

7	(木)	6(水)	●通常総会・リーダー会
8	(金)	②北山公園他	柴崎 実
9	(土)	会田政子	○
10	(日)	②①一切経山他	川寄英雄
11	(月)	バス 平沢・矢澤	日光千手ヶ浜
12	(火)	⑤甲武信ヶ岳	加藤正彦
13	(水)	①葛西臨海公園 ②八国山 ③国会见学と傍聴	保倉恵美子 佐野満喜子 小林妙子
14	(木)	①水元公園の花菖蒲 ②高尾山 ③中禅寺湖南岸周遊歩道 ④栗野山 ⑤丹沢塔ノ岳	松木千恵子 松永孝子 鮫嶋妙子
15	(金)	川寄英雄 加藤榮三 矢澤省三	○

●山行参加時のご注意!!
一般向強4以上との予約山行
に参加希望の場合は、必ず
該当リーダーの通常の日帰り
山行に参加し、足を確認して
もらつた上でご参加下さい。

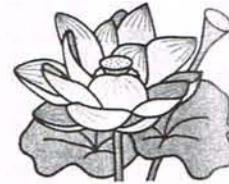
◎山行の強弱度表記について
山行名の上に、数字でその
山行の強弱度を左記のように
表記します。



② No.14	大菩薩峠他と温泉	バス 渡邊幸一	山川美恵子	佐々木 保	松浦利保	大倉昌子	③ 錄倉の小路歩き No.3
② 神奈川歴史・公園散歩	古賀志山西稜	④ 吉田山スルギ尾根	⑤ 古賀志山西稜	佐々木 保	松浦利保	大倉昌子	① カントリー・ライブ

41
コース

目次



6月ハイク 201

2018

リーダー返任の件
宮本次子 No. 14172
同氏は平成24年にリーダーに就任され、歴史にちなんだ山行を多数提供して頂きましたが、この度、一身上の都合により退任

近い将来には、会報に掲載されていな新規山行（季節の花々の開花に合わせた山行等）がお知らせできるようになります。自動受信の停止も再登録も簡単にできます。ご不安な方には、窓口も用意しております。今すぐホームページより登録してお試し下さい。

なお、前述の情報はホームページからも確認できます。

● 参加でくる山行は③以下の日
帰り山行とする。
つまり、非会員のまま何回でも参加できるわけではなく、かつ非会員の方は④以上の山行には参加できません。当日参加しようと出てこられましても、リーダーとしては認めることができませんので、お友達をお誘いの場合はご注意下さい。

● 非会員の山行参加条件の徹底について

現在、非会員の方は五百円の参加費を支払うことで2回を限度に参加できます（お試し体験という主旨）が、この山行参加条件の周知が徹底せず、参加された非会員やお誘い下さった会員の方にご迷惑をおかけする事が発生しています。

本件に関して、4月4日(水)開催のリーダー会において次の通り確認されましたので、周知徹底をお願い致します。

（非会員の山行参加条件）

- ・ 非会員としての参加回数は2回まで。

本部からの
お知らせ

〔山行コース記事の記号説明〕 日付頭の★は会主催山行。○内数字は、強弱度の①②以外に、駅名下にあれば乗車番線、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。地名間に〃は乗り物による移動、↓は歩行、△は三角点です。

○東ハイ事務所は通常は留守番電話なので、間違いを避けるため、入会をご希望の方、住所変更の方はFAXでご連絡下さい。お名前・生年月日・郵便番号・住所・電話番号をお知らせ下さい。

★6月2日(土) [4] 吉田山～スルギ尾根 雨天中止 係＝佐々木
西武池袋駅 8時5分発快急長
静・三峰口行乗車＝飯能 8時54分
分＝吾野駅 9時15分下車＝秩父
御嶽神社→吉田山→小床峠→子
ノ権現駐車場→スルギ尾根→前
坂→吾野駅 歩程4時間50分
奥武藏のバリエーションルートを結んで歩く、少々ロングな
トキハ
交通費 池袋起点千二百円
地図昭文社 奥武藏・秩父
2万5千岡正丸峠・原市場
FAX 090-8035-6123
ts.harenigoro.123@sea.plala.or.jp

<p>● 6月1日(金) [③ 鎌倉の小路歩き No.3] 係 大倉昌子</p> <p>JR 鎌倉駅10時集合→本覚寺→ 滑川沿いに最後の執権・北条 岐れ道→田楽辻子の道→犬懸ヶ 谷の道→報国寺→衣張山→花咲 谷→葛西ヶ谷の道→祇園山トンネル→見返り坂→東勝寺橋→鎌倉駅 歩程約4時間 高時が田楽に狂ったと伝わる小路を辿り、高時最期の腹切りや ぐらがある東勝寺橋へと鎌倉幕府の歴史を偲びつつ歩きます。</p>
■ FAX 03・5247・2940
■ 佐野妙子
▼ 日帰り山行参加費 会員三百円・会員外五百円

●協力者就任の件
池田正義(保倉惠美子口)
名児耶高宏(松木千恵子口)
◎寄付を頂きました
No.9496 下田恵美子様
「長い間、色々とお世話になりました。気持だけですが東ハイに寄付します。」
No.8226 新井秀夫様
「長い間お世話になりましたが、
●「こらむ」欄を新設します
本会報では「本部からのお知らせ」で色々な会の動きをお知らせしておりますが、今回より東ハイの考え方や主張等を掲載するコラム欄を新設しました。
掲載は不定期ですが「こらむ」に対する会員の皆様のご批判・ご意見を期待しています。会員番号と氏名を必ず記入の上、メールかFAXでお願い致します。

これまでの活動に感謝致します。本当にありがとうございます。今後のご健勝をお祈り申し上げます。

www.sakaiya.com

**インターネット
通販大人気!**

さかいやスポーツ

〒101-0051 東京都千代田区神田保町 2-48 営業時間：AM11:00～			
ウェア館	バゴニア・ロック館	モンベルルーム	シューズ館
■03-3262-0432	■03-3262-0581	■03-3262-0731	■03-3262-0431
■03-3262-7285	■03-3262-0586	■03-3262-0745	■03-3262-0591

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/>

日帰り山行参加費=会員300円、会員外500円

東京ハイキング

平成30年6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	歩程時間	歩程時間	歩程時間	歩程時間	歩程時間	
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	3時間以上	3時間以内	アップダウンの多い郊外も歩くコース	3時間以上	3時間以内	
②ウォーキング2	3時間以内	アップダウンの多い郊外も歩くコース	3時間以上	3時間以内	アップダウンの多い郊外も歩くコース	3時間以上	3時間以内	
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	2~3時間	2~3時間	初めての山歩き等。ゆっくり歩くコース	2~3時間	2~3時間	
②一般向弱	3~4時間	軽く整備されたコース	3~4時間	3~4時間	軽く整備されたコース	3~4時間	3~4時間	
③一般向	3~5時間	歩程が長く急な登降もあるコース	4~6時間	5~7時間	歩程が長く急な登降もあるコース	5~7時間	6時間以上	
④一般向強	4~6時間	高度差が大でヤセ尾根、ヤブ等もあるコース	5~7時間	6時間以上	かなりの経験と体力を要するコース	6時間以上	6時間以上	
⑤やや健脚向	3~5時間	歩程が長く急な登降もあるコース	4~6時間	5~7時間	歩程が長く急な登降もあるコース	5~7時間	6時間以上	
⑥健脚向	3~5時間	歩程が長く急な登降もあるコース	4~6時間	5~7時間	歩程が長く急な登降もあるコース	5~7時間	6時間以上	
★6月12日(火) ①水元公園の花菖蒲 雨天中止		係=松永孝子	スもあります)					
JR常磐線松戸駅10時30分出発		歩程約2時間30分	スもあります)					
↓戸定邸→葛飾橋→水元公園の花菖蒲園・水元大橋・水生植物園等公園内散策ししばられ地蔵		係=金子敬	スもあります)					
↓JR金町駅又は京成金町駅(バ		047-457-27002	スもあります)					
★6月12日(火) ③高尾山 雨天翌日		ヤマボウシの咲く頃に!!	スもあります)					
JR高尾駅北口バス9時12分発小仏行乗車→日影下車→いの森→見晴台→一丁平→城山		042-563-8157	スもあります)					
はの森→見晴台→一丁平→城山		042-563-8157	スもあります)					
↓小仏峠→バス停→高尾駅		042-563-8157	スもあります)					
歩程4時間 ゆっくり歩きます。		042-563-8157	スもあります)					
★6月12日(火) ③中禅寺湖南岸周遊歩道 雨天中止		係=矢澤省三	スもあります)					
東武浅草駅6時44分発区急南栗橋行乗車→終点着乗換8時16分下車集合バス湯元温泉行乗車→赤沼下車乗換赤沼車庫バス停乗車→終点千手ヶ浜下車→黒檜山登山口分岐→梵天岩		080-1263-8403	スもあります)					
↓大日崎→阿世湯→狸窪→立木発急行東武日光行乗車→終点9時16分下車集合バス湯元温泉行乗車→赤沼下車乗換赤沼車庫バス停乗車→終点千手ヶ浜下車→黒檜山登山口分岐→梵天岩		080-1263-8403	スもあります)					
↓JR立川駅8時11分発青梅行乗車		080-1263-8403	スもあります)					
奥多摩行乗車→終点着乗換8時44分発バス②7時40分発大倉行		080-1263-8403	スもあります)					
下車→榎峠→高水山→岩茸石山		080-1263-8403	スもあります)					
★6月13日(水) ③高水山 雨天中止		係=川寄英雄	スもあります)					
JR立川駅8時11分発青梅行乗車		080-1263-8403	スもあります)					
↓惣岳山→御嶽駅		080-1263-8403	スもあります)					
地図昭文社 奥多摩		080-1263-8403	スもあります)					
★6月13日(水) 国丹沢塔ノ岳 雨天中止		係=川寄英雄	スもあります)					
JR立川駅8時11分発青梅行乗車		080-1263-8403	スもあります)					
↓惣岳山→御嶽駅		080-1263-8403	スもあります)					
地図昭文社 奥多摩		080-1263-8403	スもあります)					
★6月13日(水) ③高水山 雨天中止		係=川寄英雄	スもあります)					
JR立川駅8時11分発青梅行乗車		080-1263-8403	スもあります)					
↓惣岳山→御嶽駅		080-1263-8403	スもあります)					
地図昭文社 奥多摩		080-1263-8403	スもあります)					
★6月13日(水) ③高水山 雨天中止		係=川寄英雄	スもあります)					
JR立川駅8時11分発青梅行乗車		080-1263-8403	スもあります)					
↓惣岳山→御嶽駅		080-1263-8403	スもあります)					
地図昭文社 奥多摩		080-1263-8403	スもあります)					
★6月13日(水) ③高水山 雨天中止		係=川寄英雄	スもあります)					
JR立川駅8時11分発青梅行乗車		080-1263-8403	スもあります)					
↓惣岳山→御嶽駅		080-1263-8403	スもあります)					
地図昭文社 奥多摩		080-1263-8403	スもあります)					
★6月13日(水) ③高水山 雨天中止		係=川寄英雄	スもあります)					
JR立川駅8時11分発青梅行乗車		080-1263-8403	スもあります)					
↓惣岳山→御嶽駅		080-1263-8403	スもあります)					
地図昭文社 奥多摩		080-1263-8403	スもあります)					
★6月13日(水) ③高水山 雨天中止		係=川寄英雄	スもあります)					
JR立川駅8時11分発青梅行乗車		080-1263-8403	スもあります)					
↓惣岳山→御嶽駅		080-1263-8403	スもあります)					
地図昭文社 奥多摩		080-1263-8403	スもあります)					
★6月13日(水) ③高水山 雨天中止		係=川寄英雄	スもあります)					
JR立川駅8時11分発青梅行乗車		080-1263-8403	スもあります)					
↓惣岳山→御嶽駅		080-1263-8403	スもあります)					
地図昭文社 奥多摩		080-1263-8403	スもあります)					
★6月13日(水) ③高水山 雨天中止		係=川寄英雄	スもあります)					
JR立川駅8時11分発青梅行乗車		080-1263-8403	スもあります)					
↓惣岳山→御嶽駅		080-1263-8403	スもあります)					
地図昭文社 奥多摩		080-1263-8403	スもあります)					
★6月13日(水) ③高水山 雨天中止		係=川寄英雄	スもあります)					
JR立川駅8時11分発青梅行乗車		080-1263-8403	スもあります)					
↓惣岳山→御嶽駅		080-1263-8403						

