

Shopping **樂天**

2月中に 年会費と保険料をお納め下さい。

年会費と保険料 (年齢は平成28年4月1日現在)

会員年齢	保険区分	年会費	保険料	振込金額	備考
65才未満	C区分	2,400円	1,900円	4,300円	従来通り
65才以上	B区分	2,400円	1,250円	3,650円	※本年度より 改定

※前年度までは、65才以上の方は保険料C区分又はB区分から選択できましたが、本年度より一律B区分1,250円となりますのでご注意ください。

(振込手数料が1回につき138円かかるので、年間掛金に50円プラスさせていただいております。)

【平成28年度年会費・保険料について】

●継続年会費・保険料払込のお願い

平成28年度の継続年会費(2,400円)と保険料の合計金額(右表の振込金額参照)を、同封の払込取扱票で最寄の郵便局にて2月末日までに払込み下さい。払込み後、最寄の郵便局に払込取扱票を記入し、お送り下さい。

(注1) 3月上旬に集計し、払込みのない方は4月以降の会報の発送は中止させていただきます。

(注2) 払込みの際、郵便局で渡される「受領証」を大切に保管して下さい。これが保険加入の証書となります。

なお、東ハイ保険の補償内容については4月号でパンフレットを同封します。

★2月6日(土) ④奥多摩尾根山神塚尾根 係 佐々木
JR新宿駅7時44分発ホリデー
快速おくたま3号後方乗車 立
川8時11分 青梅駅8時42分着
乗換8時56分 奥多摩線乗車 立
川駅9時22分 下町 神塚尾根
取付点 33号鉄塔 岩場 神塚
山 惣岳山 平溝尾根 556
M峰 惣岳山 平溝尾根 556
寺 軍畑駅 歩程約4時間30分
FAX 043・277・5062
2万5千円 武蔵御岳 富塚 清水
交通費 新宿起点約2千円
降雪後はアイゼン持参
り歩きです。

★2月6日(土) ⑤大ソウリ山 陣馬山 雨天翌日 係 加藤正彦
JR高尾駅8時44分発小淵沢行
乗車 9時2分 藤野駅下車(急
いで)バス9時27分 野田行乗
車 10時2分 大ソウリ山 陣馬
山 陣馬山 陣馬山 陣馬山
歩程6時間30分
FAX 046・257・6567
夜7時~9時

★2月7日(日) ②神奈川歴史・公園散歩No.11 係 渡邊幸一
「大倉山・ラッパメント博物館」
JR横浜線小机駅9時50分集合
新横浜公園 小机 博物館
鳥山川沿い 太尾堤緑道沿い
大倉山公園 大倉山記念館 東
横線大倉山駅 小机 行
ラッパメント博物館 入場料三百円
(団体割引あり)
昼食はラッパメント博物館でラ
メンを食べます。ここでは全国
メンを食べます。ここでは全国

★2月7日(日) ③大山街道No.7 係 平山 亨
小田急線伊勢原駅北口改札口
前9時集合 伊勢原大御所 石
倉橋 三の鳥居 大山 大御所
バス停 追分駅 大山寺 阿夫
利神社 下社 解散
雨天中止 係 本多長吉
急登降・ヤブあり
地図昭文社 高尾・陣馬
048・253・9640

★2月8日(月) ①海鮮さいとう 係 松浦利保
東京メトロ日比谷線入谷駅4
番出口上10時50分集合 さい
とう 海鮮 歩程約40分
テレビでおなじみの海鮮丼(并
行) 係 松浦利保
雨天決行 係 松浦利保
グランプリで優勝 千八百円は
ちよつとびっくりです。食べて
から歩きます。
090・437・9160

★2月8日(月) ②越後湯沢温泉とスキー 係 加藤栄一
8日JR東京駅 ③上越新幹線8
時52分発Maxたにがわ311
号ガール湯沢行2号乗車 上
野8時58分 大宮9時18分 高
崎9時51分 越後湯沢10時22
分着 乗換上越線 10時28分 越
後湯沢行乗車 10時37分 越
後湯沢 送迎車で宿へ。
石打スキー場の旅館に泊まり、
石打スキー場で滑ります。
スキーレベル中級以上

★2月9日(火) ③頭高山・沢尻丘陵 雨天翌日 係 大倉昌子
小田急線新宿駅8時4分発急行
小田原行乗車 10時21分 沢
下 頭高山 震生湖 白笹稲
荷入口 秦野駅 歩程約4時間
丹沢山塊の雄大なパノラマを
望める手軽な日だまりコース。

★2月10日(水) ①造幣局と豊島
清掃工場見学 係 松孝子
JR山手線大塚駅南口10時30分
集合 造幣東京博物館見学 豊
島区役所新庁舎10F 豊島の森
南池袋公園 高い煙突のある豊
島清掃工場見学(約90分) 池袋
駅 小雨決行(コース変更あり)
歩程約2時間 係 毛塚順一
047・457・2702

★2月11日(木) ③高水三山 係 小泉純子
JR新宿駅6時46分発ホリデー
快速おくたま1号乗車 青梅駅
7時47分着 乗換8時7分 奥
多摩線乗車 10時21分 下
町 高水寺 高水山 岩茸石山
馬山 惣岳山 御嶽山 御嶽
歩程4時間 軽アイゼン要
ゆつくり歩きます。
雨天中止 係 伊藤彰彦・佐伯公子
地図昭文社 奥多摩
090・784・4254

★2月11日(木) ④宝山・名倉金
剛山 係 山川美恵子
JR中央線藤野駅8時5分集
合 宝山 杉峠 日連金剛山
秋川橋 高倉山 名倉金剛山
藤野駅 歩程6時間 雨天中止
早春の藤野の里山歩きです。
地図昭文社 高尾・陣馬
090・600・4651



★2月13日(土) ②パワースポ
ト巨樹巡りNo.34 係 木田 博
「都下編」その1
京王線調布駅北口改札前10時30
分集合 布多神社 神代水生植
物園 深大寺 武蔵境通り 野
川沿い 御狩野橋 野川公園
西武多摩川線多磨駅 雨天中止
歩程約3時間(8km) 須賀満子
090・653・0432

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

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 03-3262-0432
バタゴニアロック館 03-3262-0581
モンベルルーム 03-3262-0731
シューズ館 03-3262-0433
エコプラザ 03-3262-0583
03-3262-7255 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

当店平常営業時
店頭販売価格から
さらに **5%OFF**

秀山荘カードまたは
現金でのお支払い
&
東京ハイキング協会
会員証ご呈示

秀山荘カードはいつでもご入会OK
お気軽にどうぞ!!

お客様の身になって用具選びをお手伝いします。

登山用品専門店 池袋 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 西武パルコ 池袋駅前公園 池袋 秀山荘
東口 センタービル 池袋駅 池袋駅前公園 池袋 秀山荘
ヤマタ電機 日本橋本店 ヒック パソコン館 明治通り 豊島区役所

平成28年2月号(3)

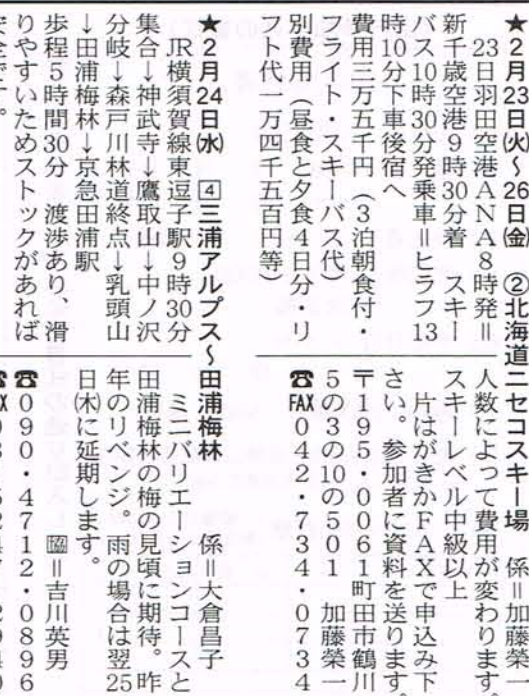
東ハイ山行強弱度			
(歩程は休憩時間を含みません)			
表示方法	歩程時間	備考	
①ウォーキング1	3時間以内	アップダウンの少ない平坦なコース	運動靴可
②ウォーキング2	3時間以上	アップダウンの多い郊外も歩くコース	運動靴可
①初心者向	2〜3時間	初めての山歩き等。ゆっくり歩くコース	
②一般向弱	3〜4時間	良く整備されたコース	
③一般向	3〜5時間	比較的整備されたコース	
④一般向強	4〜6時間	歩程が長く急な登降もあるコース	
⑤やや健脚向	5〜7時間	高度差が大でヤセ尾根、ヤブ等もあるコース	
⑥健脚向	6時間以上	かなりの経験と体力を要するコース	

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。

★2月20日(土) ③竹寺く子ノ権現 雨天中止 係鳥居節男
西武池袋駅7時20分発準急飯 交通費約千八百円 アイゼン要
能行乗車 終点8時14分下車 ④鯨嶋妙子
国際興業バス8時30分発名郷行 ⑤大澤清吾・酒井滋治
乗車 小殿下車 竹寺↓豆口峠 地図昭文社 奥武蔵・秩父
↓子ノ権現↓吾野駅 電話080・1206・0431
歩程3時間50分 軽登山靴で

★2月20日(土) ③要害山(上野原) 雨天翌日 係坂寄牧子
JR高尾駅8時20分発甲府行乗 上野原でひときわ特徴のある
車 上野原駅8時37分下車 バ 頭峰、東京近郊では低名山とも
ス9時9分発新井行乗車 終点 言われています。降雪後は軽ア
下車 鏡渡橋↓要害山↓コヤシ イゼン要。
口山↓尾統山↓尾統神社↓新井 雨天の場合は翌21日(日)に実施。
バス停 上野原駅 ⑥加山信男・藤由光子
歩程4時間10分 地図昭文社 高尾・陣馬
交通費千四百円 (高尾起点) 電話047・491・3224

★2月20日(土) ④愛鷹山 バス
 新宿6時50分出発⇨東名海老名JCT⇨柳沢登山口⇨愛鷹林道⇨愛鷹山⇨大沢林道⇨平沼登り口⇨沼津IC⇨新宿
 歩程約5時間
 費用八千二百円(人数により変
 る)富士の眺望は絶品です。
 係1佐々木 保
 ⑤富塚・清水・池田(典
 地昭文社 富士山
 往復はがきで申込み下さい。
 〒261-0003千葉市美浜
 区高浜3の5の3の304



★2月25日(木) ②午後散歩 雨天中止 係Ⅱ会田政子
西武新宿駅13時3分発本川越 歩程2時間30分 運動靴で
行乗車Ⅱ13時33分武蔵関駅下車 お湯の協力お願いします。
北口集合↓憩いの森↓石神井川 Ⅱ山口美智子
↓石神井公園↓長光寺公園↓練
馬高野台駅

山行の荷物と怪我は自分持ち

★2月27日(土) ④陣馬山 雨天中止

JR中央本線藤野駅バス9時12分
分発和行乗車→終点下車→陣馬山→奈良子峠→明王峠→大平小屋跡→与瀬神社→相模湖駅
歩程5時間

交通費二千二百円
雪を期待して、アイゼン・ストック用意のこと。
地図昭文社 高尾・陣馬
090・2141・8946

★2月28日(日) ①東京マラソン

JR有楽町線有楽町駅9時30分
集合→銀座→築地→入船橋→月島→豊洲→東雲→東京ビッグサイト
歩程2時間30分(約8km)
ゴールまで歩きます。混雑が予想されますので荷物物はコンパクトに。歩きやすい靴で。ランナーには皆さんの声援が一番の活力です。
090・4377・9160

★2月28日(日) ②森林公園 雨天中止

東武東上線池袋駅9時発快速
小川町行中乗車(係は成増駅から乗車)→森林公園駅9時55分下車→森林公園南口→梅林・福寿草→運動広場→中央口広場→彫刻広場→植物園展示棟→西口
バス→森林公園駅
歩程約3時間
交通費千七百四十円

入園料四百円(65歳以上二百円・証明書要)
ウオーキングシューズで。
梅と福寿草のコントラストに期待して。
03・5998・6193
090・2758・7871
(携帯は当日のみ)

★2月28日(日) ③箱根・明星ヶ岳 雨天中止

JR横須賀線逗子駅東口9時集合
→逗子駅14時解散 歩程4時間
交通費 小田原から約千円
大海原を望む空中散歩。
地図昭文社 箱根
080・1263・8403
夜7時〜9時

歩程4時間30分
係 矢澤省三

●ポイント達成者(敬称略)

★50P達成 菅野 本枝
金子 玲子

★200P達成 白倉 節子
加山 信男
宮下美枝子

★250P達成 荒井 米子
君塚加久子

★300P達成 龍門とみ子
嶋崎 貞子
上野 昌子
坂崎 文子

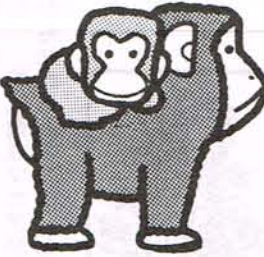
★350P達成 猪瀬 幸子
小山マスコ

★500P達成 大嶋 閑枝



投稿
亡き友に感謝
No.13643 杉本 昭
昨年8月23日、富士御中道東回り山行に参加！濃霧の中、一行14名は河口湖五合目〜六合目に向かう。ここから御殿場登山道への御中道コースであるが、霧はますます深くなり、六合目に設置されていた登山指導所も「登山道も不明瞭で崩落箇所もある」との指導を受け、やむなく前途を断念、富士吉田口に下山することに決定する。
途中、五合目佐藤小屋のベンチを借りて昼食をとらせてもらい、キノコ採りで周辺を熟知しているご主人にお聞きしてみたが、下山は賢明だとの言に接した。食後、下山開始。馬返しまで順調に下山。この停留所から駅行きのバスが出る。バスは3時25分で20分待ちだ！「ラッキー」と喜んでのちの東の間、明日から富士浅間神社の夏山閉山「吉田の大祭りのため」市内松原準備の混雑渋滞で運休の張り紙が目に入る。
急遽タクシーを呼ぼうとするも、同様の理由で40分待ちだと聞く。浅間神社まで歩行かタクシー待ちか話し合っていると、ちょうどそこいら地元の人が事情を察して「自分達は仕事を終ったので駅まで送りましょう」と言ってくれた。ぜひにお願いして、4台に分乗して駅に出た。車から降りりドライバーからお礼を申し出たが、送ってくれた方達は「お互い様です」と断られ、名も明かさずに去って行かれた。
私が乗せて頂いた車を運転している方に、車中で「私の故郷はこの隣の市で、若い頃、この〇さんと親交があったが……」と存じですか？と尋ねたところ、その方自身もお付き合いがあったが、最初に私達に声をかけた方は剣道仲間、もっと親しい仲だったとのことだった。
帰宅後、彼らのことを故郷の友人に聞いたところ、この方々はボランティアで「富士山に緑を育てる会」のメンバーで、当日もレンゲツツジの植栽をしていたことが分かった。
小生、故郷を離れて五十余年、この間、〇氏とはお会いする機会もなかった。

会もなかった。
8月に友人と会った時、〇氏が春に亡くなったと知らされた。たまたま時間がなかったため、後日仏壇にお参りさせて頂くことにした。彼も富士山を裾野から愛するボランティア仲間でもあったのだ。
こんなわけで、偶然とはいえ何か因縁めいたものを感じ、きつと彼が仲間を引き合わせてくれたのだと……感謝の気持ちいっぱい思い出が蘇ってきた。
その後、9月の都留市駅から三ツ峠山行の前日に〇氏宅にお伺いして、位牌を拝し感謝の気持ちを報告。翌日の山行にはスツキリした気分に参加した。
「人は何処かで誰かに見守られているのだ」と、亡き友に感謝の念を抱くことになった富士山御中道山行だった。



おトクな乗車券いろいろ
【JR関係】
●休日おでかけバス
東京近郊のフリーエリア内のJR線普通列車(快速含む)普通車自由席と東京モノレール、りんかい線が1日乗り降り自由。利用期間 土・休日及び4月29日〜5月5日、7月20日〜8月31日、12月29日〜1月3日の毎日 2670円
●都区内バス
東京23区内のJR線普通列車(快速含む)普通車自由席が1日乗り降り自由。乗車券とも1ヶ月前から発売
●小田急電鉄
●丹沢・大山フリーパス(2種)
Aキップ 小田急線往復+乗り降り自由(小田急線本厚木〜渋沢間+神奈川中央交通バス指定区間+大山ケーブル) 2210円
Bキップ (Aキップの区間から大山ケーブルを除いたもの) (新宿からの場合) 1530円
A・Bキップとも2日間有効で、乗車日の1ヶ月前から小田急線全駅で発売。
【東武鉄道】
●まるごと日光東武フリーパス
日光エリアの鉄道・バスが乗り降り自由。(浅草からの場合) 4520円
※変更される場合もありますので、詳細は各鉄道の駅やお客さまセンターでお尋ね下さい。
【編集部からのお知らせ】
●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(趣旨の変えられ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、その月号に掲載できず遅れる場合もあります)
※原稿は返却いたしません。



＜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

※山行の申込みをする方は必ず書式の通り記入して下さい。

（バス山行の申し込みとキャンセルについて）
申し込み方法・費用の払い込み等は担当リーダーの指示に従って下さい。宿泊日数によっては予約金が必要な場合もあります。費用払い込み後キャンセルの場合は、できるだけ代わりの人を立てて下さい。どうしても代人がいないときは早め、キャンセルに連絡して下さい。山行日まで日数に余裕がある場合は、キャンセル待ちの人で補充ができたときは、払い込み金は(諸経費を差し引き)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。行程は変更になるかもしれませんが、その場合、不参加でもバス運行代、宿のキャンセル料等は支払っていただきます。
なお、予定人員に満たない場合、リーダーの判断で山行中止になる場合もあります。(バス車内は禁煙です)

参考：栃木百名山 (下野新聞社選)

1 那須岳	21 荒海山	41 男体山	61 二股山	81 雨巻山
2 三本槍岳	22 芝草山	42 女峰山	62 岩山	82 高峯
3 那須岳・朝日岳	23 持丸山	43 赤薙山	63 備前橋山	83 谷倉山
4 南月山	24 葛老山	44 外山	64 庚申山	84 三峰山
5 白笹山	25 南平山	45 半月山	65 鋸山	85 不動岳
6 大倉山	26 月山	46 社山	66 皇海山	86 尾出山
7 日留賀岳	27 田代山	47 黒檜岳	67 袈裟丸山	87 氷室山
8 黒滝山	28 帝釈山	48 鳴虫山	68 羽黒山	88 根本山
9 大佐飛山	29 台倉高山	49 薬師岳	69 本山	89 熊鷹山
10 男鹿岳	30 黒岩山	50 夕日岳	70 鞍掛山	90 大鳥屋山
11 若見山	31 燕巣山	51 火戸尻山	71 多気山	91 太平山・見石山
12 安戸山	32 根名草山	52 毘沙門山	72 古賀志山	92 三蔵山
13 高原山	33 温泉ヶ岳	53 鶏鳴山	73 花瓶山	93 唐沢山
14 鶏頂山	34 金精山	54 笹目倉山	74 萬蔵山	94 諏訪岳
15 前黒山	35 奥白根山	55 羽賀場山	75 鷺子山	95 大小山
16 富士山(新富士)	36 錫ヶ岳	56 古峰ヶ原	76 松倉山	96 両崖山
17 塩沢山	37 高山	57 地藏岳	77 鎌倉山	97 足利行道山
18 鶏岳	38 太郎山	58 横根山	78 芳賀富士	98 石尊山
19 明神ヶ岳	39 大真名子山	59 石裂山	79 鶏足山	99 仙人ヶ岳
		60 鳴蟲山	80 高館山	100 赤雪山