

6月ハイク 2015



目次

16 (火)	3 三石山と思親山 大倉昌子
14 (日)	3 要害山と二本杉 加世田輝三
14 (日)	3 都電通りを歩く 近能健次郎
14 (日)	3 三頭山 石井 徹
14 (日)	4 千本ツツジと雲取 佐々木 保
14 (日)	15 (月) 4 三峰山・小法師 小林妙子
14 (日)	3 景信山と東尾根 小泉純子
13 (土)	3 矢平山と甚之函山 鳥居節男
10 (水)	1 小田代ヶ原と千手ヶ浜 平沢 こと
8 (月)	10 (水) 10 鶏冠山と甲武信 大倉昌子
7 (日)	2 荒幡富士と北山公園 村上健一
7 (日)	2 神奈川歴史・公園散歩 渡邊幸一
6 (土)	2 石神井川を歩く 木田 博
5 (金)	5 笠取山と飛竜山 加藤正・山川
4 (木)	1 浦和と野公園のバラ 松永孝子
3 (水)	3 青梅三方山 松浦利保
2 (火)	1 スケッチ 大倉昌子
1 (月)	3 歩こう！鎌倉No.14 大倉昌子

18 (木)	1 写真 あじさい公園 渡辺 震
19 (金)	20 (土) 1 姫川源流・戸隠他 平沢 こと
20 (土)	2 石神井川を歩く 木田 博
21 (日)	3 不老山 矢澤 三
21 (日)	4 水ノ塔山・籠ノ登山 坂寄牧子
21 (日)	5 御神楽岳 坂寄牧子
21 (日)	1 スケッチ 中山法華経
21 (日)	2 江戸三十三観音巡り 佐野俊一郎
21 (日)	3 北高尾山稜 有里 公雄
21 (日)	4 旧正丸峠 小泉純子
21 (日)	5 古代蓮とのおぼろの城 宮本 次子
24 (水)	1 石神井川沿いの公園 松永孝子
25 (木)	1 カラオケとホテルの観 加藤 政一
26 (金)	2 午後散歩 会田 政子
27 (土)	4 大塚山と日の出 鳥居節男
28 (日)	4 箱根三神山 中嶋 要一
28 (日)	5 源次郎と恩若峯 加藤 正彦
28 (日)	4 金峰山と瑞雲山 佐々木 保
28 (日)	2 巾着田 下田 恵美子
28 (日)	2 弘法山 川崎 英雄
30 (火)	3 三国山他 川崎 英雄

本部からの お知らせ

●参加費等改定に関するお願い
この数年間会員の減少に歯止めがかからず、会の収入も減少の一途をたどり、かろうじて積立金の一部を取り崩して収支を保って参りましたが、それにも限界があります。そこで、リレー会での協賛の結果、参加費を左記の通り改定させて頂くこととなりました。会員の皆様におかれましては諸事情をご察察の上ご了承頂きたい。よろしくお願ひ申し上げます。

●会費
2000円を3000円とする。
80歳以上・名誉会員の参加費無料を廃止し、一律3000円とする。

●リレー会
リレー会が他の山行に参加した場合、参加費を廃止し、一律3000円とする。

●会報掲載の協力者は2名までは無料とする。山行当日特別にサブリーダー・又は協力を要請し承諾した会員も無料とする。

●実施時期
平成27年10月1日以降の山行分より実施する。

●リレー会の年会費
平成28年度より年会費を徴収する。ただし、スポーツ安全保険料は負担とする。

●新協力者承認の件
小松 博氏(No.14969) 同氏は佐野満喜子リーダーの協力者として活動頂けることとなりました。

●リレー山行お休みの件
荒金亀治リーダーと濱坂孝一リーダーは、都合により6月・7月の山行をお休みします。

●渡辺震リーダー「三軌展」入選の件
本会写真担当の渡辺震リーダーが、2015年度第67回三軌展写真部で入選されました。展示期間 5月13日～25日 展示場所 国立新美術館

●寄付を頂きました
土屋秀夫様 三〇、〇〇〇円

★6月1日(月) ③歩こう！鎌倉No.14 雨天中止 係員 大倉昌子 JR藤沢駅改札口10時集合→森林公園ハイキングコース(山道40分)→新屋敷橋→岩屋不動尊→諏訪神社→密蔵寺→本蓮寺→常立寺→江の島(解散) 歩程約4時間(12km) 藤沢駅から変化のあるコース ☎090・4712・0896 FAX 03・5247・2940	★6月2日(火) ①スケッチ 東京駅と周辺 雨天中止 係員 桜井公男 丸の内中央口改札前10時集合→雨天強風中止 昼食持参 画龍点睛は描き過ぎ。観る者が眼を入れる。俳句に能書き無用 ☎03・3368・1283	★6月2日(火) ③青梅三方山 雨天中止 JR東京駅7時31分発青梅行乗車→終点乗換8時58分発奥多摩行乗車→石神前駅9時5分下車→山本山→石祠→ノスザワ峠→三方山→黒仁田分岐→こぶしの森コース→水場(トイレ)→むらさめ橋→梅岩寺→青梅駅 歩程4時間 軽登山靴以上でバリエーションコースを歩きます。急登あり。 2万5千円武蔵御岳・青梅 ☎042・563・8157	★6月3日(水) ①たいこ茶屋 雨天決行 係員 松浦利保 JR浅草橋駅東口改札前10時50分集合→たいこ茶屋→馬喰町→浜町→甘酒横丁→水天宮→人形町 歩程約1時間30分 たいこ茶屋は魚好きにはたま ☎090・4377・9160	★6月3日(水) ③日光大山 雨天中止 東武浅草駅7時10分発快速日光行後乗車→東武日光駅9時20分下車(係員)→タクシードライナミックな散歩道・日光高原ハウス→合柄橋→大山→猫の平→マツクラ滝→玉簾の滝→ツツジヶ丘→バス停→東武日光 ☎090・3499・0190	★6月4日(木) 通常総会・リーダー会 水道橋西口・貸会議室内海 夜6時開始	★6月4日(木) ①浦和と野公園のバラ 雨天中止 係員 松永孝子 JR埼京線と野本町駅10時30分集合→野公園のバラ→さいたま芸術劇場→野中央公園→大戸公園→氷川神社→北浦和公園 ☎047・457・2702	★山行コース記事の記号説明 日付頭の★は主催山行。○は数字は、強弱度の①②以外に、内数字にあれば乗車番号、路線バスではバス停番号、札所巡りでは寺社の札所番号を示します。地名間の②は乗り物による移動
---	--	--	---	---	---	--	---

カモシカスポーツ 検索

大事なものを揃ってます。

安全で快適な山旅をしっかりサポート。
あなたに頼りにされたい、カモシカです。

お買い物は登山用品専門店。
カモシカスポーツ
http://www.kamoshika.co.jp/

- 山の店・本店 tel 03-3232-1121
- 山の店・横浜店 tel 045-440-0711
- 山の店・松本店 tel 0263-48-2424

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原宿駅表参道改札出てすぐ!

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/

★6月5日(金)〜7日(日) ⑤笠取山 飛竜山 係 加藤正・山川
5日JR立川駅17時56分発松本
行乗車(係は最前部)甲斐大和
駅19時14分下車 バス11番
6日宿 笠取山 唐松尾山 係
場平 笠取山 唐松尾山 係
小屋 笠取山 唐松尾山 係
竜山 笠取山 唐松尾山 係
奥多摩駅 歩程2日目6時間30
分 3日目7時間
費用一万五千元(往復の交通費
は各自払い)

★6月6日(土) ②石神井川を歩く No.1 雨天中止 係 木田 博
河川延長25・2kmの石神井川
を、起点の小平市から最終点隅
田川まで2回に分けて歩きます。
西武新宿線花小金井駅南口改札
10時30分集合 小金井公園 係
がね橋 ともえ橋 市民運動公
園 係 木田 博
0900・6535・0432

★6月7日(日) ①鳥越の夜祭 雨天決行 係 松浦利保
JR浅草橋駅東口人形の秀月前
午後4時集合 蔵前 鳥越神社
おかず横丁 佐竹 御徒町駅
歩程約1時間
多くの屋台と千貫神輿はすこ
多 係 松浦利保
0900・4377・9160

★6月7日(日) ②都筑区の公園 雨天中止 係 平山 亨
横浜市営地下鉄ブルーライン
仲町台駅改札口10時集合(係待
つ)せせらぎ公園 古民家
めがね橋 茅ヶ崎公園 大原
ねみち公園 都筑中央公園 七
0900・2762・5264
042・797・4176

★6月7日(日) ③神奈川歴史・公園散歩 No.3 係 渡邊幸一
「港の見える丘公園」
JR池袋駅 8時47分発湘南新宿
ライン特快小田原行乗車 横濱
駅9時23分着 乗換京浜東北線
大船行乗車 山手駅9時36分下
車 山手公園 元町公園 港のみ
0800・3122・5529

★6月7日(日) ④荒幡富士 北山公園 雨天中止 係 村上健一
西武池袋駅 9時40分発急行西
武球場前行乗車 10時20分下
口駅下車 荒幡富士 トトロの
森 2号地 八国山 北山公園 係
04・2964・9481

★6月13日(土) ③三頭山 雨天中止 係 石井 徹
JR五日市線武蔵五日市駅バス
9時発数馬行乗車 数馬乗換 二
都民の森下車 三頭山 係
滝 都民の森 数馬 武蔵五日
0900・2141・8946

★6月8日(月)〜10日(水) ⑥鶏冠山 甲武信ヶ岳 係 大倉
8日新宿西口夜出 中央道
II勝沼IC 西沢溪谷入口 第一
岩峰 第二岩峰 第三岩峰 鶏
冠山 木賊山 甲武信ヶ岳 係
10日 甲武信ヶ岳 西沢溪谷 係
新宿 渡渉あり
費用約二万五千元
百名山の甲武信ヶ岳と山梨百
名山の鶏冠山(とさかき)を石楠
花の咲く頃に、岩場経験者で。

★6月10日(水) ①目黒新田富士巡り 雨天中止 係 土肥原二郎
東急東横線中目黒駅10時30分
集合 目黒区総合庁舎上庭園
(富士山) 目黒区歴史資料館(富
士山) 富士塚と胎内洞(中目
黒公園) 郷さくら美術館(作者の
コメントを読むと納得、五百円
・四百円) 旧朝倉家(関東大震
災前・大正8年築の和風住宅、
0900・7283・3061

★6月11日(木)〜15日(月) ⑦礼文岳 利尻山 係 佐野満喜子
催行不能のため中止します。

★6月13日(土) ⑧小田代ヶ原 千手ヶ浜 雨天翌日 係 平沢こと
「花シリーズ」No.82 クリン草
・白ヤシオ・レンゲつづじ他
東武浅草駅7時10分発快速
光線乗車 北千住 7時25分 日
光駅 9時22分下車 バス9時35
分発湯元温泉行乗車 赤沼下車
小田代ヶ原 弓張峠 アザミ
橋 クリン草群生地 外山橋バ
ス停 シャトルバス 赤沼 係
0297・58・9022

★6月13日(土) ⑨矢平山 甚之函山 雨天中止 係 鳥居節男
京王新宿駅7時30分発特急高
尾山口行乗車 高尾駅8時13分
着 乗換8時20分発中央本線甲
府行乗車 梁川駅8時45分下車
塩瀬大橋 寺下峠 丸ツツク
山 矢平山 旧大地峠 甚之函
山 旧大地峠 新大地峠 大丸
0800・1206・0431

★6月13日(土) ⑩三頭山 雨天中止 係 石井 徹
JR五日市線武蔵五日市駅バス
9時発数馬行乗車 数馬乗換 二
都民の森下車 三頭山 係
滝 都民の森 数馬 武蔵五日
0900・2141・8946

★6月13日(土) ⑪三頭山 雨天中止 係 石井 徹
JR五日市線武蔵五日市駅バス
9時発数馬行乗車 数馬乗換 二
都民の森下車 三頭山 係
滝 都民の森 数馬 武蔵五日
0900・2141・8946

★6月13日(土) ⑫三頭山 雨天中止 係 石井 徹
JR五日市線武蔵五日市駅バス
9時発数馬行乗車 数馬乗換 二
都民の森下車 三頭山 係
滝 都民の森 数馬 武蔵五日
0900・2141・8946

★6月13日(土) ⑬三頭山 雨天中止 係 石井 徹
JR五日市線武蔵五日市駅バス
9時発数馬行乗車 数馬乗換 二
都民の森下車 三頭山 係
滝 都民の森 数馬 武蔵五日
0900・2141・8946

★6月13日(土) ⑭三頭山 雨天中止 係 石井 徹
JR五日市線武蔵五日市駅バス
9時発数馬行乗車 数馬乗換 二
都民の森下車 三頭山 係
滝 都民の森 数馬 武蔵五日
0900・2141・8946

★6月13日(土) ⑮三頭山 雨天中止 係 石井 徹
JR五日市線武蔵五日市駅バス
9時発数馬行乗車 数馬乗換 二
都民の森下車 三頭山 係
滝 都民の森 数馬 武蔵五日
0900・2141・8946

★6月13日(土) ⑯三頭山 雨天中止 係 石井 徹
JR五日市線武蔵五日市駅バス
9時発数馬行乗車 数馬乗換 二
都民の森下車 三頭山 係
滝 都民の森 数馬 武蔵五日
0900・2141・8946

★6月13日(土) ⑰三頭山 雨天中止 係 石井 徹
JR五日市線武蔵五日市駅バス
9時発数馬行乗車 数馬乗換 二
都民の森下車 三頭山 係
滝 都民の森 数馬 武蔵五日
0900・2141・8946

★6月13日(土) ⑱三頭山 雨天中止 係 石井 徹
JR五日市線武蔵五日市駅バス
9時発数馬行乗車 数馬乗換 二
都民の森下車 三頭山 係
滝 都民の森 数馬 武蔵五日
0900・2141・8946



東ハイ会員優待の店

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 バグニア ロック館

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

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 バグニア・ロック館 モンベルルーム シュース館 エコプラザ

03-3262-0432 03-3262-0581 03-3262-0731 03-3262-0433 03-3262-0583 03-3262-7285 03-3262-0586 03-3262-0745 03-3262-0592 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

登山用品 専門店 秀山荘

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

池袋駅 西武・リコ 池袋駅前公園 池袋駅 池袋駅前公園 池袋駅 池袋駅前公園

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]

高島屋 シネマシティ ダイエー 立川北口 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 JR立川駅

平成27年6月号(3)

東京ハイキング

東京ハイキング

(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 運動靴可
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 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。

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。

★6月14日(日) ③景信山く東尾根 雨天中止 係Ⅱ小泉純子

京王新宿駅7時44分発着特急
 高尾山口行乗車⇨高尾駅8時42分下車 バス9時12分発小仏行乗車⇨終点下車⇨登り口⇨景信山⇨581M峰⇨478M峰⇨大下バス停⇨高尾駅
 軽登山靴以上 ゆつくり歩き
 ④伊藤彰彦・佐伯公子
 地図昭文社 高尾・陣馬
 090・7845・425
 03・3976・5673

★6月14(日) ③要害山→二本杉 雨中止 係Ⅱ加世田輝Ⅲ
JR新宿駅6時46分発ホリデー車→要害山→コヤシロ山→
快速おくたま1号乗車Ⅲ三鷹駅 杉→用竹バスⅢ上野原駅
6時59分着 乗換7時1分発高 歩程4時間20分
尾行乗車Ⅱ7時45分高尾駅着 交通費二千八百円
乗換(同じホーム)7時46分発河 暑さ・虫対策を!!
口湖行乗車Ⅱ8時8分上野原駅 Ⅲ武藤進・丸茂千車
下車(係待つ)バス8時30分発 地図昭文社 高尾・陣馬
飯尾行乗車Ⅱ8時43分鏡渡橋下 090・8592・192

★6月14(日) ③都電通りを歩く 雨天中止 係Ⅱ近能健次郎
JR鶯谷駅南口8時集合↓根岸 歩程4時間
↓三ノ輪橋↓尾久↓荒川遊園 ④Ⅱ島田光晴
北トピア↓王子神社↓飛鳥山↓
日暮里(新幹線通り)解散

★6月16日(火) ③三石山と思親山 バス 係②大倉昌
新宿②中央道②増穂IC②身延 一名山を2座歩きます。
②大崩登山口②三石山②登山口 ④吉川英男
②三石林道②佐野峠②思親山② 往復はがきで申込み下さい
佐野峠②新宿 千132・0035江戸川
歩程約4時間30分 井7の3の1の1113 大倉昌
費用約九千円(バス代値上げに
伴い費用が変わりました)
つづい咲く頃に身延の山梨百

★6月18日(木) ①写真 あじさい公園く緑道 係川渡辺 雲
西武新宿線高田馬場駅10時5 緑道↓その他↓花小金井駅
分発急行拝島行中程乗車11小平 雨天中止
駅10時28分下車↓紫陽花公園↓ ☎048・768・187

▼初参加の人には皆で話しかけ、親切に
▼リーダーの先へ行かず遅れず 解散まで同一行動を

★6月19日(金)20日(土)
1 姫川源

「秘湯シリリーズ」No.26 小谷温泉
「花シリリーズ」No.83 ヒメザゼン
草・バイカモ他
残席あります。早めの申込みを
参加者にはコース表送ります。
9日R所宿沢西口3時0分出發

中央道⇨長野道安曇野IC⇨姫川⇨姫川源流⇨親海湿原⇨姫川⇨小谷鎌池⇨一周コース⇨⑤⇨小谷温泉・山田旅館泊 20日宿戸隠中社⇨奥社⇨森林公園周遊⇨奥社⇨黒姫高原⇨散策⇨⑥⇨野尻湖⇨散策⇨⑦⇨上信越道信濃IC⇨関越道⇨新宿駅
 歩程2日間で6時間
 登程北で足元つかりと参加

費用約二万五千円
新緑と花々に期待しています
温泉だけの参加も可能です
●小峰・佐々木(昭)・谷
生夏はバスで申し込めます。

〒300-2358 つくばみらい市陽光台2の15の2
平沢こと
☎0297・58・9022
夜8時〜9時30分



★6月20日(土) ②石神井川を歩くNo.2 雨天翌日 係Ⅱ木田 博

西武池袋線練馬高野台駅(池袋駅から8ヶ目の駅で各駅停車しか止まりません) 10時30分集合↓練馬大橋↓としまん↓高稲荷公園↓城北中央公園↓上板橋↓新板橋↓緑橋↓加賀公園↓音無親水公園↓あすか緑地↓隅田川

バスⅡ王子駅

歩程約4時間

小平市を起点として西東京区練馬区↓板橋区↓北区を通り石神井川全長25・2kmを完歩します。

雨天の場合は翌日曜日を実施

Ⅱ大手和夫・須賀満子

090・6535・043

★6月20日(土) ④不老山 雨天中止

JR東京駅東海道線6時18分発
熱海行乗車⇨国府津駅7時32分
着 乗換御殿場線7時47分発沼
津行乗車(小田急新宿駅6時31
分発急行小田原行乗車⇨新松田
駅7時49分下車 乗換JR松田駅
御殿場線8時4分発沼津行乗車)
⇨駿河小山駅8時27分下車集合
バス明神峠行乗車⇨終点下車↓

湯船山⇨逢坂峠⇨樹木の二人
世附峠⇨不老山⇨山市場バス
⇨新松田駅 歩程5時間20分
バス代は約千円

サンショウバラの季節に。
地図昭文社 丹沢
080・1263・8400
夜7時〜9時

係⇨矢澤省三

★6月20日(土) ④水ノ塔山・竈ノ登山 バス 係Ⅱ坂寄牧子
 予告済ですが残席あります。 カラマツの林を登り、大展
 早めに申込み下さい。 の三山から池の平湿原を縦走
 新宿駅西口6時50分出発Ⅱ車坂 ます。竈ノ登山は信州百名山
 峠Ⅱ高峰温泉前登山口↓水ノ塔 ⑤Ⅱ加山信男・藤由光子
 山↓竈ノ登山↓西竈ノ登山(往 地図昭文社 浅間山
 路を戻る)↓竈ノ登山↓兔平↓見 〒270・1435白井市清
 晴岳↓兔平⑥Ⅱ新宿 口2の4の4の502
 歩程5時間
 費用九千五百円(15名の場合) 坂寄牧子

★6月20日(土)21日(日) ⑤御神楽岳他 バス 係Ⅱ佐野満喜子

20日新宿駅西口三菱東京UFJ銀行横6時50分出發Ⅱ東北道西那須野塩原ICⅡ畑小屋登山口↓御前ヶ岳↓往路を戻る↓只見町(泊)↓登山口↓八乙女ノ滝↓本名御神楽↓御神楽岳↓雨乞峰↓水場↓登山口Ⅱ室谷Ⅱ磐越自動車道Ⅱ新宿 歩程1日目2時間30分 2日目7時間20分

1日目時間があれば愛宕山も歩きます。

費用二万三千円(参加人数により変更あり)

絶壁がそそり立つ展望の屋を福島県側から新潟県側に縦します。朝立1泊

二百名山1座 会津百名山2座 ⑥Ⅱ小松博氏・吉川英里

2万5千圓御神楽岳・格ガネ都合により予告と日程を変しました。

往復はがきで申込み下さい

〒136・0072江東区土4の1の9の605

佐野満喜子

☎FAX 03・3638・142

★6月21日(日) ①スケッチ 中山法華経寺 係||桜井為公
JR総武線下総中山駅または京成中山駅から参道へ 山門前に10時集合
くちびるに歌、絵にはころを。 係||
絵は見るものではない、一緒に 係||
★6月21日(日) ②江戸三十三観音巡りNo.3 係||佐野俊一郎
JR山手線駒込駅南口9時集合 道橋駅1時頃解散
↓六義園↓赤目不動↓⑨定泉寺 歩程3時間 雨天中止
↓⑧清林寺↓③大円寺↓⑩浄心 係||
寺↓⑪円乗寺↓小石川植物園↓ 係||
⑫伝通院↓小石川後楽園↓JR水 係||
宮0900・7410・69 係||青山昌次・佐々木

新ハイキング社 編

A5判・259頁 本体1600円＋税

4月18日発売最新刊！

首都圏で
緑求めて

さあ、ハイキング！

—都心から電車で1時間以内、最長4時間の軽ハイキング 60コース—

ゆっくりマイペース歩き・キツイ山の足馴らし・介護の息抜きなどに 半日あれば行ける
品川・渋谷起点 多摩川台古墳と六郷用水/大倉山-太尾見晴らしの丘/朝夷奈切通-錯覚富士/
 逗子・やまなみの道/田浦梅林からラクダ尾根/白根不動の滝/吾妻山-二宮北部 他12コース
新宿起点 枳形山-東高根森林公園/多摩丘陵/小山田緑地-鶴見川源流の泉/長沼公園から
 高幡不動/権現平-丑田山-草戸山/高松山(御幸山)/相模の湧水と大嵐まつり 他11コース
池袋起点 箱根山-漱石公園/ふじ大山道から清戸道/中里富士塚から滝の城跡/野火止用水から
 平林寺堀/智光山公園-城山砦跡/トトロの森その1・その2/朝日山/阿須丘陵-霞丘陵 他2コース
上野・秋葉原起点 市川真間から矢切へ/鎌ヶ谷大仏から二重川/越谷梅林/北本桜国 他5コース

「読んで、登って、仲間ができる」

新ハイキング社

〒114-0023 東京都北区滝野川7-5-5-301

Tel/Fax 03-3915-8110

振替口座番号 00130-9-146915

* 全国どこの書店でもお求めになれます。

書店にない場合は 左記、振替口座宛 本体1600円＋税を
郵便局備付払込取扱票にて、送金ください(送料弊社負担)



★6月21日(日) ③北高尾山 雨天中止
京王新宿駅7時49分発準特急
高尾山口行乗車 高尾駅8時42分下車 北口バス9時12分発小
仏行乗車 大下下車 小下沢林
道 作業小屋 狐塚峠 板当峠
高ドツケ 杉沢の頭 富士見
台 本丸跡 管理棟バス停
歩程3時間30分
係 有里公雄
地図昭文社 高尾・陣馬
03・3974・1849
夜6時〜8時

★6月21日(日) ④旧正丸峠 雨天中止
西武池袋駅7時55分発快速三
峰口行乗車 飯能7時50分正
丸駅8時28分下車 旧正丸峠
サツキヨ峠 虚空蔵峠 牛立久
保 刈場坂峠 ツツジ山 機
な峠 飯盛山 関八州見晴台
パノラマコース 西吾野駅
歩程6時間30分
係 小泉純子
急登降あり 軽登山靴以上で
小紫陽花に期待して。
地図昭文社 奥武蔵・秩父
090・7845・4254
FAX 03・3976・5673

★6月23日(火) ②古代運とのぼる城 雨天中止
JR新宿駅7時56分発大
宮行乗車 赤羽駅8時9分着
乗換高崎線 8時14分発原行乗
車 北鴻巣駅8時56分下車 さ
きたま緑道 さきたま古墳公園
→古代運の里(田んぼアート)→
水城公園 忍城址 秩父鉄道行
歩程約4時間(約14km)
交通費約二千四百円
行田運(古代運は原始的な形
態を持つ美しい運です。そして
映画『のぼる城』の面影も訪
ねます。
FAX 0422・22・0413

★6月24日(水) ①石神井川沿いの公園No.2
西武新宿線東伏見駅10時30分
集合 下野谷橋 武蔵関公園
富士見池の水門 本立寺 西豊
城橋 小ヶ谷戸橋 蛸橋 石神
井公園 ふるさと文化館 三寶
寺 南田中橋 練馬高野台駅
歩程約3時間 雨天中止
係 松永孝子
今回は武蔵関公園から歩きま
す。昼食は少し遅くなりますが、
石神井公園の予定。
047・457・2702

★6月25日(木) ①カラオケとホテルの観賞
JR横浜線新横浜駅北口改札午
前11時45分集合 カラオケ会場
→終了後、ホテル観賞へ
ホテル観賞だけの人はJR横浜線
中山駅改札午後5時集合 四季
の森公園 公園内一周(夕食)
歩程1時間30分
係 加藤栄一
ホテル観賞(1時間ほど) 中山
駅 歩程1時間30分
小雨決行 スニーカーで
ホテルの乱舞を観ませんか?
ライト・夕食を持参して下さい。
042・734・0734

★6月25日(木) ②午後散歩 小雨決行
京王新宿駅13時20分発京王八
王子行乗車 13時54分高幡不動
駅下車(係待つ) 高幡不動尊
→高幡城址 高幡不動尊
歩程約2時間 運動靴で
FAX 042・566・2698

★6月26日(金) ③編笠山 権現岳
26日JR新宿駅7時発あずさ1
号乗車 小淵沢駅下車 観音平
→雲海展望台 編笠山 青年小
屋(泊)権現岳 三ツ頭 天女山
→甲斐大泉駅
歩程1日4時間 2日目6時
間30分 費用二万円
FAX 090・133・35狭山市柏原
ニータウン64の10 石井 徹
090・2141・8946

▼山のエチケットを守り、楽しい山行にしましょう。

★6月27日(土) ④大塚山 日の出 雨天中止
JR新宿駅7時44分発ホリデー
快速おくたま3号乗車 青梅駅
8時43分下車 乗換8時57分発奥
多摩行乗車 古里駅9時27分下
車 丹三郎 大塚山 ビジター
センター前 日の出 三室山
歩程約5時間30分 軽登山靴で
交通費約二千円
地図昭文社 奥多摩
080・1206・0431

★6月27日(土) ⑤箱根三山 雨天中止
JR大宮駅上野東京ライン6時
18分発小田原行乗車 東京6時
52分 横濱7時20分 小田原駅
8時15分下車 バス8時25分発
箱根町行乗車 終点下車 道の
駅 海ノ平 山伏峠 三山 山
湖尻峠 展望公園 桃源台バス
停 歩程5時間50分
軽登山靴以上
交通費 JR休日おでかけバス(二
千六百七十円)とバス代二千四百
円
芦ノ湖西岸の山稜で、かなり
歩きのあるコースです。
参加は遭難捜索費用保険加入
者に限ります。
地図昭文社 箱根
FAX 045・811・3130
夜8時〜10時

★6月27日(土) ⑥源次郎岳 恩若峯 雨天翌日
JR高尾駅7時26分発小淵沢行
乗車 甲斐大和駅8時33分下車
バス9時10分発上日川峠行乗車
峠 峨嵋嶺 釜淵下 源次郎岳
1050M 峰 恩若峯 668M
M 峰 604M 4M 峰 青苔寺
勝沼ぶどう郷駅
歩程5時間45分
交通費約三千元
地図昭文社 小泉純子
046・257・6567
夜7時〜9時

★6月27日(土) ⑦金峰山 瑞牆山 雨天中止
27日JR高尾駅7時26分発小淵
沢行乗車 塩山駅9時下車 タ
クシー 大蛇峠 国師岳(三百名
山) 北奥千岳(奥秩父最高峰)
→金峰山 金峰山小屋(泊) 瑞牆
山 不動沢コース バス 新宿
歩程1日約4時間 2日目6
時間10分
シャクナゲ咲く頃に国師岳
瑞牆山を縦走します。百名山2
座 三百名山1座 奥秩父最高
峰 瑞牆山 佐々木 保
FAX 090・803・56123
043・277・5062

★6月28日(日) ②巾着田 雨天中止
西武池袋駅8時55分発快速長
瀬行乗車 高麗駅下車 巾着田
→高麗峠 天覧山 飯能駅
歩程2時間30分 軽登山靴で
交通費千六百元
係 下田恵美子
080・1149・3542

★6月28日(日) ③弘法山 雨天中止
小田急新宿駅8時31分発急行
小田原行乗車 秦野駅9時42分
下車 浅間山 権現山 弘法山
→吾妻山 鶴巻温泉駅
歩程約3時間 軽登山靴で
交通費約千三百円
下山後希望者は「弘法の里湯」
で入浴可(入浴料2時間千円)
地図昭文社 丹沢
FAX 03・599・86193
090・2758・7871
(携帯は当日のみ)

★6月30日(火) ③三山山他 雨天中止
JR新宿駅6時48分発快速高尾
行乗車 終点7時32分着 乗換
7時47分発河口湖行乗車 上野
原駅下車 バス8時28分発井戸
行乗車 終点下車 軍刀利神社
歩程約4時間40分 急登あり
FAX 042・366・4383

●ポイント達成者(敬称略)
*50P達成 鹿志村みつ代 瀬古 奨
加藤 啓子 鈴木キク子
松原 隆雄 室賀 和子
若林 美子 新井 和子
鈴木美津子
*100P達成 山浦 啓二 大村 典子
金子 敬 三浦 咲子
高橋 芳江 成瀬 申子
*150P達成 平田佐喜子 吉田千恵子
*200P達成 須山トク子 渡辺アキ子
北川由美子 藤田 悦子
*250P達成 井上美江子 斎藤 靖江
谷内田晴子 村岡 肇
平田 絹子 大山 政江
三上 恭子
*300P達成 新井 秀夫 岩田 瑞枝
*350P達成 高 博 大石 文子
高橋 良枝
*400P達成 小峰 文子 佐藤 恵子
*450P達成 大嶋 閑枝 徳田 宏
川崎みよ子

●安全登山を
登山には体力、技術、知識の
三拍子が必要です。登りたい山
と登れる山は違います。昔と
つた「ケネツ」の思い込みは
危険です。現在の体力を自覚す
る必要があります。
「運動靴可」等と明記されてい
ない限り、山行は軽登山靴以上
で参加のこと。

●4月入会のお仲間(15名)
会員番号150006
鶴丸 明子(紹介 岸 恵子)
田邊 敦子(紹介 吉田千恵子)
星 範子(紹介 今野真知子)
高橋 恵子(紹介 金子 敏)
三上 信子(紹介 稲森万里子)
上床 宗男(紹介 神志津子)
丹 香代子(紹介 常川千代子)
大規 英子 津久田まつ美
服部美千江 小川 真弓
宮崎 弘子(再入会・2826)
(敬称略)

●安全登山を
登山には体力、技術、知識の
三拍子が必要です。登りたい山
と登れる山は違います。昔と
つた「ケネツ」の思い込みは
危険です。現在の体力を自覚す
る必要があります。
「運動靴可」等と明記されてい
ない限り、山行は軽登山靴以上
で参加のこと。

●編集部からのお願い
●皆様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】5首 5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)
※原稿は返却いたしません。
なおスペースの関係で、その
月号に掲載できず、遅れる場
合もあります。

●家族には必ず行き先を知ら
せておきましょう。

●会員証を忘れた場合 五百円
(非会員扱い)
●参加票を忘れた場合 四百円
(臨時参加票扱い)
●ポイントカードを忘れた場合
(次回持ち越しの押印なし)
※山行の実施にあたって、リ
ダー各位は右記載事項にお願
いします。

●会員証の確認について
会員が山行参加時には必ず携
行を義務付けられる物として、
①参加票 ②ポイントカード
③会員証 の三つがあります。
これらを忘れた場合は左記の
通り有料となりますので、くれ
ぐれよく確認してお出かけ下
さい。

●皇居勤勞奉仕の参加者募集
●係 柴崎 実・大倉昌子
★11月17日(火) 20日(金)又は11月
24日(火) 27日(金)の連続する4日
間で「皇居勤勞奉仕」の参加者
を募集します。日付は宮内庁より連
絡が入るまで決められません。
奉仕場所は皇居及び赤坂御用地
75歳までの健康な方で、8時45
分から15時30分まで4日間続け
られること。交通費と昼食は自
前です。
天皇・皇后両陛下のお礼の会
社でお目にかかれるかもしれま
せん。一生の思い出になります。
宮内庁へ事前に申請する都合
上、早めにお知らせ致します。
往復はがきで申込み下さい。
〒132-0003 江戸川区平
井7-3の1の1113
大倉昌子
090・4712・0896
FAX 03・5247・2940