

8月ハイク 2018



目次

1 (水) ●リーダー会 ① ミッドタウン日比谷 松浦利保	2 (木) ●4 (土) ② 北ア立山 平沢・小泉	3 (金) ●5 (日) ③ 徳和溪谷 会田政子	4 (土) ●5 (日) ④ 南ア仙丈岳 佐々木 保	5 (日) ●2 ⑤ 神奈川歴史・公園散歩 渡邊幸一	6 (月) ●8 (水) ⑥ 北ア常念岳・蝶ヶ岳 大倉昌子	7 (火) ●11 (祝) ⑦ 表尾根・槍ヶ岳 加藤正彦	8 (水) ●武蔵野の路・かたくり 鮫嶋妙子	9 (木) ●日光男体山 柴崎 実	10 (金) ●13 (月) ⑧ 北ア表銀座縦走 山川・坂寄	11 (土) ●高尾城山 川寄英雄	12 (日) ●14 (火) ⑨ 千葉市加曾利貝塚公園 松永孝子	13 (月) ●16 (木) ⑩ 尾瀬・至仏山 大倉昌子	14 (火) ●17 (金) ⑪ 青春18きつぷの旅 平沢こと	15 (水) ●18 (土) ⑫ 帯那山・松木千恵子 小泉純子	16 (木) ●19 (日) ⑬ 黒川よこやまの道 有里公雄	17 (金) ●20 (月) ⑭ 宿谷の滝 鳥居節男	18 (土) ●21 (火) ⑮ 日光半月山 柴崎 実	19 (日) ●22 (水) ⑯ 潮風ランチ 松浦利保
-------------------------------------	---------------------------------	--------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	-------------------------------------	------------------------------------	---------------------------	----------------------	--------------------------------------	----------------------	--	------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------	----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

◆自分の体力・脚力を考えて無理のないコースに参加のこと



●山行参加時の注意!!
一般向強以上の予約山行に参加希望の場合には、必ず該山行の通常の日帰り山行に参加し、足を確かめてもらった上で参加下さい。

●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。

●山行参加時の注意!!
一般向強以上の予約山行に参加希望の場合には、必ず該山行の通常の日帰り山行に参加し、足を確かめてもらった上で参加下さい。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

●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。

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 バタニア ロック店

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

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

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・会員パス提示で
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/



★8月5日(日) ②神奈川歴史・公園散歩No.35 係||渡邊幸一
「はるひ野・若葉台公園巡り」
京王相模原線若葉台駅10時集合
若葉台公園→やまぐら公園
黒川よこみね緑地→黒川池谷
戸急多摩線はるひ野駅
歩程約3時間 小雨決行

★8月5日(日) ③金時山 雨天中止
小田急新宿駅7時11分発急行
小田原行乗車8時45分小田原
駅着 乗換9時発箱根湯本行乗
車箱根湯本駅9時18分下車
バス9時30分発桃源台方面行乗
車仙石バス停下車→矢倉沢峠
↓金時神社分岐→金時山→長尾
歩程約3時間 係||佐野俊一郎
山→乙女峠→乙女口→仙石バス
停14時30分解散
歩程3時間
交通費(新宿起点) 四千元
地図昭文社 箱根
係||佐々木純子
090・7410・6944

★8月6日(月) ④北ア常念岳・蝶ヶ岳 係||大倉昌子
6日JR新宿駅7時発スーパー
あずさ1号乗車(乗換) 穂高
駅→一ノ沢→常念小屋(油) 7日
常念岳→蝶ヶ岳ヒュッテ(油)
8日→まめうち平→本沢→入浴
↓豊科駅→新宿 朝発2泊
歩程1日目5時間 2日目5時
間 3日目4時間
費用約三万五千元
ゆとりの山行で槍ヶ岳と穂高
高速バス予約等の都合で、締切りました。

★8月7日(火) ⑤表尾根・槍ヶ岳縦走 係||加藤正彦
西武池袋駅8時46分発急行飯
能行乗車西武所沢駅着 乗換急
いで9時17分発西武球場前行乗
車終点下車→山口観音→玉湖
神社→かぶと橋→番太池→ト
ネル群→横田谷戸→展望デッキ
歩程3時間 係||大澤清吾
042・563・8157

★8月8日(水) ⑥日光男体山 雨天中止
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
発急行東武日光行乗車栃木8
時31分(係合流) 東武日光駅9
時16分下車集合 タクシー志
津登山口→男体山→志津登山口
タクシー→東武日光駅
歩程約5時間 係||柴崎 実
男体山を裏男体林道より登り、
真夏の日光を楽しみましょう。
タクシー予約のため、事前連
絡願います。
090・3499・0190

★8月10日(金) ⑦北ア表銀座縦走 係||山川・坂寄
10日JR新宿駅7時30分発特急
あずさ3号南小谷行乗車穂高
駅下車 タクシー中房温泉
下→大天井岳→西岳ヒュ
ッテ(油)→槍ヶ岳→槍平小屋(油)
新穂高温泉 バス→新宿
朝立3泊4日 歩程10日4時間
30分 11日6時間30分 12日8
時間 13日3時間30分
費用四万円(小屋・タクシー・
復路バス代) 往路の交通費は各
自払い。定員17名

★8月13日(月) ⑧高尾城山他 雨天中止
JR高尾駅北口 バス8時12分
発小仏行乗車終点下車→景信
山→城山→東尾根→日影バス停
歩程3時間 係||川崎英雄
JR高尾駅 歩程3時間30分
地図昭文社 高尾・陣馬
042・366・4383

★8月14日(火) ⑨千葉市加曽利貝塚公園 係||松永孝子
JR東京駅総武線地下ホーム9
時17分発快速エアポート成田行
乗車加曽利貝塚公園・博物館等見
学・昼食→千葉モノレールタウ
ンライナー→桜木駅乗車JR千葉
駅又は京成千葉駅
歩程約2時間 雨天中止
約5千年前の縄文中期頃の日

★8月16日(木) ⑩尾瀬・至仏山 係||大倉昌子
16日バススタ新宿22時20分発夜
行バス乗車17日鳩待峠下車
オヤマ沢田代→小至仏山→至仏
山→山ノ鼻→鳩待峠→新宿
夜行日帰り 歩程6時間40分
往復バス代九千六百元
至仏山(日本百名山)一帯が高
山植物の宝庫です。尾瀬の展望
山ノ一人歩きで事故に遭うと
必ず二人以上で歩きましょう

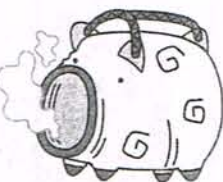
★8月17日(金) ⑪青春18きつぷの旅 大系線 係||平沢
「秘湯シリーズ」No.60 葛温泉
残席あります。早めに申込みを
参加者にコース表送ります。
17日JR新宿駅8時5分発快速高
尾行乗車高尾駅乗換甲府駅
乗換松本駅乗換大系線信濃
大町駅下車 タクシー葛温泉
→七倉周辺散策→葛温泉(油) 歩
程1時間 18日葛温泉周辺散策
→宿 タクシー信濃大町駅
松本駅→松本城等市内観光→松
本駅→甲府駅乗換高尾駅乗換
ウオーキング靴で参加下さい。
0297・58・9022 平沢こと

★8月18日(土) ⑫常那山 雨天翌日
JR中央線高尾駅10時31分発小
淵沢行乗車山梨市駅12時6分
下車集合 バス12時34分発市
行乗車終点下車→登山口→牧
場ゲート→常那山→奥常那山
→常那山→バス停山梨市駅
歩程3時間
交通費 高尾起点約二千七百元
(バス代往復四百円を含む)
市バス利用のため集合時間が
午後になります。市発17時の
最終バスで山梨市駅に戻ります
歩程が3時間なので十分にこの
バスに乗り可能。山梨百名山。
係||石田・桜井・名児耶
地図昭文社 金峰山・甲武信
090・8010・8452

★8月18日(土) ⑬御岳山・大檜
峠ノ巣 係||小林妙子
JR新宿駅7時44分発ホリデ
ー快速おくらま3号乗車御岳
駅9時2分下車 バス御岳
ル下→滝本駅→御岳山駅下車(集
合)→富士峰(レンジンショウマ)
→ビジターセンター→裏参道分岐
→大檜峠→雲仙橋→溪谷→鳩ノ
巢駅 歩程3時間30分
交通費二千六百元
樹林のほば下り道を涼みなが
らゆつくりと歩きます。雨天の
場合は翌19日(日)に行います。
2万5千円武蔵御岳 係||石川孝子
090・2334・5454

★8月19日(日) ⑭黒川よこやま
の道 雨天中止 係||有里公雄
小田急多摩線はるひ野駅10時
集合→黒川よこみね緑地→よこ
やまの道→天王森公園→若葉台
公園→上谷戸親水公園→黒川東
営農団地→小田急多摩線黒川駅
歩程2時間 係||渡邊 幸一
03・3974・1849

山の一人歩きで事故に遭うと
必ず二人以上で歩きましょう



お仲間を増やしましょう!! 新入会員募集キャンペーン継続実施

- 東ハイの新入会員の多くは会員様からのご紹介です。会員の皆様、お友達を沢山紹介して下さい!
- 紹介頂いたお友達が入会されますと、紹介者に5回分の無料参加券(1,500円相当)を進呈します。

無料参加券見本

ご家族の場合は
1家族に1枚と
させていただきます。



山行参加無料券

新会員のご紹介有難うございました。
「山行参加無料券」をお届けします。

特定非営利活動法人 東京ハイキング協会

山行に参加の際、この「山行参加無料券」と一緒
に、ご自分の「ポイントカード」を提出して、双方
に「ポイント」の押印を受けてください。

(全て押印が終わりましたらリーダーに返却して下さい)

使用期限 発行日より6ヶ月 発行月 年 月

参加費 無料	参加費 無料	参加費 無料	参加費 無料	参加費 無料
-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

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 初心者向	2～3時間	初めての山歩き等。ゆっくり歩くコース
④ 一般向弱	3～4時間	良く整備されたコース
⑤ 一般向強	4～6時間	歩程が長く急な登降もあるコース
⑥ 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
⑦ 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。
※靴については、特記事項の無い限り、①②は歩き慣れた靴(軽登山靴でなくても可)で、③以上は軽登山靴以上で参加のこと。

★8月22日(水) ①潮風ランチ 東武浅草駅正面入口前10時20分集合→水上バス10時40分乗船→浜離宮下船(ランチタイム)→園内散策→汐留シオサイト→雨天決行 新橋駅解散 費用九百八十円(乗船料・入園料)お弁当忘れずに。涼しい服装で。 090・2145・0204	★8月21日(火) ③日光半月山 東武浅草駅6時44分発急行南栗橋行乗車→終点着 乗換8時発急行東武日光行乗車→栃木8時31分(係合流)→9時16分東武日光駅下車 バス9時32分発中禅寺温泉行乗車→中禅寺温泉10時20分下車後集合→茶ノ木平→中禅寺湖スカイライン→狸山→雨天中止 090・3499・0190	★8月20日(月) ②ロックガーデン JR立川駅8時11分発各停青梅行乗車→8時43分終点着 乗換8時44分発奥多摩行乗車→9時5分御嶽駅下車(係合流)バス9時21分発ケーブル下(滝本行乗車)→終点下車 ケーブル御嶽山駅→長尾平→綾広の滝→雨天中止 042・566・2698	★8月19日(日) ③宿谷の滝 雨天中止 西武池袋駅8時55分発快速三峰口・長瀬行乗車→所沢8時31分→武蔵横手駅9時6分下車→五常の滝→北の滝→鎌北湖→宿谷の滝→物見山→日和田山→高麗駅 歩程5時間 090・7845・4254	★8月19日(日) ③本陣山→イモリ山 雨天中止 西武池袋駅7時35分発急行飯能行乗車→飯能駅8時24分着 乗換8時28分発西武秩父行乗車→西吾野駅9時9分下車→森坂峠→本陣山→森坂峠→イモリ山→天寺二丁目石→西吾野駅 歩程約3時間30分 軽登山靴で交通費約千三百円 080・1206・0431	★8月25日(土) ②奥多摩 三室山 雨天翌日 係 平沢こと JR新宿駅8時19分発ホリデー快速おくたま5号後方乗車→青梅駅で各停に乗り換え→二俣尾駅下車→愛宕山→三室山(646・9M三角点峰)→天満宮→日和田駅 雨天の場合は翌26日(日)に延期。歩程2時間50分 090・7845・4254	★8月25日(土) ③御岳山 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→御嶽駅9時2分下車 バス9時12分発ケーブル下(滝本行乗車)→終点下車 ケーブルカール御岳山駅→レンゲシロウマ観察→長尾平分岐→七代の滝→ロックガーデン→綾広の滝→奥の院→鍋割山→大橋峠→鳩ノ巣駅 歩程約3時間30分 090・8035・6123	★8月26日(日) ②ロックガーデン 雨天中止 係 保倉恵美子 JR新宿駅7時44分発ホリデー快速おくたま3号乗車→御嶽駅9時2分下車 バス9時12分発ケーブル下(滝本行乗車)→終点下車 ケーブルカール御岳山駅→レンゲシロウマ観察→長尾平分岐→七代の滝→ロックガーデン→綾広の滝→奥の院→鍋割山→大橋峠→鳩ノ巣駅 歩程約3時間30分 090・8035・6123	★8月26日(日) ③日向山 雨天中止 西武池袋駅8時55分発快速三峰口・長瀬行乗車→所沢8時31分→武蔵横手駅9時6分下車→五常の滝→北の滝→鎌北湖→宿谷の滝→物見山→日和田山→高麗駅 歩程5時間 090・7845・4254	★8月26日(日) ③御岳山 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→御嶽駅9時2分下車 バス9時12分発ケーブル下(滝本行乗車)→終点下車 ケーブルカール御岳山駅→レンゲシロウマ観察→長尾平分岐→七代の滝→ロックガーデン→綾広の滝→奥の院→鍋割山→大橋峠→鳩ノ巣駅 歩程約3時間30分 090・8035・6123	★8月28日(火) ②サザンの茅ヶ崎→江ノ島 JR茅ヶ崎駅10時集合→高砂緑地→サザンビーチちがさき→茅ヶ崎海岸→辻堂海岸公園→鶴沼海岸→湘南海岸公園→江ノ島→江島神社奥津宮→江ノ島駅 歩程4時間 090・4712・0896	★8月29日(水) ③丹沢塔ノ岳 雨天中止 小田急新宿駅6時20分発急行小田原行乗車→渋谷駅7時35分下車 バス②7時40分発大倉行乗車→終点下車(係待つ)→見晴茶屋→駒止茶屋→堀山の家→雨天中止 042・734・0734	★8月30日(木) ①プラネタリアムで星空鑑賞 係 保倉恵美子 東武東上線池袋駅9時45分発急行森林公園行乗車→朝霞台駅10時2分下車(10時15分出発)→氷川神社→塩味醤油醸造→滝の根公園→青葉公園→朝霞の森→コミュニティセンター(プラネタリアム)→30名以上百五十円)→朝霞駅 小雨決行 歩程約2時間 090・2758・7871	★8月30日(木) ③丹沢塔ノ岳 雨天中止 小田急新宿駅6時20分発急行小田原行乗車→渋谷駅7時35分下車 バス②7時40分発大倉行乗車→終点下車(係待つ)→見晴茶屋→駒止茶屋→堀山の家→雨天中止 042・734・0734	★8月30日(木) ①プラネタリアムで星空鑑賞 係 保倉恵美子 東武東上線池袋駅9時45分発急行森林公園行乗車→朝霞台駅10時2分下車(10時15分出発)→氷川神社→塩味醤油醸造→滝の根公園→青葉公園→朝霞の森→コミュニティセンター(プラネタリアム)→30名以上百五十円)→朝霞駅 小雨決行 歩程約2時間 090・2758・7871
--	---	---	--	---	---	--	---	---	--	--	---	---	---	---

山行参加申込みの書式(はがき原寸)

書式どおりにすべてを手書きする手間を省くため、はがき大のものを掲載します。これをコピーして必要事項を記入し、はがきに貼ってご利用下さい。(毎号掲載はしませんので、必要の方は保管のこと)
もちろん、従来のように手書きでもかまいませんが、必ずこの書式どおりに記入をお願いします。

山行申込書

- 山行名
- 期日 平成 年 月 日()
～ 年 月 日()
- 申込者
- 会番
- 住所 〒
- 生年月日 [T S H] 年 月 日
- 電話 FAX
Mail 携帯
- 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

▼家族には必ず行き先を知らせておきましょう。
【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とは違います。昔とつたキネツカ「的自信を持つことは危険です。体力の衰えを自覚することが必要です。」



●4ヶ月入会のお仲間
会員番号151605
(7名 敬称略)

藤沢千代子(紹介 荻野はな子)
一瀬とも子(紹介 白鳥 恒子)
金子千鶴子(紹介 岸 恵子)
加藤八重子(紹介 須賀佐和子)
陳麗麗(倉嶋 省造)
星野ナヲコ

●ポイント達成者(敬称略)

50P達成
井上 壽枝 永井美沙子
田村 武 磯 光恵
岩崎 英邦

100P達成
三上 信子 小熊 洋子
石谷ミユキ

200P達成
小林 敏枝 高木しず子

250P達成 江口 好子
300P達成 名児耶高宏
350P達成 高橋 孝
500P達成 鈴木 美春
伊東 建治 内藤 悦子
600P達成 本村 力
猪瀬 幸子
650P達成 伊藤 彰彦
850P達成 中村 忠雄

東ハイ山行後の反省
会を楽しみにされている
会員も大勢いらつし
やと思う。筆者もそ
の一人である。
つい最近、あるリ
ダーの反省会に参加し
た。適度にお酒も回り
話題も多岐にわたる中、ある会
員から「会に物申したい場合は
どうしたらいいのかわからない
規定は会員にオープンにすべき
だ」という主旨の意見が出され
た。いろいろと議論をする中で
会の規定は、会の運営を円滑に
進めるためにも必要である、会
員全てにオープンにする必要はな
い旨の説明を行った。
その会員の発言は、会のことを
思い、自分の考えを東ハイに届
けたかったのかもしれない。そう考
えたと、これまで東ハイは、会
員に対し、意思表示をする方法
を十分に伝えていたのかという
疑問が残る。
現在の東ハイ規定では、一般
会員が直接会に意見を述べる場
がなく、山行協力者又は会務協
力者となり、さらに理事会に申
請し、所定の手続きを経て、正
会員となつてリーダー会に出席

おトクな乗車券いろいろ

【JR関係】
●休日おでかけパス
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線、
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
●都区内パス
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 750円
※両バスとも1ヶ月前から発売
●青春18きっぷ(夏)
発売期間 7月1日、8月31日
利用期間 7月20日、9月10日
5回分セット 11850円

【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 4520円
※変更となることもあるので、
詳細は各鉄道の駅やお客さま
センター等でお尋ね下さい。

【山名の一般的な読み】
◎丹沢・大山フリーパス(2種)
Aキップ 小田急線往復十乗り
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)
(新宿からの場合) 2470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。

◎山名の一般的な読み
〔随時掲載・その6〕
庚申山(こうしんざん)
鋸山(のこぎりやま)
皇海山(すかいざん)
袈裟丸山(けさまるやま)
本山(もとやま)
鞍掛山(くらかけざん)
多気山(たけざん)
古賀志山(こがしやま)
花瓶山(はながめやま)
萬蔵山(まんぞうざん)
鷺子山(とりこざん)
松倉山(まつくらざん)
鷲足山(けいそくざん)
高館山(たかだてやま)
雨峯山(あまみきやま)
高峯山(たかみね)
谷倉山(やぐらざん)
三峰山(みつみねざん)
尾出山(おでやま)

◎山名の一般的な読み
水室山(みづむろざん)
大鳥屋山(おおとやざん)
太平山(おおいへざん)
晃石山(てるいしやま)
三龜山(みかもやま)
両崖山(りやうがいざん)
足利行道山(あしかぎやうどうざん)
石尊山(せきそんざん)
赤雪山(あかゆきやま)

◎日帰りの電車山行は申込不要
です(健脚向等で申込制の場
合は除く) 出発駅もしくは集
合場所へ直接お越し下さい。
その路線の途中駅乗車も可。
【編集部からのお願い】
●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(趣旨の変わらな
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)

特定非営利活動法人 東京ハイキング協会					
平成29年度活動収支決算／平成30年度活動収支予算					
	摘要	平成29年度 活動予算	平成29年度 活動実績	平成30年度活動予算	
		金額	金額	摘要	金額
収入	前期より繰越	41,316,011	41,316,011	前期より繰越	39,224,414
	年会費(保険料含)	3,000,000	2,616,647	年会費(保険料含)	2,500,000
	参加費	2,500,000	2,015,800	参加費	2,200,000
	協賛費	400,000	328,084	協賛費	200,000
	雑収入	10,000	177,837	雑収入	10,000
	受取利息	10,000	2,413	受取利息	10,000
	寄付金	5,000	10,000	寄付金	50,000
	(小計)	5,925,000	5,150,781	(小計)	4,970,000
	合計	47,241,011	46,466,792	合計	44,194,414
支出	会報発行費	2,300,000	2,098,112	会報発行費	2,100,000
	保険料	1,000,000	901,954	保険料	900,000
	旅費交通費	800,000	787,140	旅費交通費(山行交通費含)	800,000
	通信費	150,000	187,006	通信費	180,000
	ホームページ費	110,000	91,782	ホームページ費	110,000
	行事費	200,000	211,822	行事費	200,000
	慶弔費	100,000	130,000	慶弔費	100,000
	会議費	800,000	676,336	会議費	800,000
	賃貸費	1,300,000	1,056,688	賃貸費	900,000
	水道光熱費	127,000	125,927	水道光熱費	130,000
	リース料	200,000	165,996	リース料	170,000
	福利厚生費	150,000	154,916	福利厚生費	150,000
	図書費	20,000	1,018	図書費	20,000
	研修費	150,000	75,390	研修費	200,000
	事務用品費	130,000	291,587	事務用品費	130,000
	消耗品費	50,000	72,600	消耗品費	50,000
	公租公課	3,000	600	公租公課	3,000
	諸会費(NPO関連含)	30,000	28,000	諸会費(NPO関連含)	30,000
	雑費	30,000	147,144	雑費	50,000
	リーダー緊急用品費	0	38,360	リーダー緊急用品費	20,000
	(小計)	7,650,000	7,242,378	(小計)	7,043,000
	繰越(今期残)	41,316,011	39,224,414	繰越(前期残)	39,224,414
	合計	48,966,011	46,466,792	合計	46,267,414
			△2,091,597		△2,073,000

9月ハイク

2018



目次

18 (火)	17 (祝)	16 (日)	15 (土)	14 (金)	13 (木)	12 (水)	11 (火)	10 (月)	9 (日)	8 (土)	7 (金)	6 (木)	5 (水)	4 (火)	3 (月)	2 (日)	1 (土)
① 呑川沿いを歩くNo.2 松永孝子	③ 高尾山 有里公雄	④ 高尾山 小泉純子	③ 高尾山 佐野満喜子	③ 高尾山 坂寄牧子	③ 高尾山 柴崎実	③ 高尾山 小林妙子	③ 高尾山 平沢こと	③ 高尾山 辰巳哲夫	③ 高尾山 中嶋要一	③ 高尾山 矢澤省三	③ 高尾山 佐々木保	③ 高尾山 大倉昌子	③ 高尾山 柴崎実	③ 高尾山 松永孝子	③ 高尾山 大倉昌子	③ 高尾山 柴崎実	③ 高尾山 松永孝子

◆自分の体力・脚力を考えて無理のないコースに参加のこと。

●山行参加時の注意!!
一般向強以上の予約山行に参加希望の場合には、必ず該山行の通常の日帰り山行に参加し、足を確かめてもらってから参加下さい。

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



18 (火)	17 (祝)	16 (日)	15 (土)	14 (金)	13 (木)	12 (水)	11 (火)	10 (月)	9 (日)	8 (土)	7 (金)	6 (木)	5 (水)	4 (火)	3 (月)	2 (日)	1 (土)
④ 中央線の山No.4 鳥屋	② 神代植物公園 会田政子	③ 小仏峠・明王峠 松木千恵子	④ ニュウ・稲子岳 佐々木保	④ 信越トレイルNo.2 佐野満喜子	① 高麗の里 鳥居節男	② 多摩山 加世田輝三	② 町田タリヤ園 加藤榮一	③ 鶏鳴山 柴崎実	③ 馬頭刈山他 川崎英雄	④ 中央線の山No.5 高畑	④ 北丹沢山 坂寄牧子	③ 琴平丘陵 保倉恵美子	③ 野反湖・弁天山 平沢こと	③ 野反湖・弁天山 平沢こと	③ 野反湖・弁天山 平沢こと	③ 野反湖・弁天山 平沢こと	③ 野反湖・弁天山 平沢こと

▼駅で緑の旗 黄色タオル Rのバッジが東ハイの目印
▼会員登録・参加票・ポイントカードを必ず持参のこと
▼日帰り山行参加費 会員三百円・会員外五百円

★9月2日(日) ③野反湖・弁天山
JR新宿駅西口三ツ木バス
6時50分発 関越道・関越道
保IC 野反湖・弁天山(16.5km)
6M三角点峰・野反湖・野反
湖ピタセンター・関越道
新宿駅 歩程約2時間
軽登山靴で足元しっかり参加
費用約六千七百円(25名の場合)
野反湖周辺の花々や展望を楽
しめます。

★9月2日(日) ②長瀬七草寺めぐり
西武池袋駅7時5分発快速急
行長瀬行乗車 御花畑駅8時54
分下車 乗換秩父鉄道9時26分
発羽生行乗車 樋口駅9時53分
下車 道光寺・遍照寺・洞昌院
↓多宝寺・法善寺・真性寺・不
動寺・長瀬駅

★9月2日(日) ②神奈川歴史・公園散歩No.36
JR京浜東北線新子安駅10時集合
↓新子安橋・恵比須橋・寿老橋
↓大黒橋・鶴見大橋・弁天山橋
↓小野井天神社・潮見橋・JR鶴
見駅又は京急鶴見駅 小雨決行
歩程約3時間
横濱・橋・橋アラカルトの第
2弾です。今年2月に実施した

★9月2日(日) ⑤富士山
1日小田急新宿駅7時11分発
急行小田原行乗車 新松田駅下
車 乗換JR松田線 8時47分発御
殿場行乗車 終点下車 バス
須走口新五合目・小富士・本七
合目・御殿場・御殿場ルート
大砂走・御殿場口新五合目
御殿場駅
歩程1日4時間30分 2日7時
費用九千円(小屋代のみ。往復
係 山川美恵子
090-600054651

★9月4日(火) ③鎌倉の小路歩
きNo.4 雨天中止 係 大倉
JR鎌倉駅金沢八景行バス停
10時集合・乗車 十二所神社下
車 朝比奈切通し・熊野神社
十二所ハイキングコース・太刀
洗水・十二所の道・浄明寺の道
↓向小路・宝戒寺・祇園山ハイ
キングコース・鎌倉駅
歩程4時間
小路歩きと、鎌倉のハイキン
グコースを2ヶ所歩きます。
雨天の場合は翌日5日(水)に延
期します。



★9月5日(水) ③根本山
雨天中止 係 柴崎実
東武浅草駅6時44分発急行
栗橋行乗車 終点下車 乗換8時
発急行東武日光行乗車 栃木駅
8時31分下車 乗換両毛線 8時
56分発高崎行乗車 桐生駅9時
48分下車 高崎集合(係合流)タクシ
ー 不死熊橋・根本山・峰の
平・中尾根十字路・根本山・熊
鷹山・林道・不死熊橋・桐生駅
歩程約5時間
関東百名山の一つ栃木百名山
2座、県境線沿いの好展望コース。
係 柴崎実
090-34990190

★9月6日(木) ①世田谷の緑地
巡り 雨天中止 係 松永孝子
東急東横線都立線有馬駅南口10
時30分発 有馬駅南口
六郷用水沿い・岡本公園民家園
(昼食)・八幡神社・瀬田四丁目
広場・旧小坂家住宅・谷川緑道
↓兵衛島公園・二子玉川駅
歩程約2時間
係 金子敬
047-4572702

★9月2日(日) ③野反湖・弁天山
JR新宿駅西口三ツ木バス
6時50分発 関越道・関越道
保IC 野反湖・弁天山(16.5km)
6M三角点峰・野反湖・野反
湖ピタセンター・関越道
新宿駅 歩程約2時間
軽登山靴で足元しっかり参加
費用約六千七百円(25名の場合)
野反湖周辺の花々や展望を楽
しめます。

★9月2日(日) ②長瀬七草寺めぐり
西武池袋駅7時5分発快速急
行長瀬行乗車 御花畑駅8時54
分下車 乗換秩父鉄道9時26分
発羽生行乗車 樋口駅9時53分
下車 道光寺・遍照寺・洞昌院
↓多宝寺・法善寺・真性寺・不
動寺・長瀬駅

★9月2日(日) ⑤富士山
1日小田急新宿駅7時11分発
急行小田原行乗車 新松田駅下
車 乗換JR松田線 8時47分発御
殿場行乗車 終点下車 バス
須走口新五合目・小富士・本七
合目・御殿場・御殿場ルート
大砂走・御殿場口新五合目
御殿場駅
歩程1日4時間30分 2日7時
費用九千円(小屋代のみ。往復
係 山川美恵子
090-600054651

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。
店頭割引価格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
エコープラザ
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	バグニア・ロック館	モンベルルーム	シューズ館	エコープラザ
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

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/

★9月8日(土) ③美し森山・天女山 雨天翌日 係||矢澤省三

JR高尾駅7時26分発小淵沢行
乗車||終点10時20分下車集合
タクシードライバー・美し森山
羽衣池・展望台・天女山・甲斐
大泉駅 歩程3時間20分
交通費 タクシードライバーは約二千元
青春18きっぷで出かけよう

地図昭文社 ハケ岳・夢科
080・1263・8403

★9月8日(土) ④奥多摩大茅尾根・大沢山 雨天中止 係||佐々木 保

JR高尾駅7時47分発河口湖行
乗車||上野原駅8時7分下車
バス8時30分発松姫行乗車||飯
尾9時25分下車・取付点||90
9M峰・大茅山・大沢山・笹尾
根・横倉山・仲ノ平バス停||武
蔵五日市駅 歩程4時間30分
三頭山南面には四つの尾根が

地図昭文社 奥多摩
090・8035・6123

★9月8日(土) ⑤高畑山・倉岳山 雨天中止 係||中嶋要一

JR高尾駅7時47分発河口湖行
乗車||8時21分鳥沢駅下車・高
畑山・天神山・倉岳山・トヤ山
寺下峠・梁川駅
歩程約6時間50分
軽登山靴以上で参加
交通費約二千七百円(新宿起点)

地図昭文社 高尾・陣馬
045・811・3130
夜7時~9時

★9月8日(土) ⑥戸倉三山 雨天中止 係||山川美恵子

JR立川駅6時57分発武蔵五日
市行乗車||終点7時34分下車
(急いで)バス7時39分発藤倉行
乗車||元郷下車・白杵山・市道
山・峰見通し・刈寄山・舟子尾
根・沢戸橋バス停||武蔵五日市
駅 歩程7時間30分

地図昭文社 奥多摩
090・6005・4651

★9月8日(土) ⑦青春18きっぷの旅 警務署 係||平沢

「秘湯シリーズ」No.61 幕川温泉
残席あります。早めに申込みを
参加者にコース予定表送ります
路線バスの関係で日程変更です
8日JR東京駅7時7分発宇都
宮行乗車||宇都宮駅乗換||黒磯
駅乗換||郡山駅乗換||福島駅下
車 路線バス||磐梯吾妻スカイ
ライン一周バス||磐梯吾妻スカイ
送迎車||幕川温泉戸屋・周辺
散策||宿泊 9日宿周辺散策||
宿送迎車||磐梯バス停 路線バ
ス||福島駅||郡山駅乗換||黒磯
駅乗換||宇都宮駅乗換||上野駅

地図昭文社 警務・吾妻
往復はがきで申込み下さい。
〒300・2358つくばみら
い市陽光台2の15の2
0297・58・9022
夜8時~9時30分

★9月9日(日) ⑧弘法山 雨天中止 係||辰巳哲夫

小田急新宿駅8時30分発急行
小田原行乗車||鶴巻温泉駅9時
34分下車・吾妻山・善波峠||弘
法山・権現山・浅間山・秦野駅
歩程約2時間30分
交通費約千四百円

090・8729・2758
山行には、東ハイの目印の黄
色タオルを携行しましょう。

★9月9日(日) ③小仏城山・景信山 雨天中止 係||鮫嶋妙子

JR中央本線相模湖駅集合 バ
ス8時39分発八王子行乗車||大
垂水下車・城山・小仏峠・景信
山・小仏バス停||高尾駅
歩程4時間
ゆつくり歩きます。
042・563・8157

★9月9日(日) ④一ノ倉沢周辺散策 雨天中止 係||小林妙子

JR東京駅6時20分発上野東京
ライン前橋行乗車||上野駅6時
26分||高崎駅8時16分乗換
⑥8時24分発水上行乗車||水上
駅9時30分乗換 乗換9時45分
長岡行乗車||土合駅9時54分
下車||旧道||一ノ倉沢出合||分岐
||送電線巡視小屋||新道経由||

2万5千円水上・茂倉岳
090・2334・5454

★9月11日(火) ③三床山 雨天中止 係||柴崎 実

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
発急行東武日光行乗車||栃木駅
8時31分着(係合流)乗換両毛
線8時56分発高崎行乗車||佐野
駅9時11分乗換 乗換9時14分
葛生行乗車||田沼駅9時24分
下車タクシードライバー||登山口||鹿島神
社||三床山||二床山||一床山||

090・3499・0190

★9月15日(土) ③美女谷・陣馬山 雨天中止 係||坂寄牧子

JR高尾駅7時47分発河口湖行
乗車||相模湖駅7時56分下車
バス8時21分発三ヶ木行乗車||
底沢バス停下車・美女谷温泉||
底沢峠登山口||底沢峠・陣馬山
||一ノ尾根||和分岐||和分岐バ
ス停||藤野駅 歩程4時間

地図昭文社 高尾・陣馬
090・5406・5320

★9月15日(土) ④三国峠・白泰山 係||佐野満喜子

都合により7月号予告の日程
を変更しました。
15日JR東京駅6時52分発あさ
ま601号乗車 コースは7月
号予告通り。参加者には計画書
を送ります。
費用八千四百円(新幹線、バスは
各自購入。タクシードライバーは人数割)

03・3638・1488
佐野満喜子

★9月16日(日) ③高尾山 雨天中止 係||有里公雄

京王新宿駅8時26分発準特急
高尾山口行乗車||高尾山口駅9
時23分下車・琵琶滝||6号路||
高尾山||四差路||3号路||2号
路||琵琶滝・清滝||高尾山口駅

地図昭文社 高尾・陣馬
03・3974・1849

★9月16日(日) ④菊花山 雨天中止 係||小泉純子

JR高尾駅8時44分発小淵沢行
乗車||大月駅9時26分下車・菊
花山||沢井沢ノ頭||御前山||神
楽山||猿橋駅 歩程4時間
急登・急下・岩稜あり。
090・7845・4254

★9月17日(祝) ③高麗峠 雨天中止 係||佐野俊一郎

西武池袋駅8時55分発快速長
瀬行乗車||高麗駅9時下車集合
||巾着田||高麗峠||天覧山||中
央公園||飯能駅14時頃解散
巾着田入場料三百円要
西武線電車の時刻が変わった
場合、高麗駅集合を9時頃に合
わせて下さい。
090・7410・6944

★9月17日(祝) ④丹沢塔ノ岳 雨天中止 係||加藤榮一

8月29日の丹沢塔ノ岳を参照
の上、参加して下さい。
042・734・0734
夜7時~9時

★9月18日(火) ①香川沿いを歩 くNo.2 係||松永孝子

東急池上線洗足池駅10時30分
出発||香川沿い||池上梅園||本
門寺公園||池上会館||蒲田駅そ
ば松竹キネマ撮影所跡地(アロマ
スクエア・大田区民会館)アブリ
コ・撮影所のジオラマ等||JR蒲
田駅又は京急蒲田駅 雨天中止

047・457・2702
047・457・2702

★9月18日(火) ④中央線の山No.4 鳥屋山・矢平山 係||大倉

JR高尾駅8時22分発甲府行乗
車||梁川駅8時57分下車||登山
口水場||立野峠||鳥屋山||寺下
峠||矢平山||旧大地峠||川合地
区||四方津駅 歩程6時間
090・4712・0896
03・5247・2940

★9月20日(木) ②神代植物公園 小雨決行 係||会田政子

JR新宿駅9時31分発武蔵小金
井行乗車||9時55分東小金井駅
下車(係待機)||武蔵野公園||
野川公園||深大寺||神代植物公
園 歩程3時間 運動靴で

042・566・2698
042・566・2698

★9月22日(土) ③小仏峠・明王峠 雨天翌日 係||松木千恵子

JR高尾駅北口 バス8時32分
発小仏行乗車||終点下車||小仏
峠||景信山||堂所山||底沢峠||
明王峠||与瀬神社||相模湖駅
歩程4時間30分
高尾・陣馬縦走コースの一部

090・8010・8452

★9月22日(土) ④ニウウ・稲子岳 雨天中止 係||佐々木 保

22日JR新宿駅7時発特急ス
パ||あざさ1号乗車||茅野駅9
時8分下車 バス9時30分発
草峠行乗車(西口2番)||麦草峠
下車||白駒荘||ニウウ・稲子岳
||黒百合ヒュッテ||下山峠||
東天狗||西天狗||唐沢鉱泉||奥
蓼科(沢の湯)||茅野駅
歩程1日目3時間40分 2日目
4時間25分
費用一万四千元(宿、バス、保
険代等含む。往復特急は各自)

043・277・5062
090・8035・6123

★9月23日(日) ①高麗の里 雨天中止 係||鳥居節男

西武池袋駅8時50分発急行飯
能行乗車||飯能駅9時42分着
乗換9時43分発西武秩父行乗車
||高麗駅9時50分下車||高麗石
器時代住居跡||聖天院||高麗神
社||野々宮神社||満蔵寺||あい
あい橋||巾着田||水天の碑||高
麗駅 歩程約2時間30分

080・1206・0431



日帰り山行参加費＝会員300円，会員外500円

裏面余白