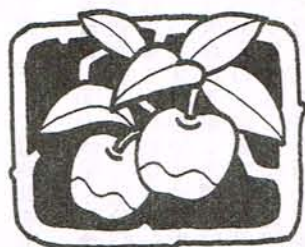


12月ハイク 2013



目次

1 (日)	①スケッチ 深大寺周辺 椎名康真
2 (月)	③湯河原もみじの郷 平山 亨
3 (火)	③忘年山行 北高尾 会田政子
4 (水)	③高尾山 本多長吉
5 (木)	③秩父札所巡り No.8 鳥居節男
6 (金)	③忘年山行 梅ヶ瀬溪谷 坂寄牧子
7 (土)	③三筋山・伊豆新島他 バス 小林妙子
8 (日)	③忘年山行 香貫山他 平沢・杉田
9 (月)	③共同山行 あさひ山展 村上・下田
10 (火)	③山伏平く矢倉岳 大木建次
11 (水)	③北高尾山麓 川寄英雄
12 (木)	③泉岳寺周辺散策 松永孝子
13 (金)	③午後散歩 会田政子
14 (土)	③深沢山くスカリ山 大倉昌子
15 (日)	③桐生吾妻山 柴崎 実
16 (月)	③官ノ倉山 小泉純子
17 (火)	③忘年山行 源次郎 保
18 (水)	③関八州見晴台 中嶋要一

●山行参加時のご注意!!
一般向強以上の予約山行に参加希望の場合には、必行該山行の通常の日帰り山行に参加し、足を確立していただいた上で参加下さい。

●山行の強弱度表記について
山行名の上に、数字でその山行の強弱度を左記のように表記します。

①初心者向 ②一般向強 ③一般向弱 ④やや健脚向 ⑤ウォーキング1 ⑥ウォーキング2

●大倉昌子理事辞任の件
大倉昌子理事は、本人から理事を辞任したい旨の申し出があり、理事会に於て承認されました。

●寄付をいただきました
一〇〇〇円 森島鈴子様

●駅で緑の旗 黄色タオル Rのバッジが東ハイの目印
会員登録・参加票・ポイントカードを必ず持参のこと
山行参加費 会員二百円・会員外五百円

●12月1日(日) ①スケッチ 深大寺周辺 椎名康真
京王線調布駅北口から深大寺バスで12分 深大寺山門に10時集合
雨天中止(12月は1回)
寺社、池、そば屋、土産物屋
0422・51・9055

●12月1日(日) ③湯河原もみじの郷 雨天中止 係||平山 亨
小田急新宿駅7時41分発急行小田原行乗車 9時15分着乗換JR東海道線 9時29分着熱海行乗車 湯河原駅9時45分下車(保持)バス10時発奥湯河原行乗車 奥湯河原入口下車もみじの郷 池峰池 万葉公園 042・797・4176

●12月1日(日) ③忘年山行 北高尾 雨天中止 係||会田政子
JR新宿駅8時24分発中央特快高尾行乗車 9時26分着高尾駅北口下車(保持)バス9時32分乗換JR東海道線 9時45分着熱海行乗車 湯河原駅9時45分下車(保持)バス10時発奥湯河原行乗車 奥湯河原入口下車もみじの郷 池峰池 万葉公園 042・797・4176

●12月1日(日) ③忘年山行 梅ヶ瀬溪谷 雨天中止 係||坂寄牧子
予告済ですが残席あります。新宿西口三葉東京UJF銀行横7時出発 ②秋葉原 上野公園 ③上野公園 ④上野公園 ⑤上野公園 ⑥上野公園 ⑦上野公園 ⑧上野公園 ⑨上野公園 ⑩上野公園 ⑪上野公園 ⑫上野公園 ⑬上野公園 ⑭上野公園 ⑮上野公園 ⑯上野公園 ⑰上野公園 ⑱上野公園 ⑲上野公園 ⑳上野公園 ㉑上野公園 ㉒上野公園 ㉓上野公園 ㉔上野公園 ㉕上野公園 ㉖上野公園 ㉗上野公園 ㉘上野公園 ㉙上野公園 ㉚上野公園 ㉛上野公園 ㉜上野公園 ㉝上野公園 ㉞上野公園 ㉟上野公園 ㊱上野公園 ㊲上野公園 ㊳上野公園 ㊴上野公園 ㊵上野公園 ㊶上野公園 ㊷上野公園 ㊸上野公園 ㊹上野公園 ㊺上野公園 ㊻上野公園 ㊼上野公園 ㊽上野公園 ㊾上野公園 ㊿上野公園

4月2日(火)より 営業時間が 変更になりました。

開店11:00~ 閉店19:30(月~金)
開店11:00~ 閉店19:00(土・日・祝)



お買い物は
専門店です。

カモシカスポーツ

11:00~19:30(月~金) 11:00~19:00(土・日・祝日)

カモシカスポーツ 検索 http://www.kamoshika.co.jp/

●山の店・本店 tel03-3232-1121
●山の店・横浜店 tel045-440-0711
●山の店・松本店 tel0263-48-2424

この春、東京にふたつのICIが新登場!!

ICI石井スポーツ原宿 山専

〒150-0001
東京都渋谷区神宮前1丁目14番29号
TEL 03-6439-1511 FAX 03-6439-1522
営業時間 AM11:00~PM9:00 年中無休
JR原宿駅参道口改札出てすぐ!

ICI石井スポーツ登山本店

〒101-0051
東京都千代田区神田神保町1丁目6番1号 タキビル2F
TEL 03-3295-0622 FAX 03-3295-6070
営業時間 AM10:30~PM8:00 年中無休
地下鉄神保町駅A5出口徒歩1分!

東京ハイキング協会 会員様優待の店
新宿西口店/03-3346-0301 神田本店/03-3295-3215 立川店/042-540-4801
大宮店/048-641-5707 川越店/0492-26-6751
電話1本! 便利な通信販売もご利用下さい TEL 03-3295-6933
ヒトと地球のインターフェイス
ICI石井スポーツ
http://www.ici-sports.com/

★12月7日(土) ③金剛山 雨天中止

JR高尾駅8時44分発小淵沢行
乗車11分 徒歩1分 高尾山
高尾山→金剛山→石山→藤野駅
歩行時間30分

交通費二千円 係||石井 徹
地図昭文社 高尾・陣馬
090・2141・8946

★12月7日(土) ④越上山 雨天中止

西武池袋駅8時55分発快速三
峰口行乗車11分 徒歩1分 飯
能8時52分 吾野駅9時19分
車304M峰→399M峰
諏訪神社→鉄塔→越上山→十二
曲→ユガテ→福徳寺→東野野
駅 歩行時間30分

急登降・ヤブあり。軽登山靴以
上。 係||小泉純子
地図昭文社 奥武蔵・秩父
090・7845・4254
03・3976・5673

★12月7日(土) ⑤思親山・三石山

7日JR身延線内船駅10時20分
集合→佐野峠→思親山→相之山
→八木沢→井手駅→下部温泉駅
下車(油)身延駅下車→大崩→三
石山→大崩→身延駅(解散)
歩行1日目5時間 2日目6時
間30分

費用八千円(往復交通費は各自
払い。JR東京駅より約七千円。
他に小田急コースあり)

費用約七千円(昼食・飲料含む)
JR新宿駅西口三菱東京UFJ銀
行前6時50分出発→東名道沼津
IC→柿田川湧水群見物→黒瀬バ
ス停→香貫山往復→黒瀬沼津
港千本松(かもめ丸)昼食・忘年
会)→千本松公園ウォーキング
→公園起点⑥沼津IC→新宿駅
歩行時間2時間 軽登山靴で
忘年会だけ参加の人はスニーカー
で参加して下さい。

地図昭文社 伊豆・天城山
0297・58・9022
夜8時→9時30分 平沢こと
090・5392・4802
杉田志津子

★12月8日(日) ①忘年山行 香貫山他

バス 係||平沢・杉田
費用約七千円(昼食・飲料含む)
晴天ならば世界遺産の雄大な
富士山が見られます。ゆつくり
歩き、一年間の山行を振り返り
楽しく語り合います。

地図昭文社 伊豆・天城山
0297・58・9022
夜8時→9時30分 平沢こと
090・5392・4802
杉田志津子

★12月8日(日) ②共同山行 あさひ山展望公園

係||村上・下田
西武池袋駅8時35分発急行飯
能行乗車11分 徒歩1分 飯
能能河原→美杉公園→あさひ
山展望公園→ハーブガーデン
入間川河川敷→飯能駅
歩行3時間 軽登山靴以上で
雨天中止

希望します。 係||島田文代・堀江敬子
042・964・9481
080・1149・3542
村上健一
下田恵美子

★12月8日(日) ③山伏平→矢倉岳

雨天中止 係||大木建次
小田急新宿駅7時31分発急行
小田原行乗車11分 徒歩1分 矢倉
岳 歩行時間30分 軽登山靴以上
富士山山麓周回・眺望その23(終
分下車 バス9時10分発地蔵堂
行乗車11分 矢倉沢下車→表関所跡
→足柄古道入口→地蔵堂→分岐
→山伏平→矢倉岳→分岐→裏関
所跡→矢倉沢バス停→新松田駅
0463・94・6941
0463・94・6941

★12月9日(月) ③北高尾山麓 雨天中止

JR高尾駅北口下車 バス8時
12分発小仏行乗車11分 徒歩1分
小仏→小仏入口→北高尾山麓
(急登)→狐塚峠→黒ドツケ→三
岳寺→大石良雄外16人忠烈の跡

本松→堂所山→明王峠→相模湖
歩行時間30分
042・366・4383

★12月12日(木) ①泉岳寺周辺散策

雨天中止 係||松永孝子
JR山手線田町駅西口前10時30
分集合→港区郷土資料館→御田
八幡神社→高輪大木戸跡→化粧
延地蔵→亀塚公園(昼食)→泉
岳寺→大石良雄外16人忠烈の跡

覚林寺→地下鉄白金高輪駅
歩行時間2時間30分 運動靴で
047・457・2702

★12月12日(木) ②午後散歩 雨天中止

JR新宿駅13時37分発中央特快
高尾行乗車11分 徒歩1分 高尾
山口下車(係待)→お鷹の道
→万葉植物園→武蔵国分寺跡
歩行時間2時間 運動靴で
042・566・2698

★12月12日(木) ③深沢山→スカリ山

雨天中止 係||大倉昌子
西武池袋駅7時57分発急行飯
能行乗車11分 徒歩1分 飯
能能河原→美杉公園→あさひ
山展望公園→ハーブガーデン
入間川河川敷→飯能駅
歩行3時間 軽登山靴以上で
雨天中止

山→吾妻公園→登山口→桐生駅
解放 歩行時間4時間
市民に親しまれる展望の山、
春には山上のお花見も楽しめる。
090・3499・0190
柴崎ミチ子

★12月14日(土) ③官ノ倉山 雨天中止

東武東上線池袋駅8時30分発
快急小川町行乗車11分 徒歩1分
小川町→東武竹沢駅9時38分
行乗車11分 東武竹沢駅9時38分
下車→天王沼→官ノ倉山→石尊山
→北山不動→八幡神社→小川町
歩行3時間30分

低山ですが展望が良く、比企
三山が見えます。 係||小泉純子
地図昭文社 奥武蔵・秩父
090・7845・4254
03・3976・5673

★12月14日(土) ④忘年山行 源次郎岳と温泉

バス 係||佐々木
予告済ですが残席あります。
電話で確認後、申込み下さい。
新宿朝7時出発→嵯峨塩釜駅
源次郎岳(山梨百名山)→嵯峨
塩釜温泉(みたまの湯にて
入浴・忘年会)→新宿
歩行3時間30分
大菩薩嶺の南に位置する源次
郎岳、デッカー富士山を見てゆ
つくり歩きます。一年間の山行

を振り返り、来年の山行に思い
を馳せ、恒例のビンゴゲームを
楽しみます。
費用九千五百円(温泉・昼食代
・飲料代含む)
地図昭文社 大菩薩嶺
0261・0003・304
区高浜3の5の3の304
佐々木 保
043・277・5062

★12月14日(土) ⑤関八州見晴台

雨天中止 係||中嶋要一
東武東上線池袋駅7時45分発
急行小川町行乗車11分 徒歩1分
小川町→東武竹沢駅9時38分
行乗車11分 東武竹沢駅9時38分
下車→天王沼→官ノ倉山→石尊山
→北山不動→八幡神社→小川町
歩行3時間30分

東武東上線池袋駅7時45分発
急行小川町行乗車11分 徒歩1分
小川町→東武竹沢駅9時38分
行乗車11分 東武竹沢駅9時38分
下車→天王沼→官ノ倉山→石尊山
→北山不動→八幡神社→小川町
歩行3時間30分

★12月14日(土) ③忘年山行 源次郎岳と温泉

バス 係||佐々木
予告済ですが残席あります。
電話で確認後、申込み下さい。
新宿朝7時出発→嵯峨塩釜駅
源次郎岳(山梨百名山)→嵯峨
塩釜温泉(みたまの湯にて
入浴・忘年会)→新宿
歩行3時間30分
大菩薩嶺の南に位置する源次
郎岳、デッカー富士山を見てゆ
つくり歩きます。一年間の山行

を振り返り、来年の山行に思い
を馳せ、恒例のビンゴゲームを
楽しみます。
費用九千五百円(温泉・昼食代
・飲料代含む)
地図昭文社 大菩薩嶺
0261・0003・304
区高浜3の5の3の304
佐々木 保
043・277・5062

★12月15日(日) ①忘年山行 弘法山

係||加世田・有里・保倉
小田急新宿駅8時31分発急行
小田原行乗車11分 徒歩1分 弘
法山 歩行時間30分 軽登山靴
44分下車→河原町交差点→浅間
山→権現山→弘法山→新善波ト
ンネル→旧矢倉沢街道→吾妻山
→鶴巻温泉駅
歩行時間2時間30分 雨天中止
交通費約千三百円
希望者で駅前弘法の里湯で
入浴後、忘年会を行います。
地図昭文社 丹沢
03・3974・1849
夜6時→8時
(有里)

★12月15日(日) ②忘年山行 弘法山

係||加世田・有里・保倉
小田急新宿駅8時31分発急行
小田原行乗車11分 徒歩1分 弘
法山 歩行時間30分 軽登山靴
44分下車→河原町交差点→浅間
山→権現山→弘法山→新善波ト
ンネル→旧矢倉沢街道→吾妻山
→鶴巻温泉駅
歩行時間2時間30分 雨天中止
交通費約千三百円
希望者で駅前弘法の里湯で
入浴後、忘年会を行います。
地図昭文社 丹沢
03・3974・1849
夜6時→8時
(有里)

★12月15日(日) ③忘年山行 弘法山

係||加世田・有里・保倉
小田急新宿駅8時31分発急行
小田原行乗車11分 徒歩1分 弘
法山 歩行時間30分 軽登山靴
44分下車→河原町交差点→浅間
山→権現山→弘法山→新善波ト
ンネル→旧矢倉沢街道→吾妻山
→鶴巻温泉駅
歩行時間2時間30分 雨天中止
交通費約千三百円
希望者で駅前弘法の里湯で
入浴後、忘年会を行います。
地図昭文社 丹沢
03・3974・1849
夜6時→8時
(有里)

★12月15日(日) ④忘年山行 弘法山

係||加世田・有里・保倉
小田急新宿駅8時31分発急行
小田原行乗車11分 徒歩1分 弘
法山 歩行時間30分 軽登山靴
44分下車→河原町交差点→浅間
山→権現山→弘法山→新善波ト
ンネル→旧矢倉沢街道→吾妻山
→鶴巻温泉駅
歩行時間2時間30分 雨天中止
交通費約千三百円
希望者で駅前弘法の里湯で
入浴後、忘年会を行います。
地図昭文社 丹沢
03・3974・1849
夜6時→8時
(有里)

★12月15日(日) ⑤忘年山行 弘法山

係||加世田・有里・保倉
小田急新宿駅8時31分発急行
小田原行乗車11分 徒歩1分 弘
法山 歩行時間30分 軽登山靴
44分下車→河原町交差点→浅間
山→権現山→弘法山→新善波ト
ンネル→旧矢倉沢街道→吾妻山
→鶴巻温泉駅
歩行時間2時間30分 雨天中止
交通費約千三百円
希望者で駅前弘法の里湯で
入浴後、忘年会を行います。
地図昭文社 丹沢
03・3974・1849
夜6時→8時
(有里)

東ハイ会員優待の店

お会計時に、会員バッジか会員証をお見せ下さい。
店頭割引の特典からさらに割引いたします

登山・アウトドアのことならさかいやへ

モンベル
ルーム
エコー
プラザ
シューズ
館
バタゴニア
ロック
シューズ

ハイキングの準備はお済みですか?
登山・アウトドアの総合専門店
さかいやスポーツ

www.sakaiya.com

インターネット
通販人気!

さかいやスポーツ

〒101-0051東京都千代田区神田神保町 2-48 営業時間: AM11:00~PM8:00 年中無休

ウエエ館 03-3262-0432
バタゴニア 03-3262-0581
モンベル 03-3262-0731
シューズ館 03-3262-0433
エコープラザ 03-3262-0583

東京ハイキング協会会員様 優待の店

各店メンバーズカードまたは現金でのお支払い&
東京ハイキング協会会員証ご呈示で

メンバーズカード
いつでもご入会OK
お気軽にどうぞ!!

平常営業時店頭価格からさらに5%OFF

登山用品 池袋一丁目 秀山荘
TEL.03-3984-4211
http://www.syuzanso.com
〒170-0013 東京都豊島区東池袋1-44-8 [年中無休]
平日・土曜: 10:30~20:00 日曜・祭日: 10:00~19:00

POWER'S SPORTS
パワースポーツ
TEL.042-525-9922
www.y-spsys.co.jp/ev/powspo/07/
〒190-0012 東京都立川市曙町2-11-2 フロム中武6F
営業時間: 10:00~20:00 [年中無休]

立川北口 JR立川駅

東京ハイキング

参加費=会員 200円、会員外 500円

東ハイ山行強弱度

(歩程は休憩時間を含みません)

表示方法	歩程時間	備考
①ウォーキング1	3時間以内	アップダウンの少ない平坦なコース
②ウォーキング2	3時間以上	アップダウンの多い郊外も歩くコース
③初心者向	2〜3時間	初めての山歩き等。ゆっくり歩くコース
④一般向	3〜4時間	良く整備されたコース
⑤一般向	3〜5時間	比較的整備されたコース
⑥一般向	4〜6時間	歩程が長く急な登降もあるコース
⑦やや健脚向	5〜7時間	高度差が大でヤセ尾根、ヤブ等もあるコース
⑧健脚向	6時間以上	かなりの経験と体力を要するコース

歩程時間は昭文社のコースタイム参照。破線は1ランクアップ。コースに無い尾根、険しいヤブは2ランクアップ。積雪時は1ランクアップ。

★12月15日(日) ③倉見山 雨天中止

JR高尾駅7時46分発河口湖行乗車。東武東上線池袋駅15時55分発。乗換9時4分下車。登山口。鉄塔。倉見山。分岐。富士見台。富士見台入口。寿駅。歩程4時間20分。交通費千四百六十円(大月起点)。見晴台からの雪を覆った富士。

★12月15日(日) ③横沢尾根(五日市) 雨天中止

JR東京駅7時37分発中央特快高尾行乗車。立川駅乗換8時32分発武蔵五日市行乗車。武蔵増戸駅9時4分下車。カトリック霊園。横沢東側尾根。北側尾根。天竺山。石切場。横沢。武蔵五日市駅。歩程3時間30分。交通費千四百六十円(大月起点)。見晴台からの雪を覆った富士。

★12月15日(日) ④忘年山行 雨天中止

小田急新宿駅6時18分発急行小田原行乗車(係は最後部乗車)。新松田駅下車。タクシードライバー。大橋。雨山峠。茅ノ木。棚ノ頭。鍋割峠。鍋割山。後沢。乗越。寄バス停。新松田駅。後沢。歩程6時間。要6本爪アイゼン。雨天中止(前日雨の時はコース変更あり)。

★12月16日(月) ①板橋宿歴史散歩

JR埼京線板橋駅池袋寄り階段を降り、右側改札前10時30分集合。東光寺。観音寺。東板橋公園。板橋。加賀公園(旧陸軍火薬製造所跡)。板橋駅。雨天中止。係は土肥原二郎。希望者で駅近くにて忘年会(お酒の飲めない方の席も用意します)。

★12月18日(水) ②浦賀歴史散歩

JR新宿駅湘南新宿ライン8時34分発小田原行乗車。横浜駅9時7分着。乗換京急9時15分発三崎口行乗車。堀ノ内駅9時49分着。乗換9時51分発浦賀行乗車。浦賀駅。雨天中止。係は宮本次子。資料館。西叶神社。為朝神社。浦賀奉行所跡。陸軍機銃。浦賀の渡し。東叶神社。浦賀駅。近代日本幕開けの地。浦賀を

★12月18日(水) ③三方山く吹上

JR立川駅8時48分発青梅行乗車。青梅駅8時43分着。乗換8時56分発奥多摩行乗車。石神井駅9時3分下車(係待機)。石神井道。分岐。三方山。41号鉄塔。390M峰。旧吹上道。坂下。旧吹上トンネル前。吹上峠。指倉峠。黒沢。一丁目。小枕バス停(解散)。軽登山靴以上。歩程4時間30分。雨天中止。低山ですが、コース内急登降。ヤブあります。地図読みコースです。

★12月19日(木) ④鹿沼・二股山

東武浅草駅6時20分発快速日光行前2両目乗車。新鹿沼駅下車。鹿沼駅下車。林道終点。二股山北峰。南峰。展望所。堰堤。下沢大関橋。バス。新鹿沼駅。双耳峰が一際目立つ静かな信仰の山をのんびり歩きます。歩程約4時間。雨天中止。係は奥多摩。地図読みコース。奥多摩。2万5千図武蔵御岳。青梅。080・5027・9393。044・953・0533。

★12月21日(土) ①光ファンタジー

JR有楽町線中央改札前16時40分集合。丸の内通り。国際フォーラム。銀座。シオサイ。イト。新橋駅。歩程約2時間。雨天決行。係は松浦利保。光の祭典です。暖かい服装と軽い靴で参加下さい。090・4377・9160。夜6時〜9時。

★12月21日(土) ②スタールイトクリスマス

東武東上線池袋駅16時集合。東武東上線池袋駅15時55分発。乗換9時4分下車。登山口。鉄塔。倉見山。分岐。富士見台。富士見台入口。寿駅。歩程4時間20分。交通費千四百六十円(大月起点)。見晴台からの雪を覆った富士。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月21日(土) ③醍醐丸から吊尾根

JR高尾駅8時44分発小淵沢行乗車。小淵沢駅8時39分着。乗換8時52分発奥多摩行乗車。石神井駅9時3分下車(係待機)。石神井道。分岐。三方山。41号鉄塔。390M峰。旧吹上道。坂下。旧吹上トンネル前。吹上峠。指倉峠。黒沢。一丁目。小枕バス停(解散)。軽登山靴以上。歩程4時間30分。雨天中止。低山ですが、コース内急登降。ヤブあります。地図読みコースです。

★12月21日(土) ④要倉山く高茶山

JR新宿駅7時7分発中央特快高尾行乗車。高尾駅8時1分下車。バス8時15分発陣馬高原行乗車。陣馬駅下車。NHK鉄塔。送電線鉄塔。要倉山。高茶山。雨。雨天中止。係は加藤正彦。要倉山は昭文社高尾・陣馬地図のあき野市と記入してある所から4cm下にあり。急登。急下降。ザレあり。044・257・6567。夜8時〜9時30分。

★12月22日(日) ②渋谷のルーツを尋ねる

JR渋谷駅ハチ公像前午前9時集合。渋谷近代学校校舎跡の地。金王八幡神社。渋谷城跡。東福寺の梵鐘。豊栄稲荷神社。水川。志賀直哉終焉の地。鎌倉道。常磐松の碑。白根記念館。温故知新。水川神社。旧渋谷役場。リフレッシュ水川。12時頃解散。雨天中止。係は佐野俊一郎。予告の申込者は手造り忘年会。雨天の場合一般山行は中止で、忘年会申込者はJR渋谷駅ハチ公像前午前11時集合。090・7410・6944。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

★12月23日(月) ③大霧山 雨天中止

西武池袋線7時55分発快速日光行三峰口行乗車。西武秩父駅下車。バス9時5分発定峰行乗車。定峰駅。雨天中止。係は石井徹。交通費千二百円。地図読みコース。奥武蔵。秩父。090・2141・8946。

●8月入会のお仲間(2名)
会員番号149345
小山 初代(白鳥恒子様紹介)
木暮 和彦

●9月入会のお仲間(5名)
会員番号149365
堀江 大陸(酒井滋治様紹介)
平井 温(石井 徹様紹介)
清水 道子(加藤佐代子様紹介)
倉橋佳代子 福岡さち子

おめでとう！ 50ポイント達成
金子 敬様 No.146649
510 平山よし子様 No.146667

がんばった！ 100ポイント達成
292 土屋 静江様 No.07193
293 高橋千枝子様 No.14815
294 山本美智子様 No.14798
295 富塚 清美様 No.14563
296 江藤 洋子様 No.12574
297 仙波 康子様 No.11550

すごい！ 150ポイント達成
175 古川 貞子様 No.04771
176 瀬下 久代様 No.12403
177 奥山タイ子様 No.12497
178 清水十三男様 No.14757
179 猪瀬 幸子様 No.08456
180 久保田宏子様 No.08504

やったね！ 200ポイント達成
106 松木千恵子様 No.11076
59 小山マサ子様 No.10577
60 古林千恵子様 No.13677

ウルトラ①！ 250ポイント達成
37 小島 満枝様 No.11401
38 本橋 清子様 No.11442
39 米倉とみ子様 No.11454

ウルトラ②！ 300ポイント達成
15 佐々木昭治様 No.04690
16 田淵 祥子様 No.13550

ウルトラ③！ 400ポイント達成
10 松本 洋子様 No.13900
4 毛塚 順一様 No.14093
3 高松 俊子様 No.13771

ウルトラ④！ 750ポイント達成
2 土屋 秀夫様 No.14000

ウルトラ⑤！ 800ポイント達成
1 久保 悦子様 No.14110



スズメノカタビラ

東京ハイキング讃歌

藤堂定男 作詞
藤田玄播 作曲

前奏

はるは かわのり ほ に た や
ま かやとの— おね の い く ま が—
り きょねんの— おちば ふ み わ け
て かたくりの はなを み つ けよ
う み だりの こばた せ ん と う
に さあゆ こう やまは よ ん で い
る とうハイ とうハイ とう きょうハイキン

DC
グ
又は次番へ



●東京ハイキング讃歌について
この曲がいつの頃から東京ハイ
讃歌として歌い継がれ現在に至
つたのかについては、経緯他、
関係者に物故者、退会者が多く
会に関係資料が一切残されてい
ないため、今となってはつまび
らかにすることができません。
従って、会員諸氏から異議が
あつたり、新しい作曲・作詞の
提供・提案がない限り、本作品
を「東京ハイキング讃歌」とし
て引き続き使用していきたいと
思います。
10月22日付日本音楽著作権協
会出版利用許諾書許諾番号13
13307-301として認可
を受けました。
本件に異議を持たれる方
は会宛申入れ下さい。

- 〔東京ハイキング讃歌〕
- 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
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
 - 二、夏は丹沢・蛭ヶ岳
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
(※繰り返し)
 - 三、秋は三峰・雲取へ
ハゼにウルシにナナカマド
紅葉の宿でぐすりりと
明日の天気はうけあいだ
(※繰り返し)
 - 四、冬はのんびり笹尾根へ
陽だまりの径をとると
石の仏も眠っている
ホラマンサクも咲いている
(※繰り返し)

- 山行参加の際は
- 参加票
 - 会員証
 - ポイントカード
- を必ず持参して下さい。
- 自分の体力を考慮して無理の
ないコースに参加のこと。
- リーダーの先へ行かず遅れ
ず、解散まで同一行動を。
- 山の一人歩きで事故に遭う
と連絡が取れません。必ず
三人以上で歩きましょう。
- 家族には必ず行き先を知ら
せておきましょう。

●編集部からのお願い

皆様からの投稿をお待ちして
おります。

締切日：奇数月の月末

〔短歌・俳句〕五首・五句以内

〔詩〕自由

〔カッパ〕ペン又は筆書き黒色

〔随筆・山行感想文〕

1行14字詰(趣旨の変わらな
い範囲で添削することがあり
ます。なお、スペースの関係
で、その月号に掲載出来ず遅
れる場合もあります)

※原稿は返却いたしません。

●登山用品の準備

登山には必ず必要な用品を
準備してください。

●登山靴の準備

登山靴は必ず準備してください。

●登山杖の準備

登山杖は必ず準備してください。

●登山帽の準備

登山帽は必ず準備してください。

●登山服の準備

登山服は必ず準備してください。

●登山リュックの準備

登山リュックは必ず準備してください。

●登山靴の準備

登山靴は必ず準備してください。

●登山杖の準備

登山杖は必ず準備してください。

●登山帽の準備

登山帽は必ず準備してください。

●登山服の準備

登山服は必ず準備してください。

●登山リュックの準備

登山リュックは必ず準備してください。

《徳用きつぷい》

●JR関係

①休日おでかけバス
フリーエリア内のJR線の普通
列車(快速含む)自由席と、東
京モノレール、りんかい線が1
日間乗り降り自由です。

●料金

大人 2600円
小人 1300円

●発売日

12月29日～1月3日の毎日
4月29日～5月5日の毎日
7月20日～8月31日の毎日
12月1日～12月31日の毎日

●発売期間

12月10日～平成26年
1月10日

●料金

11500円
(5回分)

●東武鉄道

①日光フリーバス
東武浅草(竹ノ塚・亀戸・小
村井)～日光駅バス路線湯
元温泉まで乗降自由
4月11日～4月30日
12月3日～4月30日

●小田急電鉄

①丹沢・大山フリーバスA券
新宿～丹沢・大山フリーバス
バス区間 2140円
②丹沢・大山フリーバスB券
新宿～丹沢・バス区間
1480円

●(東ハイ・マークの由来)

最近新入会員が多くなり、マークにつ
いてお問合わせがありますので、簡単にお答え
します。このデザインは昭和60年12月に、
故・西会長が「R(アール)」は、「アールケ
「アルク」「アルコー」に語呂が通じるので、
ぜひこれを図案化してマークを作りたいと
提案されました。当時の役員などのアイデ
イも付加し下図のように決定したわけで
す。似ていると思われませんが、国鉄の民営
化(昭和62年4月)以前のものです。

※申込みは左記書式の通り記入して下さい。

山のイメージ
山を歩く
足を表す

東ハイのTと
ピッケル

〈山行参加申込の書式〉

「山行申込書」

1) 山行名 ○○○山

2) 期 日 平成 年 月 日()
～ 年 月 日()

3) 申込者 ○○○○ 4) 会 番

5) 〒住所 〒000-0000
東京都～

6) 生年月日 T S H
年 月 日

7) 電話 FAX番号 Mail 携帯

8) 東ハイ以外の山岳保険の種類及び番号
(一般強以上の山行参加者のみ記入)

9) 1年以内の山行歴 (一般強以上の山行
参加者のみ記入)

月 日	山 名	日 程	担当リーダー

〔バス山行のキャンセルについて〕

所定の費用を払い込み後キャンセルの場合は、出来るだけ
代わりの人を立てて下さい。どうしても代わりの人が見つ
かないときは、早めにリーダーに連絡して下さい。
日数に余裕があつて、キャンセル待ちの人で定員に達した
時は、払込金は諸経費をさしひき、後日お返しします。しか
し、直前のキャンセルでは、それも無理です。
雨天でもバスは予定通り出発します。リーダーの判断で
行程は変更になるかもしれません。(バス車内は禁煙です)