

目次

一目白・新宿 JR山手線・埼京線 大塚・板橋

池袋駅 西武パルコ 東口

Pパルコ 池袋駅前公園

ヤマタ電機 日本総本店

ビックパコン館

明治通り

池袋秀山荘

池袋西武百貨店

★12月6日(火) ③桐生吾妻山 雨天中止
東武浅草駅7時10分発快速バス
乗換両毛線8時42分発高崎行乗
車(保合流)桐生駅9時26分下
車集合↓堰堤↓光明寺↓村松峠
↓雌吾妻反射板↓吾妻山↓吾妻
公園↓登山口↓桐生駅
歩程約4時間 係柴崎 実
桐生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。天候等不明の場合は電話
で問合せ願います。
090・3499・0190
090・3499・0190

★12月6日(火) ⑤都留市 御正体山 バス
新宿7時出発中央道都留市
御正体山登山口↓白井平分岐
↓御正体山↓中ノ岳↓山伏峠
(入浴)新宿
歩程6時間 費用約九千円
道志山塊で群を抜く高峰で、
古くから信仰の山として敬われ
てきた一等三角点の山。山梨百
景。山梨百景。山梨百景。
090・4712・0896
090・4712・0896
090・4712・0896

★12月7日(水) リーダー会
水道橋西口・貸会議室内海 夜6時開始
090・4712・0896
090・4712・0896
090・4712・0896

★12月8日(木) ①石神井公園 雨天中止
西武池袋駅10時12分発各停所
沢行乗車↓練馬高野台駅10時31
分下車↓長命寺↓長光寺橋公園
↓石神井公園(石神井池)↓ふる
さと文化館↓道場寺↓三寶寺↓
氷川神社↓石神井公園(三寶池)
↓石神井公園駅
歩程約2時間30分 運動靴で
090・2758・7871
(携帯は当日のみ)

★12月9日(金)10日(土) ④明神ヶ岳・明星ヶ岳
望年山行ですが、予告で満員になりました。
係石井 徹
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月11日(日) ①忘年山行 荒神山 バス 係平沢こと
空席あり。早めの申込みを。
JR新宿駅西口6時50分発東
北道北関東道太田・桐生IC
水沼↓荒神山登山口↓荒神山往
復↓登山口サンレイク草木(入
浴・忘年会)北関東道東北道
↓新宿駅西口 歩程1時間40分
軽登山靴で足元しっかり参加。
費用約一万円(入浴・昼食・飲
物代含む)忘年会のみ参加OK。
0297・58・9022
夜8時〜9時30分
0297・58・9022
0297・58・9022

★12月11日(日) ①忘年山行 弘法山 雨天中止 係有里公雄
希望者で、駅前の「弘法の里
湯」で入浴後忘年会を行います。
小田原急行バス8時31分発急行
小田原行乗車↓秦野駅9時43分
下車↓河原町交差点↓浅間山
権現山↓弘法山↓善波峠↓吾妻
山↓鶴巻温泉駅
歩程約2時間30分
交通費約千四百円
03・3974・1849
夜6時〜8時
03・3974・1849
03・3974・1849

★12月11日(日) ②八重山 雨天決行
JR新宿駅8時26分発中央特快
高尾行乗車↓終点9時9分着
乗換9時20分発甲府行乗車↓9
時37分上野原駅下車 バス9時
52分発新井行乗車↓10時5分新
井下車↓能登八重山↓上野原
中学校 温泉バス↓秋山温泉(忘
年会)上野原駅
090・8592・1932
090・8592・1932
090・8592・1932

★12月12日(月) ③志駒愛宕山 雨天決行
新宿7時出発館山道保田
↓東郷橋↓愛宕神社↓梨沢内
台↓山中公民館バス停↓勝浦漁
協(海鮮料理)濃溝の滝↓新宿
歩程3時間 忘年山行です。
費用約一万二千円
安房と上総を分ける境界尾根
を、房総の美しい紅葉と水仙の花
を一緒に楽しめます。昼食は好
評の勝浦漁協の海鮮料理で今年
090・4712・0896
090・4712・0896
090・4712・0896

★12月13日(火) ④北高尾山稜 雨天中止
JR高尾駅北口改札口8時20分
集合 バス8時34分発陣馬高原
下行乗車↓終点下車↓底沢峠↓
堂所山↓北高尾山稜↓駒木野↓
042・734・0734
夜7時〜9時
042・734・0734
042・734・0734

★12月14日(水) ①玉川上水を歩くNo.5
「小金井橋と三鷹駅」
JR中央線武蔵小金井駅10時30分
出発↓沿線公園↓小金井公園
(散策・昼食)五日市街道↓境
橋(千川上水分岐)国木田独歩
文学碑↓西久保公園↓JR三鷹駅
047・457・2702
047・457・2702
047・457・2702

★12月15日(木) ③番場ヶ谷の沢
歩き 雨天決行 係矢澤省三
JR鎌倉駅東口改札9時集合
バス5番乗場から乗車↓十二所
神社前下車↓吉沢川(滑川の支
流)の源流をたどる↓天園ハイ
キングコースに合流↓天園峠の
茶屋↓獅子舞台↓鎌倉宮↓鎌倉
駅 歩程4時間
天園の秘境と鎌倉一の紅葉を
愛でる。沢歩きと言ってもぬか
るみ程度です。(スパッツ必携)
昼食時間は解散まで設けません
(行動食を持参して下さい)。
雨天の場合、コース変更あり。
080・1263・8403
夜7時〜9時
080・1263・8403
080・1263・8403

★12月15日(木) ④沼津アルプス
雨天中止 係川崎英雄
JR品川駅6時43分発熱海行乗
車↓沼津駅8時41分下車(南口)
バス⑧9時10分発乗車↓香貫小
学校下車↓徳倉山↓志下山↓鷺
頭山↓大平山↓多比バス停↓沼
津駅 歩程約5時間
042・366・4383
042・366・4383
042・366・4383

★12月17日(土) ③鐘撞堂山
雨天中止 係中嶋要一
東武東上線池袋駅8時発快速
小川町行乗車↓9時4分小川町
駅着 乗換9時10分発乗車↓9
時28分寄居駅着 乗換秩父鉄道
10時2分発羽生行乗車↓10時5
分桜沢駅下車↓八幡山↓町界尾
根↓鐘撞堂山↓羅漢山登山口↓
波久礼駅
歩程約3時間30分 軽登山靴で
交通費二千三百円
045・811・3130
夜7時〜9時
045・811・3130
045・811・3130

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

★12月10日(土) ②忘年山行 里見富士と温泉 バス 係佐々木
新宿朝7時出発里見富士登
山口↓里見富士(茨城百名山)↓
里見富士登山口温泉(忘年会・
里見温泉めぐりの湯)新宿
歩程2時間40分
090・8035・6123
090・8035・6123
090・8035・6123

★12月10日(土) ②パワースポットNo.43
「台東区橋巡り」その1
東京メトロ浅草駅下車 東武浅
草駅前広場10時30分集合↓吾妻
橋往復↓リバーサイドギヤラリ
↓言問橋↓隅田公園↓隅田川
テラス↓桜橋↓隅田川テラス↓
090・6535・0432
090・6535・0432

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	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やや健脚向	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17日(土) ③湯の花山 雨天中止
西武池袋駅7時55分発急行三峰口行乗車11分能登駅7時50分下車バス8時22分中沢行乗車11分中沢下車416M地点下車南沢山湯の花山へ飛村前坂上り口前坂分岐吾野駅
歩程約4時間30分
係：小泉純子
地図にはないコースです。
④伊藤彰彦・佐伯公子
090・7845・4254
03・3976・5673

★12月17日(土) ④忘年山行 御岳山 係：鳥居節男
17日JR新宿駅10時11分発青梅特快乗車11分終点着乗換11時15分分発奥多摩行乗車11分奥多摩下車47分下り雲千橋大橋峠御岳山頂雲千橋18日宿御岳山周辺散策解散
歩程1日目3時間30分 2日目2時間 軽登山靴で参加費用 交通費以外に宿泊費一万円 定員30名 雲表三千尺の宿・嶺雲荘に宿
080・1206・0431

★12月18日(日) ②忘年山行「餅つき」 雨天決行 係：村上健一
西武池袋駅8時35分発急行飯能行乗車11分終点着乗換9時28分分発西武秩父行乗車11分武蔵横手駅下車「餅つき」・鍋料理・飲料「武蔵横手駅」
歩程1時間40分 費用二千五百円(当日集金) エプロンを持参下さい。
080・1149・3542
080・1170・4022
080・1170・4022

★12月18日(日) ③大高取山桂木観音 係：保倉恵美子
東武東上線池袋駅8時15分発急行小川町行乗車11分坂戸駅下車8時58分着乗換9時7分分発越生行乗車11分終点着9時24分下車高取山桂木観音大高取山桂木観音「ゆうパークおこせ」(入浴可3時間八百円)越生駅歩程約3時間 雨天中止 桂木観音で柚子が安く買えます
090・2758・7871
03・5998・6193
03・5998・6193
03・5998・6193

★12月18日(日) ②野川を下る 雨天中止 係：佐野俊一郎
西武多摩川線多摩駅改札口10時集合(JR中央線武蔵境駅乗換)野川公園二枚橋国立天文台深大寺京王線柴崎駅解散
歩程4時間
090・7410・6944
03・7410・6944

★12月19日(月) ④三浦アルプス 尾根歩き 係：大倉昌子
京急線新逗子駅10時集合バス10時17分分発乗車11分長柄下車登山口阿部倉山二子山乳頭山仙元山風早橋バス停新逗子駅
歩程5時間30分(12km) 三浦アルプスの入り組んだ尾根をたどってしっかりと歩きます。現地協力を名児郎高宏氏にお願いいたします。
090・4712・0896
03・5247・2940

★12月20日(火) ④吉川英男・佐野妙子 当日が雨の場合は翌20日(火)に延期します。
090・4712・0896
03・5247・2940



東ハイの目印でもある黄色いタールは、山行参加のときリールから求め下さい。山行時には携行して下さい。

★12月21日(水) ②川越・小江戸めぐり 係：会田政子
西武新宿駅8時44分発急行本川越行乗車11分9時52分終点下車(係待)蔵造りの町並み下りの鐘寺町通り菓子屋横丁川越城本丸御殿富士見橋跡
090・4256・2698
03・4256・2698

★12月23日(金) ④矢倉岳・鷹落場 雨天中止 係：山川美恵子
小田急線新松田駅8時30分集合バス8時40分分発地蔵堂行乗車11分矢倉岳下車矢倉岳清水越鷹落場鳥手山平山樋口橋新松田駅歩程約6時間
090・6005・4651
03・6005・4651

★12月24日(土) ③高尾山 雨天中止 係：加藤正彦
京王線高尾山口駅9時30分集合稲荷山コース高尾山高尾山口駅歩程4時間
042・5663・8157
03・5663・8157

★12月24日(土) ③泰光寺山 雨天中止 係：佐野満喜子
京王線高尾山口駅8時30分集合梅ノ木平沖大明神社41号鉄塔御林局三角点一般登山道と合流泰光寺山西山峠
03・3638・1488
03・3638・1488

★12月25日(日) ①大東京の夜 雨天決行 係：松浦利保
地下鉄銀座線丸の内線赤坂見附駅赤坂地下道A出口上16時40分集合赤坂サカスミッドタウン六本木ヒルズ麻布原宿歩程約2時間30分
090・4377・9160
03・4377・9160

★12月27日(火) ③高尾山 雨天中止 係：加藤正彦
JR高尾駅8時2分分発甲府行後方乗車11分初狩駅8時55分下車集合高尾山天神峠むすび山大月駅歩程4時間15分急登あり
042・734・0734
03・734・0734

★12月27日(火) ③高尾山 雨天中止 係：加藤正彦
JR高尾駅8時2分分発甲府行後方乗車11分初狩駅8時55分下車集合高尾山天神峠むすび山大月駅歩程4時間15分急登あり
042・734・0734
03・734・0734



9月23日最新刊! 関東一円 古城址ハイキング 内田栄一 著
歴史を知ればもっと楽しく、実際に歩けばもっとリアルに、51城40コース。
歴史とハイキングと両方を深く楽しむ、関東の古城址ハイキングの決定版!
ハイキングコース略図の他に城郭の縄張り図もあり、遺構の写真も豊富に掲載。
付録:関八州の勢力分布変遷・主要家系図と武将外伝・INDEX MAP(全体地図)・年表・武将人名索引付
【東京都】江戸城を歩く/松原城から戸倉城など5コース【埼玉県】車山から鉢形城/杉山城から菅谷城など5コース【神奈川県】小田原城とその周辺/新井城から小網代の森など5コース【千葉県】峰上城から関戸浅間山/勝胤寺から本佐倉城/岡本城から法華崎海岸など8コース【茨城県】富士山一笠間城/河和田城から借楽園など4コース【栃木県】唐沢山城から栃本山/富士山城から勧農城/烏山城から竜門の滝など7コース【群馬県】岩櫃城から岩櫃山/箕輪城とその城下など4コース【山梨県・静岡県】新府城から能見城/山中城から箱根旧街道
「読んで、登って、仲間ができる」 〒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
新ハイキング社 *全国ど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1,800円+税を郵便局備付払込取扱票にてご送金ください(送料弊社負担)

★12月27日(火) ③京塚山・高倉山 雨天翌日 係Ⅱ大倉昌子
JR高尾駅9時17分発甲府行乗
車Ⅱ藤野駅9時30分下車バス
9時40分発名倉循環乗車Ⅱ園芸
ランド事務所前下車京塚山・
一本松山・葛原神社・名倉金剛
山・天神峠・高倉山・高倉見晴
→藤野フラワーカーデン・園芸
ランド事務所前→藤野駅
★12月28日(水) ①台東区蔵前界隈 雨天中止 係Ⅱ松永孝子
JR秋葉原駅中央改札口10時30
分出發→和泉公園→浅草橋区民
館→鳥越神社→精華公園→蔵前
水の館(蔵前国技館跡地)→世界
の力(博物館)→エース株→駒
場公園→蔵前
★12月29日(木) ③大山 雨天中止
小田急新宿駅7時1分発急行
小田原行乗車Ⅱ7時59分伊勢原
駅下車バス8時17分発大山ケ
ーブル行乗車Ⅱ終点下車男坂
→表参道→大山→見晴台→女坂
→大山ケーブルバス停→伊勢原
駅 歩程約4時間



●8・9月入会のお仲間
(5名 敬称略)
会員番号150875
大野 憲男(紹介丸茂 千恵)
二見 猛克 三枝 晴美
古川 泰子 道下 恭子

★12月29日(木) ③大山 雨天中止
交通費千五百三十円(丹沢・大
山フリーパスBキップが得)
ゆつくり歩きます。
係Ⅱ小泉純子
046・257・6567
夜6時〜8時

●ポイント達成者(敬称略)
*50P達成 三上 信子
*100P達成 嘉生 サト
原 和子 三枝 次平
吉原 恭子
*200P達成 高松多加子
江口 好子 石田さとみ
平田佐喜子 大村 典子
加藤左代子 鈴木 リツ
*250P達成 半澤 秀子
五百川幸男 丹羽 啓子
*300P達成 景山トキ子
渡邊アキ子
*350P達成 神原 清子
齊藤 貞子

●この会は山を愛する人の集り
です。
樹木や花は折らず採らず、ゴ
ミは持ち帰りましょう。喫煙者
は携帯灰皿を忘れずに。
車内表示等にもあるように、
リュックは手に持つか網棚へ。
電車・バスに乗車の際、列の割
込み、席取り等はやめ、マナー
を守り、周囲の迷惑にならない
ようにしましょう。
とるのには写真だけ、残すのは
足跡と思っただけ。会の品位を
汚さないように、みんなで楽し
い山行にしましょう。



投稿
山の日に寄せて
No.13037 藤田紀世資
山の日や不二雲海に聳えたつ
山の日や不二雲海に聳えたつ
山の日や北岳モルゲンロードかな
山の日や雷鳥一家のお通りぞ
山の日や酒沢小屋の星月夜
山の日や月光浴びて肩の小屋

●東武鉄道
○丹沢・大山フリーパス(2種)
Aキップ 小田急線往復+乗
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)
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) 2210円
(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。

●安全登山を 登山には体力、技術、知識の三拍子が必要です。
「昔とったキネツカ」的自信を持つことは危険で、体力の衰えを
考慮・自覚することが必要です。

●安全登山を 登山には体力、技術、知識の三拍子が必要です。
「昔とったキネツカ」的自信を持つことは危険で、体力の衰えを
考慮・自覚することが必要です。

●安全登山を 登山には体力、技術、知識の三拍子が必要です。
「昔とったキネツカ」的自信を持つことは危険で、体力の衰えを
考慮・自覚することが必要です。

●安全登山を 登山には体力、技術、知識の三拍子が必要です。
「昔とったキネツカ」的自信を持つことは危険で、体力の衰えを
考慮・自覚することが必要です。

●安全登山を 登山には体力、技術、知識の三拍子が必要です。
「昔とったキネツカ」的自信を持つことは危険で、体力の衰えを
考慮・自覚することが必要です。

●安全登山を 登山には体力、技術、知識の三拍子が必要です。
「昔とったキネツカ」的自信を持つことは危険で、体力の衰えを
考慮・自覚することが必要です。

●安全登山を 登山には体力、技術、知識の三拍子が必要です。
「昔とったキネツカ」的自信を持つことは危険で、体力の衰えを
考慮・自覚することが必要です。

●安全登山を 登山には体力、技術、知識の三拍子が必要です。
「昔とったキネツカ」的自信を持つことは危険で、体力の衰えを
考慮・自覚することが必要です。

参考：新潟百名山 (新潟県山岳協会選定)

1 金北山	21 杵差岳	41 栗ヶ岳	61 七ツ小屋山	81 不動山
2 金剛山	22 門内岳・地神山	42 袴腰山	62 武能岳	82 鉾ヶ岳
3 日本国	23 北股岳	43 守門岳	63 茂倉岳	83 妙高山
4 吉祥岳	24 飯豊山	44 浅草岳	64 一ノ倉岳	84 火打山
5 新保岳	25 大日岳	45 鬼ヶ面山	65 谷川岳	85 焼山
6 天蓋山	26 蒜場山	46 鋸山	66 万太郎山	86 雨飾山
7 鷲ヶ巣山	27 焼峰山	47 番屋山	67 仙ノ倉岳	87 金山
8 以東岳	28 菅名岳	48 下権現堂山	68 平標山	88 斑尾山
9 竜門山	29 日本平山	49 八十里越	69 飯土山	89 高倉山・鋸ヶ岳
10 寒江山	30 銀太郎山	50 毛猛山	70 苗場山	90 高倉山・駒ヶ岳
11 西朝日岳	31 白山	51 末丈ヶ岳	71 佐武流山	91 明星山
12 光兎山	32 矢筈岳	52 越後駒ヶ岳	72 米山	92 青海・黒姫山
13 朴坂山	33 御神楽岳	53 中之岳	73 刈羽黒姫山	93 白鳥山
14 高坪山	34 猪ヶ森山	54 八海山	74 尾神岳	94 犬ヶ岳
15 大平山	35 五頭山	55 荒沢岳	75 菱ヶ岳	95 黒岩山
16 鳥坂山	36 宝珠山	56 丹後山	76 天水山	96 長樺山
17 櫛形山	37 不動堂山	57 平ヶ岳	77 鍋倉山	97 朝日岳
18 風倉山	38 光明山	58 金城山	78 青田南葉山	98 雪倉岳
19 二王子岳	39 角田山	59 巻機山・割引岳	79 開田峠・牧峠・宇津ノ俣峠・伏野峠	99 鉢ヶ岳
20 大境山	40 弥彦山	60 大源太山	80 野々海峠・深坂峠	100 小蓮華岳

山行申込書

1) 山行名

2) 期 日 平成 年 月 日()
~ 年 月 日()

3) 申込者

4) 会番

5) 住 所 〒

6) 生年月日 [T S H] 年 月 日

7) 電話 FAX
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