日(水) 西海岸～城ヶ島両コース 雨天中止 係＝天海
京浜急行品川駅8時44分発特急三崎口行乗車（横浜の方8時28分発）三崎口駅下車。バス又は徒歩にて油壺↓浜諸磯↓海外波調層↓見桃寺↓海南神社↓光念寺↓三崎公園↓三崎港↓城ヶ島大橋↓白秋詩碑↓城ヶ島水仙の松↓安房崎灯台↓海鵜の生息地↓馬の背の洞門↓灯台↓城ヶ島バス停↓三崎口駅 解散。
去る5月3日西海岸コースをやりましたが、予定の半分しか遂行出来なかったので、残り半分と城ヶ島コースを併合して歩きます。運動靴は砂が入りますので深靴又はキャラバン以上で参加、七福神の朱印は不可。問い合せ(電)700・6016

★9月7日(木) 衣笠山 雨天中止
横須賀線東京駅発7時13分衣笠駅8時35分。駅↓衣笠山公園↓衣笠城址↓阿部倉町（ぶらり見学散歩＝大変気分のよい所で実働約4時間。特別きつい登り下りはありません。係＝吉田 照

★9月8日(金)～10日(日) 鬼怒沼より尾瀬沼へ 係＝三木・巽
8日23時赤羽駅東口発 泉(泊)＝滝ノ原＝鉱山跡↓登山道↓荒海太郎山↓鉱山跡＝鬼怒川
東北道＝宇都宮＝奥鬼怒八丁の湯↓鬼怒沼山↓黒岩山↓赤安山↓尾瀬沼↓沼山峠＝檜枝岐温泉＝今市＝赤羽着21時頃 問合せ(電)631・4567 三木

★9月9日(土) 棒ノ折山クックハイク ヤヤ健 係＝萩原
青梅線立川駅7時24分発前方。川井下車 歩程6時間15分 10点 石山↓惣岳山↓御岳又は沢井へ。
奥茶屋↓棒ノ折↓岩茸コース 別項4頁▼②▲参照サブ川村 材料準備のため予約要。詳細は

★9月10日(日) 鎌倉東口 矢部
東京駅地下①番線、横須賀線9時19分発後方乗車。鎌倉駅10時16分下車八五〇円。雨天決行。釈迦堂矢倉、報国寺、浄妙寺、杉本寺、宝戒寺と矢部一徳先生独特の漫談で大笑いを乍ら歩きます。専門的な史談講義と違い、笑ってストレス解消に最高。徳先生の史跡漫談 係＝西

★9月10日(日) 鳥首峠・有馬山 係＝根本
西武池袋駅⑦番線7時14分発三峰口行前方乗車。飯能駅下車＝バスで名郷↓鳥首峠↓橋小屋ノ頭↓タタラの頭↓橋小屋ノ頭↓逆川乗越↓蕨山↓名郷下降点↓名郷＝バスで飯能駅 歩程6時間(電)930・3360 根本

★9月11日(月)～14日(木) 3泊4日 佐渡一周 係＝柴橋利夫
新宿駅西口安田生命ビル横23＝弾崎灯台＝平松＝両津 松崎法寺＝両津
時30分までに集合。新潟港朝5時頃着。船は6時5分出航両津港8時25分着。朝食後観光に出発、姫崎灯台＝松ヶ崎本行寺30分間見学＝小木宿根木民俗博物館＝自由昼食＝小比叡連華寺見学＝田切須鉄砲鼻(休)、真野朱鷺の郷見学＝四日町佐渡博物館見学＝時間の都合で佐渡金山跡30分発見学＝尖閣湾(休)＝平根崎波蝕甌穴群見学＝石名清水寺(休)＝海府大橋大ザレの滝(休)＝大野亀と二ツ亀の間は40分位ハイキングの姫津すだれ荘(泊)。2日目8時30分出航新潟港11時25分着＝黒崎＝三条燕自由昼食、工場ニイグター見学＝赤城(休)＝三芳(休)＝練馬＝新宿駅西口18時30分頃着。見学は味噌工場、酒蔵、無名異焼などあります。佐渡一周史跡巡り終り。費用については、只今検討しておりますので後日お知らせします。早く片ハガキで申込み下さい。〒144 太田区西六郷4の20の12 古屋敷方 柴橋利夫まで。(電)03・735・5275

地球と楽しく遊ぶための店
身近な道具から
遠征隊まで 地方発送承ります。
ICI石井スポーツ
●登山本店／〒160 東京都新宿区百人町2-2-3 ☎03(208)5601代
●新宿西口店／〒160 東京都新宿区西新宿1-16-7 ☎03(346)0301
●神田登山店／〒101 東京都千代田区神田神保町1-8 ☎03(295)0622
●水道橋店／〒101 東京都千代田区三崎町2-8-14 ☎03(264)5575
●大宮店／〒330 埼玉県大宮市宮町2-123 ☎0486(41)5707
●高崎店／〒370 群馬県高崎市新町6 ☎0273(27)2397
●新潟店／〒950 新潟市東大通り2-5-1 ☎0252(43)5330
●新潟2号店／〒950 新潟市笹口1丁目2番プラーカ2 ☎0252(40)2316
●仙台店／〒980 仙台市東八番町107-36 ☎0222(97)2442
●札幌店／〒060 札幌市中央区南二条西4-4 ☎011(222)5305
●外商部／〒160 東京都新宿区大久保2-19-10東和ビル内 ☎03(200)7219
●営業時間／本店AM10:00～PM9:00(平日)4月～7月 AM10:00～PM8:00(日祝日)
支店AM10:00～PM8:00(平日) AM10:00～PM7:00(日祝日)
●定休日／第1・3水曜日(7,11～3月は無休)
●巻機山・民宿清水屋連絡所 ●穂高酒沢ヒュッテクーポン券取扱所

秘密は背中
FRAME BELN®
背負い易さを追求した全面ネットフレーム
1 ネットフレームは荷崩れせず、背負い心地は常に快適。
2 ネットフレームは、通気性が良く背負い心地はいつも爽やか。
3 人間工学から造り出されたネットフレームは、体にピッタリとフィット。
4 腰に当たる部には、クッション性の良い厚地パッドを採用。
フレームベルン®423
……直結価格6,100円
●容量:40ℓ ●カラー:ベージュ・ネイビー・レッド
※本誌御持参の方に記念品進呈
OUTDOOR MIND
秋葉原ニッピン
〒101 東京都千代田区外神田3-11-11
本店 ☎03(253)1431
FAX03(257)0280
オートキャンプの店
アウトドアの店 秋葉原本店
第2・3火曜日定休日
■秋葉原PART II…☎(253)4343
■高田馬場南口駅前店…☎(208)8345
■神田小川町店……☎(233)4121
■神田PART II……☎(292)4121
営業時間 平日AM10:30-PM8:00 日祝日AM10:30-PM7:00

東ハイ事務所
電話03 八九一－二二八〇番
〒116 荒川区西日暮里2－31－5

★9月12日(火)　雨山・檜岳　係＝中村一雄
小田急線新宿急行小田原行6時1分発乗車。新松田駅7時17分下車JR松田駅からバス7時25分発寄行で終点下車↓寄大橋↓雨山峠↓雨山↓檜岳↓伊勢沢↓頭↓秦野峠↓稲郷↓寄　地図2.5万・秦野・大山・小川・山北　(電)045・832・2193　雨天中止

★9月12日(火)　健脚向
新宿駅西口安田生命ビル横を12日夜11時貸切バスで出発。13日夜7時頃帰京。バス代六千七百円の予定　4頁▼③▲参照

★9月13日(水)　湯田中温泉　係＝西
新宿駅西口安田生命横7時集合。7時5分出発＝一路中央道＝白駒池入口下車↓白駒池一周↓高見石↓丸山↓麦草ヒュッテ（付近は高原植物の草原）↓麦草峠バス15時半頃乗車＝新宿駅20時30分着予定　歩程3時間30分位　交通費四

★9月13日(水)　棒ノ折山　一般向
飯能駅　カヤトの広い山頂をもつ、低山ながら好展望に恵まれた山です。希望者にて名栗鉱泉で一浴休憩します。　歩程約5時間　雨天中止

★9月13日(水)　北八ッ・麦草峠（お花畑）～白駒池　係＝奥村
のんびりバス山行　雨天決行　千円　原生林にまつわりついた苔の美しさ、特に白駒池付近は集合＝新宿駅西口安田生命横7時集合。7時5分出発＝一路中央道＝白駒池入口＝丸山＝麦草峠（お花畑）～白駒池　北八ッ一、二と言われている。車↓白駒池一周↓高見石↓丸山↓麦草ヒュッテ（付近は高原植物の草原）↓麦草峠バス15時半頃乗車＝新宿駅20時30分着予定　歩程3時間30分位　交通費四　当コースは美容と健康維持の為を目的とした一般的歩行にて行う山行です。一般弱者の杖を頼りに挑戦上の参加は御遠慮下さい。詳しくは(電)634・2284奥村まで。サブ＝奥村政幸

★9月14日(木)～17日(日)　雨飾山・塩の道　湘南支部
JR藤沢駅改札口21時集合発　夜行マイクロバス使用　又は小田急線本厚木駅南口16時(土)　登山道入口↓荒菅沢↓大和銀行前22時　中央道＝松本＝大町＝信濃森上　15日(金)　塩の道両博物館　17日(日)山岳・塩の道両博物館に寄って帰りたいと思います。　歩程約4時間　1221(日)　笹平↓雨飾山↓梶山新湯雨飾山荘　電0255・58・2154　別項　頁▼④▲参照

★9月15日(祝)　十国峠　一般向
小田急線新宿駅7時30分発前方乗車。小田原駅＝バスで十国峠登山口下車。ケーブルで山頂へ。岩戸山経由湯河原へ。歩程3時間半　湯河原駅＝小田原駅＝新宿駅　係＝小板橋辰悟　昼食時間ゆっくり出来る方歓迎　サブ＝大畑

★9月17日(日)　9月の十三仏
西武線池袋駅ホーム前方8時30分集合　秩父駅乗換え秩父鉄道にて親鼻下車。師慶山医王寺　係＝梅沢正造　4頁▼⑤▲参照

★9月17日(日)　秩父札所⑫㉗㉖
西武線池袋駅7番線7時54分発快速急行西武秩父行後方2両目に乗車。西武秩父駅9時30分着下車↓大淵寺↓円融寺↓影森駅解散　雨天中止　係＝岩崎一郎　徒歩↓野坂寺↓岩井堂　一般向

★9月17日(日)　秩父御岳山　一般強
西武線池袋駅⑦番線7時14分発快急後方乗車＝横瀬駅9時50分発＝三峰口駅9時27分着下車↓猪ノ鼻分岐↓タツミチ↓御岳山(▲1080M)↓杉ノ峠↓強石↓三峰口駅　歩程約5時間30分　雨天中止(電)956・1017　三峰口駅まで直通です。　係＝川上富之助

⊙初参加の人には皆で話しかけ東ハイならではのなごやかさを

★9月18日(月)19日(火)　北アルプス穂高岳
昨年、一昨年と天候にめぐまれず再度、計画致しましたが8月、9月の訓練山行に参加し認めた人のみと致します。〒162新宿区富久町6の9　小成和朗　係＝小成和朗

★9月19日(火)　緑の散歩道・吞川・柿の木坂コース　係＝天海
9時　東急東横線　都立大学駅改札口↓吞川柿ノ木支流緑道↓東根公園↓駒沢公園↓繭文遺跡（中後期）↓衾町公園↓交通公園↓吞川駒沢支流緑道↓金蔵院↓氷川神社と剣の舞↓東光寺と心字池↓常円寺↓北野神社↓緑道植物園↓都立大学駅解散　緑道植物園散策の径、吞川緑道は昔の農村、衾村で氷川神社やつつの農村、衾村で氷川神社や東光寺等目黒開発の拠点、史跡も多く興味深いものがあります。歩きやすい服装にて参加して下さい。昼食持参　運動靴良し　(電)700・6016　一般向

★9月19日(火)　湯坂道　歩程2時間半　係＝萩原
小田急線新宿7時1分発前方。(係遊園乗車)　湯本で乗換え小涌谷下車（小田原発8時30分）詳細は別項4頁▼⑥▲参照

★9月19日(水)　八丁湖から百穴
東上線池袋急行森林公園行8時39分発中程乗車＝東松山下車。バス熊谷行9時45分東松山病院前下車。光福寺↓見渡す限りの水田↓黒岩横穴群↓八丁湖↓吉見観音坂東札所⑪番↓吉見百穴↓東松山駅　百穴は丘陵に多数の横穴あり古代人の貴重な遺跡。　歩程4時間　運動靴で。　雨天中止　係＝山田たい

★9月22日(金)　幹事を囲む集い＝幹事以外の人も
JR日暮里駅東口へ出て直進し、信号を渡り住友銀行を左へ曲がり、一つ目の横丁を右へ曲がり角から二軒目。　係＝西日暮里中央町会会館二階　午後6時—10時　7時開始

★9月23日(祝)　御岳溪谷七代の滝
JR新宿⑤番線特別快速奥多摩行7時46分発前方乗車。御岳駅＝バスで滝本＝ケーブル御岳山頂駅↓長平↓七代の滝↓ロックガーデン↓綾広の滝↓長尾平↓滝本＝バス御岳駅、奥多摩秋川自由券がお得。ケーブルも割引きあり。夏の一日を渓谷で昼食時間ゆっくり出来る方歓迎。　歩程3時間　サブ＝大畑　係＝小板橋辰悟

★9月23日(祝)　十二ガ岳・鬼ガ岳
JR新宿駅6時22分発甲府行7番ホーム前方乗車＝大月＝河口湖駅下車バスかタクシーにて長浜↓毛無山↓キレット↓十二ガ岳↓金山↓鬼ガ岳↓鍵掛峠↓魚眠荘前＝バスで河口湖駅　歩程6時間　(電)930・3360　一般向中　雨天中止　係＝根本　根本

★9月23日(祝)　明星—湯本　歩程4時間
小田急新宿7時1分発前方。(係遊園乗車)　湯本で乗換え強羅下車（小田原発8時30分）詳細は別項4頁▼⑦▲参照　係＝萩原　サブ＝川村

★9月24日(日)　六郷会　新宿御苑
御苑の新宿門から西洋庭園の中頃に10時迄集合。11月3日の東ハイ祭に第三回会員作品展の指導を致します。サイズはキャビネ四つ切までの何枚でも結構です。今年一名様一点が上限で賞金一万円です。但し、得票数が20点に満たぬ場合は残念賞になります。二等三名残念賞、今年も頑張って下さると期待しています。尚、出品作品は六郷会以外で写したものの他六郷会撮影会で写した作品展も行ないますので、どうぞご出品下さい。尚、御苑の中に屋根のある休憩所がありますので雨天でも決行します。　係＝柴橋利夫

◉短歌
かげやまかすみ
蓮華咲く明日香の野路はたなびきていにしへ人の会話きこゆる
山の辺の小径をゆけば若草の色ときめきてこころうれしく

◉俳句
ザックが行く明日香の小径に風光る
おぼろ月池をめぐりて悲話を聞く　（夜の猿沢の池にて）
田道守たちばなもとめ皇は崩れき　（橘寺にて）

◉和歌
雨止まず記念の艦の丸窓に心のこりの猿島望む　松山三佐子

『捜し物』山溪社刊『佐貫亦男のアルプス日記』という本を探しております。どなたかお持ちの方がおられましたら、お譲り頂きたいと存じます。お貸し下さっても結構です。必ず御返し致します。(電)0423・25・0310　伊藤寛志

気軽に登山用品が選べる店

初心者からエキスパートまで、スタッフが親切・丁寧にご相談にのります。

Kojitu コージツ

株式会社コージツ

■新宿西口店(電)03-369-3721　■秋葉原店(電)03-255-0020　■駿河台店(電)03-294-5557
■町田アドホック店(電)0427-29-2134　■横浜店(電)045-261-3453　／姉妹店チョゴリザ
■東京四谷店(電)03-341-7654　■横浜西口店(電)045-312-7655
■営業時間　AM11:00～PM8:30（町田店のみAM10:00～8:00）　■年中無休

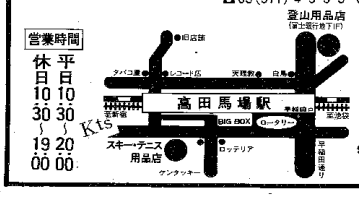
登山・ハイキング用品なら

豊富な品揃えと気軽に相談できる

東京ハイキング協会・指定店

KAMOSHIKA カモシカスポーツ

●下記に移転、売場も広くなりました。　〒160 新宿区高田馬場3－3－3 三優ビル地下（富士銀行地下）☎03(371)4333(代表)



自然と語ろう!!

創業35周年の池袋秀山荘には、自然と語るためのアイテムでいっぱい！
また、登山・キャンプに関してベテランスタッフの心強いアドバイスでもう自然は友達!!
〈東京ハイキングクラブ員には会員割り引きあり〉

池袋秀山荘が贈るプロショップカードの決定版！
登山・キャンプに必携の一枚
ONEカード会員募集中！　⑥大特典付
（入会金無料）
※詳細は店頭又はお電話で！

池袋 秀山荘
池袋東口（駅前公園通り）☎03-984-4211
〒170 東京都豊島区東池袋1-43-6(大駐車場完備)
池袋東口（駅前公園通り）★駅から3分 AM10:00～PM8:00 年中無休

〒116 荒川区西日暮里2－31－5 電話 891－2280
発行所 東京ハイキング協会 振替東京0－63515
発行人 西 繁雄 毎月1回1日発行
継続購読費 1年間 2,400円
新入会員購読費 平成2年3月迄 1,400円 入会金 600円

®東京ハイキングニュース

平成元年9月1日発行
通巻№ 第191号
創立 昭和48年

会員番号＿＿＿＿＿＿

★9月24日(日) 秩父札所⑫～⑮西武池袋駅⑤番線中央辺り8時54分発乗車 飯能駅乗り換え、西武秩父駅10時39分下車 係＝西 繁雄

★9月24日(日) 雲母(きらら)高原 全コース東海自然歩道で、集合は湯の山温泉バス停で、くぐり戸の滝道を登り椿大神社への約15粁。問合せ要す。

〒513 鈴鹿市西条二丁目24の15 (電)059・383・4816

3年前に思い立った鈴鹿市民を中心とした体力保持の歩こう会は種々な都合で、小生のみでは出来難く、此の人ならと思った方に代表になって頂き、これまでに協力して来たことで今月(7月)より県歩け歩け協会に加盟が決まり、これを機に東ハイ、鈴鹿支部を中心とした計画に励めそうなので今後共宜しくご指導をお願い致します。 鈴木正一

一般向 係＝西 繁雄

★9月25日(月) 関八州見晴台 東上線池袋駅①番線7時52分発急行森林公園行中程乗車＝坂戸乗換え＝越生9時5分着下車 黒山行バス9時17分発乗車し終点下車。→黒山三滝→花立松ノ峠→関八州見晴台→空滝→西吾野駅 歩程約5時間30分 雨天中止 (電)956・1017 係＝川上富之助

★9月24日(日) ヤビツ峠～大山 小田急線新宿駅7時21分発＝大秦野バス＝ヤビツ峠→大山→日向薬師＝バス伊勢原 歩程3時間半 お馴染みの大山ですが、展望を求めてヤビツから登りますので、コースとしては最短です。雨乞の神様なので下りは雷の尾根道を通ります。雨天中止 一般向 係＝酒井与吉

★9月27日(水) 日光の高原歩道 東武浅草駅7時10分発 快速日光行前方ホーム 日光下車＝バス霧降の滝入口＝滝見学＝赤薙山登山口＝鳴沢＝見晴台＝雲竜道路→滝尾神社→開山堂→東照宮→神橋→日光駅 雨天中止 高原歩道コースは、静かなカラマツの林が続き赤薙山の雄大な尾根を横断する形で道がつけられている。 係＝天海 喜市

「滝尾山道」 渓谷への道をとり、稲荷川を渡り雲竜滝尾神社本殿のほか、川に酒の泉、子種石など庶民信仰の史跡がある。開山堂には見事に将棋の駒が祭られている。 登山仕度 足弱の方電話下さい。雨具は用意する事。 問合せ (電)700・6016

★9月27日(水) 高尾 家族向 京王線新宿駅9時48分発高尾山口行きで高尾下車。歩程3時間。運動と森林浴の保健コース。都合で係が同行出来ない時は、中止。(電)624・2576 係＝高木弘隆

雨天中止

★9月27日(水) 遠笠山―大室山 のんびりバス山行 雨天決行 集合＝新宿駅西口安田生命横7時5分集合。7時10分出発＝一路東名高速道＝伊豆スカイライン＝遠笠山入口下車→遠笠山一周バス乗車＝大室山さくらの里下車→大室山(登り約40分)→山頂一周→さくらの里(コスモス観賞)バス乗車＝新宿駅20時着予定 歩程約3時間強 交通費四千円。大室山山麓の秋はコスモスの花が乱れ咲き、園内埋め尽くす程。一般弱者は大室山リフトを使えば参加可能です。 健脚コース希望の方は下見時ご一緒下さい。特急、タクシー利用、山中は多少走ります。(電)634・2284 サブ＝奥村政幸

★9月28日(木) 鎌倉の静寂コース 東海道線品川駅9時熱海行乗車大船駅JR改札前10時集合バス鎌倉湖行10時9分砂押橋下車。大長寺より横浜と鎌倉の境で山は低いが起伏多く変化のあるコースです。下山後今泉不動に寄り不動前よりバス大船駅。登山靴 雨天中止 係＝山田たい

★9月29日(金) 馬堀海岸～浦賀 京浜急行品川駅ホーム8時集合、特急乗車、横須賀中央乗換え馬堀下車。徒歩2時間。浦賀駅より7分位の処の小板橋のセカンドハウスで親睦会を兼ねて昼食。会員さんのご指導で、簡単な体に良い体操(肩こり・腰痛等)もします。運動靴が良い。昼食持参 雨天決行 親睦会 係＝小板橋辰悟

★9月29日(金)～10月1日(日) 北蔵王～南蔵王縦走 係＝三木・巽 29日赤羽駅東口22時出発＝東北道＝仙台南インター＝二口温泉＝峠→雁戸山→蔵王山→熊野岳→刈田峠＝青根温泉(泊)＝刈田峠→屏風岳→不忘岳→小原温泉＝白石インター＝東北道＝赤羽着22時頃 歩程 第一日5時間 二日目7時間 (電)631・4567

★9月の平日に野田市キッコウマン工場見学し少しハイングして、東ハイ創立当時から協力して下さった中山やす恵さんの詩吟の先生＝安井キヨ子先生から詩吟を習います。東京で詩吟教室をともも考えて居ますが希望者は西に電話下さい。野田市の歩く希望者と本土寺其他、月に一回位行く企画も考えています。

◉写生会については福島リーダーに問合せ下さい。(電)956・0766

◉東俳優秀作品

阿夫利嶺へ道大曲る麦の秋 北村民子
夕雷や灯明ゆらぐ喪の座敷 小菅知子
絵馬堂の翠(はり)より絵馬へ蜘蛛の糸 光信喜美子
麦秋の丘の向ふに雲白し 平田とし
蜘蛛の囲や金具朽ちたる廟所門 納谷ミヨ
地蔵様菓子供へあり麦の秋 本間よね子
蜘蛛の囲のほこりまみれの空屋敷 菅野久代
大空に蜘蛛の囲光る山路かな 黒岩伸子
落葉松のみどり重ねし浅間みち 飯塚喜美
新築のビルに隣りて麦の秋 山中麻紗子
累代の墓鎮もれり青田中 永井重子
縄文土器飾る館の今年竹 加藤婦美子

本部だより

六月の幹事会決定事項

一 緊急連絡網(遭難対策)について、大室山(コスモス観賞)係＝奥村昭孝 ご支援、ご協力の程お願い申しあげます。

二 幹事の選任について 次の方々が満場一致で、幹事に選任されました。 木村 広志氏 寺沢 弘行氏

三 東ハイ祭の実行委員の選任について 来る十一月三日の第八回東ハイ祭の準備、及び実施を行なう委員を、次の方々にお願いしました。(敬称略)

会員のみなさんが、個人山行で遭難した場合、西会長、又は会事務所へ連絡下されば、所要の助言及び要請によって、前記と同様の救助活動を行なうことといたします。

委員長渡辺辰七
副委員長萩原 保・原 信次
委員 秋山俊子・江森一郎
川村昭二・栗山絹子
桜井栄吉・柴橋利夫
根本壮一郎

中村清一

西会長大丈夫です

『小川の貝が殺人犯』?……

……東ハイニュース六月号の炎水産の貝カワニナは、ご指摘のように肝蔵ジストマ(肝吸虫)の(第一)中間宿主です。

しかし、この中に寄生するジストマの幼虫には病源性がありません。この幼虫がセルカリアという尾を持った幼虫に変わって水の中に出て、淡水魚(コイ・フナ・タナゴ・ウグイ等、これらを第二中間宿主といいます)

伊藤寛志

病源性を持つメタセルカリアとなります。人間がこれらの魚を生で食べると、恐ろしい肝硬変を引き起こすジストマ症に感染します。(煮て食べれば何ともありません)。カワニナなら、たとえ生で食べても何ともないでしょう。美味しくはありませんが。

世はマンガブームとやら。その人気マンガの一つに「オバタリアン」というのがあるそうな。人日く「それは加令現象だから仕方ないよ、まあ大事に上手に付き合って行くしかないよ」と慰めたとか、ちられたとか。

加令……カレイ……枯れいと連想したかどうかは兎も角、「カレイ、カレイって云われると何だか淋しくなってくるじゃない」とぼやく事しきり。だんだん落ち込む。人を慰めるのも難しいなあ。

そこで私はハッパをかけた。杖をつこうと遅かろうと兎に角登りやあ良いんでしょ。テッペンに立って見せようじゃないの。さあ気を引き締めて頑張ってアルプス行くベエ!よじ登んべエ!

湘南支部 篠藤一子

2(火) 山行報告 五大尊 山田た
3(祝) 三浦半島 天海 市橋
4～5 銚子 柴橋 萩原
5(祝) 塩時山 柴橋 川上
8(月) 鎌船観音 高畑山 高木
10(水) 物見山 高木
13(土) 十国峠 奥村
14(日) 登山教室 和田
〃 笹尾根 奥高 高木
〃 円良田湖 湘南支部
〃 霧降高原 柴橋
〃 石尊山 天海
〃 鼻曲山 木村
〃 荒海山 石川
〃 つっぷ山 本田
16～17 秩父札所 川苔山
18(木) ぼたん園 渋温泉
19(金) 横浜三溪園 西
20～21 秋田駒ケ岳 江森
21(日) 妙法ケ岳 石川
〃 古峰ケ原 依田、大田 岩崎
〃 天城高原 荻原
〃 上野公園 酒井
22(月) 馬込文士村 西田
24(水) 天城峠 海
〃 奥村
〃 萩原
27(土) 鐘ケ岳 中村
28(日) 本仁田山 岩崎
〃 秩父13仏 長者ケ岳
〃 丹沢三峰 山田良
〃 中止コース、高尾山、津久井城山。蕎麦粒山、外輪山、丹沢三峰、愛鷹山。

5月分参加者

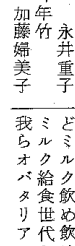
43	山田た	1名
59	天海	2名
21	柴橋	7名
35	萩原	2名
26	市橋	2名
36	川上	2名
19	高木	2名
75	奥村	4名
47	十国峠	7名
5	奥高	2名
24	笹尾根	3名
20	柴橋	4名
32	霧降高原	2名
41	木村	2名
28	荒海山	2名
31	大久保	2名
34	岩崎	2名
7	川苔山	1名
27	柴橋	2名
23	西	2名
40	江森	2名
18	市橋	2名
27	石川	2名
18	岩崎	2名
28	荻原	2名
46	酒井	3名
13	西田	2名
64	海	2名
55	奥村	2名
25	萩原	2名
20	中村	2名
17	岩崎	2名
52	川上	2名
28	丹沢三峰	2名

合計36コース 146名
平均1コース 32名
男性30% 女性70%

◉バスハイク寄付金

二千二百円	塩原元湯温泉
四千二百円	赤城山
	川上富之助
一万円	長者ケ岳
	奥村昭孝
四千七百円	十国峠
五千五百円	天城山
五千八百円	赤城山
	池田友治

商品券(三万円) 繁雄



旅のスポット

▼①▲大山三峰コース　物見分岐→三峰山→不動尻→バス停　ハシゴ・鎖・ザレあり。スパッツ便。プリーバス差額要　雨止

▼②▲棒ノ折クックハイク参加者は可能な限り2日迄の係コースに出てサブまで申込んでください。その他の方は以前に係コース参加歴のある人に限り9月6日迄受付（電792・2064）雨の時は10日に実施。この場合休日ダイヤで立川発は7時53分になります。

▼③▲長野県の有名な湯田中温泉郷の奥の原生林に点在する四十八池と渥原の高原を歩く初秋最高の別天地。歩程5時間位。時間が余れば温泉浴も。至急申込み下さい。（電864・0693）西

▼④▲塩の道とは平安時代より歴史に登場する新潟県の糸魚川地方と長野県松本地方を結ぶ全長約120Kmの古道です。海辺と内陸を結ぶこの道は塩や海産物又山の幸を、そして文化や信仰をも運ぶ交流の道でした。謙信が信玄に塩を送ったともされそれにかかわった人々の跡を偲んで歩きたいと思います。小谷温泉は信玄の隠し湯、梶山新湯は露天風呂のある山小屋で温泉二泊でのんびり行く百名山です。一日目約4時間、二日目5時間30分、三日目1時間、どちらの温泉も秘湯中の秘湯です。山は無理と思う方も塩の道と秘湯二つを楽しまれたら如何。費用三万三千円位　予約金二万円　郵便振替　横浜1—60582（電0466・22・9440）篠藤一子

▼⑤▲九月本尊仏『勢至菩薩』参拝

●仏教行事、一周忌の本尊仏。

●阿弥陀如来の右脇侍としてまつられている。右代印度語で『マハシャマブラタ』、漢訳で『得大勢至』『大精進』ともいう。『大阿弥陀経』『悲華経』によれば阿弥陀仏、入滅の時、観音菩薩がその処を補って『仏』となり、更に『観音菩薩』入滅後に『勢至菩薩』が『美住珍宝山王如来』となりその処を補い『西方浄土』に住すという。

▼⑥▲湯坂道は浅間山802Mから下り一方—2点コース。麺を茹で凍らせて持参すると美味。湯本で一浴懇親会も。小雨決行。

▼⑦▲明星→塔の峰→阿弥陀寺→湯本。温泉会館又は山里で一浴。途中少々藪あり。8～10点コース　50%雨止6時晴行　係＝川上富之助

予告

10月9日10日　紅葉の栗駒山　バス　8日(日)夜池袋出発＝一ノ関＝須川高原温泉→栗駒山→湯浜温泉(泊)　歩程約5時間　一般向

10月14日(土)15日(日)　大白森→甲子温泉(泊)→三本槍→朝日岳

10月17日(火)～19日(木)　黒部→十字峡→宇奈月温泉

10月28日(土)29日(日)　菱ケ岳→尊寺＝池袋　費用一万六千円（電966・1017に申込み振替東京7＝254891川上富之助に振込んで下さい。定員28名　協力＝藤井敏夫　係＝三木慶介

11月14日(火)夜～17日(金)　紅葉の京都めぐり　係＝浜田・横森　保津川船下り・嵯峨野路・鞍馬山路・大原（寂光院三千院）　予約金一万円　郵便振替　東京5＝2694浜田石雄　定員47名　雨天決行　一般向　詩仙堂・曼殊院・哲学の道・永観堂。宿泊所　京都かんぽーる　協力者＝山崎源之丞

金城山　11月3日(祝)～5(祝)　南アルプスザルガ岳　11月19日(日)　新雪の木曽御岳山

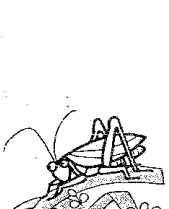
2泊　費用約二万七千円　申込

会員外　参加料　三百円

5月18日(木)　須賀川ぼたん園を尋ねて　西　繁雄

家を出る時は小粒の雨が時折当る空模様で心配だったが、バスが福島県に近くなるにつれて雲が切れて晴天とはいえないが時折日が差す好い天気となった。一度は行って見たいと思っていた日本一有名な須賀川ぼたん園、然し例年より今年は暖かくさくらも十日位早かったので、悪くすると、ぼたんはもうないのではと心配していたが、最盛期は過ぎたが、充分楽しめる大輪のぼたんが一面に咲き誇り、先ず驚いた。さすが美しいなー。それに園内にぼたん姫の白衣のまま、その美しい曲線美の素晴しい芸術を見上げて首が痛くなるような高いそそとした美しさに圧倒された。もうぼたんなど、どうでもいい？今朝は会の用事が色々あって三時間位しか眠らず一口の水を飲む時間もなく新宿のバスに乗る。あゝお腹空いたな、パンでもと思った時林さんからまだ温いおにぎり二つ、むさぼるように平らげると、さすがに元気が出て来た。

白きおにぎりのど鳴りて行く“とマイクでご披露、ぼたん園へ来たら、是非このぼたんだけは見て下さいよと、貴女が勧めたいぼたんはどれですかと園内の係の女性に尋ねたら、口ごもり乍ら、どれもみんな良いから特別これということは出来ないけど、その辺の花もきれいですよと、ぼたん園の係員がこうなのだから私には全く分からない。これは銘花ですよと、通らしい人が話しているぼたん、成程大輪で鮮明で鼻を寄せると清楚な香りが—。”群芳殿ぼたん王者の香りかな“と書いて俳句投稿箱へ入れて来る。一年で一番秀れた句を句碑にして建立すると云う。奥の細道の松尾芭蕉はこの地に七日泊ってばらの句を残したと云う“鯉のぼり草ぶき屋根に老婆かな”“緋ぼたんを描く人少し背を丸め”後の方へ行くと幾つも池があり、松林の散策路が続き、実に広大で食事して廻って一時間半ではとても廻れない。残念乍らバスに向う。私の妻の生地、飯坂温泉からの四人連れに話しかける。言葉がなんとなく聞いたことのある東北弁なので尋ねると、ゆっくり話して行きなさいよ、ここへ掛けなさいよと人なつこい純朴な人達で別れるのがつらかった。これも又旅の思い出。来年もおいでよ、ここで会おうよと手を振る四人連れ。このぼたん園へ来て一つの発見をした。今迄見ていたのは鉢植のぼたんか、お寺などにあるぼたん、草だか木だか分からない小さいものであり、ぼたんは鉢植のぼたんか、お寺などにあるぼたん、草だか木だか分からない小さいものであり、ぼたん、しゃくやくと一口に言うように草か木かはっきり認識しないまゝだったが、二百年の老木と云う古木は一本から四方に枝を広げて六畳間一杯位広がっていた。まさしく木であった。



蕨は木か草かと云う随筆を読んだこともあるが、牡丹は木そのものであることを七十七才にして初めて知った。あゝ私の無知なる事よ。この牡丹園、創られて約二百四十年、その元祖の銅像の前で写真撮る。

何年か前に東ハイコースで行ったことのある、あぶくま鍾乳洞は東北一といわれるだけあって、日原鍾乳洞とは天と地の差があった。やはり見飽きることない圧倒される荘厳精緻な数億年を経て出来た芸術品の前に立つ時、いかなる工匠も刻み得ざる大伽藍を思わせる天井から垂れ下がる彫刻の素晴しさに私は身動きもせず、じっと見つめ続けていた。振り向くとそこには誰も会員の姿はなく私一人立ち尽していた。

こうして居られるのも、私の代りに一切やって下さる中村さんと大石さんのお陰である。深く感謝の意を表する次第です。

TPOを守りましょう

西　繁雄

世界の文明国共通のエチケット及びそれを犯さないように出来た規則・法律＝その場所、その時、その相手に依り守るべき情等一切が包括され、犯すと法的、社会的非難を受ける。

分かり易く言うと、誰でもトイレには行くが、人の見ている処や人家の塀に放尿すると軽犯罪が成立する。

妻の頬に頬を触れるのは悪い事でないが、電車の中で女性にするとすぐ御用だ。

夫婦でも公衆の前で行為をすると御用となる。

時と場所と相手と、この三件を守らぬと色々非難され文句を言われたり、友情を害したり離婚や裁判にすらなる近因遠因に。

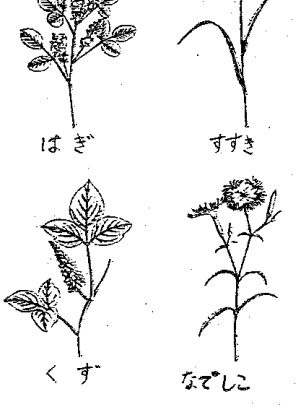
★山行に参加したら、風紀悪いと言う人がいたのでも行きたくない。山行中、山で喫煙している人がいたのにリーダーが黙っていた。山でアルコールをと言う電話が多い。

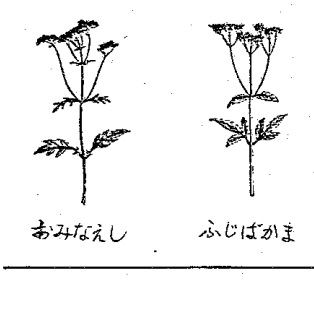
山で草や花を盗っていた。ギンギラギンの飾りやや鼻につく香水の人が居た。その人の常識が思われる。夜の舞踏会ならその方が素晴しいと拍手するが。

淋しさを無視する訳ではないが人目憚からぬ態度の人がいると楽しい山行の思い出が悪くなる等々…。解散して帰路につく迄竹下首相の忍の一字を。それが相愛が永続する秘訣ですよ。

今日は私のコースで上野駅から上野公園、不忍池を経て東ハイ事務所で親睦会、男性4人、女性8人の合計12名でした。このコースは、山本春子さんが良く知っていて都営墓地の長谷川一夫とか、有名人の立派な石碑を見て歩きました。その途路で、参加した文京区の西田庸夫人は御主人と同じ座骨神経痛で歩くのが苦痛で久しくコースにも出なかったが、5月号4頁の下段掲載の整形外科医、原瀬先生の所へ御夫婦で行き、東京からでと言うと「東京ハイキングの方ですか」と先生が言われ「いや先日大阪の人がわざわざ新幹線で来ましたよ」と驚いておられたという話しを聞いて、私も驚いた。往復二～三万円かかるであろうに、余程のお大尽か苦しかったのであろう。そうまでする人は、今迄諸方回っても良くならないので、最後の神頼みと思って藁をもつかむ思いで来たのであろう。良くなってくれればよいがと、私も手を合わせたい気持ちである。それにしても、東ハイ紙の宣伝力はすばらしいものだ。その力の偉大さに先ず驚いた。それ程迄とは思わなかった。どういう経路を経て大阪の人が知ったのであろうか、東ハイ紙は実に偉大な実力を備えて社会に流通し始めて来たのである。作ったのは我々であるが、その産みの親を乗り越えて東ハイ紙は力強く今や一人で歩き出したのである。人間が作ったロボットが、やがて人類に向って銃口を向けて人間は消滅すると言う未来学者の漫談のように、東ハイ紙も一人立ちをして大活躍するかも知れぬ。刷っても刷っても飛ぶように売れる日刊新聞に早変わり、人々が求めてやまない情報提供紙。コースはその一部でよい。西　繁雄

秋の七草





東京ハイキング讃歌

作詞　藤堂定男
作曲　藤田玄播

1. 春は川苔本仁田山
カヤトの尾根のいく曲り
去年の落葉ふみ分けて
カタクリの花を見つけよう
緑の小旗先頭に
さあ行こう山は呼んでいる
東ハイ　東ハイ
東京ハイキング

2. 夏は丹沢蛭が岳
ぼりは少しきついけど
岩場の水のしたたりに
ツルリンドウがゆれている
緑の小旗先頭に
さあ行こう山は呼んでいる
東ハイ　東ハイ
東京ハイキング

3. 秋は三峰雲取へ
ハゼにウルシにナナカマド
紅葉の宿でぐっすりと
明日の天気はうけあいだ
緑の小旗先頭に
さあ行こう山は呼んでいる
東ハイ　東ハイ
東京ハイキング

4. 冬はのんびり笹屋根へ
陽だまりの径をとろとろと
石の仏も眠っている
ホラマンサクも咲いている
緑の小旗先頭に
さあ行こう山は呼んでいる
東ハイ　東ハイ
東京ハイキング

〒116 荒川区西日暮里2－31－5 電話 891－2280
発行所 東京ハイキング協会 振替東京0－63515
毎月1回1日発行
継続購読費 1年間 2,400円
新入会員購読費 平成2年3月迄1,200円 入会金600円

東京ハイキングニュース

平成元年10月1日発行
通巻№ 第192号
創立 昭和48年

会員番号＿＿＿＿

◉駅で＝緑の旗と黄色のタオル、Rマークのバッジが東ハイの目印。全員つけて参加しましょう
◉会員証とハイキング保険証を必ず持参すること。
◉会費の振込、連絡等には必ず会員番号と電話番号を忘れずに記入して下さい。整理上会員番号は氏名同様に大切です。

移転する時は…

郵便番号、会員番号、氏名、電話番号必ずお忘れなく。

★10月1(日)山行62コース、岩殿山～稚児落し 西
〃 〃 三頭山 酒井
〃 2(月) 高尾 高木
〃 〃 生田緑地 桝形山 小成
〃 3(火) 日の出山北稜 萩原
〃 4(水)～6(金) 三国路 苗場支部
〃 5(木) 新人歓迎会 西
〃 6(金) 目黒文化財巡り 佐々木
〃 〃 伊豆ケ岳 高木
〃 7(土) 矢倉岳 天海
〃 〃 小菅 中村
〃 8(日) 田代山 バス 山田良
〃 〃 谷川岳 大久保・本多
〃 〃 9(月)甲斐駒が岳地 坂本
〃 〃～9(月) 立山他バス三木・巽
29(日) 新人歓迎会 西
8(日) 写生会大山街道 福島
〃 弘法山クック山行 萩原
〃 〃～10(祝) 栗駒山バス 柴橋
〃 〃～9(月) 河口湖 萩原
〃 10(祝) 鎌倉アルプス 西
8(日) 真鶴半島一周 小板橋
10(祝) 茅ケ岳バス 石川
〃 清里・美しの森バス奥村
12(木) 見沼通船堀 山田た
13(金) 赤石温泉バス 萩原
14(土) 幕山・城山 西尾
〃 13(金)～15(日) 本仁田・川苔山 西尾
〃 〃 大白森バス三木・巽
〃 〃 鳥海山バス 根本
15(日) 六郷会 柴橋

★10月1(日)岩殿山 富士山を眺めながら稚児落しへ 係＝西
JR新宿駅7時8分、⑦番線に乗車。大月迄千二百六十円 待ち、私の娘と同年近い小沢麗子さんが優しく誘導します。日曜なので、男性も大勢参加して手助けし、又、将来への数少なに女性リーダーへと温く育てて下さるようにお願い申し上げます。標高は低いが好天に恵まれると眺望は満点ですと小沢さん。高尾着7時59分 高尾～大月間は五六〇円 高尾駅6時26分発高尾7時40分着三百十円 大月下車8時44分 少し早起きして京王線使うと三九〇円割安。岩峰で恐い所もあるのでキャラバンを。高度恐怖症の西は下で

★10月1日(日)三頭山 一般向強
JR新宿駅⑤番線7時46分発 一部タクシー利用、文字通り三おくたま1号乗車＝五日市＝タクシーで登山口～鞘ノ峠～三頭山 つある西峰からの展望は雄大で富士が見える様な好天なら最高ですが天気は水もの岩場は無いが急勾配の所あり、サポーター等ご用意を。奥多摩回遊券が便利。
1158M→西原峠→数馬＝バス 係＝酒井与吉
1188M→大沢山→槙寄山
五日市で解散、歩程4時間半 奥多摩の雄峰三頭山ですが時間をつめる為最短コースを取る

★10月2日(月)高尾 家族向 雨天中止
京王線新宿駅8時42分発高尾 コース。帰りは早目、運動にた
山口行きで高尾下車 バスにて だ歩くだけです。都合がつきま
小仏下車 歩行3時間半 運動 したらどうぞ。
と森林浴の保健コース。 都合で係が同行出来ない時は
時間的に参加出来るコースが 中止。(電)624・2576
ないといわれる方々に今回も2 係＝高木弘隆

会員外 参加料三百円

◉山の一人歩きは危険、必ず三人以上で歩きましょう。

◉山行についての問合わせは、担当リーダーに
◉その他の問合わせは、東ハイ事務所に
(電)八九一－二二八〇

15(日) 石割山 依田・太田
16(月)～17(火) 南駒ケ岳
17(水) きのこ採り 小成
〃 〃 戦場ケ原カメラ 西
〃 〃 奥白根他バス埼玉支部 柴橋
〃 〃～19(木) 鬼部峡谷バス 三木
18(水) 唐沢山他 天海
〃 〃 〃

★10月6日(金)10時　目黒文化財巡り駒場コース　係＝天海喜市
京王井の頭線駒場東大前駅→教養学部内農学の碑・玉杯の碑・美術博物館→ケルネル田んぼ→日本民芸館→駒場公園→東京都近代文学博物館→日本近代文学館→旧前田邸和館　駒場コースは江戸時代に鷹狩りの場であった駒場野の歴史を偲び、その後の近代への変化と今の姿を見てみましょう、最近完成した駒場公園入口にあるケンネル田んぼとともに、日本農学の発祥地を物語っている。
問合せ　(電)700・6016
団体行動にて途中帰りの方参加御断り、解散迄　エチケットは守りましょう。昼食持参

★10月6日(金)　鷹落場・矢倉岳　係＝中村一雄
小田急線新宿発小田原行6時1分新松田駅7時18分下車しバスにて7時35分発山北行7時50分着下車。山北→平山→作業小屋→沢の下降地点→木賊林道→矢倉沢バス停。地図25万・山北・関本　雨天中止　サブ＝大森(電)0425・75・0660
健脚向

★10月7日(土)　定例俳句会　係＝小菅知子
指導・風同人＝小菅高雪講師　練馬区立桜台区民館(西武池袋線桜台駅北口下車、徒歩10分)で午後1時～4時30分まで。時間厳守。当季雑詠一句兼題二句持参して下さい。新しく参加される方は、事前に連絡乞う。(電)993・3464

★10月7日(土)8日(日)　田代山—帝釈山　係＝山田良・サブ三井
池袋西口東武デパート前6時30分出発　一般向　雨天決行　一日目　紅葉の燧裏林道など歩き、明日に備えと軽く足馴らしをして湯の花温泉みやま荘に入ります。二日目　朝6時出発。田代山猿岡→小田代湿泉→山上湿泉→田代山→弘法大師堂→帝釈山→弘法池T字路→ロボット小屋→沢の下降地点→木賊林道→赤羽＝会津高原＝高速道　木賊温泉＝会津高原＝高速道＝赤羽　田代山頂付近は木道歩きがつらさ、あたりの紅葉の美しさと、湿泉の美しさにさぞ御満足いただける事と思います。十分体調をととのえてお申込み下さいますように。
費用一万七千円(電)997・6143
申込後　左記お振込み下さい。
東京3＝14542　山田良子

★10月7日(土)8日(日)　谷川岳—谷川温泉　係＝大久保・本多
7日JR上野駅発22時45分土合駅下車→西黒尾根→谷川岳→天神尾根→谷川温泉→水上駅＝上野駅　私のコースに初参加者は必ず申し込の事。健脚向(電)0482・53・9640
本多まで、夜8時すぎ。

★10月7日(土)　甲斐駒が岳と仙丈岳　係＝坂本
甲斐駒の表登山道である黒戸尾根を登り、北沢峠を経て仙丈岳をピストンします。黒戸尾根の5合目小屋と北沢長衛荘(泊)。帰路は広河原から甲府への予定。秋の信仰の山を満喫したいものです。健脚向き。締切は10月2日。詳細はお問い合わせ下さい。(電)392・4377(午前中と夜9時前後)

★10月7日(土)～10日(祝)　五色ケ原・立山他　係＝三木・巽
定員22名　関越道＝長岡＝北陸道＝立山インター＝立山駅＝ケーブル＝美女平＝室堂→立山みくりが池温泉二泊→室堂乗越大日岳→みくりが池温泉。二日目→雷鳥平→別山乗越→別山→富士の折立→雄山→一ノ越→みくりが池温泉　三日目→浄土山→竜王岳→ザラ峠→五色ケ原→一ノ越→室堂＝立山駅＝北陸道＝赤羽22時着　歩程一日目5時間、二日目7時間、三日目9時間、ヤヤ健脚向
この頃の北アルプス立山連峰は新雪と紅葉の素晴しい風景を眺む事が出来ます。費用二万七千円位(電)・4567

◉自分の体力、歩行力を考えて無理のないコースに参加する事

新人歓迎会　西

10月29日(日)(5日(木)参照)
日暮里中央町会会館に12時頃から3時迄持参の弁当ビール等で食事親睦を深める語らい唄や芸能も。老齢の為、東京を去る予定で皆さんとも楽しく同行出来なくなるかも知れませんが、末永く継続を会場費頭割で200円位。

★10月8日(日)　写生会大山街道＝古宿場の面影小野路　係＝福島
集合小田急線鶴川駅前⑤番バス乗場　9時　新宿から急行で新百合ケ丘で名駅に乗換え鶴川下車約40分位です。三多摩の代表的な宿場町で大山詣りの人々が行き交うこの通りには、何軒もの旅篭があったという。今でもその当時の面影は残っていて緑におおわれた山道明るく広々とした畠、古民家等描く場所あり。現地では弁当は買えない。初参加の方は、(電)956・0766売店まったくなし弁当忘れぬ事。福島に電話乞う。雨天中止

★10月8日(日)　弘法山クック山行、入湯会　係＝萩原　保
小田急新宿8時31分発　必ず前3両目　係向ケ丘遊乗車、秦野「はだの」下車。ヨーカ堂で食材一括購入＝全員頭割。新会員や初参加者歓迎。鍋、フライパンガス持参の方、大歓迎。缶ビール持参可、歩程3時間未満の軽ハイク3点　名水「弘法清水」、名産落花生の老舗「豆峯商店」にも立寄る予定。弘法山への途中、権現山への登路は新しく付け替えた林間の小径で、木材を縦に、ピッシリ組め込んだ風雅な緩段、四阿風流な水洗トイレも綺麗鶴巻温泉会館で浴後懇親会も。小雨決行、普通乗車券が可。係とサブは、黄タオルを首に巻いています。靴はキャラバン以上　サブ＝川村

★10月8日(日)9日(月)　河口湖で富士山撮影ハイク　柴橋利夫
新宿駅西口中央高速バスターミナルに集合　朝8時15分発高速バス　キップは河口湖まで片道一五二〇円、京王帝都予約センター(03)・5376・2222)でお求め下さい。電話での予約も出来ます。宿は北浜荘でこの泉会館で浴後懇親会も。小雨決行、普通乗車券が可。係とサブは、黄タオルを首に巻いています。靴はキャラバン以上　サブ＝川村
宿の二階からも写真を撮ることも出来ます。(電)0555・76
7736)15名位を予定しておりますのでお早目に申し込み下さい。又来年二月にも予定しております。
(電)735・5275柴橋

★10月8日(日)～10日(祝)　栗駒山バス観光　厳美渓＝中尊寺＝池袋
8日23時池袋西口東武デパート入口前出発＝一ノ関＝須川高原温泉＝栗駒山＝湯浜温泉(泊)　歩程約5時間　一般向　10日(火)　費用一万六千円を振替東京7＝2548 91川上富之助に振込んで下さい。協力＝藤井敏夫

★10月8日(日)～10日(祝)　円海山・鎌倉アルプス　係＝西　繁雄
東京駅地上⑤⑥番線の神田寄り8時25分頃下車、六八〇円。駅9時25分頃発に乗車　洋光台円海山→鎌倉天園→鎌倉アルプス→建長寺裏山→来迎寺→八幡宮→北鎌倉等、少し険しい山道もありキャラバン等に忘れぬ履物の事。矢部一徳先生の歴史漫談を楽しく笑い合い乍ら歩きます。◇明治38年生れ84才の御高齢にもかゝわらず、東ハイ創立当時より17年の永きにわたり、雨の日も雪の日も一度も休みなく、鎌倉案内をボランテアでお引き受け下さいました矢部先生に改めて感謝の気持ちを新たにするばかりです。厚く厚く御礼申し上げます。11月12日に続きます。

★10月10日(祝)　真鶴半島一周　係＝小板橋辰悟
小田急線新宿駅7時21分発急行前方乗車、小田原乗換えJRにて真鶴駅→三ツ石→ジャングル→駅　歩程3時間30分　遠くに初島を眺め海の風を浴びながら昼食時間をゆっくりとります。　サブ＝大畑

◉山行報告　6月分参加者

1～2　尾瀬水芭蕉　西　44名
1(木)　仙元山　山田た　58名
2(金)　小仏峠　高木　32名
3(土)　鷹の巣山　萩原　17名
3～4　安達太良山　山田良　27名
4(日)　越上山　天海　38名
〃　〃　三溪園　福島　12名
〃　〃　天覚山　酒井　54名
4(日)　稚子落し　和田　47名
5(月)　日光白根山　小成　7名
〃　大持山　川上　27名
〃　金比羅尾根　埼玉支部　23名
6(火)　赤城南面　奥村　58名
7(水)　高尾山　佐々木　23名
〃
7～8　新潟豪農巡り　西　18名
8(木)　多摩御陵　柴橋　17名
〃　高尾山　立花　57名
〃　北山葛蒲園　山田た　57名
11(日)　法師猿ガ京　酒井　45名
〃　高原山　依田・太田　24名
12(月)　水元公園　江森　47名
13(火)(月)　皇居の菖蒲　市橋　49名
18(日)　大佐倉　天海　51名
〃　阿弥陀岳　山田良　27名
〃　鎌倉　柴橋　16名
20(火)　甘利山　西　24名
21(水)　縞枯山　奥村　91名
〃　石裂山　江森　46名
22(木)　六国見山　吉田　41名
24(土)　湯坂道　西　23名
25(日)　浜離宮　柴橋　37名
26(月)　秩父札所　西　23名
〃　滝子山　中村　10名
〃　中止コース　大岳　秩父御岳山　蓬峠
合計　34コース　1108名
平均　1コース　32名
男性　29%　女性　71%

◉寄付金

西　繁雄
星野恭子　石川賢男
坂上秀子　井口賢　浜田石雄
山本宮子　木下幸三　巻幡茂子
高橋和子　黒川トキ
小林克之　長浜弥生　田中上三
小栗弘子　小川政子　板橋照子
大塚晴子　堀ムツ　神田菊枝
鈴木芳子　高橋住江　高橋正江
伴　昌子　中島政子　菅原祥子
宰田展弘　河野礼子　吉田須美
岡本よし子　加藤正義　辻　成欣
里見美智子　市川まち子
小計　参万七千六百二十円
累計　八万二千七百七十円

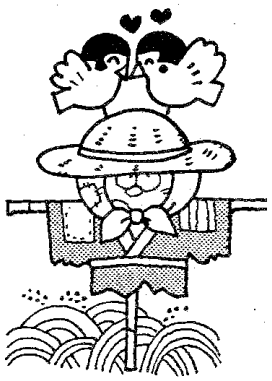
登山・ハイキング用品なら
豊富な品揃えと気軽に相談できる
東京ハイキング協会・指定店
KAMOSHIKA カモシカスポーツ
カモシカ スポーツ
●下記に移転、売場も広くなりました。
〒160 新宿区高田馬場3－3－3
三優ビル地下(富士銀行地下)
☎03(371)4333(代表)
登山用品店
営業時間
平日 10:30～20:00
休日 10:30～19:00
高田馬場駅
Kts スキー・テニス用品店

自然と語ろう!!
創業35周年の池袋秀山荘には、自然と語るためのアイテムでいっぱい！
また、登山・キャンプに関してベテランスタッフの心強いアドバイスでもう自然は友達!!
〈東京ハイキングクラブ員には会員割り引きあり〉
池袋秀山荘が贈るプロショップカードの決定版！
登山・キャンプに必携の一枚
ZONEカード会員募集中！
6大特典付
(入会金無料)
※詳細は店頭又はお電話で！
池袋 秀山荘
池袋東口(駅前公園通り)
☎03-984-4211
〒170 東京都豊島区東池袋1-43-6(大駐車場完備)
池袋東口(駅前公園通り)
★駅から3分
AM10:00～PM6:00
年中無休

〒116 荒川区西日暮里2－31－5 電話 891－2280
発行所 東京ハイキング協会 振替東京0－63515
毎月1回1日発行
講読費 平成2年3月迄 1,200円 入会金 600円

®東京ハイキングコース

平成元年10月1日発行
通巻№ 第192号
創立 昭和48年
会員番号 ＿＿＿＿＿＿



★10月10日(祝) 茅ケ岳 やや健脚向き
マイクロバス山行 新宿駅西口安田生命ビル前に集合 出発6時40分 新宿駅＝韮崎＝大明神登山口→女岩→茅ケ岳→金ケ岳→東大宇宙研究所＝韮崎＝新宿駅 費用約四千五百円 郵便振替 東京5＝40201 7 係＝石川よしお 申込み後石川賢男の口座宛に振込んで下さい。(電)913・5574

★10月11日(水) 清里・天女山～美しの森～清里高原 係＝奥村 雨天決行
新宿駅西口安田生命横 7時集合 7時5分出発＝中央道＝八ケ岳横断道＝天女山入口下車→天女山→八ケ岳牧場→美しの森→北澤美術館又は聖泉寮バス乗車＝新宿駅20時頃着予定。 費用約千円。夏休みは若者の街の為、秋に訪ねソフトクリームを食べたくて。詳細は(電)634・2284 奥村政幸(弟)まで。サブ＝奥村政幸 健脚コース希望の方は、下見時ご一緒下さい。特急、タクシー利用、歩程5時間以上～8時間位まで。山中は多少走ります。

★10月12日(木)見沼通船堀 雨天中止
埼京線新宿駅9時23分急行前方乗車池袋9時28分赤羽9時37分大宮着9時50分東口出口バス⑦番10時19分発乗車根木輪下車常泉寺→染谷菖蒲園→さぎ山公園→五斗蒔橋→鷲神社→総持院 係＝山田たい 通船堀は昔物資を江戸に運んだ用水路です。植木もたくさん見られ目を楽しませてくれます。運動靴 歩程3時間半

★10月12日(木)13日(金) 甲府盆地の櫛形山の秘湯＝赤石温泉一泊 係＝西繁雄
入浴2食付き宿泊代税込七〇五一円(電)0556・22・5188 至急満員になるように会員外の人にもPR乞(旅のスポット参照)
JR新宿西口、安田生命ビルの大通りから武藤バスにて出発人数にも依るがバス代五千500円。

★10月14日(土) 春山・城山 歩程4時間
小田急新宿7時11分発前3両目(係向丘遊園)乗車。小田原からJR乗換え湯河原下車。バス又はタクシーで。湯河原着は9時10分前後の見込み。春山から下り城山に登り返し下り坂の途中の「花びし荘」で一浴予定。このコースは歩程の割に足ごたえあり、足場の悪い所もあるのでご注意を。城山の手前の上り坂に史蹟とどの窟あり。50㌘ 雨止6時晴行 サブ＝川村 係＝萩原 保

★10月14日(土) 本仁田・川苔山 健脚向 雨中止
本仁田山から鋸尾根を通って川苔山に登ります。青梅線立川駅7時44分発奥多摩行先頭車両乗車奥多摩駅下車 係＝西尾 健

★10月14日(土)15日(日) 鳥海山 前夜発一泊二日
池袋＝谷原インター＝新潟インター＝酒田＝象潟＝鉾立→鳥の海→千蛇谷→鳥海山→七高山→分岐→鉾立＝金浦温泉(泊)＝奈曽の向滝＝酒田＝新潟＝池袋 詳細は申し込み時に(電)930・3360 係＝根本 根本壮一郎 サブ＝上田

★10月13日(金)23時～15日(日) 大白森山・三本槍ケ岳他 係＝三木・巽
東北自動車道＝白河インター＝湯本＝二俣→小白森→大白森→甲子峠→甲子温泉(泊)。2日目甲子山→沼ノ峰→三本槍→朝日岳→北温泉＝那須インター赤羽着 21時予定。バスに付き定員25名。歩程第一日6時間二日目7時間 那須連山の北の大白森山は樹林と展望、尾根の楽しい山旅です。この頃の甲子温泉付近の紅葉は一番見頃です。(電)631・4567

★10月15日(日) 西立川昭和記念公園花と緑 六郷会 係＝柴橋
新宿駅中央線⑧ホーム前方へ8時30分までに集合。西立川駅下車、駅より徒歩5分位のこの記念公園は花と緑がいっぱいの広い所です。一日ゆっくりと楽しみましょう。尚、お弁当は各自ご持参下さい。多くの方のご参加をお待ちしてます。

★10月15日(日) 石割山 一般向
新宿バスセンター(西口)＝山中湖＝平野→鳥居→石割山→大平山→ホテルマウント富士入口→山中湖＝新宿 秋の日の一日紅葉の山道を歩きましょう。 バスは中央高速バスで予約制です。申込み(電)896・1106 依田迄(夜6時以降) 新宿発8時平野行乗車 交通費三千六百二十円 係＝依田・太田

★10月16日(月)17日(火) 南駒ケ岳
天候により変更あり、テント 山行 (電)357・9354 係＝小成和朗 小成

◉山の一人歩きで事故に遇うと連絡がとれません。
必ず三人以上で歩きましょう。

★10月17日(火)18日(水) 奥白根
池袋駅西口(東武デパート寄り)公園前。マイクロバス7時出発。関越自動車道＝渋川IC＝子持神社→稜線→大黒岩→子持山(1296M)→小峠＝高山旅館(泊)＝翌朝宿＝菅沼→弥陀ケ池→白根山頂(2578M)→避難小屋→五色沼→菅沼＝宿＝裕後、池袋着予定20時頃。歩程1日目5時間 2日目7時間 健脚向 雨天決行 係＝浜田・横森 保険加入者に限る。上州一等三角点子持山の頂からの展望は上越・上信の国境山脈が連なるすばらしさは、まさに絶賛。ご期待乞!! 翌日の白根山頂からの五色沼、弥陀ケ池の眺め、ダケカンバなどの黄葉に彩られた青い湖面は印象的!! 費用約一万三千五百円。申込後、予約金五千円郵便振替東京7＝3398浜田石雄(電)048・874・3988

★10月17日(火)18日(水) 紅葉の林の中でできのこ採り夕食を 係＝西
タクシーで長兵衛山荘(電)0556・3！33－4641宿泊四千五百円衣類一枚多く紅葉の中で茸探し夕食を楽しむ。

★10月17日(火)18日(水) 夜行バス日光戦場ケ原 カメラ係＝柴橋
集合は17日JR上野駅公園口23時。23時30分に出発。日光いろは坂＝赤沼＝戦場ケ原＝酒田＝新潟＝池袋 詳細は申し込み時に 根本壮一郎 サブ＝上田 お湯はバスの方で用意してあります。朝食後小田代ケ原→西の湖→中禅寺湖と廻ります。時間はゆっくり取ってありますので多くの方の参加をお待ちします。参加の方は早目に葉書にて申し込み下さい。参加費三千五百円は郵便振替東京7＝3398柴橋利夫まで送金下さい。

★10月17日京王線新宿駅②番線11時8分発中程に乗車。高尾下車310円。JR高尾駅発12時19分乗車。13時35分塩山駅下車千六〇円。

★10月17日(火)～19日(木) 黒部峡谷下の廊下阿曽原温泉 係＝三木
イクロバス＝中央道＝松本＝信濃大町＝扇沢＝黒部ダム→くろよんダム山荘(泊)→黒部ダム→内蔵助谷出合→白竜峡→十字峡→阿曽原温泉(泊)→水平道→欅平駅＝宇奈月温泉＝北陸道＝関越道＝新宿22時着 歩程1日目1時間。 2日目10時間 3日目5時間。日本で最大の峡谷、黒部の谷は紅葉の世界です。定員12名 健脚向 費用二万八千円(電)631・4567 三木

★10月18日(水) 唐沢山＝鶴舞リンゴ園(リンゴ狩り) 係＝天海
東武線浅草駅 8時3分発準急伊勢崎行 ホーム中程 館林駅発 葛生行のりかえ田沼駅下車→唐沢山ハイキングコース→唐沢山→鶴舞リンゴ園→佐野駅＝東武浅草駅 雨天中止
城跡の面影と四季折おりの風趣が美しい。唐沢山 標高240M 県立自然公園の中にあり、春は桜、ツツジ、夏は納涼、秋はマツタケ、紅葉狩り、冬は雪景色と自然が楽しめる。鶴舞リンゴ園は結婚式場もあります。 時間があれば厄除で有名な元山大師にお参りします。多少コース変更する場合あり、ハイキング仕度にて参加して下さい。 問合せ (電)700・6016

◉お願い 西会長にいつまでもお元気で長生きして頂くために、山行の問合せ以外の電話は東ハイ事務所へ。一日中電話鳴り通しで応答に追われ、仕事に支障をきたし睡眠不足で健康を害します。

★10月19日(木) 幹事を囲む集い＝幹事以外の人も 係＝西
JR日暮里駅南口へ出て直進し、信号を渡り住友銀行を左へ曲がり、一つ目の横丁を左へ曲がり角から二軒目。日暮里中央町会会館二階 午後6時～10時 7時開始

旅のスポット

◆一軒屋の秘湯に秋のロマンのせいらぎに戯れようと孫を連れて出発した。甲府駅で身延線に乗りかえ鰍沢口＝かじかざわぐち駅下車。バスは一日二本位しかないので、待っている人は暮れるので、少し高いが三二〇〇円払ってタクシーに。平林と云う山のせいらぎの音のする一軒宿に着く。こゝあたり一時間以上も走って7月中旬櫛形山へあやめ見物に行った時、この温泉を知り、紅葉の見頃を狙っての旅である。此の山中に武田信玄が金礦を掘り大勢の人夫が働いた。そして発見した泉を温め入浴すると、体が非常に温まり湯冷めがしない。冷症、胃腸等に特効があり有名になって今日に至った。750Mの高地で夏も暑さ知らず、近くには妙蓮の滝、車で60分、下部温泉、本栖湖、精進湖等を経て中央高速で新宿へ。バス貸切一泊なら充分楽しめる。PTA等で20人集れば小型バスで秘湯の味を楽しめる。

◆林の茸よ今日は秋になれば思い出す。一雨毎に茸はニョキニョキ顔を出す。秋の味覚の王様は茸に尽きる。茸を探しに密林の中に分け入る。有った！有ったわよ！思わず挙がる歓声！長兵衛山荘のおやじさん振り向いて、あ駄目だよ、それは食べられない毒きのこだよ、に残念そうにポイ。でも随分採った。集った。選別して毒茸を捨てたけど、食べても食べても食べ切れない夕食は茸汁。帝国ホテルで何万円出してもこれだけお腹苦しくなる程は食べられないとお腹をさすってうなっている。◆夜が明けて表へ出たシャツ一枚では震える程外は寒い。宿の御主人が、はるか彼方の山を指して言った。昨夜日航機があの辺に落ちたと警察から電話来た。何か光ったものを見なかったが、何か音がしたかと協力を呼びかけて来たと言うその真剣な表情を今も忘れられない。世界でも余りない最大の人命を一瞬にして失ったその時の音や光りにして気付かず若しかしたら見えたかも知れぬ近い山で茸の夢を見て私は眠っていた。(電)864・0693 西

東ハイ事務所 電話03八九一－二二八〇番 〒116 荒川区西日暮里2－31－5

★10月20日(金)　大菩薩嶺～丸川峠　係＝坂本
以前、この時期にアケビをとって食べた想い出がありますが、秋の大菩薩はなかなか味わい深いものがあります。富士見新道から嶺へ登り丸川峠へ。今回は丸川峠をメインにして、ゆっくりと草原の中で休む予定です。　雨天中止　締切は10月18日まで。申し込みみは(電)392・4377（午前中か夜9時前後）に願います。※人数によってタクシーでどこまで入るか決めたいと思います。一般向き。

★10月21日(土)　明神ケ岳ー湯本
小田急新宿6時41分発急行。新松田からバス又はタクシー。道了尊→明神→明星→塔の峯→阿弥陀寺。　歩程6時間　健脚　係＝萩原
湯本一浴の為コースタイム短縮し14時頃に湯本着予定の10点超。下り坂苦手な方ご遠慮を。5時雨中止。

★10月21日(土)22日(日)　本沢温泉ー硫黄岳
西武線池袋駅ホーム前方8時30分集合　秩父駅乗換え秩父鉄道にて三峰口駅下車→秩父郡荒川村阿弥陀寺参拝。
10月の本尊仏「阿弥陀如来」サンスクリット語の「アミタ

★10月22日(日)　10月の十三仏
横出発。バス新宿＝稲子湯→ミドリ池→本沢温泉(泊)→美濃戸口＝硫黄岳→赤岳鉱泉→夏沢峠→新宿　のんびりとといで湯につかり、夏山の疲れを洗い流しましょう。ダケカンバの紅葉とすばらしい展望を楽しみ、下りは赤岳鉱泉で汗を流して帰りましょう。みどり池を経て3時間弱で本沢温泉です。爆列火口が荒々しく迫る硫黄岳の直下に60度の湯が涌き、ランプのある有名な温泉です。翌日は主脈稜線にとびだし、硫黄岳から久し振りに赤岳鉱泉へ、大同心峰をあとに北沢経由美濃戸です。費用一万六千円　(電)997・6143確認後郵便振込　東京3＝1454雨天決行　保険加入者に限る。サブ＝三井

★10月22日(日)　いなご捕りをして見ませんか　係＝天海喜市
東武線越ケ谷駅前7時30分集合。(注)浅草発の方は7時3分発準急伊勢崎行が便利。持参物は、布袋昼食敷物　多勢ですと田園が荒れるので農家の方に申訳ないので、15名位で締切らせて下さい。申込みハガキに住所、氏名、電話番号、会員番号を記入して左記の住所にお願い
〒158世田谷区瀬田4の3の11
天海喜市　(電)700・6016番
晴天の時より曇りか小雨位が多く捕れます。昨年は曇りにてたくさん捕れて皆さん大変喜びました。　大雨中止

★10月22日(日)　梅沢正造
ヤス」の漢訳で「無量の仏」という意。紀元前466年頃、国王の位を捨てて出家修行し「法蔵菩薩」となり「四十八の誓願」を完成して「西方浄土」を建立して「阿弥陀如来」となられた。

★10月22日(日)　西沢溪谷
JR新宿駅⑦7時8分発塩山駅下車＝タクシーで西沢溪谷の不動小屋前下車。滝を眺めながら登る爽涼コース。道が濡れていたり、斜面、丸木橋等で辛らぬキャラバン以上の靴で参加。昼食時間ゆっくり出来る方歓迎　歩程四時間　サブ＝大畑　係＝小板橋辰悟

★10月22日(日)　一般向
JR新宿駅⑦番線7時8分発＝塩山＝タクシー上日川峠→大菩薩峠190M→賽の河原→雷岩⇅大菩薩嶺205M→唐松尾根→長兵衛山荘＝タクシー塩山JR線　交通費約五千円

★10月22日(日)　大菩薩峠　一般向(中)
JR新宿駅⑦番線7時8分発＝塩山＝タクシー上日川峠→大菩薩峠190M→賽の河原→雷岩⇅大菩薩嶺205M→唐松尾根→長兵衛山荘＝タクシー塩山JR線　交通費約五千円　この山　種々沢山のコースがありますが今回は中心のサワリの部分のコースです。秋空にカラ松がホンノリ色づいて美しいのではないでしょうか。　係＝酒井与吉

★10月22日(日)　ヨソ木山　一般向
京王線新宿駅8時発特急高尾山口行最後部＝高尾駅丸の内南口改札前5分発大月行にて梁川駅下車→鳥沢方面へ→303M水準点より北へ尾根を登る→ヨソ木山538M—北ヶ峰→233M水準点→四方津駅　歩程4時間　地図上野原　係＝和田・渡辺(辰)

★10月22日(日)　屏風岩山　一般向
小田急新宿駅7時11分発急行小田原行前方乗車＝新松田駅下車＝バスかタクシーで和田→大滝峠登山口→一軒屋避難小屋→大滝峠→屏風岩山→二本杉峠→細川橋＝バスで新松田駅　歩程4時間30分(電)930・3360　雨天中止　係＝根本壮一郎　根本

★10月22日(日)　鹿倉山　一般向強
JR新宿駅⑦番線7時8分発甲府行中程乗車＝立川のりかえ青梅線7時53分発＝奥多摩駅9時4分着下車。バス丹波行9時10分発乗車＝役場前下車。→大丹波峠→鹿倉山△1288M→大寺山→深山橋バス停。歩程約5時間。雨天中止。奥多摩自由券が割安。(電)956・1017　係＝川上富之助

★10月23日(月)～26日(木)　夜行バス
新宿駅西口安田生命ビル横、23時集合、時間厳守23時30分出発、仙台青葉城6時着朝食、こけし弁当。8時出発。好天の時は蔵王＝山寺＝リンゴ狩り＝ホテル(泊)　25日8時出発＝赤倉温泉＝鳴子峡＝鳴子温泉＝鳴子町天童市見物＝尾花沢市＝赤倉温泉＝鳴子温泉＝鳴子町見物＝こけしの里で買物。26日8時30分出発＝鬼首次上見物＝古川市昼食。12時30分出発、途中4ケ所休みます。新宿着19時予定。あと15名、満員にて次第締切らせて頂きます。早目に葉書に電話番号記入し申込むこと。申し込んでから費用三万一千円を、太陽神戸銀行六郷支店普通預金△3217023柴橋利夫、又は現金書留144大田区西六郷4の20の12古屋敷方柴橋までお送り下さい。　係＝柴橋

★10月24日(火)　秩父札所結願の㉞番札所
西武池袋駅⑤番線中央辺り。8時54分発乗車＝西武秩父駅10時39分下車。六百四〇円。秩父鉄道皆野駅下車バスで札所前下車参拝、歩くのが忙しく話し合う機会も無いので今日は歩かずバスを利用して、今後の方針や人生に対してゆっくり雑談を楽しみたいのです。日沢山水潜寺　係＝西山形・鳴子
すぐ八月の秩父コースで申し上げた大変老化甚だしく、印刷業もやめて東京を去る予定なので塩味千代子・杉山慶一・富田さつ・河本重信・本間よね子さんの方に委ねて頂き輪番制で誰かが案内役を決め、誰かがリーダーを担当して頂き西が出席出来る時は係＝西にと一決。

★10月24日(火)　登山教室　(初心者向)
会場　日暮里中央町会会館2F　係＝和田真宏
会場に入って下さい。今回は最後の1時間程質問形式にしました。
1. 東ハイ全体のこと
2. リーダーに対しての希望
3. 山に関して解らないことなんでも結構です。紙に書いて受付けに出して下さい。場合によっては無記名可
問合せ(電)411・0754

★10月24日(火)　鬼山・菊花山
JR新宿6時22分高尾7時11分乗換え高尾発7時46分河口湖行直通で富士急行線田野倉駅8時39分下車。田野倉→△637→九鬼山→札金峠→馬立山→菊花山→大月＝新宿　地図2.5万　サブ＝大森　係＝中村一雄

★10月25日(水)　塩原紅葉狩り
集合　のんびりバス山行　雨天決行
のんびりバス山行は、美容と健康維持を目的としたバスハイキングです。歩調は一般程度の歩行にて行いますので、一般弱者以下の方には向きません。詳しくは(電)634・2284奥村まで連絡を。詳細郵送致します。　新湯富士山～須巻富士　係＝奥村
歩程4時間。交通費四千円　紅葉と言えば「塩原」と答える程有名な紅葉の名所。富士の山　雨天決行
山　雨天決行
山　雨天決行

〒116 荒川区西日暮里2－31－5 電話 891－2280
発行所 東京ハイキング協会 振替東京0－63515
毎月1回1日発行

東京ハイキングニュース

平成元年10月1日発行
通巻№ 第192号
創立 昭和48年

継続購読費 1年間 2,400円
新入会員購読費 平安2年3月迄 1,200円 入会金 600円

会員番号

◉編集部からお願い

皆様からの投稿をお待ちしています。縦十四字十行の原稿で、三／四枚（余り長いと掲載しにくい）の文章、詩、イラスト等お寄せ下さい。

★10月26日(木)～29日(日) 大台が原・大杉谷 湘南支部 篠藤
大台ガ原は神武天皇の東征に始まって空海、最澄、義経と登場人物も華やかです。又多雨でも有名で雨でも降れば大杉谷は嫌なところ、で健脚向とします。大杉谷は全国屈指の大渓谷、原生林の中を9キロにわたって連続する滝と渕、そして大岩壁は圧巻です。紅葉も見頃との事、晴天を期待して日本の秋を満喫しましょう。費用三万六千円
(電)0466・22・9440
予約金二万円 郵便振替 横浜1－60582 篠藤一子

★10月26日(木) JR藤沢駅改札口21時集合発 小田急線本厚木駅南口大和銀行前22時 夜行マイクロバス使用 東名道＝東名阪道＝吉野＝大台が原駐車場 27日(金) 正木ケ原→牛石ケ原→大蛇嵓等東大台コースをひと巡り、約3時間 大台荘(泊)(電)0744・42・4351 28日(土) 日出が岳→堂倉の滝→桃の木山の家(泊)(電)0597・3・2・2052 歩程5時間 29日 千寿滝→宮川第三発電所 歩程約4時間 近畿の屋根といわれる

★10月27日(金) シーサイドハイク 雨天中止 係＝吉田 照
京急品川駅発特急三崎口行7時42分、前2～3両目乗車。荒崎→長浜→三戸浜→油壺＝三崎口 三崎口よりバスで荒崎へ。荒崎すべらない靴で、実働4時間位。(電)0468・71・8433

★10月28日(土) 披露山公園・一色海岸公園 森戸神社→観光船→浪子不動→披露山公園→新逗子駅解散。
京浜急行横浜駅 8持6分発 三崎口行乗車 金沢八景駅にて新逗子行乗換え 終点下車 駅前集合 (泊)品川発の方は7時30分頃発の三崎口行に乗車して下さい。集合地は新逗子駅前バス 芦名行乗車＝葉山公園入口下車 玉蔵院→葉山御用邸→森戸神社（源頼朝嘆賞の千貫の松がある）浪子不動 不如帰の碑、名作 不如帰「悲恋の地」 披露山 富士を背に江の島が美しい。運動靴不可 解散迄 問い合せ (電)700・6016 昼食持参 雨天中止

★10月28日(土) 菱ケ岳と金城山
大倉＝五十沢(いさわ)温泉＝関越道＝新宿着20時頃 一般向 歩程第一日3時間、第二日6時間、バス位 (電)631・4567 係＝三木・巽

★10月28日午前7時新宿西口朝日生命ビル前出発＝関越道六日町インター＝十日町＝津南＝菱ケ岳登山口→山頂→登山口→松之山温泉(泊)＝十日町＝六日町＝金城山登山口→尾根八合目→山頂→十日町＝金城山 係＝岩崎一郎

★10月29日(日) 秩父十三仏 雨天中止
西武線池袋駅⑦番線7時54分発西武秩父行快速急行後方2両目に乗車 所沢駅8時19分 西武秩父駅9時30分着下車 駅前より10時2分発小鹿野車庫行に乗車 小鹿野町下車。徒歩→十輪寺→雲竜寺→文殊菩薩→阿弥陀寺→三峰口駅 係＝小板橋辰悟

★10月29日(日) 御岳山から鳩の巣へ
JR新宿駅8時20分発前方乗車 御岳駅下車バス＝ケ！ブル＝山頂へ→分岐→鳩の巣→溪谷遊歩道→馬峠→鳩の巣。奥多摩秋川自由乗車券が得。ケーブルも割引き有り。昼食時間ゆっくり出来る方歓迎。 サブ＝大畑

★10月29日(日) 赤城山 一般向
マイクロバス山行日帰り。池袋駅西口東武デパート入口前に集合。出発6時40分 池袋＝地蔵岳→荒山高原→鍋割山→赤城山 係＝石川よしお

★10月30日(月) 場所未定
問合せ (電)357・9354へ 係＝小成和朗

予告

スキー 係＝山田良子

★12月9日(土)10日(日) 奥志賀
★2月18日(日)19日(月) 蔵王両夜行ツアーバス
申込み何れも10月中旬迄
★1月27日(土)～29日(月) 湯沢スキー合宿新幹線利用
新年山行
★12月31日～元旦 那須茶臼岳三斗小屋温泉
冬季の装備、アイゼン六本爪ロングスパッツ。あればピッケル等持参。天候不良の場合、北八ッに変更あり。ニュウ高見石小屋で祝賀

★1月7日(土)～8日(日) 御岳宿坊泊り 大岳山→奥多摩湖まで

◉お詫び
8月9月号については大変ご迷惑をお掛けいたしました。

★来年2月25日頃7日間タイ北部、成田空港＝バンコク一泊＝チエンマイ四泊＝バンコク空港夜発＝成田空港朝着 係＝柴橋

★4月頃韓国4泊5日 成田空港＝釜山空港＝バス歴史巡り釜山＝慶州＝安東＝江陵＝雪岳山＝ソウル市内見物＝ソウル空港＝成田空港 費用は現在検討中です。

海外旅行ご案内
費用十五万～十六万位。10月25日まで申込。葉書にパスポートの有無、電話番号を書く。16名で満員になり次第締切ります。

★6月初旬3泊4日 沖縄
石垣島＝西表島＝宮古島（現在検討中です）パスポート不要 渡辺辰七

◉峠で軍馬を送る
昭和12・13年頃です。日支事変の真最中で若い者の山歩きなど変な目で見られた時代です。
私は一人で南秋川から笹尾根を越して上野原へ出るハイクに行き、浅間峠越えか、日原峠越えだったか、はっきりしません。尾根の北斜面の伐採跡には、マダラに雪がありましたから早春の頃でしょう。峠に近い陽当りでぬくんでいた時です。私の来た径と同じ方から三頭の馬が、新しいハッピを着た飼主らしい人達と登って来ました。馬達もご丁寧に着飾って新しいお守を下げています。お尻の上に大きな蛍判の跡がありました。
私は直感しました。赤紙です。軍馬徴用です。すでに息子さん達は戦地に、今また大事な働き手の馬達も。私は挨拶するのも気がひけました。「御苦労様」とたゞ一言だけ小声で言って一行の後から峠に上り着き昼食にしました。馬達はそのまゝ上野原方面へ降りて行き、すぐ見えなくなりました。甲府の連隊へでも行くのでしょう。私はそこでも何も言わず、ただ黙って見送りました。これまでにも何度か馬の出征風景に出会いましたが、この日のことが一番強く印象に残っています。「峠」という場所柄でしょうか。

◉これからの季節は日没が早いので、必ず懐中電灯、防寒着を持参しましょう。

◉幹事会出席者
89年1月 (池袋) 25名
西会長 石川 中村(清)
浜田 篠藤 鈴木(正)
佐々木 萩原 江森 川上
天海 斉藤(三) 清川

2月 (大塚) 17名
西会長 中村(清) 浜田
萩原 栗山 河村 川上
津吉 江森 桜井(栄)

3月 (池袋) 19名
中村(清) 柴橋 天海
萩原 河村 江森 酒井
渡辺(辰) 山田良

4月 (大塚) 31名
石川 中村(清) 萩原
浅間 高松 川上 天海
原 桜井(栄) 柴橋
和田 本多 西尾 津吉
山田(た) 渡辺(辰)

5月 (池袋) 23名
西会長 中村(清) 天海
秋山 江森 河村 川上
清川 木村(広) 柴橋
篠藤 寺沢 根本 栗山

6月 (大塚) 27名
西会長 石川 中村(清)
天海 秋山 網野 市橋
今井 家田 江森 河村
川上 金子 清川 栗山

7月 (池袋) 31名
西会長 石川 中村(清)
萩原 原 柴橋 秋山
渡辺(辰) 河村 天海
和田 川上 上田 浅間
渡辺(敏) 山崎 大畑

8月 (日暮里会館) 16名
西会長 中村(清) 萩原
河村 渡辺(辰) 天海
原 川上 斉藤(清)

河村 和田 秋山 網野
上田 原 山田(た)
渡辺(辰) 栗山 酒井
根本 市橋

網野 秋山 市橋 山崎
下田 今井 名武

斉藤(三) 三井 秋山
太田 和田 川上
浜田 原 清川
山田(た)

斉藤(三) 秋山 浜田
石坂 網野 今井 三井
山田(良) 栗山 市橋
清川 家田 高田 関根
河村

浜田 萩原 林(東) 原
深沢 三井 山田(良)
渡辺(辰) 山崎

木村(広) 酒井 佐々木
斉藤(清) 柴橋 篠藤
寺沢 萩原 原 山崎
矢部(要) 渡辺(辰)

山田(た) 家田 西尾
斉藤(清) 名武 下田
桜井(栄) 三井 栗山
山田(良) 網野 本多
市橋 石坂

江森 秋山 和田 山崎
金子 浜田 本多

◉昭和60年、支部元祖として常盤支部を旗上げ、その看板を引きずって藤沢に転居「湘南の我我を連れての常盤は無いだろう」と文句を云われ、それもそうだとあっさり看板を湘南に塗り変えてから早や三年になる。
最近会報をつらつら見るに池田・改め・大・山・丹さんだの、萩原改めさが・小・山・郎さんだの、相模）八郎さんだの、仲間達、感謝してますよ、心の中では……。
でその仲間達の為にもと又頑張る話になる。何だか最後にはいつも頭張るぞ！になるのはどうして？ 篠藤改め江の島汀女

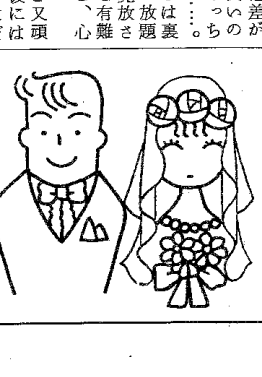
うっとり……。少し気が引ける、とやっぱり実像と落差があり過ぎるーと陰の声。良いの良いの名前位優しくしなくっちゃ、私だって女の心算り……。
しかしこの弁天様名前とは裏腹に軍団にあっては仕度い放題云い度い放題それでも見放さずに何とか面倒見て呉れる有難い仲間達、感謝してますよ、心の中では……。
でその仲間達の為にもと又頑張る話になる。何だか最後にはいつも頭張るぞ！になるのはどうして？ 篠藤改め江の島汀女（なぎさ）。

本部だより

一 七月の幹事会決定事項 中村清一
次の方が幹事に選任されました。みなさんのご支援、ご協力をお願いいたします。
金子 庄作氏
斉藤 清三氏

二 八月の幹事会決定事項
東ハイ祭 十一月号に掲載

三 「西会長への電話」について
このお願いはみなさんも直接、又は噂などでおききのことと存じますが、会長は、三日おきの山行、その準備・問合せ・申込み、又は入会希望者からの照会・説明（会員一万名を目指して、精力的に対応しています。）そして次の会報の原稿書きと大変忙しい日々です。
山行前日などは、その用意のため、睡眠を二～三時間しかとれないことがしばしばです。
このような状況のなかに、皆さんから、昼夜をわかたず種々の電話がかかってきます。会長一人対四千人では、大変な負担になります。お歳でもありますから、ゆっくりやすませて下さい。
これからは、会長の山行についての「申込み・問合せ」の外は、電話をしないよう、ご協力をお願いいたします。
会に対する、要望・苦情等は、会事務所へお願いいたします。(電)891・2280



◉会員の皆さん私の思い出を聞いて下さい

柴橋利夫

私は毎年八月になりますと、私が海軍で過ごした日々を思い出します。それは決して楽しいものではありませんでした。つらい苦しい日々であったからです。昭和十八年二月一日横須賀第二個師海軍ウ六二部隊に新兵として入隊した。一週間というと短い時間で基礎訓練だけを終了した。多少の休みがあるものとばかり期待していたが、命令一つでその夜集合が掛かり全員が乗船を命ぜられた。短期間とはいえ苦労を共にした隊員達とは行先別にばらばらにさせられて何処へ行くのかも告げられぬまま翌朝空が白らじらとした頃出港した。私は船は初めてなので船酔いもあって苦しんでいた。

併しそんな苦しみの中でも弾薬運びの訓練を三日間やらされた。初めて甲板に顔を出して回りを見渡した。一番早く目に入ったのは大きな大砲であった。自分は戦艦に乗っているとも思った。海の向うに見える島が伊豆の大島かと思って聞いてみたら硫黄島であるとのことで大分日本から離れたなと感じた。

その頃やっと海軍の軍服が支給された。私は小男なので、どんな服を着てもぶかぶかでこれには参りました。いよいよ硫黄島に上陸の命令がかり、腰に手榴弾2発を下げ、肩に50ミリ弾を担いで作業にかかる。弾丸を陸揚げするのは馴れない新兵にとっては容易なことではない。

それでも四時間かけて必要量だけ運搬を完了した。次は何処へ行くのか全然知らされずに出港命令がかかり、船は陸を離れた。船内では相変わらず弾丸の入れ替え作業ばかりであった。

途中、本船はサイパンへ行くらしいと分かった。船団は戦艦一隻、巡洋艦一隻、輸送船二隻、病院船一隻、その他の駆逐艦がいたかも知れない。船の種類など分かる知識もなく、何の船がいたか良く分からなかった。

硫黄島を出てから三日目の夜明け頃、突然敵爆撃機の攻撃を受けた。味方機の援護の無い船団の哀れなこと、全く敵に攻撃されるままにあっという間に輸送船二隻がやられてしまった。

船の小さな窓から見ていたが船団はばらばらになって火災を起こしているものもあり、一番生、アメ公やりやがったな!!」とつぶやいていた。軍需物資、軍属、海兵など二二〇名が海の藻屑と消えてしまった。数日前横須賀から一緒に乗った友もかなりやられたようだ。サイパン島に上陸してから再度弾薬運びが始まった。小休止の時、船の先端へ回ってみたらその先に菊の御紋が付いていた。先輩の話しでこれは戦艦大和だと分かった。これで私も一人前の海軍さんだとの実感が涌いてきた。それから三日後、船はトラック諸島に向かった。私の勤務地はその中の夏島である。桟橋には島民が沢山集まって手に手にバナナや花の首飾りなど持っており、我々一行を精一杯歓迎してくれた。決められた兵舎にひとまず荷物を運び込み、そこで早速夏服に衣替えである。これからこの島に勤務するに当り、上官から「これから四、五年はここで勤務することになる。時局重大な折りである頑張ってほしい」と訓示があった。その晩の食事は歓迎の意もあってか特別メニューを作ってくれた。美味しい物がどんどん出てきた。今まで食べたこともない物が沢山あった。翌日から本格的に仕事にかかる。朝四時の起床、トラック諸島の秋島、春島、水島などへの火薬庫の調査である。状況に応じて弾薬などの補充である。

これが毎日の日課である。上陸後十日位したら、海岸に我が兵の死体が流れつくようになった。サイパン付近で攻撃され沈んだ輸送船の兵達だと分かった。黒く焼けたる弾丸の、弾薬のいものさまざまである。命令により小船で沖に出てそれら死体の発見及び収容である。死体の首にロープを掛け海岸へ引いてくるのである。四、五日も続いたであろうか。五十体位集めたような記憶がある。同じ日本人の死体とはいえ異臭がひどく、又凄まじい形相などが私の脳裏に焼きついていて、その為頭痛と吐気で参りました。宿舎へ帰って寝ても嫌やな夢ばかりみていたような気がします。二年目に入ると戦況も次第に悪くなり我が船団はばらばらになって火災を起こしているものもあり、一番生、アメ公やりやがったな!!」とつぶやいていた。軍需物資、軍属、海兵など二二〇名が海の藻屑と消えてしまった。数日前横須賀から一緒に乗った友もかなりやられたようだ。サイパン島に上陸してから再度弾薬運びが始まった。小休止の時、船の先端へ回ってみたらその先に菊の御紋が付いていた。先輩の話しでこれは戦艦大和だと分かった。これで私も一人前の海軍さんだとの実感が涌いてきた。それから三日後、船はトラック諸島に向かった。私の勤務地はその中の夏島である。桟橋には島民が沢山集まって手に手にバナナや花の首飾りなど持っており、我々一行を精一杯歓迎してくれた。決められた兵舎にひとまず荷物を運び込み、そこで早速夏服に衣替えである。これからこの島に勤務するに当り、上官から「これから四、五年はここで勤務することになる。時局重大な折りである頑張ってほしい」と訓示があった。その晩の食事は歓迎の意もあってか特別メニューを作ってくれた。美味しい物がどんどん出てきた。今まで食べたこともない物が沢山あった。翌日から本格的に仕事にかかる。朝四時の起床、トラック諸島の秋島、春島、水島などへの火薬庫の調査である。状況に応じて弾薬などの補充である。

これが毎日の日課である。上陸後十日位したら、海岸に我が兵の死体が流れつくようになった。サイパン付近で攻撃され沈んだ輸送船の兵達だと分かった。黒く焼けたる弾丸の、弾薬のいものさまざまである。命令により小船で沖に出てそれら死体の発見及び収容である。死体の首にロープを掛け海岸へ引いてくるのである。四、五日も続いたであろうか。五十体位集めたような記憶がある。同じ日本人の死体とはいえ異臭がひどく、又凄まじい形相などが私の脳裏に焼きついていて、その為頭痛と吐気で参りました。宿舎へ帰って寝ても嫌やな夢ばかりみていたような気がします。二年目に入ると戦況も次第に悪くなり我が船団はばらばらになって火災を

◉廣重・甲府行日記（抜粋）

天保十二年丑年（一八四一）

卯月二日。朝うす雲。昼頃より天気。朝五ッ時出立。丸の内より四谷新宿、追分より曲る。この道甚だ悪し。右に十二荘道あり。こゝにて休。荻久保、堀の内道、是より十八丁といふ。両側茶店あり。休。下高井戸、上高井戸、石原村にて休。布田宿此道たいくつ。堀の内辺の男女三人と道連になる。面白からず府中宿、六社宮を拝す。日野迄二里。甚だ長し。休。玉川舟渡し、日野の原、日野宿をすぎ諏訪の侍と連立行。休。八王子宿川上重郎左エ門方泊。此家、甲州武田の残とう也。

三日。晴天。八王子千人町より散田村といふ辺り、両側建仁寺垣にて農家いたってきれい。休。此辺より先、すべてはたおる家多し。筑前まがいのはたをおる。至てよし。村中に流れあり与瀬の町に至る。相模川の流緩々たり。（下段につづく）

◉自分の体力、歩行力を考えて無理のないコースに参加する事。て行かれ働かされるのではないかと思ったのです。アメリカ兵は煙草やガムを沢山くれるし食べ物もくれるんだ船が来ると待っていたように敵機がきて攻撃するパターンが続いた。気がついてみると島の回りは船の残骸でまるで海の墓場といったところです。物資の欠乏が次第に深刻になってきた。例えば支給された乾パンでもカビが生えた物になってきたのです。止むやく食を求めて山へ行き、バナナや木の実などを食べました。山の斜面には小さいながらも畑を作り、サツマイモを植えました。それも短時間に出来る訳ではなく、体の弱い人は栄養矢調でバタバタ死んで行くのです。上等兵曹クラスの人達は先を悲観して山へ入って自殺するのです。山はまるで墓の

〒116 荒川区西日暮里2−31−5 電話 891-2280
発行所 東京ハイキング協会 振替東京0-63515
毎月1回1日発行
継続購読費 1年間 2,400円
新入会員購読費 平成2年3月迄1,000円 入会金600円

®東京ハイキングニュース

平成元年11月1日発行
通巻No. 第193号
創立 昭和48年

会員番号＿＿＿＿

★11月山行 50コース

1(水) 浦賀 東ハイ祭 西
3(祝) 六郷会 柴橋
〃 桝形山 山田た
〃 生田緑地公園
〃 定例俳句会
4(土) 小雪 矢倉岳
〃 金時山
〃 股峠—二子山 萩原
〃 天子山塊 西
6(月) 秩父礼所 小成
7(火) 高岩山 山田良
〃 茅ケ岳バス 浜田・横森
8(水) 天城高原他バス 佐々木
〃 大岳山 萩原
10(金) 谷急山 西尾
11(土) 大岳山 坂本
12(日) 倉岳山・高畑山 中村
11(土) 小金沢連嶺バス 篠藤
12(日) 写生会 福島
〃 滑川町 柴橋
〃 六郷会 カメラ
〃 金時山 小板橋
〃 鎌倉山 西
〃 蕨山 酒井
〃 霧藻ケ峰 川上
14(火) 新人歓迎会 西
〃 迷路ハイキング 吉田
15(水)〜17(金) 紅葉の京都 浜田
16(木) 城峰山〜破風山 江森
18(木) 八王子七国峠 山田た
19(日)(土) 湯河原バスカメラ 萩原
〃 11月の十三仏 柴橋
〃 鳩ノ巣渓谷 梅沢
〃 剣ガ峰 和田・渡辺辰 天海
〃 滝子山南稜 大久保・本多 石川
〃 榛名二ツ岳バス 石川
〃 鷹ノ巣山 根本
20(月) 白銀山 川上
20(月)(火) 奥秩父 小成
21(火)〜23(祝) 幹事を囲む集い 西
21(火) 塩原バス 小板橋
22(水)〜天城踊子歩道バス 奥村
23(水) 本土寺 三木・巽
〃 摺古木山
23(祝) 秀吉の一夜城 西
23(祝) 北高尾山稜 萩原
〃 風巻尾根・焼山 中村
〃 富士十二ケ岳バス 山田良
25(土)26(日) 日向山バス湘南支部 岩崎
26(日) 秩父札所㉜㉝ 梅沢
26(日) 11月の十三仏 石川
〃 七峰伊豆山神社小板橋 天海
〃 高尾山から城山 酒井
26(日) 駒ケ岳・大湧谷 根本
〃 九鬼山・南郷山 幕山

◉次の原稿は十月二十五日必着厳守

◉駅で＝緑の旗と黄色のタオル、Rマークのバッジが東ハイの目印。全員つけて参加しましょう
◉会員証とハイキング保険証を必ず持参すること。
◉会費の振込、連絡等には必ず会員番号と電話番号を忘れずに記入して下さい。整理上会員番号は氏名同様に大切です。

第八回 東ハイまつり

総会を兼ねて行なう

爽やかな秋となり、恒例の「東ハイ祭」の日となりました。年に一度、会長始め全会員が集う日です。久し振りのあのリーダーに、あのお友達に会える機会です。会場は公園ですから、お子さん、お孫さん連れで、元気な顔をみせてください。

一日時 十一月三日(祝)
昼食後 一時より式典開始
(雨天のときは、翌々日の五日(日)に延期、同日が雨の場合は、本年は取止め)
一会場 生田緑地の桝形山広場
小田急線「向丘遊園」下車南口より徒歩十五分
一記念品 黄色のタオル(封筒の引換券持参のこと)
子供さんにお菓子を差上げます。
一バザー 本年も発送部の方が中心になって行ないます。(品物を提供くださる方は、前日までに栗山さん宅又は、当日会場へ持参してください)
一福引 例年どうり、会指定のスポーツ店から、登山用品がたくさん提供されました。福引でお願いいたします。(抽せん券は当日受付で)

★11月1日(水) 三浦半島浦賀駅→叶神社→浦賀灯台 係＝西
京浜品川駅発9時初めての電車に乗り、浦賀駅下車。急ぎの為下車時間と料金調べる時間なしお許しを。船に乗って叶神社へ海岸歩き、焼けた観音寺跡を通り観音崎の広大な公園と日本で古いので有名な灯台を見物してバスで京浜線の駅＝品川駅

★11月3日(祝) 東ハイ祭 カメラハイク 係＝柴橋利夫
六郷会 一般の方へ 会員製作作品写真展が催されます。多くの方々のご参加をお待ちしております。

★11月3日(祝) 東ハイ祭＝桝形山
小田急新宿駅9時1分発乗車 係＝山田たい
向ケ丘遊園下車南口9時半集合 学正門→バス停→自然探勝路→
コース 天神社→広福寺→専修大 桝形山広場着2時間半位い歩きます。

★11月3日(祝) 生田緑地公園・童謡の道 係＝天海喜市
9時30分 小田急線 向ケ丘 うたの道→噴水広場→自然探勝
遊園駅改札口前(急行止まる) 路→芝生の広場にて昼食→戸隠
生田緑地公園→野鳥の森→自 不動尊→東ハイ祭、桝形山会場
然探勝路→昔なつかしい童謡の 広場に行き 東ハイ祭 参加

★11月4日(土) 定例俳句会
指導・風同人＝小菅高雪講師 係＝小菅知子
練馬区立桜台区民館(西武池袋線桜台駅北口下車、徒歩10分) 時間厳守。兼題二句当季雑詠一句持参して下さい。

★11月4日(土) 金時山・矢倉岳 係＝萩原
小田急線新宿駅7時1分発湯本行最前部。湯本下車。仙石まで午後1時〜4時30分まで。時バス。矢倉沢峠→金時→石葉公園(解散)歩程3時間5点。他は矢倉岳→酒水の滝→山北歩程7時間10点。

★11月4日(土) 股峠—二子山 係＝山田良・サブ三井
池袋駅西口東武デパート前6時30分出発。二子山登山口→股峠→二子山東峰→西峰→魚尾道峠→国道よりバスで帰京。雨天決行。一般強 費用五千円
申込みの上振込み下さい。東京3＝1454 2(電)997・6143 東ハイ祭のため予告変更

★11月6日(月) 天子山塊 係＝小成和朗
東京駅＝富士ノ宮 早朝出発
問合せ160新宿区富久町6—9 (電)357・9357トック

★11月7日(火) 秩父札所⑯番の無量山西光寺詣で。係＝西 繁雄
西武池袋駅⑤番線中央辺り。8時54分発乗車。飯能駅乗りかえ、西武秩父駅10時39分下車。六百四〇円。近くにもすぐ行かれる札所在るが、二年計画では進み過ぎたので、一カ寺だけに止まります。一カ寺に専念して己が心と仏心と融合する迄滅私勤行。

★11月7日(火) 高岩山 ヤヤ健
青梅線立川7時44分発奥多摩行 不調を他人のせいにする人は参加お断り。50%雨止6時晴行
御岳下車 御岳渓谷→ケーブル下→長尾平→七代の滝→高岩山→鍋割山→城山→鳩の巣。 歩程5時間 標準的10点コース 東ハイ保険者に限る。

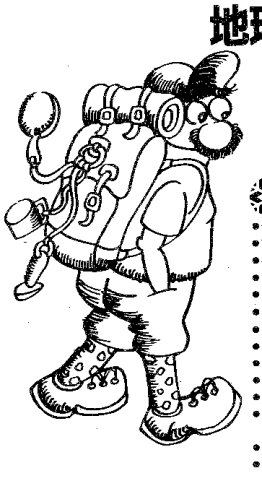
★11月7日(火) 茅ケ岳 やヤ健
新宿駅西口安田生命ビル横マイクロバス7時出発。中央自動車道＝韮崎ICIC＝登山口→深田久弥記念碑→女岩→鞍部→茅ケ岳(1704M)→金ガ岳北峰→扇平休憩舎→東大宇宙線研究所＝中央自動車道＝新宿着予定 埼玉支部 係＝浜田・横森
20時30分頃。山頂からの展望は最高!! 歩程時間5時間 雨天決行 東ハイ保険加入者に限る。
申込後 費用約四千円を郵便振替東京5＝2694 8浜田石雄へ振込み (電)0488・74・3988

★11月8日(水) 天城高原 万二郎岳〜万三郎岳 係＝奥村昭孝
のんびりバス 山行 雨天決行 20時30分頃着予定。
新宿駅西口安田生命横7時集合。7時5分出発＝東名高速＝伊豆スカイライン＝天城ゴルフ場下車→万二郎→万三郎→十字路→天城高原ゴルフ場バス乗車＝伊豆スカイライン＝東名＝新宿駅 雨天時は各コース共に場所変更又は箱根小涌園か常盤ハワイアンセンターにてのんびりする場合が有ります。詳しくは634・2284奥村まで。サブ＝奥村(弟) 歩程4時間位。交通費四千円

★11月10日(金) 大岳山 一般向
立川駅7時44分発奥多摩行②乗車(新宿7時8分発甲府行乗車、急ぎ乗換えのこと。係は立川から乗車) 雨天中止 係＝佐々木淑子
ス＝ケーブル→御岳山→大岳山→鋸尾根→奥多摩駅解散 歩程約5時間30分 (電)0425・24・9778 サブ＝大貫綾子
御岳駅下車＝バ

◉樹木や花は折らず、採らず、みんなで楽しみましょう。

◉ハイキング保険は11月20日で締め切ります。



地球と楽しく遊ぶための店
身近な道具から
遠征隊まで 地方発送承ります。

ICI石井スポーツ
●登山本店〒160 東京都新宿区百人町2-2-3 ☎03(208)6601代
●新宿西口店〒160 東京都新宿区西新宿1-16-7 ☎03(346)0301
●神田登山店〒101 東京都千代田区神田神保町1-8 ☎03(295)0622
●水道橋店〒101 東京都千代田区三崎町2-8-14 ☎03(264)5575
●大宮店〒330 埼玉県大宮市宮町2-123 ☎0486(41)5707
●高崎店〒370 群馬県高崎市新町6 ☎0273(27)2397
●新潟店〒950 新潟市東大通り2-5-1 ☎0252(43)6330
●新潟2号店〒950 新潟市笹口1丁目2番ブラーカ2 ☎0252(40)2316
●仙台店〒980 仙台市東八番町107-36 ☎0222(97)2442
●札幌店〒060 札幌市中央区南二条西4-4 ☎011(222)5305
●外務部〒160 東京都新宿区大久保2-19-10東和ビル内 ☎03(200)7219
●営業時間 本店AM10:00〜PM9:00(平日)4月〜7月 AM10:00〜PM8:00(日祝日)
支店AM10:00〜PM8:00(平日) AM10:00〜PM7:00(日祝日)
●定休日 第1・3水曜日(7、11〜3月は無休)
●巻機山・民宿清水屋連絡所 ●穂高温泉ビュッテラー一ポン券取扱所

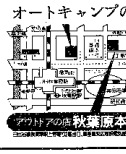
秘密は背中
FRAME BELN®
背負い易さを追求した全面ネットフレーム

1 ネットフレームは荷崩れせず、背負い心地は常に快適。
2 ネットフレームは、通気性が良く背負い心地はいつも爽やか。
3 人間工学から造り出されたネットフレームは、体にピッタリとフィット。
4 腰に当たる部には、クッション性の良い厚地パッドを採用。

フレームベルン®423
……直結価格6,100円
●容量:40ℓ ●カラー:ベージュ・ネイビー・レッド
※本誌御持参の方に記念品進呈

OUTDOOR MIND
秋葉原ニッピン
〒101 東京都千代田区外神田3-11-11
本店☎03(253)1431
FAX03(257)0280

オートキャンプの店



アウトドアの店 秋葉原本店

第2・3火曜日定休日
■秋葉原PART II…☎(253)4343
■高田馬場創口駅前店…☎(208)8345
■神田小川町店…☎(233)4121
■神田PART II…☎(292)4121
営業時間 平日AM10:30-PM8:00 日曜日AM10:30-PM7:00

★11月11日(土)　谷急山　雨天中止
妙義山塊の最高峰、訪れる人も余りなく静かな山を楽しめます。山頂からの展望は素晴しい。ヤブと岩峰を越えて頂上へ。入　係＝坂本寿美恵
牧橋↔三方境↔谷急山（約6H）
締切11月6日。問合せは392・4377（午前中と夜9時前後）
経験者向き。

★11月11日(土)　大岳山　健脚向
二度雨で中止になったコースを速足で歩きます。
雨天中止　係＝西尾
バス、ケーブルで御岳↔大岳↔鋸山↔愛宕山↔奥多摩駅
東ハイ会員に限る。
サブ＝金子庄作

★11月11日(土)　倉岳山・高畑山
JR新宿発6時22分甲府行乗車。八王子駅7時4分、鳥沢駅7時49分着。鳥沢↔下畑↔倉岳山↔天神山↔穴路峠↔高畑山　健脚向
（檜山）↔大桑山↔津成↔鳥沢
大室山　雨天中止　係＝中村一雄
（電）0425・75・0660　サブ＝大森
＝新宿。地図2.5万　上野原

★11月11日(土)12日(日)　小金沢連嶺
JR藤沢駅改札口21時集合発。小田急線本厚木駅南口大和銀行前22時。中央線相模湖駅23時30分。中央道＝勝沼＝塩山＝上日川峠↔大菩薩峠↔大蛇ノ頭↔黒岳↔湯ノ沢峠。歩程6時間。費用七千円。大菩薩峠から南下長くのびるこの連嶺は正面に富士を眺める展望に恵まれたコースです。黒木の森林と明るいカヤトの原をぬって、変化に富んだ縦走路が続いており大気の澄んだ秋の一日を存分に楽しめる事でしょう。
（電）0466・22・9440　係＝篠藤一子
篠藤一子

★11月11日(土)　JR藤沢駅改札口21時集合発。小田急線本厚木駅南口大和銀行前22時。中央線相模湖駅23時30分。中央道＝勝沼＝塩山＝上日川峠↔大菩薩峠↔大蛇ノ頭↔黒岳↔湯ノ沢峠。歩程6時間。費用七千円。大菩薩峠から南下長くのびるこの連嶺は正面に富士を眺める展望に恵まれたコースです。黒木の森林と明るいカヤトの原をぬって、変化に富んだ縦走路が続いており大気の澄んだ秋の一日を存分に楽しめる事でしょう。
（電）0466・22・9440　係＝篠藤一子
篠藤一子

★11月12日(土)　藤山　一般向中
西武線池袋駅⑦番線7時14分発中程集合＝飯能駅下車＝タクシー＝有馬ダム↔金比羅山↔大ヶの頭771M↔藤棚山920M↔藤山660M↔名郷＝バス
飯能　有馬ダムの景色も捨難く歩程4時間30分
西武線池袋駅⑦番線7時14分発快急後方乗車＝三峰口駅下車＝バス大輪下車＝ロープウェイ三峰山頂下車。↔三峰神社↔妙其処から登ります。往路はダラダラ登り、下山路は岩場も少しある急坂も尾根筋は多分ツツジの紅葉の頃かも？　藤山からの景色は仲々に、グー。途中水場なし充分に水の用意を。　係＝酒井

★11月12日(日)　露藻ケ峰　一般向強
西武線池袋駅⑦番線7時14分発快急後方乗車＝三峰口駅下車＝バス大輪下車＝ロープウェイ三峰山頂下車。↔三峰神社↔妙法ケ岳↔露藻ケ峰↔清浄の滝↔大輪バス停。歩程約5時間30分
雨天中止　（電）956・1017　係＝川上富之助

新人歓迎会　西

★11月14日(火)　JR上野駅で日暮里寄りに下車し階段昇り、公園口と書いてある改札を出て文化会館前に集合し10時頃に上野公園を通り、日暮里駅前噴水前突切り大通りの信号を渡り住友銀行を左折し最初の道を右折し日暮里中央町会会館会費200円位

★11月14日(火)　迷路ハイキング
横須賀線東京駅発7時38分、北鎌倉駅8時28分表口集合。田園のコース。新興住宅あり、池あり、新興住宅あり、神社仏閣、歴史の町鎌倉のもう一つの顔をゆっくり眺めてみましょう。実働3時間位。最終地点は「江ノ電」極楽寺付近の予定。
雨天中止　係＝吉田　照

★11月14日(火)～17日(金)　紅葉の京都めぐり
14日(火)夜新宿駅西口安田生命ビル横22時集合30分出発（時間厳守）。亀山乗船場着予定15日8時30分頃。保津川の船下りにて嵐山↔嵯峨野路　天竜寺↔常寂光寺↔落柿舎↔二尊院↔滝口寺↔祇王寺↔化野念仏寺↔鳥居本＝（泊）16日宿＝鞍馬山↔貴船　宿泊所京都かんぽ（電）075・721・3111　持物　保健証、雨具、15日朝昼食　服装　軽装　靴（スニーカー）座席指定場京都の紅葉は見事かと思います。紅葉は見ごろ・運賃。拝観料は自己負担。残金一万七千円徴収と詳細については車中にて。満席になりましたが、まだ日数があるのでキャンセル待ちご希望の方は連絡下さい。（電）048・874・3988　浜田まで。
協力者＝山崎源之丞　係＝浜田石雄

★11月15日(水)　城峰山～破風山
西武線池袋駅7時10分発後方乗車。飯能駅乗換え西武秩父駅から秩父鉄道お花畑駅9時22分発羽生行に乗換え、皆野駅9時34分着下車。タクシー＝城峰山登山口↔城峰神社↔城峰山↔西門平バス停　時間があれば秩父華厳ノ滝↔水潜寺↔札立峠↔破風山↔桜ガ谷↔椋宮橋↔皆野駅迄歩きます。所要時間約3時間30分位。

★11月16日(木)　八王子七国峠
小田急線新宿駅8時31分発小田原行乗車町田乗換え横浜線八王子行相原下車。バス相原十字路下車、峠入口大日如来↔七国峠↔地蔵様分岐↔殿田橋↔雲龍寺↔広園寺↔京王山田駅　運動靴　雨天中止　係＝山田たい
昔の絹の道です。

★11月18日(日)　乙女峠から金時山
東京駅地下①番線、横須賀線8時37分発後方乗車。鎌倉駅9時34分下車、八八〇円。雨天可。和田塚、由比が浜、極楽寺、月影地蔵、鎌倉山、JR工場内泣塔と矢部一徳先生の漫談風史跡巡りで一日を楽しく過ごします。
（電）048・663・7389　江森
申し込み下さい。

★11月12日(日)　新宿駅中央線⑤番線ホーム前
乗車小田原駅バスにて乙女峠入口下車↔金時山↔矢倉沢峠↔金時神社　一般向　係＝小板橋辰悟
方8時集合（時間厳守）塩山駅下車＝バス恵林寺前。寺近くの松里村は柿の有名な所で、柿の皮をむく作業の撮影会を致します。又柿の里の景色をゆっくり楽しんで下さい。一般の方の御参加もお待ちしております。
バス湯本＝新宿。歩程4時間　昼食事間ゆっくり出来る方歓迎　サブ＝大畑

★11月12日(日)　山梨県柿の里　六郷会カメラハイク
集合＝東武東上線①番線最後部8時。キップは森林公園まで買う。埼玉県のほぼ中央、比企丘陵地帯のゆるやかな起伏の中にある多くの遺跡や社寺のほか国営武蔵丘陵森林公園もあり、自然と文化がマッチした絵画を見ているような静かな田園の街です。弁当は現地では買えません。初参加の方は（電）956・0766　福島に電話乞う。雨天中止　係＝福島

★（10月8日のコースの続き）
矢部先生の鎌倉と秩父の札所巡りのコースへ、新入会者、初めて歩く人は先ず参加する。歩く事への登竜門として、沢山の登山者やリーダーが育って行った忘れてならぬこのコースも、私の家庭の事情で他県に転出する事になり、お会い出来なくなりますので矢部先生鈴木さん宣しく。

会員外　参加料　三百円

◉日本一の眼科の先生を読んで　苗場支部　魚住
昔から白内障ほか眼病によく効くと知られた貝掛温泉（湯沢町）から、先日また案内をいただいた。それは、この井上眼科院長井上正澄先生が来られるとの知らせです。
私が先生のお話を初めて聞いたのは六十年の春でした。それから毎年来られているので、今年で五年目になります。
その日は、宿の広間で案内を貰った人、目の湯治客、またたまたま泊り合わせた客など四十人近い人が先生のお話を聞きました。眼の衛生、眼精疲労、眼病などについて大変分り易い説明に、効果的な眼の体操など指導を受けて、また質疑応答も懇切丁寧に行われました。終って温泉に入って来ましたが、湯治客には東京の人もよく来ていて、その時も練馬の人で眼底出血の手術を受けて療養に来ているという人と一緒になりました。
この温泉は三度程山行で宿泊や入湯でお話になっていますが、今度別掲の山行で入湯に立ち寄りますのでお出かけ下さい。

気軽に登山用品が選べる店
初心者からエキスパートまで、スタッフが親切・丁寧にご相談にのります。
KOJITU コージツ
株式会社コージツ
■新宿西口店☎03-369-3721　■秋葉原店☎03-255-0020　■駿河台店☎03-294-5557
■町田アドホック店☎0427-29-2134　■横浜店☎045-261-3453　／姉妹店チョゴリザ
■東京四谷店☎03-341-7654　■横浜西口店☎045-312-7655
■営業時間　AM11:00～PM8:30（町田店のみAM10:00～8:00）　■年中無休

登山・ハイキング用品なら
豊富な品揃えと気軽に相談できる
東京ハイキング協会・指定店
KAMOSHIKA カモシカスポーツ
●下記に移転、売場も広くなりました。
〒160 新宿区高田馬場3－3－3 三優ビル地下（富士銀行地下）
☎03(371)4333（代表）
営業時間　平日 10:30～20:00　休日 10:30～19:00
登山用品店（富士銀行地下1F）
●向店舗　タバコ屋　レコード店　天理教会　白鳥会館　芸能座　高田馬場駅　早稲田通り　BIG BOX　ロータリー　ロッテリア　スポーツ・テニス用品店　ゲンタッキー

自然と語ろう!!
創業35周年の池袋秀山荘には、自然と語るためのアイテムでいっぱい！
また、登山・キャンプに関してベテランスタッフの心強いアドバイスでもう自然は友達!!
〈東京ハイキングクラブ員には会員割り引きあり〉
池袋秀山荘が贈るプロショップカードの決定版！
登山・キャンプに必携の一枚
ONEカード会員募集中！　⑥大特典付
【入会金無料】
※詳細は店頭又はお電話で！
池袋　秀山荘　☎03-984-4211
池袋東口（駅前公園通り）〒170 東京都豊島区東池袋1-43-6（大駐車場完備）
秀山荘　JR　池袋東口（駅前公園通り）　★駅から3分　AM10:00～PM8:00　年中無休

〒116　荒川区西日暮里2−31−5　電話 891−2280
発行所　東京ハイキング協会　振替東京 0−63515
毎月1回1日発行
購読費　平成2年3月迄　1,000円　入会金600円

®東京ハイキングニュース

平成元年11月1日発行
通巻№ 第193号
創立 昭和48年

会員番号＿＿＿＿＿＿

★11月18日(土)　久里浜港から鋸山望。品川から途中駅のダイヤは京浜急行品川8時4分発特急久里浜下車9時7分。バスで久里浜港。更にフェリーで対岸の千葉金谷港へ。
鋸山は荒々しい岩峰の房総の名山で第三紀層の凝灰岩から成る。富士・三浦半島・丹沢等一望。品川から途中駅のダイヤは京浜急行川崎8時18分横浜8時28分上大岡8時37分金沢文庫8時46分横須賀中央8時57分。但し多少ダイヤが変わるかも知れません。1分2分の違いはご容赦を。　歩程4時間　係＝萩原

★11月19日(日)　湯河原日帰バス　朝7時30分までに新宿西口安田生命ビル横へ集合。8時出発、新宿＝湯河原＝大観山（昼食）＝天照山（バス下車）→白雲の滝→天照山神社→広河原＝旅館。旅館でゆっくり入浴（入浴料五百円位）　申し込みは電話で確認の上料金を振込で下さい。費用はバス代高速料合計三千円です。人員は28名です。満員になり次第〆切らさせていただきます。なおキャンセルはお断りいたしますので必ずご参加下さい。　(電)735・5275　カメラハイク　係＝柴橋利夫

★11月19日(日)　11月の十三仏　西武線池袋駅ホーム前方8時30分集合、秩父駅乗換え秩父鉄道にて三峰口駅下車、バスかタクシー、太陽寺参拝、帰途ハイク　11粁3時間。第十一仏（第十一仏）『阿しゅく如来』　係＝梅沢正造

★11月19日(日)　奇勝の地鳩の巣渓谷・数馬の石門　8時20分発　青梅線立川駅ホーム　奥多摩行②番線集合　古里駅下車→古里付近のイヌグス→古里の滝→水産試験場→鳩の巣渓谷→白丸ダム→数馬の石門→白丸駅　解散　雨天中止　渓谷美をほこる多摩川の中でも、鳩の巣付近は深い渓谷をつくり、水と紅葉、春は緑織りなすさまは、奥多摩屈指の景観です。登山仕度、靴はキャラバン以上、装備不良の方はお断り。　問合せ　(電)700・6016　係＝天海

★11月19日(日)　滝子山南稜　JR新宿駅7時8分発甲府行乗車＝笹子駅下車→寂惻苑入口→滝子南稜→岩峰→滝子山→檜平→立川原→唐沢橋→初狩駅＝分水嶺→454M→500M→矢ノ根峠→林道→西区→上野原駅　歩程4時間　地図上野原　係＝和田・渡辺(辰)

★11月19日(日)　剣ガ峰　一般向　京王線新宿駅8時発特急高尾山口行最後部＝高尾乗換9時5分発大月行にて上野原駅下車→琴平神社→鎖場→剣ガ峰420M→新宿駅。私のコースに初参加者は必ず申し込みの事。(電)0482・53・9640　本多まで夜8時すぎ。歩程6時間強　係＝大久保・本多

東ハイ事務所　電話03八九一−二二八〇番　〒116　荒川区西日暮里2−31−5

★11月19日(日)　榛名二ツ岳（雄岳・雌岳）一般向　マイクロバス山行　池袋駅西口東武デパート前に集合。出発6時40分　池袋駅＝榛名湖畔→二ツ岳→伊香保＝池袋駅　費用約四千五百円　申込の後、郵便振替　東京＝54020117　石川賢男へ振込んで下さい。バス山行のキャンセルは不可。雨天決行　コースの変更あり。(電)913・5575　係＝石川

★11月19日(日)　鷹ノ巣山　歩程5時間　JR新宿駅⑦番ホーム7時8分発甲府行前方乗車＝立川乗り換え青梅線奥多摩駅下車＝バスで水根→小屋分岐→倉戸山→鷹ノ巣山→一般向　係＝根本　JR新宿駅＝中日原→東日原＝バスで奥多摩駅　雨天中止　(電)930・3360根本

★11月20日(月)　白銀山　やや健脚向　小田急線新宿駅7時1分発急行箱根湯本行前方乗車＝箱根湯本下車→猿沢石堤→△406M→見晴しのビーク→関白道分岐→白銀山△911M→天狗橋→本陣跡　バス停　歩程約5時間30分　雨天中止　(電)956・1017　係＝川上富之助

★11月20日(月)21日(火)　奥秩父　20日早朝JR新宿駅0時1分発に乗車、塩山よりバス又はタクシーで三ノ瀬まで、和名倉山（幕営）→秩父湖。詳細は〒160新宿区富久町6の9　(電)357・9351へ　係＝小成和朗

★11月21日(火)　幹事を囲む集い＝幹事以外の人も　JR日暮里駅東口へ出て直進し、信号を渡り住友銀行を左へ曲がり、一つ目の横丁を右へ曲がり角から二軒目。日暮里中央同じ会会館二階　午後6時〜10時　7時開始　係＝西

★11月21日(火)〜23日(祝)　塩原温泉　二泊バス旅　係＝小板橋辰悟　小島力蔵宛　申込二千円振替送金後は　解約不返　年令必記のこと、旅行保険加入の為　(電)337・3335但し朝9時〜11時　定員28名　サブ大畑・小島

★11月22日(水)　天城踊子歩道（伊豆の踊子）紅葉狩り　係＝奥村　新宿駅西口安田生命横7時集合。雨天決行　当コースでは事故防止上、全員同一行動を行います。　個人行動及び山行時の飲酒は固く禁止（入山後は自由）です。　詳細は(電)634・2284奥村補助＝奥村(弟)他多数の皆様に協力願い、楽しい旅を続けています。御一緒にどうぞ御参加を。

★11月22日(水)　天城踊子歩道（伊豆の踊子）紅葉狩り　係＝奥村　新宿駅西口安田生命横7時集合。雨天決行　当コースでは事故防止上、全員同一行動を行います。　個人行動及び山行時の飲酒は固く禁止（入山後は自由）です。　詳細は(電)634・2284奥村補助＝奥村(弟)他多数の皆様に協力願い、楽しい旅を続けています。御一緒にどうぞ御参加を。　〒166杉並区高円寺北2の37の9　(電)337・3335但し朝9時〜11時　定員28名　サブ大畑・小島

★11月22日(水)23日(祝)　摺古木山と安平路山　係＝三木・巽　やや健脚向　歩程10時間　中央アルプスの南部尾根の連らなりで、南アルプスの展望台です。新雪に輝く山々が見られます。　(電)631・4567

★11月22日22日時新宿西口朝日生命ビル前出発＝中央自動車道＝飯田インター＝大平宿＝自然公園休憩舎→摺古木山（2168M）→安平路山→摺古木山→飯田峠→飯田インター＝新宿着21時

★11月23日(祝)　北高尾山稜　歩程6時間　やや健　係＝萩原　京王線八王子駅9時集合　30ケ所のアップダウンあり。明9時過ぎの陣馬高原下行バスに乗り終点下車。10点以上の東ハイ保険者。『高尾』の名称から軽視禁物。　王溪谷沿いに明王峠下→堂所山→関場峠→富士見台→蛇滝口→高尾山口まで。50%雨止　7時晴行　サブ＝川村

★11月23日(祝)　風巻尾根・焼山　JR高尾6時42分松本行に乗車して藤野駅6時56分下車。バスにて6時58分月夜野行で音久和7時35分着→日蔭沢橋→風巻ノ頭→袖平山→八丁坂ノ頭→焼山→長野。地図2.5万　大室山　青野原　雨天中止　サブ＝大森　(電)0425・75・0660　係＝中村一雄　健脚向

★11月23日(祝)　富士十二ケ岳　新宿駅西口安田生命横6時30分出発＝文化洞トンネル入口→毛無山→キレット→十二ケ岳→鬼ガ岳→鎖掛峠→根場＝新宿バスの時間によって、十二ケ岳→西湖に下る場合もある。草原と岩稜と鎖場等変化に富んだ山歩きが楽しめます。また富士山般向　バスとのご対面も期待しておりますが、あまりの美しさに心奪われる事なくしっかり歩きましょうね。費用五千円　確認の上お振込み下さい。東京3＝1454　(電)997・6143山田　保険加入者に限る　係＝山田良子　サブ＝三井

⊙特に運動靴と明記されていない限り、キャラバン以上で参加

★11月23日(祝)　勤労感謝の祝日　秀吉の一夜城とみかん狩　係＝西　新宿小田急線8時46分頃発前方に乗車、小田原10時22分頃乗りかえ風祭駅下車10時34分頃六百九〇円位。調べる時間なく前の記事引用。みかん狩りさせる処あればみかん狩。JR早川駅迄2時間位みかん畑を歩く。畑のみかんいたずらにも盗らぬ人。

★11月22日(水)　山手線、西日暮里駅ホームに9時10分迄待ち、千代田線へ降りて、9時17分頃発の千代田線に乗車＝北小金駅9時47分頃下車。　もみじが美しく紅葉する本土寺参拝　係＝西　400円位。余り歩かずゆっくり寺内拝観するだけにしたい。明日もコースありますので、体力を残して置きたいと出います。

⊙山の一人歩きで事故に遭うと連絡がとれません。必ず三人以上で歩きましょう。

★11月19日(日)　鷹ノ巣山　歩程5時間　JR新宿駅⑦番ホーム7時8分発甲府行前方乗車＝立川乗り換え青梅線奥多摩駅下車＝バスで水根→小屋分岐→倉戸山→鷹ノ巣山→一般向　係＝根本　JR新宿駅＝中日原→東日原＝バスで奥多摩駅　雨天中止　(電)930・3360根本

★11月20日(月)　白銀山　やや健脚向　小田急線新宿駅7時1分発急行箱根湯本行前方乗車＝箱根湯本下車→猿沢石堤→△406M→見晴しのビーク→関白道分岐→白銀山△911M→天狗橋→本陣跡　バス停　歩程約5時間30分　雨天中止　(電)956・1017　係＝川上富之助

★11月20日(月)21日(火)　奥秩父　20日早朝JR新宿駅0時1分発に乗車、塩山よりバス又はタクシーで三ノ瀬まで、和名倉山（幕営）→秩父湖。詳細は〒160新宿区富久町6の9　(電)357・9351へ　係＝小成和朗

★11月21日(火)　幹事を囲む集い＝幹事以外の人も　JR日暮里駅東口へ出て直進し、信号を渡り住友銀行を左へ曲がり角から二軒目。日暮里中央同じ会会館二階　午後6時〜10時　7時開始　係＝西

★11月21日(火)〜23日(祝)　塩原温泉　二泊バス旅　係＝小板橋辰悟　小島力蔵宛　申込二千円振替送金後は　解約不返　年令必記のこと、旅行保険加入の為　(電)337・3335但し朝9時〜11時　定員28名　サブ大畑・小島

★11月22日(水)23日(水)　摺古木山と安平路山　係＝三木・巽　やや健脚向　歩程10時間　中央アルプスの南部尾根の連らなりで、南アルプスの展望台です。新雪に輝く山々が見られます。　(電)631・4567

★11月22日22日時新宿西口朝日生命ビル前出発＝中央自動車道＝飯田インター＝大平宿＝自然公園休憩舎→摺古木山（2168M）→安平路山→摺古木山→飯田峠→飯田インター＝新宿着21時

★11月23日(祝)　北高尾山稜　歩程6時間　やや健　係＝萩原　京王線八王子駅9時集合　30ケ所のアップダウンあり。明9時過ぎの陣馬高原下行バスに乗り終点下車。10点以上の東ハイ保険者。『高尾』の名称から軽視禁物。　王溪谷沿いに明王峠下→堂所山→関場峠→富士見台→蛇滝口→高尾山口まで。50%雨止　7時晴行　サブ＝川村

★11月23日(祝)　風巻尾根・焼山　JR高尾6時42分松本行に乗車して藤野駅6時56分下車。バスにて6時58分月夜野行で音久和7時35分着→日蔭沢橋→風巻ノ頭→袖平山→八丁坂ノ頭→焼山→長野。地図2.5万　大室山　青野原　雨天中止　サブ＝大森　(電)0425・75・0660　係＝中村一雄　健脚向

★11月23日(祝)　富士十二ケ岳　新宿駅西口安田生命横6時30分出発＝文化洞トンネル入口→毛無山→キレット→十二ケ岳→鬼ガ岳→鎖掛峠→根場＝新宿バスの時間によって、十二ケ岳→西湖に下る場合もある。草原と岩稜と鎖場等変化に富んだ山歩きが楽しめます。また富士山般向　バスとのご対面も期待しておりますが、あまりの美しさに心奪われる事なくしっかり歩きましょうね。費用五千円　確認の上お振込み下さい。東京3＝1454　(電)997・6143山田　保険加入者に限る　係＝山田良子　サブ＝三井

⊙二本木峠から登谷牧場　9月2日(土)　登谷高原子供（小学1年生）1名　取材記者1名　総勢22名　曇のち小雨　昔無事に行ってまいりました。池袋では晴れておりましたのに、登り出すと曇ってきて、お天気を心配致しましたが、日頃の皆様の行いがよいので、帰りの車道に出てから波久礼の駅までの約一時間小雨にあっただけで、まあまあ良しとする天気でよかったです。登りはむし暑く、少々きつかった人もいたようですが、稜線歩きは皆快適で、牛のそばまで行ったり、羊を近くで見たり、日本水（やまとみず）は冷たく、美味しいお水なので沢山のんだり、おみやげに持って帰ったり、「帰りの方がザックが重くなった」と皆言っていました。下りは急でスリル120%慎重に下りましたので、一人の怪我人も出ず、ホット致しました。近郊でもバラエティーにとんだ山行が出来て皆さん喜んで下さったようです。私も少しは役に立ったかと、嬉しく思っております。　昼食後、自己紹介を致しました。「久し振りに会長にお目にかかれるのを楽しみに参りましたのに……」と残念そうな人もいらっしゃいましたよ。　尚新聞は9月14日付に載るそうです。どんな記事が載るのら……お目にとまったらごらんになって下さい。　ではお元気で又の日を楽しみに。　東武池袋＝小川町＝打出＝不動の滝→二本木峠→愛宕山→皇鈴山→登谷山→登谷高原牧場休息所→釜山神社→日本水→波久礼駅＝寄居＝小川町＝東武池袋　小沢麗子

⊙九月十四日朝刊よみうり家庭経済新聞に、九月二日の小沢さんコース参加の記者レポートが大々的に出ます。　西

⊙今この小沢さんの文章を読んで、これこそ若々しく臨場感溢れた迫力ある、これこそレポートらしいレポートだ。私のコースの報告は誰も読む気にならぬ文章だが、このレポートを読んでこれを手本、私もこうしたレポート書こうかなと思ったりしている。　西　繁男

★11月25日(土)26日(日)　日向山　湘南支部
みあげたようなガンガワラと呼ばれる山頂付近は白く輝く花崗岩の砂礫帯で不思議なムードの景観を誇り樹林の中の登山道を抜けて突然現われるその天然の妙と舞台装置に感嘆せざるを得ません。(電)0466・22・9440　篠藤一子　係＝篠藤一子

★11月25日(土)　JR藤沢駅改札口21時集合発　小田急線本厚木駅南口大和銀行前22時　中央線相模湖駅23時30分。中央道＝韮崎＝白州町白須上＝矢立石→日向山→錦滝→矢立石。歩程四時間　費用8千円　八ケ岳・甲斐駒ケ岳の好展望台です。石の儀を積時　係＝岩崎一郎

★11月26日(日)　秩父札所㉜㉝　雨天中止
西武線池袋駅⑦番線7時54分発西武秩父行快速急行後方2両目に乗車　所沢駅8時19分　西武秩父駅9時30分着下車　駅前より小鹿野車庫行10時2分乗車　三島下車　徒歩法性寺→三島より皆野行バス乗車＝奈倉下車→菊水寺

★11月26日(日)　11月の十三仏(第十二仏)　係＝梅沢正造
西武線池袋駅ホーム前方8時30分集合　秩父駅乗換え秩父鉄道にて浦山口駅下車、バスかタクシーで昌安寺参拝　帰途ハイク9キロ2時間半　第十二仏(サ語)「ビルシャナ」印度僧善無畏師により西歴724年に伝えられた如来で『大日経』(仏教の根本教典)の「本尊」十三回忌を司る如来。「大日如来」

★11月26日(日)　七尾峠伊豆山神社　一般向　係＝小板橋辰悟
小田急線新宿駅8時1分発乗車。小田原9時38分、湯河原10時頃下車。七尾峠→伊豆山神社→熱海駅。歩程3時間30分　昼食時間ゆっくり出来る方歓迎。尚帰りに二百円で温泉に入れる。　サブ＝大畑

★11月26日(日)　高尾山から城山・相模湖へ　係＝天海喜市
京王線新宿駅　8時発　特急終点下車。高尾山口行乗車　山麓、リフト→山上→薬王院→高尾山頂→吊り橋→弁天島→相模湖→相模湖駅　解散　このコースは、東海自然歩道の第一コースである。道もよく整備されて、多くの人に親しまれている。小仏城山より眼下の相模湖めがけて一気に下り、善勝寺、相模湖八景に数えられている弁天島を吊橋で渡り、あとは時間あれば相模湖でプラスアルファーの楽しみの後帰路につく。登山仕度。雨天中止　(電)・700・6016

★11月26日(日)　九鬼山　一般向　係＝石川賢男
新宿駅⑦7時8分甲府行き中央車両に乗車します。大月駅乗換え富士急行、田野倉駅下車。雨天中止　係＝石川賢男
田野倉→札金峠→九鬼山→禾生駅＝大月＝新宿駅　歩程約4時間　(電)913・5575

★11月26日(日)　駒ケ岳！大湧谷　一般家族向　係＝酒井与吉
小田急新宿駅7時31分発前方乗車＝小田原＝バス登山口＝ケーブルで駒ケ岳→神山1438M→冠岳→大湧谷→自然研究路＝バス小田原　歩程3時間　お馴染みのコースですが箱根で一番大きい山と一番高い山を歩くと云えば聞えが良いが乗物で山頂迄行き大きな風景を楽しみます。そろそろ紅葉の時期、ハアハア大汗をかくばかりが能じゃない、時にはゆっくりコースも良いでしょう。大湧谷の温泉卵など召上れ硫黄の噴出も無気味など召上れ硫黄の噴出も無気味

★11月26日(日)　幕山・南郷山　一般向　雨天中止　係＝根本
JR東京駅7時34分発熱海行⑨番ホーム前方乗車＝湯河原＝五郎神社→浄水場→幕山→大石ケ原分岐→南郷山→一ノ瀬橋→浄水場→五郎神社＝バスで湯河原　歩程4時間30分　(電)930・3360　根本

移転する時は…

郵便番号、会員番号、氏名電話番号必ずお忘れなく。

西さんへ　(小四)山本美穂

西さんお元気ですか？
私は元気です。
6月4日(日)は運動会でした。
私は音楽クラブなので、こてきパレードをやりました。
ときょう走で　二位でした。
クラブでは、トランペットをふいています。
まだやりはじめなのであまりうまくないけど
いちょう音は
「ブー　ブー　ブー」
と鳴ります。
下手ですけど会ほうの絵を送ります。
せひ会ほうにのせてください。
よろしくお願いします。

右のお手紙と絵は会員の山本春子さんのお孫さんのものです。

◉山の一人歩きは危険、必ず三人以上で歩きましょう

◉山から帰って足が痛くなったのは誰の責任でしょう。　荻原保
受話器を取ると、いきなり怒声と共に私の名前を呼び捨てのダミ声。「俺の女房が、お前のコースに参加して足を痛めてしまった。どうして呉れる？」心当りが無いので、その人の名前と参加コースを尋ねたが、怒鳴るだけ怒鳴ると「ガチャーン」ボランティアと言い乍ら、ほかのリーダー同様に山行では可能な限りの注意を払っているつもりでいる。名前も言わずクレームだけというのは癪に触ったが、ここで考えてみた。おそらくは夫の了承を得ないで山行し、帰宅してから足が痛むので家事に支障を来たし、夫に叱られるのを避けるためリーダーのせいにしたのかも知れないと。或いは受話器の向こうの相手は当日までわからない——だから細心の用心を強いられることになる。足が吊った・転んだ等の出来事に対し、常に最善と考えられる措置も執っているし、危険個所通過の際には事前に注意喚起し、安全な通過方法を全員に伝えている。怒声電話の「権兵衛」氏よ。夫婦喧嘩のトバッチリをリーダーに行う前に事の真相を確かめてくれ。

その通りではなくても、夫に、リーダーの氏名、電話番号を伝えて不愉快極まる事を言わせるその「足を痛めた妻」に腹の底から怒りが湧いてくる。

原則的に自由参加の建前のため、誰が参加するのかも参加者数もリーダーは当日までわからない——だから細心の用心を強いられることになる。足が吊った・転んだ等の出来事に対し、常に最善と考えられる措置も執っているし、危険個所通過の際には事前に注意喚起し、安全な通過方法を全員に伝えている。怒声電話の「権兵衛」氏よ。夫婦喧嘩のトバッチリをリーダーに行う前に事の真相を確かめてくれ。

◉リフレッシュしましょ！　谷川　麻里亜
貴女にとって、山に行く楽しみとは何ですか？と聞かれた事があります。
先ずビークハンティング、その他風景の写真を撮ったり、かれんな草花や鳥の観察、ガスやお鍋を使っての野外食、山を下ってからの温泉など様々な楽しみがあります。
私は欲ばりなんでしょうか、その全部が好きなのです。その時々でコースによって野外食が目的の山行だったり、健脚向コースに参加して死にものぐるいでついて行ったり、そのすべてが楽しいのです。
しかし、何と云ってもこの素晴らしい大自然とのめぐりあい、ふれあい、そして人との出逢いは私の人生を変えてくれたと云っても過言ではないと思います。生きる目的と云うか、生き甲斐と云うか人生に対する考え方がかなり変わったような気がします。
週一回の山行で、ストレスも解消、身も心もリフレッシュし、また月曜からの新たな活力が湧き上ってくると云う感じがします。
最後になりましたが、いつでも楽しくかつ安全にと神経を使い、私達をビーク迄導いて下さるリーダーの方々のお陰だと、心から感謝して居ります。
これからも、どうぞよろしくお願い致します。

◉ハイキングの心構え
①ストック又は杖を使用する時は、後方から登ってくる人に注意して、決して自分の身体より後方に杖の先端を出さないこと。
②山の下りに入った時は、前方を下って行く人との距離は必ず2M位は離れて歩くように心掛けること。以上の点に注意して事故防止につとめましょう。

予告

★12月17日(日)　四尾連湖より三方分山精進湖へ　係＝三木
平成2年1月13日～15日
クロスカントリーとスキー　磐梯高原と猫魔スキー場

ある会長の話し

なりたくない人間像＝西　目黒サンマ

50歳位の、私が初めて歩き初めた頃でした。知人に誘われて下町の区民会館でハイキング会の幻灯会が有ると云うので行く。戦災の傷跡未だ消えやらぬその頃としては幻灯上映すら珍しい時代で、何百人もの会員が、会場を埋め、山の姿山の花、登場する若い女性の姿に万雷の拍手。日本一のハイキング会の月例会は熱気に溢れていた。リーダーは丸椅子に掛け会長は玉座の様な立派な椅子と机独占。

会長に何か申し上げる時は机の前に進み出て、直立不動で深く一礼、終ると又深々と頭を下げて退去する。

「オイ！○○何してるんだ駄目じゃないか。あっちの○○を早くしろ！」日頃山行で大きな顔しているリーダーも何百人の大衆の前で怒鳴られ、直立不動でハイと答えている。

大きな会の会長とは、こんなにも偉いものなのだろうか。人を人とも思わぬ傲然たる態度、不屈の面魂！偉い人なんだなーと私は只只畏怖するばかりだった。

だがそこには心の温まるもの血の通う優しさを感ずる事は出来なかった。家に帰ってコースの事で電話したら失礼な馬鹿野郎と一喝。

〒116 荒川区西日暮里2－31－5 電話891－2280
発行所 東京ハイキング協会 振替東京0－63515
毎月1回1日発行
継続会費 年間 2,400円
新入会員会費 平成2年3月迄 800円 入会金 600円

㊫東京ハイキングニュース

平成元年12月1日発行
通巻㊫ 第194号
創立 昭和48年

会員番号＿＿＿＿＿＿

◉駅で＝緑の旗と黄色のタオル、Rマークのバッジが東ハイの目印。全員つけて参加しましょう
◉会員証とハイキング保険証を必ず持参すること。
◉会費の振込、連絡等には必ず会員番号と電話番号を忘れずに記入して下さい。整理上会員番号は氏名同様に大切です。

★12月山行 52コース

1(金) 秩父札所⑰⑱ 西
2(土) 定例俳句会 小菅
〃 鐘ケ岳 萩原
〃 戸倉二山 西尾
〃 写生会 福島
3(日) 猿島へ船旅 西
〃 ジダンゴ山 小板橋
〃 顔振峠 酒井
〃 大小山 依田
4(月) 権現山・扇山 小成
5(火) 上野原バス 立花
〃 連行山・醍醐丸 中村
6(水) 葛西臨海水族園 天海
〃 桜山・冬桜 奥村
〃 昭和記念公園 西
7(木) 谷中寺町界隈 市橋
〃 高尾山 立花
〃 頭高山・湘南妙義 山田た
〃 鷹取山 吉田
8(金) 筑波山バス 佐々木
9(土) 明神山バス 三木・巽
10(日) 荒崎海岸カメラ 柴橋
10(日) 江ノ島 鈴木
〃 秩父十三仏 岩崎
〃 芋煮会 篠藤
〃 高尾山～相模湖 酒井
〃 矢平山 川上
〃 道志二十六夜山
11(月) 関場尾根陣馬山
12(火) 高水二山 萩原
13(水) 本仁田山・下田・浜田 西
新人歓迎会

★12月1日㈮ 秩父札所⑰定林寺→⑱神門寺 係＝西 繁雄
西武池袋駅⑤番線中央より少し前辺りが、飯能に乗り替える時便利。西武秩父駅10時39分下車、六四〇円。年末忙しい時ですが来年の幸せと今年の無事を感謝し、時間ありましたら全員で喫茶店か、日当りの良い大空の下で来年の運営等親睦会を。

★12月2日㈯ 定例俳句会 係＝小菅知子
指導 風同人・小菅高講師 午後1時～4時30分まで。時間厳守。兼題二句当季雑詠一句持参して下さい。
緑馬区立桜台区民館（西武池袋線桜台駅北口下車、徒歩10分）

★12月2日㈯ 鐘が岳 歩程3時間
小田急線新宿駅7時31分発急行（係・向丘遊園から前3両目）本厚木下車。バスセンター（駅前に非ず）から広沢寺温泉入口まで乗る。鐘が岳から山神トンネル上を経、見晴Bを通り日向尾根を乗越。自然保護センターは広い近代的な建物で湯茶の無料接待あり。歩程の割に地形は変化に富み意外に足ごたえあり。余裕派は更に七沢森林公園も。8点コース 50%雨止6時晴行。

★12月2日㈯ 戸倉二山・和田峠 係＝西尾 健
戸倉三山のうち、刈寄山・市道を登り、陣馬・和田峠に出ます。日が短かいので速足で飛ばします。
青梅線立川駅7時38分発武蔵五日市行先頭車両乗車終点まで五日市から徒歩沢渡橋→刈寄山→市道山→醍醐丸→和田峠→陣馬高原下＝京王八王寺駅 雨天中止 サブ＝金子庄作
東ハイ保険加入者に限る。

13(水) 奥浜名湖 バス 奥村
16(土) 世田谷ぼろ市他 市橋
〃 幕山忘年会 萩原
17(日) 大山&とうふ料理 篠藤
〃 日の出山 小板橋
〃 大高取山他 天海
〃 金比羅神社他 小沢
18(月) 本仁田山 本多
〃 大久保・大築山 川上
〃 子の権現・バス横手 西
20(水) 高木

20(水) 滝子山 坂本
21(木) 浅間山他 山田
〃 子の権現 江森
〃 幹事を囲む集い 西
22(金) 南高尾 高木
23(祝) 十国峠 萩原
24(日) 高山山 根本
25(月)～27(水) 岩原スキー場 横森
26(火) 野鳥公園 天海
27(水) 美の山 小板橋
29(金) 円融寺 西

★12月3日㈰ 写生会 狭山不動と山口観音付近 係＝福島
集合・西武池袋線で西武球場前駅改札口10時、9時頃池袋乗車してください。秋も終りそろそろ樹々の梢も明かるくなります。小鳥の声に耳をかたむけながら雑木の林を描きましょう。弁当水筒。画材何でも可。大きさ六号以上持参。防寒衣がよい。初参加者は㊥956・0766福島まで電話乞う。雨天中止 宿題＝好きな絵の模写一枚持参して下さい。

★12月3日㈰ 大小山 一般向 係＝依田・太田
師走の一日、あわたゞしい心をちょっと脇において静かな山へ出掛けましょう。頂上から南にのびる天狗尾根は快適な明かるい露岩の尾根道で眺めは360°雪の有る日光連山がきっと美しいでしょう。東武浅草駅7時10分快速東武日光行乗車（中程）＝栃木乗換（両毛線）＝富田→阿夫利神社→奥社→大小山→NHK中継所→富田＝栃木＝東武浅草。歩程約4時間、防寒具を忘れずに。㊥896・1106依田

★12月3日㈰ 権現山 扇山 係＝小成和朗
中央線上野原駅より権現山に登り扇山迄ルートファイティング（やぶこぎ）を致します。参加者は全員シルバーコンパスを用意下さい。地図の読み方、コンパスの使い方等を指導致します。又、帰路は君恋温泉で忘年会を致します。

★12月3日㈰ 奥武蔵顔振峠 係＝酒井与吉
西武線池袋駅7時54分発前方乗車＝吾野→顔振峠→諏訪神社→ユガテ→東吾野駅解散。日暮の早い時季、近隣の奥武蔵でハイクです。源義経が名残りを惜しんだと言う顔振峠からの展望は、何度見ても悪くない。又ユガテの長閑な風景も心休まります。歩程4時間 雨天中止

★12月3日㈰ ジダンゴ山 自然休養村 係＝小板橋辰悟
小田急線新宿駅7時49分発急行前方乗車新松田駅下車バス9時15分田代向下車ジダンゴ山→寄＝バス新松田＝新宿 歩程4時間 寄自然休養村管理センターに食堂喫茶有り。展示場で、くつろぐもよし昼食時間ゆっくり出来る方歓迎 サブ＝大畑

★12月3日㈰ 京浜横須賀港 係＝西 繁雄
京浜急行品川駅9時47分発乗車。10時31分横須賀中央駅下車五百十円。バスで港へ、船で猿島へ船の旅。風雨強く、欠航の時中止。岩と崖の島の為辿ぬ履物、無人島。3ページジスポット参照。

★12月3日㈰ 写真撮影 係＝福島
弁当水筒。画材何でも可。大きさ六号以上持参。防寒衣がよい。初参加者は㊥956・0766福島まで電話乞う。雨天中止 宿題＝好きな絵の模写一枚持参して下さい。

★12月4日㈪ 権現山より扇山 係＝小成和朗
中央線上野原駅より権現山に登り扇山迄ルートファイティング（やぶこぎ）を致します。参加者は全員シルバーコンパスを用意下さい。地図の読み方、コンパスの使い方等を指導致します。又、帰路は君恋温泉で忘年会を致します。

◉山行についての問合わせは、担当リーダーに
◉その他の問合わせは、東ハイ事務所に
㊥八九一－二二八〇

★12月5日㈫ 新宿西口安田生命横を小型バスで朝8時出発。小菅村仏舎利塔参拝する時、長い階段ありますが、階段の苦手な人はバスで待って居て下さい。ゆづり原長寿の里は70代、80、90代の老人が狭い部落の中に何百何十人と居る日本でも有名な長寿郷でしたが、戦後、道路が整備されバスが行くようになって米、牛乳肉等、東京と同じ食生活になってから、太った小学生、成人病の中学生、中気になったり癌死で残って居るのは老人だけ。食事が如何に大切か、間違った文化は、文化ではなく紛化。高原其他一日思う存分諸方駆けて1人二千200円位㊥864・0693＝西

◉これからの季節は日没が早いので、必ず懐中電灯、防寒着を持参しましょう。

地球と楽しく遊ぶための店
身近な道具から
遠征隊まで 地方発送承ります。

ICI石井スポーツ
●登山本店／〒160 東京都新宿区百人町2-2-3 ☎03(208)6601㈹
●新宿西口店／〒160 東京都新宿区西新宿1-16-7 ☎03(346)0301
●神田登山店／〒101 東京都千代田区神田神保町1-8 ☎03(295)0622
●水道橋店／〒101 東京都千代田区三崎町2-8-14 ☎03(264)5575
大宮店／〒330 埼玉県大宮市宮町2-123 ☎0486(41)5707
高崎店／〒370 群馬県高崎市新町6 ☎0273(27)2397
●新潟店／〒950 新潟市東大通り2-5-1 ☎0252(43)6330
●新潟2号店／〒950 新潟市笹口1丁目2番ブラーカ2 ☎0252(40)2316
●仙台店／〒980 仙台市東八番町107-36 ☎0222(97)2442
●札幌店／〒060 札幌市中央区南二条西4-4 ☎011(222)5305
●外商部／〒160 東京都新宿区大久保2-19-10東和ビル内 ☎03(200)7219
●営業時間／本店AM10:00～PM9:00(平日)4月～7月 AM10:00～PM8:00(日祝日)
支店AM10:00～PM8:00(平日) AM10:00～PM7:00(日祝日)
●定休日／第1・3水曜日(7、11～3月は無休)
●巻機山・民宿清水屋連絡所 ●穂高涸沢ヒュッテクーポン券取扱所

秘密は背中
FRAME BELN®
背負い易さを追求した全面ネットフレーム
1 ネットフレームは荷崩れせず、背負い心地は常に快適。
2 ネットフレームは、通気性が良く背負い心地はいつも爽やか。
3 人間工学から造り出されたネットフレームは、体にピッタリとフィット。
4 腰に当たる部には、クッション性の良い厚地パッドを採用。

フレームベルン®423
……直結価格6,100円
●容量:40ℓ ●カラー:ベージュ・ネイビー・レッド
※本誌御持参の方に記念品進呈

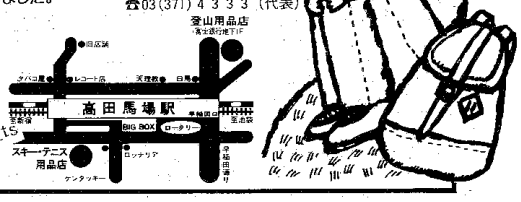
OUTDOOR MIND
秋葉原 ニッピン
〒101 東京都千代田区外神田3-11-11
本店 ☎03(253)1431
FAX03(257)0280

オートキャンプの店
アウトアの店 秋葉原本店

第2・3 火曜日 定休日
■秋葉原PARTII…☎(253)4343
■高田馬場南口駅前店…☎(208)8345
■神田小川町店…☎(233)4121
■神田PARTII…☎(292)4121
営業時間 平日AM10:30-PM8:00 日曜日AM10:30-PM7:00

東ハイ事務所 電話03八九一－二二八〇番 〒116 荒川区西日暮里2－31－5

★12月5日(火)　不忍池　水鳥を覚えませんか　係＝立花　保
集合　上野動物園正門内側、正午。（JR上野駅公園口改札口から徒歩5分、動物園を見て来て下さい。3時頃解散。雨天の時は9日(土)に延期。
★12月5日(火)　連行山・醍醐丸　係＝中村一雄
JR立川発6時59分武蔵五日市行乗車で終点下車。武蔵五日市発7時41分数馬行バスに乗車柏木野下車。柏木野→下平橋→やや健脚→立谷→岩山→ホンゴー→陣馬高原下バス停。雨天中止　サブ＝大森　(電)0425・75・0660
★12月6日(水)　都葛西臨海水族園と幕張メッセ　係＝天海喜市
JR京葉線葛西臨海公園駅前→臨海水族園→葛西臨海公園駅→海浜幕張駅→幕張メッセ→海浜幕張駅　解散
豪邸にギョッ、回遊忘れた世界最大級パノラマ大水槽、去る10月10日にオープンした。水族館、目玉は大水槽を群泳する千500匹のマグロやカツオ。世界初の試みの中でも目玉はコーナーのクロマグロ、キハダ、カツオなど大回遊、2千200トンのドーナッ形大水槽を群れをなして泳ぐのが見どころ。待ってます35種の3万匹。幕張メッセは管団地下鉄有楽町線、新木駅で蘇我行京葉線乗りかえ海浜幕張駅下車。昼食持参　雨天9日
★12月6日(水)　桜山　冬桜の花見　係＝奥村
のんびりバス山行　雨天決行
キャンセル時は東ハイ本部規定に基づき「申込み金千円」又10日以内全額不返金になります。
Ⓐコース　一般及び弱者向き
Ⓑコース　一般向き山行
御承知の上で御申込み下さい。
池袋駅西口東武デパート前7時30分集合。西口公園横東方会館前7時40分出発、帰路池袋駅19時30分頃着予定。歩程Ⓐ3時間弱　Ⓑ3時間強
Ⓐは車道を歩きますので、運動靴が楽、危険は車以外なし。
天然記念物「三波川桜」のお花見。毎年一回行っています。交通費四千円。申込み後、郵便振替東京8＝35097奥村昭孝まで送金下さい。尚受付後大手観光バス利用、毎回2台運行は規定を守らなければ不可能な為、御理解下さいます様に。
詳細は(電)634・2284奥村まで。サブ＝奥村(弟)他多数の皆様のんびりバス山行は、美容と健康維持を目的とした、安全第一を願う一般コース山行です。
個人行動及び不平、不満の多い方は御遠慮願う場合がありません。有意義な旅であるべき為に足を守るお寺あり
★12月7日(木)　谷中寺町界隈　係＝市橋
地下鉄千代田線「千駄木駅」下車旧都電通りに出たら信号を渡って団子坂と反対方向の三崎坂へ登る。地下鉄出入口は冷風強い所ですから信号渡って陽溜まりで全員集合。明治初期創業のせんべい屋、末期創業の江戸千代紙の老舗の前をゆるやかな坂道、左手に山岡鉄舟の創建三遊亭円朝の墓がある全生庵。春信笠森おせんの碑がある大円寺天王寺五重塔跡、露伴、白秋旧居跡等史跡、旧跡が多い。
当日地下鉄千駄木駅は出口は一つだけです。10時40分集合、例によって強風、小雨中止。弁当敷物持参して下さい。岡倉天心記念公園で食べられるでしょう。
★12月7日(木)　高尾山　自然とふれあう集い　係＝立花　保
京王線新宿駅7時59分発高尾山口駅前9時集合、1号路→ケーブル上→2号路→3号路→見晴台下で昼食帰路は相談の上で決めます。植物図鑑、虫眼鏡等があれば御持参下さい。歩程3時間、雨天中止
★12月7日(木)　西立川駅下車昭和記念公園散歩　係＝西繁雄
新宿駅8時22分発青梅行き列車に乗車。西立川駅9時頃下車四四〇円。歩程5分位で広大な公園に。旅のスポット3頁参照
★12月7日(木)　頭高山(303M)
小田急線新宿駅急行小田原行8時25分前方乗車　渋沢駅下車。コース富士浅間大神の碑→千村配水場→泉蔵寺→白山神社→頭高山→渋沢丘陵分岐→かりがねの松→渋沢駅、歩程4時間弱　雨天中止　係＝山田たい
登山靴
★12月7日(木)　鷹取山(湘南妙義)　雨天中止
京急品川発特急三崎口行7時42分乗車。追浜で普通車に乗りかえ次の田浦駅下車、すぐ出発。鷹取山縦走→六浦→朝比奈切通し→十二所→胡桃山→瑞泉寺口→鎌倉駅。実働約4時間半。当日が雨後の場合は運動靴不可。(電)0468・71・8433
★12月7日(木)　係＝吉田　照
京急品川発特急三崎口行7時42分乗車。追浜で普通車に乗りかえ次の田浦駅下車、すぐ出発。鷹取山縦走→六浦→朝比奈
★12月8日(金)　筑波山バス　雨天決行
新宿駅西口安田生命ビル横7時出発。登山口よりケーブルを使わずに登ります。歩程4時間。費用約四千円。申込11月30日まで。(電)0425・24・9787　19時～21時まで。キャンセルお断り。
サブ＝大貫綾子
★12月9日(土)10日(日)　明神山　係＝三木・巽
新宿西口朝日生命ビル前9日22時出発　東名高速＝黒川インター＝豊栄＝明神山登山口＝明神山→乳岩峡→登山口＝飯田インター＝新宿着20時歩程4時間　(電)631・4567
天竜奥三河国定公園内にある妙義山にも劣らない岩山で一〇〇〇米にみたない軽い山登りです。下り道に美しい乳岩峡の渓谷を見て下ります。山頂よりの展望は新雪に光る南アルプスの連峰を眺められます。
★12月10日(日)　三浦半島荒崎海岸夕焼カメラハイク　係＝柴橋
品川駅京浜急行①番線ホーム前方8時30分までに集合。三崎口駅下車、駅よりバスにて荒崎まで海岸には松があり岬の岩場から絶景の夕焼けを写しましょう。体力のある方は三脚を持参されてはいかがですか。
★12月10日(日)　係＝鈴木福蔵
小田急新宿駅⑤番線、今回は外のお友達にもPRして一人でも多く御参加下さい。
尚、10年以上も鎌倉の生き字引として矢部先生に協力して下さった鈴木さんに私が何回も何回もお願いして、10月19日の幹事会で万場一致でリーダーになって頂きました。矢部先生も17年前からリーダーです。文責(四)
★12月10日(日)　係＝史跡漫遊
小田急江ノ島駅下車＝史跡漫遊
江ノ島駅→法源寺→万福寺→七里が浜→稲村ガ崎古戦場→長谷寺大仏→北鎌倉へ今年最後の矢部先生に元気なお顔で先生を喜ばせて下さい。特に12月は矢部先生の誕生月です。会費千五〇〇円（入場料含）去年は50人もの参加でびっくりし、大変賑やかでした。で色々な意味あいから今年は原則として食器（コップ・箸、皿、お椀等）各自お好きな飲物を面倒でもお持ち下さい。メニューはおでん、しゃも、スペアリブ、お汁粉、漬物、お茶等です。昨年は本式のお抹茶もありました。カラオケもありましたが、今年は楽しいゲームでも考えましょう。準備の都合もありますので参加される方お電話下さい
(電)045・491・4170　篠藤
★12月10日(日)　西武線池袋駅⑦番線7時54分発快速急行前より3両目西武秩父　長瀞行に乗車黒谷駅下車
★12月10日(日)　秩父十三仏　雨天中止
会場＝足柄　芋煮会
(電)0465・74・4510
集合場所　小田急線　新松田駅前10時。藤沢駅は8時発。会費
所沢駅8時19分徒歩で瑞岩寺→虚空蔵寺→西武秩父駅
(電)0423・81・7763
湘南支部＝篠藤一子
◉ブロッケンの妖怪
（御来光・御来迎）
山頂で日の出を見ることを一般に御来光といっている。夏でも寒い山頂に立ち、水平線からのぼってくる紅黄の光に輝く太陽の美しさに、一度は誰でも感嘆の声をもらした経験があろう。元来この御来光は御来迎といわれてきたものである。
奈良朝時代より平安朝のはじめにかけて、山林仏教なるものの影響を受けて山中修行する風潮がおこり、江戸時代になってますます盛大となった。
この全盛時代に御来迎という言葉が行者や道者によって用いられてきたのである。そしてこれは山の行者が如来様や阿弥陀様を迎える意味の御来迎であって、全く別の意味をもったものである。この御来迎というのは仏の御光ともいわれ、太陽を背にしてちょうど反対方向の雲や霧の上に自分の拡大された姿がうつり、頭部を真中にして虹のような美しい光の輪が現われる現象である。ときにはこの光輪がボンヤリしているときも、またひじょうに色彩鮮明のときも、して光輪が幾重にも出現することもある。ちょうど如来様や阿弥陀様が五色の笠を背にしたように見え、われわれ俗人のもとにも出現するであろう。
まして科学発達以前の人びとには、それが如来の姿であったり阿弥陀仏の姿としてうつったであろうことは容易に想像できる。この現象は太陽を背にして対日点付近に見られる一種の回折現象によって生じたもので白色光が水滴内に入って一度反射して出てくるものによるとされている。高度二千米をこえるどこの山頂でも、チャンス（山頂が霧やガスにまかれ、太陽光線がある程度明かるくおっているとき）に、めぐまれれば見られるものである。
以上述べたように元来の御来迎（光）は俗名を仏の御光とか、山の御光といわれていたもので、それが今日では御来光といえば「日の出」のことをさしており本来の御来迎はブロッケンの妖怪といわれるようになったのである。
（NHKブックス・富士山より）
渡辺　辰

登山・ハイキング用品なら
豊富な品揃えと気軽に相談できる
東京ハイキング協会・指定店
KAMOSHIKA カモシカスポーツ
●下記に移転、売場も広くなりました。
〒160 新宿区高田馬場3－3－3 三優ビル地下(富士銀行地下)
☎03(371)4333(代表)
営業時間 平日10:30～19:00 休日10:30～20:00


自然と語ろう!!
創業35周年の池袋秀山荘には、自然と語るためのアイテムでいっぱい！
また、登山・キャンプに関してベテランスタッフの心強いアドバイスでもう自然は友達!!
〈東京ハイキングクラブ員には会員割り引きあり〉
池袋秀山荘が贈るプロショップカードの決定版！
登山・キャンプに必携の一枚
ZONEカード会員募集中！
(6大特典付)
(入会金無料)
※詳細は店頭又はお電話で！
池袋 秀山荘
池袋東口(駅前公園通り)
☎03-984-4211
〒170 東京都豊島区東池袋1-43-6(大駐車場完備)
池袋東口(駅前公園通り)
★駅から3分 AM10:00～PM6:00 年中無休

〒116 荒川区西日暮里2－31－5 電話 891－2280
発行所 東京ハイキング協会 振替東京0－63515
経統会費 1年間 2,400円 毎月1回1日発行
新入会員会費 平成2年3月迄 800円 入会金 600円

㊙東京ハイキングニュース

平成元年12月1日発行
通巻㊙ 第194号
創立 昭和48年

会員番号 ＿＿＿＿

◉編集部からお願い

皆様からの投稿をお待ちしています。縦十四字十行の原稿で、三～四枚（余り長いと掲載しにくい）の文章、詩、イラスト等お寄せ下さい。

★12月10日(日) 高尾山—相模湖 京王線新宿7時40分発＝相模湖口→清滝口→薬王院→大見晴台→一丁平→城山→弁天島→相模湖—同駅 一般向。雨天中止。歩程4時間 係＝酒井与吉

★12月10日(日) 矢平山 JR新宿駅⑦番線7時8分発 甲府行中程乗車＝四方津駅下車→新大地峠→矢平山△860M→寺 年末は又高尾ですが先ず久振に薬王院に参拝して一年間の無事のお礼参りして順次山越え。ダムサイドから相模湖駅で解散。歩程4時間 係＝酒井与吉

★12月10日(日) JR新宿駅⑦番線7時8分発 甲府行中程乗車＝四方津駅下車→新大地峠→矢平山△860M→寺 雨天中止 係＝川上富之助 下峠→梁川駅。歩程約4時間 ㊀956・1017

★12月10日(日) 道志二十六夜山 JR新宿駅⑦ホーム7時8分発甲府行前方乗車。都留市駅下車＝バスかタクシーで道志トンネル→今倉山→西峰→松山→二十六夜山→赤松の大木→上戸沢バス停→赤坂駅 雨天中止 係＝根本壮一郎 歩程5時間30分

★12月11日(月) 関場尾根陣馬山 京王八王子発8時（JR八王子発8時1分）陣馬高原下バス停→八王子駅。地図2・5万五日市・松山→堂所山→明王峠→陣馬山→南郷山→陣馬高原下バス停 係＝中村一雄 ㊀0425・75・0660 与瀬 雨天中止 サブ＝大森

★12月12日(火) 高水二山 歩程3時間 青梅線立川8時54分発奥多摩行。御岳下車→惣岳山→岩茸石山→名坂峠→北川橋。バス停・原島商店（酒・雑貨）の裏庭で今年の反省会。この店は㊀0428・5・2183で家中で歓迎してくれる。酒は原価のため安くあがる。サブ＝川村 係＝萩原 保

★12月12日(火)、本仁田山（1225M） 青梅線立川発7時44分発奥多摩行前方乗車。鳩の巣駅下車→大根の山の神→本仁田山→安寺沢→奥多摩駅。師走でなにかと、お忙がしい時期かと思いますが、気分転換に静かな山歩きをいかがですか!! 今年のあがめくくりとして下山後、希望があれば来年の夢を語り合い健康を祈念して一献交したいと思います。乗車券は奥多摩・秋川自由きっぷが割安です。歩程4時間 一般強 雨天中止 ㊀048・874・3988 浜田 係＝下田・浜田

★12月13日(水) 奥浜名湖と三ケ日みかんの里 Ⓐ Ⓑ 係＝奥村 のんびりバス山行 Ⓐコース 浜名湖湖畔雨天決行 歩程Ⓐ2時間弱 Ⓑ3時間強位。と浜名湖簡易保険保養センター Ⓑコース 浜名湖湖畔、奥浜名湖畔一周ハイキング 係奥村 交通費四千五百円。送金方法及びキャンセル時の規定は12月6日(水)桜山参照して下さい。詳細は㊀・634・2284奥村まで Ⓐ又は Ⓑ希望を伝え申込み下さい。正月用三ケ日みかんの買い出しを兼ねた本年最後のバス山行 集合＝新宿駅西口安田生命横6時55分。7時出発 帰路新宿駅21時頃着予定 日本一の折紙付三ケ日みかん。私の古里では有りますが母一人。農業なし サブ＝奥村政幸（他の皆様健脚コース希望の方は、全コース下見していますので御一緒下さい。特急、タクシー利用。歩程5時間以上と大満足な山行が出来ます。但し山中は走りません。

★12月16日(土) 世田谷ぼろ市と豪徳寺 係＝市橋礼子 渋谷駅忠犬ハチ公前9時20分ガードを潜ぐった所から上町行バス30分頃発乗車、上町下車。当日は人出多いから迷子になったら植木市を見て代官屋敷へ休憩後11時出発豪徳寺へ向う。商売繁昌の招き猫はこのお寺門前の活花店で販売しています。お宮の境内では、たくさんの猫がお礼に奉納してあるからその中から気に入った大きさと器量の良いのを受けて来ても良い。江戸時代水戸藩の伊井大老の墓や一緒に桜田門で死んだ家臣のお墓もあるお寺です。靴ぼ市橋班の時は特別のことわりがない時はいつも運動靴で。降雪、強風、小雨等でも中止。お弁当はぼろ市周辺から少し豪徳寺方面に行くと日本そばや、中華、洋食店あるので分散して冬期は外での食事は寒いから飲食店内で致しましょう。豪徳寺参詣後小田急線の梅ケ丘から新宿方面へも帰れます。70才以上の方乗車証持参利用

★12月16日(土) 幕山忘年会 歩程3時間 小田急新宿7時11分発サブ下北沢・係向丘3両目。小田原8時43分着JR乗換。湯河原からバス又はタクシー。幕山から下山後は新鮮で美味しい浜源で2雨天決行キャンセルなし。サブ＝川村 係＝萩原 保 8日まで㊀792・2064川村宅に電話し郵便振替で東京6＝3953777予定額送金のこと。

★12月17日(日) 大山&とうふ料理 小田急線 秦野駅前8時30分集合（新宿から急行で約1時間10分位）来たバスに乗って終点みのげ下車。ヤビツ峠→大山→下社駅→女坂→追分。入浴、とうふ料理（二千円）をかんき楼にて賞味、お正月は混むので一足早い年越をいたします。予約金二千円お送り下さい。郵便振替横浜1＝60582 篠藤一子 湘南支部＝篠藤一子 ㊀045・491・4170

★12月17日(日) 日の出山 一般向 JR新宿⑤番線8時20分前方乗車御岳駅下車バス＝ケーブル→山頂→日の出山→日和田駅。奥多摩秋川自由乗車券が得、ケーブルも割引き有り。昼食時間ゆっくり出来る方歓迎 係＝小板橋辰悟 歩程4時間 サブ＝大畑

★12月17日(日) 大高取山・桂木観音・ゆずの里 係＝天海喜市 東武東上線池袋駅8時20分発急行三峰行中程＝坂戸駅乗換え越生駅下車→無名戦士の墓→大高取山→桂木観音→ゆずの里→伊波比出雲大社→東毛呂駅解散。22日は冬至なのでゆずを買い自宅のゆず湯に入り、いい湯だな。ふん、ふん、香りも良く鼻歌一つも出そうですね。特に女性は肌色もよくなりますよ。昼食持参 雨天19日(水)問い合せ ㊀700・6016

◉新入会の方には皆で話しかけ東ハイならではの楽しい山行を。

会員外 参加料 三百円

◉この会は山を愛する人の集りです。従って山の花をみだりに盗らぬ。小さな屑も山に捨てない初歩的エチケット人の集団です。

新人歓迎会

西暮里寄りに下車し階段昇り、公園口と書いてある改札を出て文化会館側に集合し10時頃に上野公園を通り、日暮里駅前噴水前突切り大通りの信号を渡り住友銀行を左折し最初の道を右折し日暮里中央町会会館会費200円位

★12月17日(日) 金比羅神社と鳥居観音 係＝小沢麗子 西武池袋⑦番線8時17分発乗車9時1分飯能下車三百七十円。必ず飯能までの切符を買う事。大急ぎで9時5分発湯の沢行きバスに乗車、河又下車→鍾乳洞→金比羅神社→鳥居観音→観音センター入口→飯能駅＝西武池袋駅。天気が良いと、ポカポカと暖かく有間ダムを見下しての昼食は楽しいと話す小沢麗子さんは、10月19日の東ハイの幹事会で満場一致の大拍手で、リーダーに承認されました。今日が一回目の軽い山行です。私の西の山行しか歩けないと言う層の人々も安心して歩ける、ゆっくりコースを、私に代って歩いてくれます。私の娘と同年位の若く優しい、今時珍しいリーダーを今後温い目で見守り育てて下さい。友人の岩満さんも日頃一緒に歩いている若い文京区の娘さんです。若しかしたらセンターで云う入浴しますので希望者は着替を。旅のスポット3ページ参照 サブ＝岩満加代子

★12月17日(日) 西武池袋⑦番線7時1分飯能下車三百七十円。西武線池袋駅⑤番線7時10分発急行飯能行後方乗車。飯能駅8時着車小殿下車→竹寺→豆口峠→子の権現→竹寺の尾根歩きとバス観光廻り 係＝西田 忘年山行 一般向強 係＝江森一郎 朝8時JR新宿西口の安田生命横からマイクロバス出発。東京の緑の旗目標 1人二千200円位車内集金。欠席しても払う事。自然と合唱始まる軽い尾根歩き 後の付録の観光が又超抜群。申込制㊀864・0693西 希望者は1月号4頁旅のスポット参照 ◆70年前に、父は亡くなられた学校の御師の為に、30センチ位の、いちょうの苗木を植えた。昨年の夏の暑い日に用事が有ってその前を通った。この樹は四方に枝を拡げ空高く天を突くような大木になっていたのには驚いた。違う木かと思ったが、父の恩師の慰霊の木で村の保護樹だと書いてあった。今は既になき父が見たら喜ぶ事であろうにと思うと感無量だった。大木の下には幾つか椅子が置かれ村の人がスクリームを食べていた。村のオアシスなのである。◆話は変るが小田急沿線の弘法山へ行った時、何人かで草を刈っているのを見たら、私達と一緒に歩いていた山の友人が、交通事故や病気で亡くなったので慰霊の為、年に一度草刈りに来る。苗が草の下になると伸びず枯れるからと親子に勝るる友情。◆都内で一番古い仏教建築の円融寺、浮世風呂作者三馬墓の正泉寺等釈迦堂周辺三時間位の史跡巡り＝ヒョッとすると活きの良い目黒サンマに出会うかも。昔から目黒はサンマの産地とか、旨いサンマは目黒に限るテ。

★12月18日(月) 大築山 西武線池袋駅⑤番線7時10分発急行中程乗車。飯能乗り換え西吾野駅8時30分着下車。→秋葉様岩峠→おばけ山→飯盛峠→猿岩峠→大築山△466M→西川原 係＝川上富之助 バス停＝越生駅。歩程約6時間 雨天中止 ㊀956・1017

★12月17日(日) 立川駅発7時53分乗車＝鳩ノ巣下車→花折戸尾根→本仁田山にて下山コースをきます。歩程約4時間半。日照時間が短いためライト持参の事。雨天中止。係＝大久保・本多

★12月19日(火) 子の権現→竹寺の尾根歩きとバス観光廻り 係＝西田 恒例の年末滝子行きです。南面の尾根より檜平を経て初狩へ歩程約6H。南アルプスを展望し、頂上より富士山にご対面できればラッキーです。状態によっては6本アイゼンが必要になるかもしれません。係＝坂本寿美恵 ㊀392・4377（午前中か夜9時前後）注・係の都合で27日(水)に変更することもあり得ますので、ご了承下さい。やや健脚向。

★12月20日(水) 滝子山 雨天中止 係＝坂本寿美恵

★12月20日(水) 横手 家族向 雨天中止 西武線池袋駅8時54分発飯能行きで終点乗りかえ武蔵横手下車。歩行3時間。運動と森林浴の保健コース。時間的に参加出来る山道コースがないと云われる方に今回は4コースに。ただ歩くだけで帰りは平目、足と時間に余裕のある方には向きません。都合で係が同行出来ない時は中止。㊀624・2576 係＝高木弘隆 なお去る九月父が永眠しましたので新年のご挨拶は遠慮いたします。

★12月21日(水) 浅間山他 雨天中止 京王線新宿駅高尾行9時28分前方乗車＝東府中下車。浅間山→多磨墓地→武蔵野公園→野川公園→自然探勝路→バス武蔵小金井又は調布行又は三鷹行多数出ています。日の短い時期ですので短いコースをのんびり歩きます。運動靴で。係＝山田たい

★12月21日(水) 浅間山 一般向強 係＝江森一郎 西武線池袋駅7時10分発急行飯能行後方乗車。飯能駅8時着車下車。名郷行バス8時25分発乗車小殿下車→竹寺→豆口峠→子の権現→西吾野駅。今年も例年通り足の神様、子ノ権現へお参り致します。歩程約4時間30分 雨天中止

旅のスポット

◆古代人のロマンの洞穴に入ると優しい愛のさゝやきが聞こえて来る猿島は、戦時中は横須賀軍港＝海軍の基地で、一歩も近付けない要塞だったが、今は若人の求婚島と呼ばれているとか日曜晴天日しか出航しない船の客は若いカップルで一杯だ。◆孫を連れての散歩に＝昭和記念公園＝西立川駅から歩いて五分。個人だと350円円30人位から団体割引き220円。戦時中は中島飛行機の軍需工場で終戦で米軍飛行場になり、米国から返還後は、沼あり池あり森あり、一日中歩いても歩き終らない広大な公園となり、芝生で一日寝転んで雑談に花を咲かせもよい。雨具、弁当忘れずに五時迄。◆鳥居観音にお参りしたら今年の世塵を洗い流す為、観音センター温泉一浴はいかが。休みで朝9時半～4時半まで浴休憩舞台付400人の大広間800円休憩なしの入浴だけ600円電話照会は0429・79・0105番

◆孫を連れての散歩に＝昭和記念公園＝西立川駅から歩いて五分。個人だと350円円30人位から団体割引き220円。戦時中は中島飛行機の軍需工場で終戦で米軍飛行場になり、米国から返還後は、沼あり池あり森あり、一日中歩いても歩き終らない広大な公園となり、芝生で一日寝転んで雑談に花を咲かせもよい。雨具、弁当忘れずに五時迄。◆鳥居観音にお参りしたら今年の世塵を洗い流す為、観音センター温泉一浴はいかが。休みで朝9時半～4時半まで浴休憩舞台付400人の大広間800円休憩なしの入浴だけ600円電話照会は0429・79・0105番

★12月22日(金)　幹事を囲む集い＝幹事以外の人も　JR日暮里駅南口へ出て直進し、信号を渡り住友銀行を左へ曲がり、一つ目の横丁を右へ曲がり角から二軒目。日暮里中央町会会館二階　午後6時～10時　7時開始　係＝西

★12月22日(金)　南高尾　家族向京王線新宿駅8時42分発高尾山口行きで終点下車。歩行3時間30分。運動と森林浴の保健コース。　雨天中止　係＝高木弘隆

★12月23日(祝)天皇誕生日　私の歩ける所ないと嘆く友へ　係＝西小田急新宿駅④番線9時31分発乗車。鶴巻温泉駅10時33分下車。430円。ゆっくり歩きますし胸突八丁もない尾根歩きで、時間30分。　都合で係が同行出来ない時は中止。

★12月23日(祝)十国峠　歩程3時間半　一般向　係＝萩原小田急新宿駅7時11分発急行前方。小田原着8時42分JR8時51分発伊東行乗り換え熱海下車（下車までに記名のこと）熱海からバス・ケーブルで十国峠→岩戸山→湯河原。富士を背にのんびりの3点コース。お雑煮で今年を〆くくりたいと思います。参加される方は前日までに、お持ちくださる食材料・水・鍋・ガス等をサブ＝川村昭二まで必ずお知らせください。頭割りにして費用分担しましょう。川村宅(電)792・2064　雨天中止

★12月24日(日)　高川山　雨天中止　係＝根本壮一郎　JR新宿駅7時8分発前方乗車、初狩駅下車→墓地→シイタケ栽培場→天狗岩→高川山→下山口→中谷→富士急田野倉駅　3時間そこそこで登れる山にしては、山頂からの展望は三六〇度にわたる。特に山頂の南側にある大岩から見る富士山は見事のひと言につきる。　歩程3時間半

★12月25日(月)～27日(水)　岩原スキー場　係＝横森靖吉スキーシーズン来る。心は早くもスキー場、見事に霧氷、樹氷、そしてキュキュの雪。今シーズンも月二回催します。申込みは保険加入の為、必ず往復ハガキに生年月日記入の事。場所により予約金を振込んで頂く事もありますので宜しく。初滑りは岩原スキー場です。年末ですがシーズン開幕の足ならし。新幹線で往復。12月25日上野19番線7時4分発越後湯沢8時30分宿は銀嶺ホテルです。初心者ok。復路27日18時12分発。地球の温暖化で積雪に依り場所変更有。〒360熊谷市銀座1-19-2(電)048・521・7233　スキー部＝横森靖吉

★12月26日(火)　東京港の野鳥公園と埋立地散策　係＝天海喜市集合＝9時30分　浜松町駅開、大田市場に隣接、約24ヘクモノレール乗場、羽田空港行に乗車＝流通センター駅下車→大タールの同公園は自然の野趣があふれ、年間を通して約120種類井第7埠頭公園→野鳥公園→平の野鳥が見られ「公園内にだれ和橋→中央海浜公園→大平埠頭でも野鳥の観察できる」ネイチ→勝島橋→大井競馬前駅　解散　ャーセンターも設けられている。

野鳥の楽園都会人に憩い、東京都が約30億円かけて整備した野鳥公園、去る10月18日一般公

★12月27日(水)　美の山　一般向西武線池袋駅7時54分、西武秩父駅乗換え秩父鉄道お花畑駅乗車、黒谷駅下車。裏山神社→皆野駅　市場で正月用品買う為（買う不買は自由、見物価値あり）本年は逆コース選びましたサブ＝大畑

★12月29日(金)　目黒のサンマはどこかいな　ハイ円融寺　係＝西10時　JR恵比寿駅前バス乗車。（3頁旅のスポット参照）

本部だより

中村清一

一　東ハイ祭

東ハイの祭典である「東ハイ祭」も、お蔭をもちまして、無事成功裡に終了いたしました。

すばらしいお天気に恵まれ、六百数十人の会員が、生田の森に集り、賑やかに、楽しい一日を過ごすことができました。

これもひとえに、半歳前から準備をして下さった、渡辺実行委員長はじめ、各委員の方々、また、この日の総合司会を最後に、一切の役員を退任される、和田リーダーのウイットに富んだ司会、及び運営に従事された、多くの会員のみなさまのお骨折の賜ものでございます。

紙面をお借りして、厚く御礼申しあげます。

来年も、みなさまのご意見、アイディアを頂戴して、より良い、楽しい祭典にしたいと存じます。なお一層のご協力をお願いいたします。

うれしいお知らせをいたします。

会員一万人達成が、西会長の大きな念願でございますが、その数も逐年増加し、東ハイ祭を目前にして、五千人にあと一歩というところにまいりました。

みなさまのご協力のお蔭をもちまして、会場での入会者飯村保三さんで、五千人となりました。誠にご同慶の至りに存じます。今後とも会発展のため、ますますのお力添えをお願い申しあげます。

二　会則改正

別紙「会則」の第8条の役員に、次の二副会長・三リーダー四顧問を加えました。

第9条の役員の任務では、他の条文に分散していたものを、整理統合しました。

第18条の理事会に、リーダー委員会委員長を加え、

第18条の3リーダ委員会に、第2項で会長、副会長及び理事を加え、理事会とリーダー委員会の連絡を緊密にいたしました。

三　役員の選任（改選）

別紙「幹事一覧表」の方々が、今後二年間役員として、山行及び会運営にご尽力下さることになりました。

みなさまのご指導、ご鞭撻の程お願い申しあげます。

なお、次の方は、新しくリーダーとなった方です。（敬称略）

小沢　麗子・鈴木　福蔵
山崎源之丞

四　山行参加費

63年8月より実施してきました、非会員の「山行参加費」につきましては、一部取扱いを変更し、次の方は無料といたしました。ご家族、お友達をお誘いのうえ、おでかけ下さい。

①　会員の同居親族のほか、同居以外の親族

②　同封の「山行招待券」持参の方

五　功労者記章（赤色バッジ）

会則第15条で表彰をうけた方に、差上げることになりました。

六　リーダー記章（緑色バッジ）

リーダーを明確にするため、新たに使用することになりました。

◉お詫び

祭典においでくださったお子さんに、お菓子を用意いたしましたが、数量が足りずに、差し上げられなかった方が数人ありました。

見込み違いのため、大変申し訳けないことになり、誠に恐縮です。深くお詫び申しあげます。

◉東俳優秀作品

日焼の子泳ぐ足裏白々し　光信喜美子
朝富士へ十国峠の尾花風　小菅　知子
潮焼けの肩で抑へる赤電話　北村民子
日焼けして赤き帽子の見張番　小菅知子
日焼けして線路工夫の肩広し　森八千代
日焼けせる顔賑やかや登校日　栗山絹子
つんつんと若き尾花の出はじめり　菅野久代
泥にまみれ日焼農夫の小麦色　平田とし
獣道ふさぎ山萩盛りけり　加藤婦美子
箱根路の雲の流れに花芒　本間よね子
葛飾や釣竿肩に日焼の子　永井重子
夕風や池畔に光る花芒　山中麻紗子

◉富士山とライチョウ

ライチョウは本州中部の標高二、四〇〇米以上の山岳に棲んでいるのに、富士山にはいなかった。ライチョウが生息していないという事実は、不思議な謎として認められていた。

一般的な結論として次のようにいわれている。

◎富士山生成の歴史が比較的新らしいこと。

◎平野の中の独立した高山で、ライチョウの現存する他の高山地域と不連続で隔離された位置にあるため移動力の弱いライチョウは移れなかった。

◎植物相がライチョウの好む生息環境といちじるしいちがいがあること。

◎ライチョウの主な食餌物が、ハイマツの実に依存していると考えられるがその群落がない。

などなどです。

◎昭和35年、北ア白馬岳から雌一羽、メス二羽の成鳥、四羽の幼鳥が富士山にヘリで空輸されライチョウの移殖が行われその後繁殖も確認された。

◎食べ物についてはハイマツに依存するものではなくコケモモ、ガンコウラン、クロマメの木、アザミなどの芽、葉、花、実などを食べており、変化に富んだもどそれなりに食餌物に対する適応性を身につけていることもわかった。しかし移殖のときの羽数と現在の数があまりかわらないといいうことが少々気がかりである。

◎個体数の増加が認められないということが少々気がかりである。

（NHKブックス、富士山）部分要約　渡辺　辰

◉

俳句会で会った事のある、私の娘のように若い長野多加代さんが参加した。急に俳句会に来なくなった理由を聞いて驚いた。今80才以上の父が小魚を食べて、くハッと声を出したら取れたらしくそのまゝ何カ月か忘れていた。ある時何となく胸が変だと思って医者に行く肺ガンでは無いらしい、大学病院等方々回ったが何でもないと言う、然し遂に息する事も苦しくなり入院し父の看護にかゝりきり、遂に右肺全部取った。変色した肺の中から一片の小さな魚の骨が、こんな事は珍しく医学上では余り例がないと言ったと言う。何年ぶりかで退院し、何年ぶりかで今日初めて参加したと、何年も父につきそっていた孝女の言葉を皆さんにも伝えたい。私より年上の八十余才の御老体を思うと右肺全部切除した瞬間死ぬかも知れぬ、手術は止そう、いやこのまゝではあと何日も保たぬ、切る、切ってはならぬ、大学病院の主任先生は反対。真二つに意見が対立して、何回も会議を開いたが決まらない。では本人や家族の採決に委ねると言った時、勇気を振って手術して下さいと言った。それから一年近く、ようやく退院する日を迎えほっとしたと孝女多加代さんの涙の物語り。最後の最後まで投げ出してはならない。積極性が命を救ったのだ。医学上でも珍しい、こうした事故に会わぬようお魚食べる時に気を付けよう。

西　繁雄

◉

お知らせ

柴橋利夫

この度私は「初駒会」を新しく発足させる事に致しました。これは永年の私の夢でありましたが、全くの初心者の方々を対象にカメラを通じて、より美しい自然を撮る事が出来るような技術を、皆様共々勉強したいと考えたからです。六郷会に於ての活動は、技術的にかなり上の人もあり、そうでない人もありで、なかなかスムーズな指導が出来ない状態でした。六郷会は今月から来年春頃まで活動を休止致します。その間に新しい初駒会に入会の皆様共々、基礎の勉強から一歩一歩指導させて頂きたいと思っております。これに賛同の方は12月10日までに、往復ハガキで、次の事項を記入の上、お申込み下さい。会費等は無料です。真面目に勉強したい方、お願いします。

(1)氏名・住所・会員番号

(2)電話番号　(3)使用カメラの種類（一眼レフかコンパクト）

(4)三脚の有無

その名称）

12月17日(日)に初会合を持ち説明会を催す予定。〒194太田区西六郷4の20の12　古屋敷方　柴橋利夫(電)03・735・5279

野本秀旺

ネパール、アンナプルナ、とダウラギリ、ミニトレッキングのお誘い

山と渓谷社創立六十周年記念行事登山と観光、名古屋空港から直行、チャーター便を出しますので、二日短縮できます。この頃は、気候も良く、八千M級の広大な展望が楽しめることと思います。どうぞご参加下さい。

出発、3月25日(日)朝、東京駅発、昼頃名古屋空港発

港着解散　4月1日(日)、名古屋空港帰り、持物特になし。

費用　三十三万円前後で交渉中（全食付、ガイド　コック、ボッカ付）

説明会日時　希望者には、お知らせ致します。出席出来ない人には、資料をお送り致します。

取扱い旅行社（株）ビッグ・サー　担当＝黒川　(電)03・503・1911　申込み問合せ午前中　(電)03・303・4837　野本秀旺

アルプス　東京野歩路会

原瀬先生特集

◉今年の七月から原瀬先生の治療を受けました。五十肩は、忘れた頃に良くなるからと十ケ月間、近くの接骨や整形医にかかりながら、痛さで左肩が下ってしまいました。自分の顔も洗えなくなり、ほんとうにワラをもつかむ思いでしたが、今は耳の近くまで、左手が動くようになり、毛糸の肩かけをして、通院した頃がうそのようです。在宅で身障者の介護をしておりますので思うにまかせませんが「時間はかゝるけれど必ず良くなりますよ」と先生のお言葉を信じております。本当にありがとうございました。

◉六月十八日天海リーダーの大佐倉行の帰り三鷹駅の最後の階段三段目から右踵が痛み二ケ月間評判のよい接骨院に通いました、併し痛みが去らず8月22日原瀬先生の所へ参りました。踵れているもう片方を出しなさい、と、二ケ月接骨院も私も腫れていること、片方と比べて見ることもありませんでした。事実腫れていました。一回の治療で日日よくなり二回目で終了です。結局、原瀬先生は正しい適確な診断と治療をして下さったのです。二回とも一緒になった東村山の東ハイ会員が紹介したという実年女性も膝の治療が一回でよくなったと、二回目の待合室で二人で感心して喜びを語り合いました。

K・A

◉先日ひざの痛みで原瀬整形外科に伺いました。一週間の夏休み直後で、とても混んでおりまして一日がかりでしたが、一回で痛みが治り、ほんとうに嬉しゅうございました。前にも同じ痛み（四・五年前）で近くの外科で一ケ月位毎日電気をかけて頂いても何の効果もなく通院も止めて直るまで一年かゝりました。

Y・A

◉ひざ治る

前略　いつもお便りありがとうございます。私は、毎年八月のアルプスを楽しみにしております。ところが七月に膝が痛みます。東ハイのお便りを見て、半信半疑、原瀬先生の診察を受けました。先生は、一回（注射）で大丈夫と言って下さったのですが山行の前にもう一度行き、ハリをしていただきました。おかげさまで、一日十一時間と長い山行でしたが、三日間楽しく歩く事が出来ました。ありがとうございました。

1・9・20付

◉膝小僧を痛めて

昨日からの雨で日曜日の予報も雨、日曜日は歩く習慣のついている私は近くの山でもと考えておりました。月曜日から伊香保温泉旅行の予定もありましたので家族の者からも、今日位は家にいるようにと言われておりましたが、朝、目を覚しますと晴、友人と誘い合わせ、飯能にまいりました。白谷沢から岩茸石へのコースは、浩宮様の登ったコースで道も整備されているとのこと、前に行った事もあったが、バスで河又に着いた頃は雨、それでも折角ここまで来たのだからと、傘をさしながらの山歩き、普段の日でしたら水はあまりないのですが、昨日からの雨で水量が増し、靴の中には水が入り、替えの靴下と、取り替えても変りません。そして雨ですっかり濡れている土の上にビニールを敷いて食事をし、立ち上ったとたんに、どこにもぶつつけていない私の右脚の膝小僧が突然痛み出し、ひびいて歩けません。動かなければ痛みはありませんが、普通ですと一時間程の下山道ですが、杖をついて、友人にリュックを持って頂き二時間の下山は、針のむしろを歩いている様な痛さでした。

帰宅して主人からは「同行の方々に迷惑をかけるから山登りは年令に合ったコースを選択するように」と言われていましたので大いに反省致しました。

日曜日の夜でしたので医者に行くことも出来ず、冷えからきたのだと思い、お風呂で温めシップをして、翌日の旅行は中止する心積りでおりましたところ、同行する方々が伊香保の温泉はよいから行く様にと誘われ、バス観光でしたので参りました。ツアーの中に、私と同じ脚の痛みを持った方がおられ、ぬり薬を頂き温泉で温め、少々よくなりました。

通院する場合近所のお医者さんでないとと思い、すぐ近くの医院に参りました。膝にはシップをして、その上に収縮するホータイを強く巻くので膝の下が腫れてしまいました。

あっそうだ五月の会報に西会長の「私の救われた整形外科、柏の原瀬整形外科クリニック」のことを思い出し診療に参りました。西さんのおっしゃる通り座る椅子もなく混雑しておりました。でも折角遠方から来たのですからと、初診で「東ハイです」と申しますと「東ハイの方も随分来て頂けるのですよ」と言われ、膝の後に注射を二本して下さって塗り薬と飲み薬を頂きました。塗り薬は伊香保で頂いた薬と同じでした。そして膝体操のプリントを下さいまして毎日続けております。

「一週間後に診せて下さい」と先生が申されましたので、診療に参りました時は殆ど全快に近い程でございました。

「先生私はもう山は止めることに致しました。」と申しますと、「二ケ月位は我慢しなさい、無理もいけませんが歩いた方がいいですよ。」

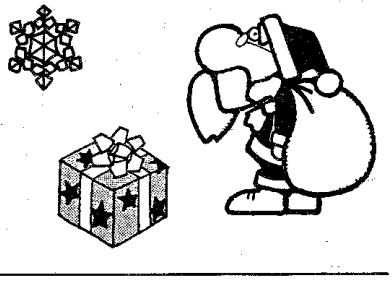
◎原瀬先生は、効果を宣伝して欲しくないと申されておられますが、先生によって長い間の痛みから解放されると、つい誰かに話したくなりますよね……。

受け付けには奥様が、一人一人の病状を気遣い、薬の説明、そして遠方のところお待たせ致しまして、と丁寧に挨拶、やはりはやるお医者様は違うんだなー、と心暖まる思いでございました。西会長有り難うございました。

◉この季節は日没が早いので、必ず懐中電灯、防寒着と、軽アイゼンも忘れずに持参しましょう。

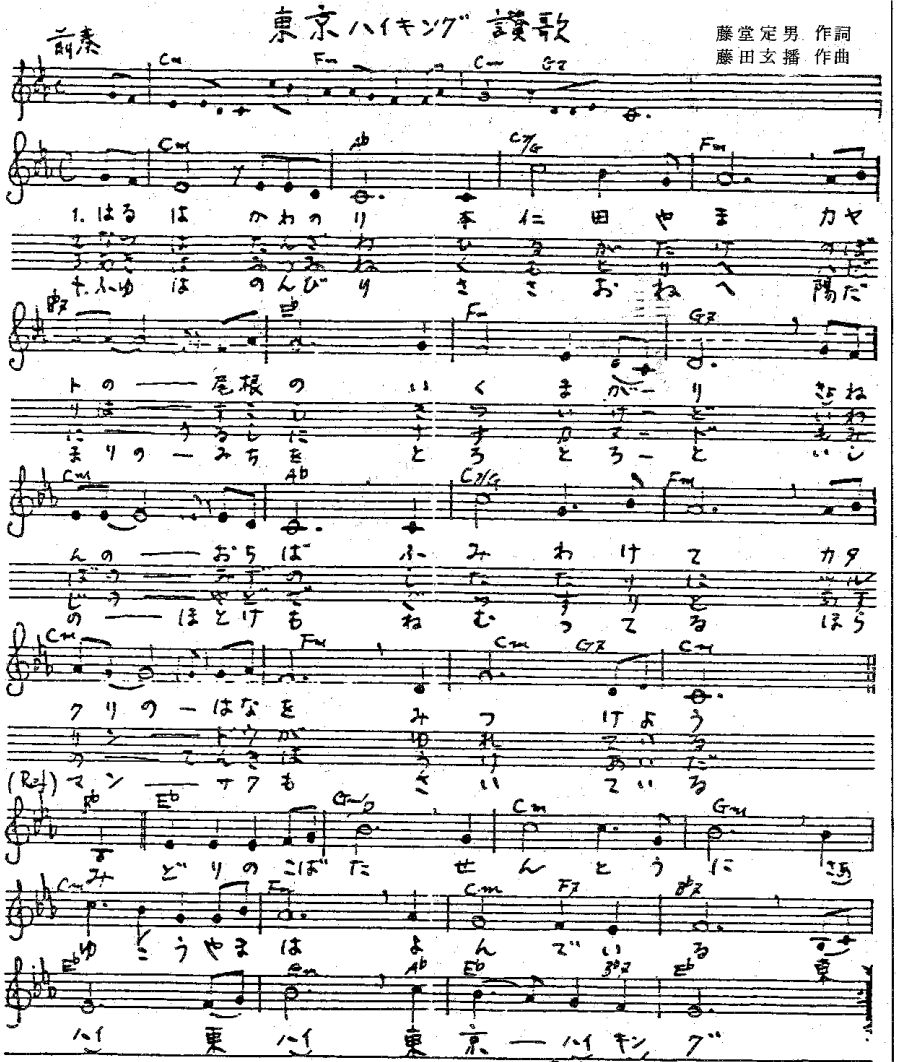
◉自分の体力、歩行力を考えて無理のないコースに参加する事。

◉初参加の人には皆で話しかけ東ハイならではのなごやかさを。



東京ハイキング讃歌

藤堂定男　作詞
藤田玄播　作曲



東京ハイキング讃歌

藤堂定男

一、春は川苔・本仁田山
カヤトの尾根のいく曲り
去年の落葉ふみ分けて
カタクリの花を見つけよう

Ref
緑の小波　先頭に
さあ行こう　山は呼んでいる
東ハイ東京ハイキング

二、夏は丹沢・陸岳
のぼりはすこしきついけど
岩場の水のしたたりに
ツルリンドウがゆれている

三、秋は三峰・雲取へ
ハゼにウルシにナナカマド
紅葉の宿でぐっすりと
明日の天気はうけあいだ

四、冬はのんびり笹尾根へ
陽だまりの椅子をとろとろと
石の仏も眠ってる
ホラ　マンサクも咲いている

〒116 荒川区西日暮里2—31—5 電話 891—2280
発行所 東京ハイキング協会 振替東京0—63515
発行人 西 繁雄 毎月1回1日発行
継続会費 1年間 2,400円
新入会員会費 平成2年3月迄 800円 入会金 600円

東京ハイキングニュース

平成元年12月1日発行
通巻№ 第194号
創立 昭和48年

会員番号＿＿＿＿＿＿

移転する時は…

郵便番号、会員番号、氏名
電話番号必ずお忘れなく。

◉三度目の正直　谷川麻里亜

八月吉日四時起床　いつものように窓を開けて空を見上げる。よし、行こう！電気釜のスイッチの音もさわやかだ。

土合着八時二十八分。改札口までの四八六段をひとり黙々と登る。暗い中を気持の良い冷風がすうっと通りすぎる。ひんやりと、とても神秘的で私好みだ。ロープウェイ駅まで二十五分、この位のアプローチは理想的。天神平より頂上を見上げる。晴れだ、よかった、今日はうまくいきそうな予感がする。

一度目は天神峠より谷川温泉に下山。

二度目は天狗の腰掛岩の少し上位から天候急変のため下山。

今日こそは三度目の正直なのだ。とにかく頑張ろう。いつもはすべりやすい板橋も今日は濡れていないので歩きやすい。避難小屋から天狗の腰掛岩、と今日はいつになく快調なテンポだ。五分休憩。西黒尾根より登って来る人が小さく見える。次回は西黒から登ってみよう。

やがて一本道が終り、広いザレ場の肩の広場だ。ガスが発生すると方向を見失う危険性があるので、要注意と言われている。

しかし、今日は十日に一回しかないと言う晴天。ラッキー！アッと言う間に肩の小屋。

そして、ついに来ました三度目の正直！　1963米、谷川岳頂上だ！トマの耳に、360度見わたせる山々の展望に、感動の波がぐっと胸にこみ上げる。

とにかく素晴らしい！の一言。近くの人に頼んで記念写真を一枚撮って貰い、すぐオキの耳へ。この二つのピークを持つ山頂は、谷川岳と鹿島槍ケ岳が代表されるとのことだが、オキの耳から眺めるトマの耳はガスで見えたり隠れたりをくり返し、まるでその両耳が雄大なシーソーでもあるかのような錯覚にとらわれ、しばし見とれてしまった。

十一時四十分、後髪をひかれる思いで下山。途中、かれんな、りんどうが一輪、もうすぐ秋だな、と心に残った。

本日の反省
お水一リットルでは少し不足でした。

ピークに立った時の感激をわかち合う友と来るべきでした。

◉富士山誕生　今は八月

◎数十万年の昔、まだ富士山がなかった時代、小御岳、愛鷹山など火山活動をしていました。

◎二万年前頃、小御岳の麟りに新火山「古富士」が出現、噴火をくりかえした結果、元の山体は大量の噴火物の下に埋没し、小御岳もまたそのマントの中に抱きこまれてしまいました。

それが今私達の見る「新富士山」の誕生です。

◎現在の富士山ができあがったのは一万年余前で、その後も噴火をつづけ今から五百年位前まで噴煙が立ち昇っていました。

◎富士五湖　山中890、河口830、西、精進、本栖は共に900m。（この三湖はどこかでつながりがあるのかな）

五湖はいづれも富士溶岩流によるせき止湖で、地表からの注入水をもたず、山中湖の桂川を除き他の四湖は天然の排水河川をもっていない。

◎西、精進、本栖の三湖は、それまで唯一の大湖であった「剗の湖」が貞観四（864）年、寄生火山長尾山から流出した、いわゆる青木ケ原溶岩流の流入によって分断されてできたもので最も新らしい作品である。

◎忍野化石湖跡　今はヘリモミの納林が美しく人々の眼を慰めている所であるが、これも溶岩流にせき止められてできた湖の名残の果ての姿で他の五湖のいく末も暗示されている。

富士山の降水の大部分は山体にもぐりこみ、その体中を伏流して、山裾に泉となって涌出し五湖を養っている水の大部分はこの涌水に依存している。

◎関東火山灰層　二万年もの間活動期の古富士の火口から、くりかえし上空高く吹上げられた火山礫や火山灰は上層の西風にのり東方へ流れて、重い物から順次降下して主に関東地方に降り積み、先は海に消えた。

東京、横浜付近に広範囲な台地を作っている赤土、いわゆる関東ローム層がそれです。

（私達が山行の時、雨の後などよくすべる赤土、あれです）

以上「NHKブック富士山」からごく一部分の要約です。

文中（）内は渡辺辰

※※※