

★1月7日 弘法山 初心者向 雨天中止 係Ⅱ西 繁雄
小田急新宿駅8時1分乗車 滑らぬ靴で。弁当 雨具持参
9時2分鶴巻温泉下車(五百五 参加票は記入して持参下さい。
十四) 弘法山↓権現山で温泉へ 尚入浴する人は着替も。

★1月7日(日) 阿夫利神社初詣で 一般向 雨中止 係員佐野
小田急新宿駅8時1分急行前 地図昭文社②丹沢 丹沢大山フ
方乗車 伊勢原駅下車8時55分 リーパス千四百五十円 歩程3
日向薬師行バス9時発乗車 時間 協力日太田 茂

★1月10日水 佐倉・甚大寺金
毘羅宮大祭初参り係Ⅱ西 繁雄
JR日暮里駅乗換 京成日暮里
ホ1ム9時8分発前方乗車Ⅱ京

★1月10日(水) 房総富山(南総
里見八犬伝) 発祥の地係川奥村

表示方法	歩程時間	備考
初心者向	2 〓 3	初めての山歩き、ゆっくり歩くコース
一般向弱	3 〓 4	どなたでも安心して歩けるコース
一般向	3 〓 5	比較的整備されたコース
一般向強	4 〓 6	歩程が長く急な登降もあるコース
やや健脚	5 〓 7	高度差が大でヤセ尾根、ヤブ等もある
健脚向	6 〓 以上	かなりの経験と体力を要するコース

歩くバスの旅 初心者向
東京駅八重洲北口 国鉄観光会
館横7時20分発 房総富山町
伏姫ノ籠遺・高山・福満寺
歩程3時間30分 費用五千円
房総屈指の名山で、里見八犬伝
のゆかりの地を歩きます。
会員外の方も参加できます。
但し会則を守って下さる方に限
ります。 協力 田川・丸山・

カモシカスポーツ 山の店・横浜店

「桜木町」駅前にオープン!

山の店として、30年のこだわりから誕生しました。



KAMOSHIKA



至紅葉駅 ●JR線、東横線、山下線の桜木町駅から徒歩5分。



東ハイ事務局には専属の事務員はおりません。留守電の時は「ハイ」という合図の後に「用件と会員番号、氏名を」必ずあなたの電話番号もお願い致します。

★1月13日(出) 谷中史跡巡り 初心者向 雨中止 係Ⅱ飯塚賢次
西日暮里駅JR線出口改札前集合10時出発 青雲寺・修善寺・延命院・経王寺・朝倉彫塑館・谷中霊園・浄名院・寛永寺・花園稲荷神社・五條大神社・弁天堂・谷中七福神の一部を含む神社仏閣巡り 江戸六地蔵 文化財の
★1月13日(出) 南房総フラワースタター 初心者向 係Ⅱ大畑
JR錦糸町駅④7時18分乗車千葉乗換館山10時2分下車バス入館山フラワーパーク前下車入園料七百円(ボビー20本摘ませてくれる) 園内食堂あり。時間
★1月13日(出) 宝登山 一般向
西武池袋駅8時35分発快急三峰・寄居前行方乗車 所沢9時6分 長瀬10時50分下車・宝登山・長瀬駅 徒歩3時間
純白の雪の上に黄色いろうばいが咲いて美しかった事もありま
★1月14日(出) 下田市爪崎水仙満開 バス 係Ⅱ西 繁雄
JR新宿駅西口安田生命ビル横マイクロス7時発 雨具持参 食室あり。見渡す限り水仙の花山頂灯台へ滑らぬ靴で、時間あ
★1月14日(出) 鎌倉アルプス 初心者向
「かながわの最勝50選めぐり」アンコール 滑らぬ靴で
JR横須賀線東京駅地下①番線8時54分発久里前行方乗車横須賀9時24分 北鎌倉9時47分下車・天園登山口①王岩→天園(六国峠)→瑞泉寺→鶴岡八幡宮・鎌倉駅 徒歩3時間
★1月14日(出) 草戸山 一般向
JR横須賀線本駅北口(京王線も同じ)9時集合
JR横本駅への交通は京王新線新宿発8時2分・横本着8時53分又は京王線新宿8時発待合で調布乗換8時24分・横本着8時53分が便利 JRの場合 八王

★1月14日(出) 白谷沢・岩茸石 一般向 雨天中止 係Ⅱ荒金
西武池袋駅7時55分発急行能行中乗車①飯能8時25分能郷行バス乗車 河又・有間ダム・岩茸石・河又バス停①飯能駅 徒歩3時間 地図昭文社②
★1月14日(出) 鎌倉初詣 雨天中止 一般向 雨天中止 係Ⅱ川崎
JR高尾駅7時48分河口湖行後方乗車(JR新宿6時43分特快が便利) ②藤野駅8時2分下車 和行バス8時6分乗車 和行バス8時25分下車・八坂神社・鎌倉尾根・連行峰①万六ノ頭・柏木野バス停②五日市駅
★1月15日(出) 鎌倉初詣 雨天中止 一般向 雨天中止 係Ⅱ鈴木福蔵
集合1月5日と同じです。コースは東慶寺・浄智寺・亀ヶ谷坂切通し・薬王寺・浄光寺・八幡宮・解散 矢部先生・西
★1月16日(出) 扇山 一般向 雨天中止 係Ⅱ桜井孝行
JR高尾駅7時57分甲府行中乗車(JR新宿6時47分特快が便利) ②高尾着7時32分が便利 ④四万津8時29分下車 タクシーで
★1月17日(出) 日和山 一般向 雨天中止 係Ⅱ江森一郎
西武池袋駅⑦7時10分急行飯能行中乗車 所沢7時36分飯能乗換高尾7時18分下車・日和山・物見山・北向日蔵・ユガ
★1月18日(出) 大本山中山法華経寺 初心者向 係Ⅱ西 繁雄
京成日暮里駅ホーム9時8分・発特急乗車 28分八幡駅下車 停車に乗換34分京成中山駅下車 三百円
私は子供の時から母の教化で法華経を信じ曲った事は太い今後全国の大本山や本山等旅行で何時も歩き足腰と精神を鍛錬し東ハイ創立の基本理念
★1月18日(出) 東京の公園巡り 初心者向 雨天中止 係Ⅱ林
集合新宿西口地下交番前9時30分①地下鉄・バス利用 晴海公園他見物 足に自信のない方に限る。但し勝手な行動は厳禁 夜9時頃迄にお願いします
(バス山行 参加希望者に注意)
①リーダーの指示する費用を振込んで参加申込み下さい。キャンセルは原則として認めません。振込金は返還されませんので、代わりの人を立てて下さい。その場合連絡は早めに来実にお願致します。
②特殊事情でバスの運行不可能な場合以外は、雨天でも実施します。この場合不参加でもバス代、宿のキャンセル料等は支払って頂きます。(バス車内は禁煙です)

★1月20日(出) 熱海玄岳 一般向 雨天中止 係Ⅱ江森一郎
JR東京駅⑦7時24分伊東行中乗車 小田原8時52分熱海駅下車 玄岳・水が池・熱海道路・丹那新道・バス停③三島駅 徒歩3時間 青春きつが利用 歩代千五百円 5万圓熱海・沼津 蔵コギヤのバス手 持参 登山靴で参加の事 玄岳は最近まで、何故か忘れられていた静かな山で、熱海火山外輪山の主峰 頂上からの展望は素晴らしい。丹那新道「天然記念物」も見の価値あり
◎雨天時は列車の旅をします。協力Ⅱ高田佐紀子
★1月20日(出) 庵原三山 一般向 雨天中止 係Ⅱ平沢こと
JR品川駅⑧7時15分沼津行前方乗車 JR沼津乗換富士川駅①金丸山・大師広場・大平山・大丸山・見晴観音・蒲原原 徒歩4時間40分 2万5千圓蒲原 交通費 青春きつが得 日だまりと展望コースで金丸山(野山) 大平山 大丸山を庵原三山と地元のハイカーはいう。キャラバン靴以上で足元しつかりとして参加の事。協力Ⅱ佐々木昭治
★1月20日(出) 三國山 健脚向 雨天中止 係Ⅱ中村一雄
小田急新宿駅急行6時31分乗車 JR松田駅8時12分①御殿場駅 徒歩48分 ②下バス9時15分平八幡坂9時52分 ③アザミ平・大洞山・三國山・三國峠・三國山 富士吉田駅 徒歩4時間 地図昭文社富士・富士山幸村
★1月20日(出) 春日山 一般向 雨天中止 係Ⅱ次郎
20日(出)新宿駅西口朝日生命前23時出発 中央道①ノ宮前山・鳥坂峠・春日沢ノ頭・春日山・黒坂峠・風巻・鷲尾峠・大窪 JR新宿 徒歩5時間 費用九千円位
★1月20日(出) 春日山 一般向 雨天中止 係Ⅱ次郎
20日(出)新宿駅西口朝日生命前23時出発 中央道①ノ宮前山・鳥坂峠・春日沢ノ頭・春日山・黒坂峠・風巻・鷲尾峠・大窪 JR新宿 徒歩5時間 費用九千円位

東ハイ会員優待の店
さわやかハイクにおすすめの用品、いろいろ!

イタリア製 **ALICO**
アリュ・トレッキングシューズ
ノマド ¥28,000→¥19,600
スバック底のソフトで軽快な鞋。
登山ハイク〜夏山小旅行に。

ウェザースポーツ
ゴアテックス・レインスーツ
特価 ¥14,800
カラー:ブラック・ネイビー・イエロー
カウチ・ライディングジャケット付。
フットパッド付。

さかいやオリジナル
常念(45) 価格 ¥7,800
カラー:ブラック・ネイビー・イエロー
カウチ・ライディングジャケット付。
フットパッド付。

さかいやから販売各種ご希望の方は店頭配布中
郵送ご希望の方は切手400円同封の上お申し込み下さい。

さかいやスポーツ
〒101 東京都千代田区神保町2-48 ☎03-3262-0432
〒101 東京都千代田区神保町2-28 ☎03-3262-0581
営業時間 平日 AM10:30~PM8:00 日・祭日 AM10:30~PM7:00
便利な代引きもOK 通信販売承ります。

人生には必要なら、荷物が多すぎる。この数分付くのは、山旅の収穫だ。人生にどうして必要なの道具。必要なのは、山旅の収穫だ。人生にどうして必要なの道具。必要なのは、山旅の収穫だ。

登山・キャンプ・スキー専門店
池袋 秀山荘
☎03-3984-4211代
〒170 東京都豊島区東池袋1-44-8
★営業時間: 10:00~8:00 年中無休

JR池袋駅下車 東口より徒歩5分 (JY路線沿い)
★営業時間: 10:00~8:00 年中無休

☆1月21日(日) 写生会 日比谷公園
日比谷公園入口交番前10時集合
園内写生終了後本棲名物
カレーで昼食 2時頃解散

☆1月21日(日) 西新井初大師参拜
東武浅草駅9時23分發伊勢崎
行乗車 9時42分西新井駅乗換
行52分四十郎前行乗車 終点下
車(二百四十円) 食堂 土産

★1月21日(日) 秩父十三仏詣り
西武池袋駅①快急7時55分発
前方乗車親皇駅下車徒歩3分
西光山萬福寺1月の御本仏不動
明王にまいりしる。不動明
王は大日如来の変化身として、

係①福島 昇
12月描いた作品持参 降水50
％以上中止 初参加者は嚙えう
②3956・0766

係②西 繁雄
店多く弁当不要 参加票提出後
は自由行動とします。
③043・461・9565

初心者向
内に深い慈悲を秘め、外に怒り
の相を示し、邪念怨望を退散さ
せる守護尊です。
協力①秋元・神部

④3984・9968

★1月23日(火) 夢の島熱帯植物園 雨中止
新集合 都営西口地下交番西9時30分
新宿 都営地下鉄で西大島駅下車
車バス 夢の島下車 熱帯植物園他見学 入園料65円以上無料
証明ものも持参 軽装で

★1月24日(水) 鶯鳴とげふき地蔵尊初大祭 係 西 繁雄
JR東鴨駅前集合 9時30分に
出発 当日は一年で一番混雑する
大祭です。家で記入済の参加
票を持参のこと。空欄置き引き
が多いので注意。盗難置き引き
が放したら戻りません。貴重品は
持たぬこと。手を組んで歩くと
倒されて大ケガをする。ケガの
場合は翌日でも必ず電話下さい

11時から3時まで大回向流経
が始まる。今日の呼び物ですが
決してあわてず気を付けて。当
日は目解としますが私は最近
後まで残って目についた人と近
くを歩きます。露店が何百店と
並んでおり楽しんで下さい。

043 461・9565

係 西 繁雄
会員の外の方もP.R. 参加票
目印に黄
色タオル持参 協力 塚越林造
3402・3034
夜9時迄に

★1月27日(土) 大野山 一般強
雨天中止 係1内藤和彦
小田急新宿駅 係246分発急行
各急行 1新松山 25分11分下車
富士急行バス 8時25分西丹沢
行に乗車 丹沢湖下車、展望台
・山梨峠分岐、湯本平分校、大
野山・嵐JRR駅殿場線谷峨駅解
散、歩程約5時間 眼下の丹沢
湖と箱根 西丹沢 富士の大展
望を期待
交通費新宿起点二千五百円
地図昭文社②丹沢 5万図秦野
90463・88・2421
19時・21時迄

予
告(申込可)

★2月4日(日)
一般 日帰り
係Ⅱ直江忠彦
雨が岳

★3月31日(日)
一般 日帰り
毛無山 パス

住所 氏名 電話 会員番号
生年月日は往復はがきで申込む
年20日多摩市鶴牧4の1の1
の405直江忠彦
☎0423・76・5433

※3月16日(出)24日(入)ネパールヒマラヤトレッキング一度はでかけて見たいコースです

平成8年2月号(2)

☆2月3日(土) 新井薬師他 初心者向 雨天中止 係 大畑 豊
JR中野駅北口9時集合 新井
薬師・庭園・哲学堂↓吉祥寺
☆吉祥寺・井之頭公園↓吉野ヶ
★2月3日(土) 矢倉岳 一般向
小田急新宿⑤6時31分急行小
田原行前方乗車↓新松田7時51
分着箱根登山鉄道バス足柄万葉
公園行8時15分乗車↓矢倉沢下
車集合↓矢倉岳↓清水越え↓万
葉公園↓足柄峠↓JR足柄駅↓松
☆2月4日(日) 写生会 梅園を描く
小田急奥平梅ヶ丘駅北口改札10
時集合(急行不可)↓3分位で
羽根木公園内の梅園を描く 画
材水彩用用具 弁当 水筒 防寒
具要す。1月中旬に描いた作品持
参 持参品のみ以上参加可断り。当
日降雨率50%以上中止。予備日
なし。初参加者は電話を。
全員合評会に参加して下さい。
33956・0766 係 福島 昇

★2月4日 経ヶ岳・高取山
小田急新宿駅⑤7時1分前
3両目乗車→本厚木駅下車 神
奈中バス半原行乗車②下坊前
下車 経ヶ岳・仏果山・高取山
→接糸組合前バス→本厚木駅

★2月4日 岩殿山 一般向
JR新宿駅7時5分発快速高尾
行乗車 高尾8時21分発甲府行
大月駅下車 岩殿山・筑坂峠↓
カブト岩・天神山・稚子落し↓

★2月4日 大仁田山 一般強
西武池袋駅⑤7時47分発急行
飯能行中程乗車⑤飯能8時42分
下車タクシ①弁天前バス停↓
浅間神社③366M・394M
↓4008M・四十八曲峠・大仁
田中止

雨天中止 やや健 係Ⅱ本多
歩程5時間30分 交通費約二千
円 地図昭文社②0番
雪の季節なので怪アイゼン要
協力Ⅱ奇英雄
048・253・9640

雨天中止 係Ⅱ川上富之助
大月駅 歩程4時間弱 急登
カサリ場などあり 多少のスリ
ルが味わえます。展望最高
0423・66・4383

雨天中止 係Ⅱ小沢
山⑤505・493M・小沢
峠↓小沢バス停⑤飯能駅
歩程約5時間 交通費約二千元
2万5千圓飯能・原市場
③3956・1017

★2月7日水 袋田の滝水瀑
古徳沼の白鳥 係Ⅱ奥村昭孝
新宿駅西口安田生命横7時35分
出発 袋田の流を觀賞後、白鳥
の飛來地古徳沼を訪ねます。
袋田温泉↓月居山↓袋田の流
歩程3時間 費用五千元 会則
を守る方のみ受付けます。
非会員の参加可能です。
協力Ⅱ田川・丸山・倉田他
3634・2284

カモシカスポーツ 山の店・横浜店
「桜木町」駅前にオープン!

山の店として、30年のこだわりから誕生しました。

ランドマークタワー
みなとみらい
聖蹟桜ヶ丘駅
桜木町駅
西口
東口
至園内
入付
国道16号
丸の内線
有明
商業施設
センター
ばかシタ
地下鉄桜木町駅
カモシカスポーツ
山の店・横浜店
山梨会館
至紅緑駅
●JR山手線、京浜東北線、有明線の桜木町駅から徒歩分。

カモシカスポーツ
山の店・本店 ☎03(3371)4333
 〒169 東京都新宿区高田馬場3-3-3
山の店・横浜店 ☎045(212)2044
 〒231 横浜市中区桜木町3-11

- AM10:30～PM8:00(月～金)
AM10:30～PM7:00(土・日・祝)
- 定休日/日曜日(4月・7月・12月は定休日なし。
他の月は最初と最後の日曜日は営業します)

平成8年2月号(4)

パプアニューギニア
ギルウェイ山 登頂旅行 8 間のお誘い!
 日程: 2月10日~17日 費用: 328,000円 (全食事付, ツアーリーダー付)
 ◎希望者は至急お電話ください。資料をお送りします。説明会あり
 お問合せ・お申込み=野本 秀旺 (東ハイ会員) ☎03-3303-4837 (午前中) FAX 03-3303-4837 (終日)
 予告①3月17日~23日 台湾5大名峰の玉山, 秀姑巒山縦走 ②4月26日~5月4日 メキシコとヨセミテの旅 ・お問合せ電話下さい。

パプアニューギニア
ギルウェイ山 登頂旅行 8 間のお誘い!
 日程: 2月10日~17日 費用: 328,000円 (全食事付, ツアーリーダー付)
 ◎希望者は至急お電話ください。資料をお送りします。説明会あり
 お問合せ・お申込み=野本 秀旺 (東ハイ会員) ☎03-3303-4837 (午前中) FAX 03-3303-4837 (終日)
 予告①3月17日~23日 台湾5大名峰の玉山, 秀姑巒山縦走 ②4月26日~5月4日 メキシコとヨセミテの旅 ・お問合せ電話下さい。

3月山行



目次

(56 コース)

24日	26日	27日	27日	29日	
（火）	（水）	（木）	（金）	（土）	（日）
箕輪・日向薬師	吉野梅郷	吉野梅郷	吉野梅郷	吉野梅郷	吉野梅郷
岩船	川上	宇田	初田	奥村	大畑
30日	31日	1日	2日	3日	4日
（土）	（日）	（月）	（火）	（水）	（木）
千葉いなげの浜	大塚山・大岳山	毛無山パス	秋山二十六夜山	高柄山	佐々木
西	金子	直江	川上		

▼ 山行参加のとき会員登録・参加票を必ず持参のこと

▼ 山行参加費 会員百円・会員外四百円

▼ 駅で緑の旗・黄色タオル・Rのバッジが東ハイの目印

★3月1日(金) 3日(日) 蔵王樹氷見物 バス やや健 係Ⅱ 巽
 1日(金) 赤井駅東口前23時出発
 Ⅱ東北道→村田Ⅱ山形蔵王Ⅱ蔵
 王温泉ロ→ブウエⅡ山頂駅↓
 熊野岳往復↓蔵王温泉Ⅱ坊平泊
 坊平リフトⅡ樹氷原↓刈田岳往
 復↓坊平Ⅱ赤羽

★3月2日(土) 伊豆ヶ岳 やや健
 西武池袋駅 7時55分発快急
 三峰→寄居行前方乗車 所沢8
 時23分 9時14分西吾野駅下車
 交通費約千五百円 係Ⅱ金子庄作
 東ハル保険加入者に限る
 地図昭文社 読奥武蔵・秩父

ツク持参 スキー参加者も受付
 けます。 歩程1日1目5時間
 2日4時間 費用二万五千元位
 39997・0593

人生には「要」がある。
荷物が多すぎると、
ことごとく金銭付くのは、
山旅での「收穫」
である。そして、
「人生にどうして必要」な道具
がある。
こゝに金銭付くものは、
山旅の「收穫」
である。

昭和55年日産自動車販売より改訂

④会員登録または会員バッジをお会計の時に提出してください。カードでのお買物は割引になります。

池袋 秀山荘
会山・キャンプ・スキー専門店

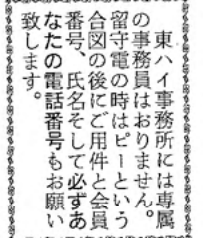
☎ 03-3984-4211代
〒170 東京都豊島区東池袋1-44-8
★営業時間：10:00～8:00AM ★年中無休

平成8年3月号(2)

★3月11日(月) 13日(火) 猪苗代
 スキー 係Ⅱ若林福四郎
 往復新幹線 JR上野駅7時
 6分発やまびこ33号2号車に乗
 車郡山8時25分下車 磐城西線
 乗換8時37分発猪苗代9時10
 分下車 マイクロで旅館観光
 申込242・62・4072
 申込2月10日まで住所氏名
 生年月日(電)記入のこと
 〒231横浜市中区竹丸155
 係Ⅱ西 繁雄
 日暮里中央町会会館 18時30
 分開始
 ●3月12日(火) 役員会
 国山3道の駅 猪根 湖尻/三三
 国山3道の駅 係Ⅱ奥村昭孝
 歩くバスの旅 一般2コース
 新宿駅西口安田生命横7時15分
 出発 帰着新宿駅20時30分頃
 ①湖尻 深長水門 湖尻峠
 ③国山 山伏峠 道の駅 行程
 ④5時間 ⑤3時間30分
 費用五千元 会費を守って下さ
 る方の多受付となります
 歩くバスの旅は非会員も参加可
 協力Ⅱ①田川・丸山・奈良坂
 ②倉田・三浦他
 ③634・4・2284

[illegible]

平成8年3月号(3)



東ハイ事務所には専属の事務員はおりません。留守電の時はピーという合図の後にご用件と会員番号、氏名そして必ずあなたの電話番号もお願ひ致します。

★3月15日 金 高尾梅林 一般向
 京王新宿駅8時10分発急行下
 尾山口行車庫※終点9時10分下
 車(JR新宿駅8時55分発快速高
 尾行が高尾駅で京王線に連絡)
 ↳稲荷山コースで天下一線!城山

★3月16日 金 17日(日) 天城山
 15日金新宿駅西口朝日生命前
 23時出発!東名道!厚木!小田
 原!伊東!天城高原!万二郎岳
 半三郎岳!八ヶ岳!也!天城岳
 費用一万三千分

バス 一般強 係!巽 次郎
 ツゲ峠!猫越峠!笹越峠!仁
 峠!新宿 歩程1日目6時間
 2日目4時間30分

↓ 4号路!蛇湯! 係!村田 隆
 ↓ 高尾駅まで歩きまし
 歩程4時間 交通費八百円位
 地図昭文社 55 高尾・陣馬
 ☎0422-22-55 1424

★3月17日(日) 筑波山 一般向 雨天中止 係員齊藤清三

★3月20日祝 地蔵講み加治丘陵 一般公開 中止 係無急行
西武池袋線 7時47分 加治駅8時
飯能行中程乗車 元加治駅8時
39分下車 標高150M程度で
静か下り自然豊かな元加治オ
リエンテールینگコオスのボス
トマーク(11ヶ所)探しを楽し
みます。地蔵講希望の方定員
25名電話で申し込み下さい。
オリエンテールینگ用地蔵2
日は係が用意します。歩量足

- 青山本店、〒169 東京都港区南青山町2-2-3 (03)32081601付
- 一ツ木&カネ一本舗、〒169 東京都新宿区西新宿2-8-18・16 (03)32093554付
- 新西宮口店、〒160 東京都西宮郡西新井1-6-7 (03)33461030付
- 新宿西口店、〒151 東京都渋谷区代々木1-50-4 (03)32505601付
- 神田山王、〒101 東京都千代田区神田神保町1-8 (03)33051062
- 神田店、〒101 東京都千代田区神田神保町1-8 (03)33051062
- 御坊久々、〒102 東京都千代田区神田神保町1-8 (03)32956860
- 三軒茶屋店、〒152 東京都文京区三軒茶屋N3-1-2 (0426)645611
- アスカス八王子店、〒192 東京都八王子市平磯山3-6-6 (0426)4643922
- 川越店、〒353 埼玉県川越市清瀬町1-4-4 (0492)621365
- 大宮店、〒330 埼玉県大宮市宮前2-123 (049)6415707
- 高松店、〒330 埼玉県高松市新郷5-3-5 (03)32737272397
- 松本店、〒390 長野県松本市中央2-4-5 (0263)3633038
- 新潟駅前、〒956 新潟県新潟市東区水戸2-1-1 (025)24263330
- 新潟フアラード店、〒950 新潟県新潟市中央区第一1-ブラス3-81 (025)24262311
- 仙台店、〒980 宮城県仙台市青葉区花畑4-1-8 (022)2770255
- 盛岡大流通、〒020 岩手県盛岡市大通り4-10・16 (019)26562122
- 札幌店、〒060 札幌市中区南一条二丁目4-8 (011)21293365
- ルニース美栄店、〒040 秋田県平泉县平泉町一丸2-13-2 (019)8437447
- 中心ビル店、〒001 札幌市北区北二条南3-1-1 (011)7473560
- 旭川店、〒090 札幌市南区旭川第二南1-1-1 (015)2191413
- 追分店、〒930 福井県追分市追分2-9-16 (076)6245830
- 富山店、〒930 富山県富山市富山町2-5-2 (076)33001721

背中快適!!

〒101 東京都千代田区外神田3-11-1
登山本店 TEL 03(3253)1431
通販専用 FAX 03(3257)0281
車ハイ係「までお申込み下さい」

●JIRISHANCA
ヒリシヤンカ
「世界最大のクレーン」
カーゴ・リフター、パ
ークウェイにシフト
（約4000人乗りのバス）
のタイプは空想の世界
だ。ジョイスティックで
コントロールし、簡単に
動かすことが出来る。
7,000円

●LAVAREDO ラバード

(容量約60カラ、ブルー・グレイ)
1年間の保証の定価で7万円。送料別。送料は別途
加算に。ネット通販を推奨。ネットストア
での決済もできるよにならした。
7,200円

3つの特長

- ①パッキングが簡単。
- ②リズミカルに背負えます。
- ③背中を冷やさずに使えます。

OUTDOOR MIND
ニッポン
〒101 東京都千代田区外神田3-11
釜山本店 03(3253)143
通販専用FAX 03(3257)028
「車ハイ係」までお申込み下さい

目次

★4月6日(日) 大山三峰 一般線 雨天中止
 小田急新宿駅7時11分発急行
 小田原行中程乗車①本厚木下車
 神奈中バス④8時20分宮ヶ瀬行
 に乗車①保ヶ谷下車、物見峠分岐
 ↓三峰山↓不動尻キャンプ場
 ↓広沢寺温泉入口バス停①本厚
 木駅 歩程4時間30分 鎖や梯
 子もあってスリルを味わえるア

★4月6日(出) 常陸の山八溝山
 JR上野駅7時29分発高萩行
 中程乗車①水戸駅9時15分東横
 水部線タクシ②24分発快速③常陸大
 子駅タクシ①旧参道入口↓金
 性水①八溝山①日輪寺↓蛇穴バ
 ス停バスカタクシ①大子駅
 歩程3時間 2万5千円が得
 鳩 交通費 青春きつが得
 他にタクシ代約二千五百円

★4月6日(出) ハケ岳高原カメラ山行
 6日新宿西口朝日生命前3時
 出発①中央道須賀①甲斐大井
 ↓天女山↓泉宮牧場展望台↓美し
 森①清里平沢↓飯盛山往復①新

★4月7日(日) 秩父礼所
 秩父名物のしだれ桜の下で花
 見を楽しむよう

西武池袋⑦7時55分発快速急
 行 三峰口行後方2両目乗車①
 所沢8時23分(係乗車) 白久駅
 下車①礼所①白久駅①武州中

★4月7日(日) 芝の寺社巡りと花見
 JR浜松町駅北口世界貿易セン
 タービル前集合 10時出発①芝
 大神社①増上寺①東照宮①丸丘
 古墳(芝公園)①青森寺①愛宕
 神社(愛宕山)①N日K放送博
 物館↓栄園院↓大倉古坂①金

★4月7日(日) 衣張山(光明寺)
 「かながわの景勝50めぐり」
 №48 雨天中止 運動靴でも可
 5分JR東京駅後ホーム①8時
 5分衣張山駅行最後御乗車①
 横浜8時35分①鎌倉駅8時59
 分下車①若宮大塚①八幡宮①衣
 張山①浅間山①展望台①長勝寺
 ↓光明寺①材木座海岸①鎌倉駅

一般線 雨決行 係Ⅱ平沢・朽木
 常陸の最高峰の山で茨城・栃木
 福島の三県にまたがる雄大な山
 容を誇る日本三百名山です。
 雨の場合はコース変更する場合
 もあります。
 タクシ使用のため電話下さい
 ③3657・8855
 夜8時30分①9時30分までに
 協力Ⅱ佐々木昭治

雨中止 初心者向 係Ⅱ岩崎
 川駅①清雲寺①②③④⑤⑥⑦浦
 山口駅 地図昭文社①奥武蔵・秩父
 所要時間3時間 協力Ⅱ箕輪
 ①0423・81・7763

刀比羅宮①新橋駅 花のお江戸
 の歴史と文化とお花見の欲張り
 の歴史 飲食物自由持参 大倉
 集古館入館料四百円 履きなれ
 た靴にて参加 歩程4時間中止
 ③3902・4069

初心者向 係Ⅱ宇田曉美
 歩程3時間 地形図 鎌倉
 衣張山は眼下に鎌倉の市街が
 一望でき由比が浜のカブと相
 横濱そして光明寺若宮大路の
 桜が美しい。 交通費千八百円
 (JR駅遠方の方はホリデーパス
 ②048が得) 協力Ⅱ西沢宗一
 ③048・725・8713

入会希望の方は事務所へご連絡下さい。
（4月入会員の会費）平成9年3月迄
電話03・3891・2280
2400円＋入会金1000円



3,200円

●HIDDEN PEAK[®]
ヒドンピーク

①軽量・コンパクト
②折りたたみ可能な
③100%リサイクル材の
ブルームーンライ
ズ



3,800円

●JIRISHANCA[®]
ジリシヤンカ

①両面ファスナー
②カーブデザイン、バ
ックの凹凸が背負
易い
③両面ファスナー
④両面ファスナー
⑤両面ファスナー



7,000円

●LAVAREO[®]
ラヴァレオ

①両面ファスナー、バック
②両面ファスナー、バック
③両面ファスナー、バック
④両面ファスナー、バック
⑤両面ファスナー、バック



7,200円

爽快フレーム



3つの特長

- ①バックギンが簡単。
- ②リズミカルに背負えます
- ③背中を冷やさずに使えます。

OUTDOOR MIND

ニッポン

〒110 東京都千代田区外神田1-11-1
電話03(3257)1431
通話代用03(3257)0289

平成8年4月号(3)

東ハイ山行強弱度		備考	
表示方法	歩捗時間	備考	備考
初心者	2 1 3	初めでの山歩は、ゆっくり歩くコース	
一般回廊	3 1 3	どなたでも安心して歩けるコース	
一般回廊	3 1 5	比較的緩急されたコース	
一般回廊	4 1 5	歩捗が長で、急急急降もあるコース	
やや歩調	5 1 7	高度差が長でヤブや急傾斜等もある	
健脚	6 以上	かなりの教養と体力を要するコース	
※登山	保険料が家外コース	立印	難味集

★4月19日(金)21日(日) 皆子山・武奈岳 係上田妙子
19日(金)新宿駅西口 安田生 百名山で御殿山コースを登りま
命(バザ)新宿駅西口 中央生 上。歩星1.5時間 2日(日)

神・京阪道²平・寺谷・皆山
 皆山谷³・三十三院・寂光院・大
 原泊⁴・坊村⁵・ワザビ峠⁶・武奈ヶ
 岳⁷・山上駅⁸・リウブウエ⁹・近
 江御長寺¹⁰・観音正寺¹¹・新宿
 京都府最高峰の皆山は北山
 を代表する山で、小さな沢・蔵
 岩を楽しめます。武奈ヶ岳は三

4時間 2万5千図花青・比良
 山北小松 費用二万四千円
 往復はききに¹²住所氏名
 年令¹³会番を記入、お申込
 票¹⁴の7の2002018
 39479・26919
 朝6時〜8時

★4月20日出 美の山のさくら
「花追びとシリーズ」雨天中止
西武池袋駅 7時55分後4乗
車 所収 23時 飯飯 8時44
分 皆野駅 10時2分下車 登山
口 莫山神社 黒谷の山 587
↓和銅遺跡 ↓墨谷 歩程 3時
間30分 ゆっくり歩きます

初心者向 係り秋山・斉藤曰
地図昭文社 興武蔵・秩父
関東の吉野山の別名があり、山
桜、染井吉野など約一万本が植
栽されています。協力 宮崎千
3891・0380 秋山

★4月20日出 仏果山他 一般向 雨天中止 係い大畑 豊
小田急新宿駅⑤8時1分発急 停い本厚木駅 仏果山は展望
行前方面車⑧8時51分本厚木下 にくぐまれている 午後3時
車 北上広場バ⑤1宮内村行乗 間30分 交通費約二千五百円
車い仏果山登山口下車い仏果山 協力い宇田川
い宮ヶ瀬ダムい高取山い平原バ 3311・8615

★4月20日出 生藤山・熊倉山 一般向 雨天中止 係い村田
JR新宿駅⑥6時43分特快高 停い上川乗バ停い五日市駅
行前方面車⑦7時3分国分寺 歩程4時間30分 交通費約三千

(係乗車) ⑦時30分高尾着
 ②7時48分出発河口湖行乗乗①上
 野原8時8分下車、バス井戸行
 8時28分乗車②石橋尾神社③三
 国山④生薬山⑤熊倉山⑥浅間峠
 ★4月20日出 今倉山 やや健
 JR新宿駅6時43分発特快中程
 乗車①高尾7時30分着同48分発
 河口湖行に乗車②都留市下車
 タクシー③道坂隧道④今倉山⑤
 円 桜並木の尾根を登り南秋川
 の静かな道を下ります。満開
 の桜に出合うことを期待して。
 地図昭文社⑥高尾・陣馬
 0422・55・1424
 雨天中止 係 内藤和彦
 関 富士の展望抜群 急登降
 りに交通費約五千円 ホリデー
 バスが得 地図昭文社⑥高尾・
 陣馬 5万円 都留

西峯・二十一夜山 上戸沢バス
停り富士急坂駅 歩程約5分
★4月20日出21日(日) アンスの里
20日(土)新宿西口朝日生命前23
時出発 関越道へ小諸→戸倉登
山口・娘登山往復へアンスの里
・昼食花見し 新宿 歩程3時間
費用九千円位 アンスの木が二
十本あるという里はピンク一
色にそまる。係が天ぷらうどん
を用意しませ。その他アルコー
ル・ツマミは各自持参。
☎39997・0593 受付は豊
田 一般 係り吉田勝・栗

「山行参加費について」
毎回の山行の時、リーダーが
お預りする百円の参加費は全額
会に納入され、会員とリーダー
の安全を守るために遭難対策基
金や運営費として積立てられま
す。リーダーも皆さん同様に参
加費を納めておりまして一部会
員の間で参加費がリーダーの懐
に入るように伝えられています
が全くの誤解であります。リー
ダーが安心して活動するために
もご理解賜りたくお願いします

●1月入会のお仲間(37名)

会員番号9028 / 9064

田嶋 文	西島輝治
増田 實	堀口久雄
山形弘茂	山下紀子
佐藤孝子	鈴木高雄
浜元君子	篠原紀夫
佐々 弘	月坂貞子
梅沢 文	飯本友子
中谷恵理	篠原由子
野田利子	小林良子
阪本京子	沢沢義昭
中川 正	北熊加代子
山野美恵子	保倉恵美子
長谷川 久	長谷川柚子

●2月入会のお仲間(49名)

会員番号9065791113

高田和子 星沢昭一 小林昭子
林 幸子 村田文男 大橋香月
笹嶋鈴枝 坂上啓二 橋本良子
北村道子 山小文字 矢野千鶴
岡本 剛 増原 薫 松良美葉
本田幸子 藤江正子 北村 隆
森島照子 杉山正行 杉山育子
藤井信義 高屋節子 山石規子

寄付金 12・1月分

左木呂台集

阿部昭子
青山恵子
加藤蕨子
福井テル
梅崎貴久江
塚下か津江
佐々木則子
喜多村和廣
川みみな子

田島輝男
川端トヨ
野地信子
高橋愛子
山崎照宏
小野直志

加治屋 章
柳下祥士

藤本八重子
加治屋栄子
國本キクエ
竹内千代子

フヂリンドウ



合計	秋山 俊子様	佐々木 昭治様
六、	三、	三、
〇〇	〇〇	〇〇
〇〇	〇〇	〇〇
〇〇	〇〇	〇〇
四	田	田

人生には悪くない
荷物が多すぎます
二と飯を付くのは
山旅での収穫
である。そして
「人生にどうして
必要な道具
がある」
ことに気が付くもの
山旅 コンプレックス
この収穫は
すばる

昭和四十年日野町産色紙より抜粋

[illegible]

東ハイ会員優待の店

お会計時に、会費バッジを会員証
とお見せ下さい。店頭割引の特典が
さらさらに割引いたします。

さわやかハイクにおすすめの用品、いろいろ!



イタリヤ製

ALICO

アリコ・トックキングシューズ
ノマド ¥28,000~¥19,600

低山ハイク〜夏山小難役に。
足元から山頂まで軽快な靴。



GORE-TEX

ウェーダーリポート
ゴアックスレインスーツ
特価 ¥14,800

スウェット、フリース、ナイロン
など、さまざまな素材で、
防水・防風・透湿機能付。
フルバディ式サイドポケット付。
フリースも併売。



さかいやオリジナル
輝章(48) 価目 ¥7,800

カラー：ブラック、ネイビー、グレー、
ベージュ、ライトブルー、イエロー、
ピンク、オレンジ、グリーン、パープル、
ホワイト、シルバー、ゴールド、
マルチカラー、その他各種あり。

日帰りから山頂まで軽快な靴。
ストエラの4本柱ナール。

さかいやから販売各種ご希望の方は店頭配布中
郵送御希望の方は切手400円同封の上お申し込み下さい。

さかいやすポーツ

〒101 東京都千代田区神保町2-48 ☎ 03-3262-0432	〒101 東京都千代田区神保町2-28 ☎ 03-3262-0581
営業時間 ■ 平日 AM10:30～PM8:00 ■ 日・祭日 AM10:30～PM7:00	



〒101 東京都千代田区神保町2-48
電話 ☎ 03-3262-0432

〒101 東京都千代田区神保町2-28
電話 ☎ 03-3262-0581

三軒茶屋 三軒茶屋駅前 有明駅前
※各店舗に「さわやかハイク」の専用スタンプがあります。

[illegible]

平成8年4月号(4)

★4月21日(日) 秩父十三仏詣り
4月の本尊仏は普賢菩薩です
西武池袋駅⑦快急8時35分発三
峰口行後万乗車 影森駅10時32
分着

初心者向 係＝栗山絹子
は慈悲をもつて人々を救い延命
厄除け治病の徳あり
協力＝秋元・神部

★4月24日水 有間山 健脚向
西武池袋駅⑤急行飯能行6時
56分発中程乗車終点飯能駅7時
47分下車バス小郷行7時55分発
下車バス「副官工業」為首寺↓
也田沼文士社⑥奥武蔵・秩父

★4月28日(日) 大山(丹沢札掛)
やや健 係員 中村(一)・宇田
「かながわの景勝50選めぐり」
No.49 雨天中止 軽登山靴以上
小田急新宿駅⑤7時1分急行

季刊

山の本

第15号
●1400円
好評発売中！
表紙：沢野ひとし

特集＝達人への道

小特集＝静かな山・小さな秘境

紀行＝恵山、日山、大屋山、東立室、黒金山、太刀岡山、青笹山、黒沢山、京丸山、越前甲、袴腰山、他
随想＝わが師巖州、洞窟の火、マタギとクマ
コラム＝男と女の山の夜、現役復帰宣言とダイエット
＜筆者＞西木正明、池内 紀、岩崎元郎、飯田辰彦他



白山書房

〒153 東京都目黒区駒場4-7-8
TEL: 03(3485)1309 FAX: 03(3466)3964

★5月18日(土) 装束丸山
バス 一般線 係 直江忠彦
予告で定員になり締切ました
0423・76・5433

☆5月19日(日) 写生会 きんち
やく田の新緑 係 福島 昇
西武池袋駅 急行発車ホーム
ちやうど田周辺の新緑を描く。合
8時45分 高麗駅下車 きん
程8時45分 高麗駅下車 きん
ちやうど田周辺の新緑を描く。合
評会を終え高麗駅で解散4時
その他前月参照 降雨50%以上
の時中止。予備日なし。参加票
記入済み持参 スケッチブック4
の方は目玉クリップ4ヶ持参
☆3956・0766

★5月19日(日) 秩父三仏詣り
初心者向 係 栗山 絹子
5月の本尊仏は地藏菩薩です
西武池袋駅 快急8時35分発
峰口行後方乗車 秩父駅10時18
分下車駅より6 km徒歩約1時間
半 金龍山雲雲寺四百八十年前
創建の古寺 本尊は將軍地蔵菩
薩と申し武將の姿をいふ
協力 秋元・神部
☆3984・9968

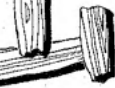
★5月19日(日) 荒川堤漫步 初
心者向 雨中止 係 飯坂賢次
JR赤羽駅東口集合 10時出
新岩水門 鹿浜橋 都市農業
公園 新荒川大橋 荒川緑地公
園(ボート観覧) 赤羽駅
東京都側と埼玉県の土手歩き
農業公園で昼食 子供の遊び場
あり家族同伴可 歩程4時間位
☆3902・4069

★5月19日(日) 両神山 一般線
雨天中止 係 吉田勝雄
西武池袋駅 6時34分快速急行
56分西武秩父駅 所沢6時
56分西武秩父駅 所沢16分下車
タクシ 白井差小屋 両神神社
両神山 清流小屋 日向大
両タクシ 西武秩父駅 歩程
時間 地図昭文社 西武秩父
タクシ 代金五千円位 タクシ
予約の爲電話申込 定員24名
林の下生えにニリン草山頂付近
に咲くヤシオツジがみごと。
☆3801・0411

はたるかずら







専門店として、 安心の品揃え。

厳選された品揃えと確かなアドバイス カモシカスポーツ。

自然を大切にして、しかもお得という「カモシカ・メンバーズバッグ」。

カモシカ・メンバーズバッグをお持ち帰りにご利用いただく場合には、全商品を店頭割引価格よりさらに5%割引いたします(ただし、1,000円以上、現金でのお支払いに限りです。修理品・送料は除く)。詳しくはスタッフにおたずねください。

■山店の店・本店、山店の店・横浜店ともれなくご利用になれます。

●メンバーズバッグをお忘れの場合は割引できませんのでご注意ください。

●大・小セット価格 ¥1,500(カラー・イニイビ)



カモシカスポーツ

山の店・本店 ☎03(3371)4333
〒159 東京都新宿区高田馬場3-3-3

山の店・横浜店 ☎045(212)2044
〒231 横浜市中区桜木町3-11

●AM10:30～PM8:00(月～金)/AM10:30～PM7:00(土・日・祝)
●定休日/日曜日(4月・7月・8月・12月は定休日なし、他の月日は最初と最後の日曜日を営業します)



東ハイ山行強弱度		
(歩程は休憩時間を含まず)		
歩行方法	歩程時間	備考
最初向向	2 / 1 / 3	初めての山歩で、ゆっくり歩くコース
一般向向	3 / 1 / 4	初めてでも安心して歩けるコース
一般向	3 / 1 / 5	比較的の備えされたコース
一般向	5 / 1 / 6	高度が急な急登もあるコース
一般向	5 / 1 / 7	高度差が大で、大々々登山者やプロ等もある
健脚向	6 / 以上	かならずの経験と体力を要するコース
歩印	保歩対象外コース	立印 難味のある

山行で樹木や花は 折らず採らず・ゴミは持帰ること

西武池袋⑦ 7時56分発快速
居行前方2両目乗車⑧皆野駅下
車タクシ⑨根古屋橋下車↓
水潜寺⑩町営バス皆野駅
所要3時間位
地図昭文社⑤奥武蔵・秩父
協力⑥箕輪

7時15分発 中央道小淵沢IC
入笠山頂上付近迄バスで行く。
申込は栗山絹子

★5月26日(日) 御座山 バス
新宿西口安田生命横6時40分
出発 中央道須玉IC 白岩山(二
百山) 不動の滝 上栗生バス
の最盛期で見逃さない。費用五千

★5月29日(水) 百蔵山 一般強
JR新宿駅6時47分発特快前
方 高尾7時32分着 乗換7時
48分 猿橋8時25分下車(高
尾7時57分着) バス8時46
分 浅川入口下車 6時55分
コトラ山 8時49分 百蔵山

★6月2日(日) 集中山行
(クリーンハイク)
(1)和山峠コース 初心者向
歩程2時間 係 飯塚賢次
(2)明王溪谷コース 一般向
歩程5時間 係 篠藤一子
(3)ノ尾根根コース 一般向
歩程5時間 係 高田一
(4)上尾根根コース 一般向
歩程5時間 係 村田隆
(5)奈良子尾根コース 一般向
歩程5時間 係 伊藤寛志
(6)矢ノ音コース 一般強
歩程5時間 係 川上富之助
(7)奈良本尾根コース 一般強
歩程5時間 係 本多長吉
(8)奥高尾コース やや健
歩程5時間 30分

★6月4日(火) 6日(木) 佐渡ヶ
島 バス 夜行1泊 定員25名
費用約二万八千円 希望者は
申込み後郵便振替001000
544232へ送金
3311・8615

★6月14日(金) 16日(日)
梅池ミズバショウ観賞 塩ノ
道と飯綱山(二百山) 申込制
費用約二万三千五百円 定員40
名(一般向)
★7月12日(金) 14日(日)
夜行1泊2日 大型バス
伊吹山(百名山)と御在所
定員40名 費用約二万 千円
申込者は往復はがきで 山行
申込者 氏名 電話 会番
生年月日記入の上早目に申込み
の事、東ハイ保険加入者に限る。
〒124葛飾区細田3の31の2
33657・8855

★6月5日(水) 8日(土) 夜行2泊
一般向 伯耆大山 夜行1泊
★6月15日(土) 16日(日) 夜行1泊
一般向 四阿山 バス
★6月22日(土) 23日(日) 夜行1泊
一般向 磐梯山 バス
★7月1日(月) 4日(木) 夜行2泊
一般向 八甲田山 バス
★7月11日(土) 12日(日) 夜行1泊
一般向 檜形山 バス

★6月9日(日) 係 初田 巖
大滝根山 バス
(二百山) 歩程3時間 30分
一般向

★7月5日(金) 7日(日) 人形山
(三三山) 三ヶ辻山・五箇山
(合掌集落) 国民休養地40分
バス 夜行1泊 歩程5時間 40
分 一般強
★7月19日(金) 21日(日) 日光太
郎山(二百山) 赤達山・女峰
山(二百山) バス 夜行1
泊 歩程1日7時間 30分
参加希望者は各山行ごとに往
所 氏名 生年月日 電話 会
番を往復はがきに記入し申込
下さい。
〒252藤沢市亀井野1520
の2 初田 巖
0466・83・1778

★6月23日(日) 係 直江忠彦
バス 夜行1泊 一般向
★7月14日(日) 男体山 バス
夜行1泊 一般向
★7月25日(土) 28日(日) 鳥海・
月山・粟ヶ岳 夜行2泊 一般向
住所 氏名 電話 会番 生年
月日を往復はがきで申込み
〒206多摩市鶴牧4の1の1
の405 直江忠彦
0423・76・5433

(記事内記号の説明)
★ 主催の山行
☆ 趣味の会 東ハイ保険対象
海外ハイク、保険対象外
出発の乗車券
⑦ 歩行
△ 山の三角点・標高
▽ 山行参加費について
【毎回の山行の時、リーダーが
お預りする100円の参加費は全
員に納入され、会員とリーダー
の安全を守るために遭難対策基
金や運営費として積立られてま
す。リーダーも皆さん同様に参
加費を納めておきます。一部会
員の間に参加費がリーダーの懐
に入るように伝えられていた
が、往復はがきに住所 氏名
年令 電話 会番 郵便番号を
記入し申込み下さい。〒170
豊島区西巣鴨1の7の20の2
08上田妙子

★6月22日(土) 係 齊藤 秋山
八方が原 れん
げつつ 一般向 大型バス
費用四千円
★7月13日(土) 高峰山・池ノ平
こまき 花の百名山
一般向 大型バス 費用四千
円 電車大正後 郵便振替
0140000764469
33891・0380秋山俊子

★9月28日(土) 30日(月) 2泊3日
「韓国雪岳登山と松茸狩り」
施設は国で整備され安心して登
山が楽しめる。添乗員と現地山
岳ガイドが案内
全食付十二万五千円 取扱旅行
社 東急観光赤坂支店 西崎 徹
3401・0109
早めに申込み下さい。

★6月23日(日) 係 直江忠彦
バス 夜行1泊 一般向
★7月14日(日) 男体山 バス
夜行1泊 一般向
★7月25日(土) 28日(日) 鳥海・
月山・粟ヶ岳 夜行2泊 一般向
住所 氏名 電話 会番 生年
月日を往復はがきで申込み
〒206多摩市鶴牧4の1の1
の405 直江忠彦
0423・76・5433

(記事内記号の説明)
★ 主催の山行
☆ 趣味の会 東ハイ保険対象
海外ハイク、保険対象外
出発の乗車券
⑦ 歩行
△ 山の三角点・標高
▽ 山行参加費について
【毎回の山行の時、リーダーが
お預りする100円の参加費は全
員に納入され、会員とリーダー
の安全を守るために遭難対策基
金や運営費として積立られてま
す。リーダーも皆さん同様に参
加費を納めておきます。一部会
員の間に参加費がリーダーの懐
に入るように伝えられていた
が、往復はがきに住所 氏名
年令 電話 会番 郵便番号を
記入し申込み下さい。〒170
豊島区西巣鴨1の7の20の2
08上田妙子

全電車の時刻がわかる……ハイキング・旅行に便利!
MAT 関東圏私鉄時刻表 (八峰出版発行)
毎月17日発売・930円 最寄りの書店でどうぞ

「短歌」
大宮市 栗原正次 (89才)
(No.3995)
黄に古りし妻の詩集を
愛でし面影闇に浮き出づ
見送れば白髪目立つわが息子
三十五年日々働いて
自分史をしたためながら
石がつけた若き日のわれ
とつ国で
さくらさくらの曲をきく
亡き人祖国……思いはてなし

さんさん
昌清院(鎌倉)
三鷹市 香川正明
(No.6053)
鎌倉の西のほう、閑散とした
昌清院がある。道路に面して古
風な木製の門が、堅く閉ざ
されていたが、小高い脇門が開
いて、そこから仄かな梅
の香りがしてくる。
古寺を訪ねて
昌清院は円覚寺の別院として
四百年ほど前に建立されたこと
であるが、本堂は六間×四
間程の簡素なお堂で、それに連
なるように、ご住職のお住いが
前にもう一つ、今は奥様が
お一人でこの由緒あるお寺を
守り続けていらさる由である。
挨拶に見えられた奥様は八十
歳は過ぎられたであろうが、美
しい白髪に櫛を入れられ、背筋
が肩のところで急に丸まってい
る。細い眼に優しい慈
愛を一杯に浮かべて笑顔で応待
してくださった。
本堂の前庭は五百坪程の広さ
があるが、いま丁度、緋梅の
古木が満開で、仄かな香りを一
面に漂わせていた。ふと、先程
の奥様の優しい笑顔とこの緋梅
が、私の脳裏で一つになっ
て、こんな句が浮かんできた。
梵音が
背筋をのびす梅日和
本堂中央奥の高さに垣が設け
られ、その上に大きな厨子が三
基おいてある。それぞれの厨子
に姿態の異なる美しい仏像が優
い表情を見せていた。きつと
いわれるある仏像に違いない。
この仏像の穏やかな表情を眺め
ているだけで心休まる感じが
する。それぞれの厨子の前に白菊
と黄菊が取り混ぜて花瓶にさし
てあり、とても清楚な感じを振
り撒いていた。
白菊や
厨子に眠れる仏たち

山を歩く 快適さの基本。
インソール (シダス コンフォーマブルインソール)
山歩きの基本 足と足指を保護 足の疲労を軽減 足の汗を吸って乾かす
目立たないこれらの機能が、快適な登山を約束してくれます。

インソール ¥4,500
3層のクッション性 足の疲れを軽減 足の汗を吸って乾かす 足の臭いを防止 足の形に合わせて 足の痛みを軽減 足の疲れを軽減 足の汗を吸って乾かす 足の臭いを防止 足の形に合わせて 足の痛みを軽減 足の疲れを軽減 足の汗を吸って乾かす 足の臭いを防止 足の形に合わせて 足の痛みを軽減

ソックス ¥1,300~1,600
汗を吸収し、放出するハイテク素材Cool Max 使用により、足は快適です。

アウトドアのトータルショップ
遊衣 自然で暮らす
登山 食住 CAMP
OD BOX

あなたの本
山への想いと文字に
—— 自費出版の御案内 ——
山との出会い、仲間との語らい、自然とのふれあい
あなたの山への想いを文字にしてみませんか!
すばらしい1冊になることでしょう。
随想集、写真集、記録集とご予算に応じお手伝いさせて
いただきます。お気軽に下記へご連絡下さい。

(株)きょうせい 南関東支社 (大友)
〒162 東京都新宿区東五軒町1-2
☎03-3269-1341 FAX 03-3268-1368

平成8年6月号(3)

.....

★6月23日(日) 小田代原 初心者向 雨中止 係||佐々木昭治
東武浅草駅⑤7時10分発快速—||小田代原||赤沼バス停||日光
||日光行前方乗車||春日部7時44分||日光
分||日光前12分下車バス湯元 ⑥日光
行乗車||竜頭の滝下車||幕張峠 ⑦3358・6244夜9時迄
料 身分証明書 解散後希望者 ⑧045・241・6050(時)

代わりの人を立てて下さい。その場合連絡は早めに確行美に。⑨特殊事情は早めの運用不可能な場合以外は、雨天でも実施します。この場合不参加でもバス代、宿のキャンセル料等は支払って頂きます。

人生には必要なく、
荷物が多すぎる。
レンタル金貸付の山旅での牧羊は
おそろい。さびしい
人生にどうしたら
必要なき道具
が欲しい
ことと金貸付くもの
山旅、レンタル
の牧羊は
そろそろ

昭和58年8月福岡県会より頒布

⑥会員登録または会員パスをお会計の時に提出ください。カードにてのお買物は割引になります。

登山・キャンプ、スキー専門店の
池袋 秀山荘

☎03-3984-4211代
〒170 東京都豊島区東池袋1-44-8
★営業時間10:00am-8:00am ★年中無休

