

本部からの
お知らせ

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原宿駅表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

会員証・会員バッジ提示で
店頭価格からさらに割引!

新宿西口店/03-3346-0301 神田本館/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/>

Shopping

楽天
[公式販売店]

- ★4月4日(土) ①水郡沿線 盛金富士 雨天順延 係||平沢こと
「花シリーズ」No.77 イワウチ
ワ群生地他
JR上野駅9時3分発中程乗車
17分下車盛金富士(340M)
9時22分乗車下小川駅10時
往復小川駅平山橋青年の
家↓中舟生駅 歩程2時間20分
軽登山靴で足元しっかり
交通費 青春18きっぷ休日お
でかけパスが得。青春18き
つぷ
- ★4月4日(土) ③恩若峰 雨天順延
JR高尾駅8時2分発甲府行後
方乗車勝沼ぶどう郷駅下車
青苔寺↓606M峰↓910M
峰恩若峰北尾根向久保日
向薬師慈雲寺千野橋塩山
駅 歩程4時間30分
桃、スモモ、桜の花に彩られ
る春爛漫の桃源郷に降ります。
慈雲寺のイトザクラや勝沼ぶ
どう郷のぶどう畑が美しい
- ★4月4日(土) ④笠山・堂平山
東武東上線池袋駅7時30分発
快速急行小川町行乗車終点下
車バス9時5分発白石山行
乗車皆谷下車秋平↓笠山↓
堂平山↓剣ヶ峰↓白石峠↓白石
山
- ★4月4日(土) ⑤菜畑山・二十六夜山
4日小田急新宿駅6時51分発
急行小田原行乗車新松田駅8
時15分下車バス8時25分発西
丹沢行乗車終点下車白石峠
↓加入道山↓道志(油)曙橋登山
口↓菜畑山↓今倉山↓二十六夜
山↓上戸沢赤坂駅 2日目
歩程1日目4時間50分 2日目
7時間
費用七千八百円(往復交通費は
別)
- ★4月5日(日) ②神奈川歴史・公園散歩No.1
「横浜こども自然公園と花見」
JR池袋駅8時47分発湘南新宿
ライン特快小田原行乗車横浜
駅9時23分下車乗換相鉄線9時
31分発各停湘南台行乗車鶴ヶ
峰駅9時47分下車帷子川親水
緑道陣ヶ下溪谷公園こども
自然公園(大池公園)二俣川駅
歩程約3時間 雨天中止
スニーカーで
交通費約千七百円(池袋起点)
電車時刻は3月の時刻です。
JRはダイヤ改正されますので、
必ず三人以上で歩きましょう。
- ★4月5日(日) ②江戸三十三観音巡りNo.1
浅草雷門前9時集合①浅草
寺②清水寺③清水観音堂
④柳井堂⑤地下鉄千代田線湯島
駅解散
歩程2時間 雨天中止
係||佐野俊一郎
⑥青山昌次・佐々木純子
⑦090・7410・6944
- ★4月5日(日) ③物見山 雨天中止
西武池袋駅8時55分発快速三
峰口行乗車9時3分高麗駅下
車まぼろしの滝高指山↓物
見山高麗黒尾根高麗駅
歩程約4時間 少しヤブあり
係||小泉純子
⑧090・7845・4254
- ★4月6日(月) ②さくら堤公園 雨天中止
東武東上線池袋駅8時30分発
急行小川町行乗車9時26分東
松山駅下車(係待)吉見百
六↓松山城址↓天神沼↓道の駅
歩程3時間 運動靴で
係||会田政子
⑨090・3499・0190
- ★4月7日(火) ①スケッチ 小石川後楽園 係||桜井公男
入口に10時集合。園内を写生
する。雨天強風の時は12時20分
に集合。午後は16時まで和室で
静物を写生する。野菜・花瓶・
花などをモデルにする。
係||桜井公男
⑩03・3368・1283
- ★4月7日(火) ②六道山公園 雨天中止
JR八王子駅9時8分発八高
線川越行乗車箱根ヶ崎駅9時
28分下車(西武池袋線)7時57分
発急行飯能行乗車終点下車乗
換8時50分発西武秩父行乗車
東飯能駅7時52分乗換JR八
高線9時7分発八王子行乗車
箱根ヶ崎駅9時18分下車)狭
山線 歩程3時間
係||鮫嶋妙子
⑪090・2424・3452
- ★4月7日(火) ④子持山と小野子三山縦走 バス 係||大倉昌子
新宿関越道登山口獅子
岩子持山中山峠登山口
小野子山中山峠十二ヶ岳
登山口(入浴)新宿
歩程6時間30分 費用約八千円
子持山は関東百名山、小野子
山は群馬百名山、上越国境の展
望台の小野子三山を縦走します。
係||吉川英男
⑫090・4712・0896
- ★4月8日(水) ③健康登山 草戸山・高尾山 係||濱坂孝一
京王高尾山口駅8時30分集合
↓草戸山↓コンピラ山↓大洞山
↓大垂水峠↓高尾山↓4号コ
ス↓山の遊園地↓病院(妙音橋)
↓高尾山口駅 歩程4時間30分
交通費七百八十円
係||森本 久
⑬080・5027・9393
- ★4月8日(水) ③日光御成道No.3 雨天中止 係||宮本次子
埼玉高速鉄道新井宿駅1番出
口10時集合大門宿(本陣表門
・脇本陣表門)さき山記念公
園日光徳寺膝子一里塚東武
線岩槻駅
歩程4時間以上(17km超)
長丁場ですが、ゆつくり楽し
みながら歩きましょう。
⑭0422・22・0413
- ★4月8日(水) ④太平山 雨天中止 係||柴崎 実
東武浅草駅7時10分発快速日
光行乗車榎木駅8時27分下車
集合(係合流)タクシード角
堂あじさい坂太平神社↓太
平山↓晃石山↓馬不入山往復
桜峠清水寺大中正謙信平
六角堂タクシード榎木駅
歩程約4時間30分
太平山は3千本の桜の木で有
名。陸の松島を展望する周遊コ
ース。
係||柴崎ミチ子
⑮090・3499・0190
- ★4月11日(土) ②総持寺・新横 雨天中止 係||平山 亨
JR京浜東北線鶴見駅西口改札
口9時30分集合(係待)総
持寺三ツ池公園二ツ池↓獅
子ヶ谷市民の森八杉神社↓新
横浜駅解散 歩程約3時間20分
総持寺では後醍醐天皇廟、石
原裕次郎の墓所めぐります。
係||佐野俊一郎
⑯042・797・4176
- ★4月11日(土) ③若御子山 雨天中止 係||石井 徹
西武池袋駅7時55分発快速急
行三峰口行乗車(長瀬行に乘ら
ないように)浦山口駅下車
浦山ダム秩父さくら湖登山口
若御子山国見の広場清雲
寺武州中川駅 歩程4時間
交通費二千円 地図は当日配布
⑰090・2141・8946
- ★4月11日(土) ③横根山・都室 山 バス 係||山川美恵子
JR上野駅公園口前7時出発
常磐道高萩IC花貫さくら公
園横根山都室山鳥曾根登
山口高萩IC上野駅
歩程4時間
費用六千五百円(人数により変
更あり)
急登の中、感動のイワウチワ
が広がります。花に力をもらっ
て歩きましょう。
係||山川和雄
⑱090・3499・0190

東ハイ会員優待の店

お会計時に、会員バッジが会員証をお見せ下さい。
店頭割引特価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 エコプラザ シューズ屋

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

ウェア館 03-3262-0432 03-3262-7285
バタニアロック館 03-3262-0581 03-3262-0586
モンベルルーム 03-3262-0731 03-3262-0745
シューズ屋 03-3262-0433 03-3262-0592
エコプラザ 03-3262-0583 03-3262-0486

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
平常営業時店頭価格からさらに5%OFF

メンバーズカード
いつでもご入会OK
お気軽にどうぞ!!

登山用品 池袋 秀山荘 池袋一丁目
TEL.03-3984-4211
http://shop.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 パワーズスポーツ
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 伊勢丹 パワーズスポーツ立川店 (フロム中武6F) ビックカメラ 郵便局

(歩程は休憩時間を含みません)

表示方法	歩程時間	備考
①ウオーキング1	3時間以内	アップダウンの少ない平坦なコース 運動靴可
②ウオーキング2	3時間以上	アップダウンの多い郊外も歩くコース 運動靴可
①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
②一般向弱	3〜4時間	良く整備されたコース
③一般向	3〜5時間	比較的整備されたコース
④一般向強	4〜6時間	歩程が長く急な登降もあるコース
⑤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
⑥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。

★4月19日(日) ①根津つづじ祭
 JR田端駅北口改札口13時集合
 ↓養源寺↓光源寺(大観音)↓根
 津神社↓池の端↑上野公園
 歩程2時間30分
 根津のつづじは350年の歴

雨天中止
 史があります。
 参加下さい。
 ☎090・4377・9160
 夜6時〜9時

係Ⅱ松浦利保
 歩きやすい靴で

快速あきがわ1号武蔵五日市行
 乗車11時48分終点下車(係待
 つ)バス9時発数馬行乗車11人
 里バス停下車1人里峠1浅間嶺
 ↓時坂峠1弘沢ノ滝バス停

4月19日(日) ③不動山 雨天中止
 西武池袋駅7時5分発快速急
 秩父鉄道はスイカ等は利用で
 係11中嶋要一

地図昭文社 奥多摩 国2荻島二郎
 電話042・566・2698

乗換9時44分発羽生行乗車Ⅱ野上駅9時51分下車→大黒→苔不動↓不動山↓間瀬峠↓国道→樋口駅 歩程約3時間50分
軽登山靴以上で参加
交通費約三千元(池袋起点)

つて下さい。榛名山・赤城山・日光連山の展望の山です。
図Ⅱ五十嵐静江
奥武蔵・秩父
地図昭文社
☎FAX 045・811・3130
夜8時〜10時

JR高尾駅北口バス8時32分発
小仏行乗車⇒日影バス停下車↓
城山↓一丁平↓高尾山↓稲荷山
↓高尾山口駅 歩程4時間30分
雨天中止

桜とツツジの競演を楽しみま
しょう。

地図昭文社 高尾・陣馬 国山川和雄
048・964・9078

★4月22日(水) ①鎌倉古道早ノ道とカラオケNo.1 係Ⅱ加藤榮一

時集合↓守神社・真光寺公園
↓鶴川台尾根緑道・神明社・広
袴公園・小田急線鶴川駅
歩程2時間 午後1時頃から3
時間くらいカラオケを行います。
今回から、カラオケを里山・
川歩きを月1回行います。カラ
オケは、

断りします。
雨天の場合は鶴川駅北口改札12
時集合し、カラオケに行きます
042・734・0734
夜7時30分〜9時

リーダーの先に行かず遅れず、

オケ好きな人 楽しく歌いまし

断ります。
雨天の場合は鶴川駅北口改札12時集合し、カラオケに行きます
042・734・0734
夜7時30分〜9時
リーダーの先に行かず遅れず、解散まで同一行動を。

★4月22日(水) ②小田急富水駅⇔新松田駅ウオーク 係⇨濱坂
小田急新宿駅8時43分発急行 松田駅 歩程3時間 雨天中止
小田原行乗車⇨新松田駅着 乗 交通費約千七百円(新宿起点)
換10時12分発各停小田原行乗車 二宮尊徳ゆかりの地を訪ねな
⇨富水駅10時20分下車(係待つ) がら、酒匂川と周辺の田園地帯
⇨尊徳記念館⇨善栄寺⇨酒匂川 が作り出すのどかな風景の中を
堤防⇨開成駅⇨堤防上の松並木 歩きます。昨年10月のリベンジ
⇨小田急ガード下⇨吉田神社⇨ です。
あしがり郷瀬戸屋敷⇨上島農村 小田急ふれあい歩道マップ使用
公園⇨十文字橋⇨寒田神社⇨新 080・5027・9393

★4月25日(土) ④石砂山⇄峰山
JR新宿駅6時44分発中央特快
高尾行乗車⇄終点7時31分着
乗換7時46分発河口湖行乗車⇄
藤野駅8時55分下車集合 タクシ
ー⇄篠原・石砂山⇄伏馬田城跡
⇄菅井下⇄峰山⇄やまなみ温泉
バス停⇄藤野駅 歩程4時間40分
交通費 バス・タクシード約千
円(タクシードは参加人数割)

雨天中止
ギフチヨウに会えるか？
係川矢澤省三

地図昭文社 高尾・陣馬
タクシー等手配のため、必要事項明記の上片はがき又はFAXで4月20日までに申込み下さい
〒142-0042 品川区豊町
4の2の13 矢澤省三

FAX 03・3781・5875

★4月26日(日) JR新宿駅 7時44分発ホリデー快速おくたま1号乗車⇨立川8時11分⇨青梅駅8時42分着 乗換8時57分発奥多摩行乗車⇨軍畑駅9時10分下車 榎峠⇨雷電山⇨郷峠⇨矢倉台⇨青梅駅

★4月26日(日) ④御前山 雨天 JR新宿駅 6時22分発中央特快

入中止
 係 〓 辰巳哲夫
 歩程 4 時間 30 分
 輕登山靴以上
 交通費 約 二千元
 〓 〓 保倉惠美子
 〓 〓 毛塚 順一
 電話 090・8729・2758
 止
 御前山 ↓ 鞆口山 ↓ 大タワ ↓ 鋸山
 係 〓 加世田輝三

★4月30日(木)
山バス 係Ⅱ大倉昌子
新宿Ⅱ関越道Ⅱ登山口Ⅱ大桁山(おおけたやま)Ⅱ登山口Ⅱ黒瀧不動Ⅱ馬の背Ⅱ観音岩Ⅱ九十九谷Ⅱ登山口Ⅱ入浴Ⅱ新宿
歩程5時間 費用約七千円
西上州の群馬百名山を2座。
黒瀧山はスリルある奇岩・怪石と垂直ハシゴ・鎖の続く前回好

