

4月ハイク 2019



目次

3 (水) ●リーダー会	4 (木) ●中央線の山No.10	5 (金) ●都留アルプス	6 (土) ●千代田アルプス	7 (日) ●都留アルプス	8 (月) ●都留アルプス	9 (火) ●都留アルプス	10 (水) ●都留アルプス	11 (木) ●都留アルプス	12 (金) ●都留アルプス	13 (土) ●都留アルプス	14 (日) ●都留アルプス
①中央線の山No.10 桃源	②都留アルプス 柴崎実	③千代田アルプス 権現山 保	④都留アルプス 坂寄牧子	⑤都留アルプス 辰巳哲夫	⑥都留アルプス 渡邊幸一	⑦都留アルプス 小林妙子	⑧都留アルプス 鳥居節男	⑨都留アルプス 山川美恵子	⑩都留アルプス 小泉純子	⑪都留アルプス 松永孝子	⑫都留アルプス 川寄英雄

18 (木) ①戸田く板橋高島平へ水	19 (金) ②中央線の山No.11 滝子	20 (土) ③二本木峠く登谷山 大倉昌子	21 (日) ④角研山く宝越え 佐野満喜子	22 (月) ⑤野川緑地公園 有里公雄	23 (火) ⑥狭山観音霊場巡りNo.2 佐野俊一郎	24 (水) ⑦朝霧高原と富士松まつり 平沢こと	25 (木) ⑧三井水源の森 小泉純子	26 (金) ⑨日光茶ノ木平から明智 柴崎実	27 (土) ⑩滝子山中間尾根 佐野満喜子	28 (日) ⑪写真山行No.5 山川美恵子	29 (月) ⑫トトロの森その1 岩間英之	30 (火) ⑬羊山公園く琴平丘陵 鳥居節男	31 (水) ⑭都留アルプス 小林妙子	32 (木) ⑮都留アルプス 鳥居節男
--------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	---------------------	----------------------------	--------------------------	---------------------	------------------------	-----------------------	------------------------	-----------------------	------------------------	---------------------	---------------------

本部からのお知らせ

●リーダー就任の件
関根 直樹 No.9342
同氏は矢張りリーダーの協力者として活躍されてきたが、この度リーダーとしてスキーに特化した山行を提供して頂くことになりました。スキーを楽しむ方には奮ってご参加下さい。同氏は山行の経験豊富なベテランです。多数のご参加をお願いします。

●協力者就任の件
石井 昭治 (鳥居節男) 須賀 光男 (鳥居節男)

●元号の扱いについて
今年5月1日から新元号に変わります。東ハイでは、これまで元号(和暦)を主体に、西暦を補助として使用してきましたが、本年2月6日開催のリーダー会において、今後は西暦を主体として使用することに決定しました。これから順次西暦に切替えていきますが、当分の間は従来の帳票類を使用しますので、西暦と元号が混在することをご承知をお願いします。

●集中山行のお知らせ
しばらく途絶えていた、登山を中心とした集中山行を、会員相互の親睦向上と会員増加策の一環として復活します。本年6月8日(土)に高尾周辺・5コース程度で実施すべく、現在計画中です。詳細は6月号に掲載しますのでご期待下さい。(集中山行実行委員会)

●4・5月号の電車・バス時刻について
4・5月号掲載の山行について、会員の皆様は3月上旬にお届けする関係上、1月末時点の時刻表を基に作成しています。例年3・4月には電車・バスの時刻改定が行われるため、会報に掲載の時刻が変更されていく可能性があります。つきましては、各山行の最新時刻表を、会報編集時に東京駅確認の上、参加をお願いします。確認できない場合は、担当リーダーに確認の上、参加されるようお願いいたします。

【お詫び】平成30年12月24日の
松浦リーダーの山行「都会の光」において、会報編集時に東京駅改札口及び集合場所が不適切な表記で発行しました。当日参加された会員の皆様にご迷惑をお掛けしたことをお詫び申し上げます。(編集責任者より)

●4月3日(水) リーダー会 日暮里中央町会会館 18時～20時	●4月3日(水) 中央線の山No.10 JR中央線春日居町駅集合 (JR高尾駅8時10分発甲府行乗車 9時35分下車) 春日居ゴルフ倶楽部P→登山口→クサリ場→兜山→展望台→最高峰→分岐→林道→春日居町駅 歩行5時間30分	●4月4日(木) 太平山 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 栃木駅8時31分下車集合(係合流) タクシー 六角堂→あじさい坂→太平山→太平山→鬼石山→桜峠→清水寺→大寺→謙信平→ 歩行5時間30分	●4月5日(金) 滝の城址公園他 西武池袋駅9時20分発急行飯能行乗車 9時43分所沢駅東口下車(係合流) バス10時12分発 志木行乗車 10時32分所沢駅下車 滝の城址公園→清瀬金山緑地公園→せせらぎ公園→西武線秋津 歩行3時間 運動靴で 桜・かたくり等、春の花に期待。	●4月6日(土) 都留アルプス JR高尾駅7時47分発河口湖行乗車 富士急行都留市駅8時49分下車 谷村(深田)発電所登山口→烽火台跡→パノラマ展望台→水道橋「ピーヤ」→友愛の森→展望地→鉄塔No.15(ミツマタ群生地)→鉄塔No.19→古城山→住吉神社→富士急行東桂駅 歩行5時間30分 雨天中止	●4月7日(日) 都留アルプス JR高尾駅7時47分発河口湖行乗車 富士急行都留市駅8時49分下車 谷村(深田)発電所登山口→烽火台跡→パノラマ展望台→水道橋「ピーヤ」→友愛の森→展望地→鉄塔No.15(ミツマタ群生地)→鉄塔No.19→古城山→住吉神社→富士急行東桂駅 歩行5時間30分 雨天中止	●4月8日(月) 千代田アルプス JR上野駅10時2分発水戸行乗車 土浦駅8時5分下車 土浦駅④8時10分発神岡車庫行乗車 上志筑下車 権現山→浅間山(茨城百名山)→雪入山→剣ヶ峰→ふれあいの里公園→上佐谷バス停→土浦駅 歩行3時間30分 雨天中止	●4月9日(火) 都留アルプス JR高尾駅7時47分発河口湖行乗車 富士急行都留市駅8時49分下車 谷村(深田)発電所登山口→烽火台跡→パノラマ展望台→水道橋「ピーヤ」→友愛の森→展望地→鉄塔No.15(ミツマタ群生地)→鉄塔No.19→古城山→住吉神社→富士急行東桂駅 歩行5時間30分 雨天中止	●4月10日(水) 都留アルプス JR高尾駅7時47分発河口湖行乗車 富士急行都留市駅8時49分下車 谷村(深田)発電所登山口→烽火台跡→パノラマ展望台→水道橋「ピーヤ」→友愛の森→展望地→鉄塔No.15(ミツマタ群生地)→鉄塔No.19→古城山→住吉神社→富士急行東桂駅 歩行5時間30分 雨天中止	●4月11日(木) 都留アルプス JR高尾駅7時47分発河口湖行乗車 富士急行都留市駅8時49分下車 谷村(深田)発電所登山口→烽火台跡→パノラマ展望台→水道橋「ピーヤ」→友愛の森→展望地→鉄塔No.15(ミツマタ群生地)→鉄塔No.19→古城山→住吉神社→富士急行東桂駅 歩行5時間30分 雨天中止	●4月12日(金) 都留アルプス JR高尾駅7時47分発河口湖行乗車 富士急行都留市駅8時49分下車 谷村(深田)発電所登山口→烽火台跡→パノラマ展望台→水道橋「ピーヤ」→友愛の森→展望地→鉄塔No.15(ミツマタ群生地)→鉄塔No.19→古城山→住吉神社→富士急行東桂駅 歩行5時間30分 雨天中止	●4月13日(土) 都留アルプス JR高尾駅7時47分発河口湖行乗車 富士急行都留市駅8時49分下車 谷村(深田)発電所登山口→烽火台跡→パノラマ展望台→水道橋「ピーヤ」→友愛の森→展望地→鉄塔No.15(ミツマタ群生地)→鉄塔No.19→古城山→住吉神社→富士急行東桂駅 歩行5時間30分 雨天中止	●4月14日(日) 都留アルプス JR高尾駅7時47分発河口湖行乗車 富士急行都留市駅8時49分下車 谷村(深田)発電所登山口→烽火台跡→パノラマ展望台→水道橋「ピーヤ」→友愛の森→展望地→鉄塔No.15(ミツマタ群生地)→鉄塔No.19→古城山→住吉神社→富士急行東桂駅 歩行5時間30分 雨天中止
----------------------------------	---	--	---	---	---	--	---	--	--	--	--	--

お仲間を増やしましょう!! 新入会員募集 キャンペーン実施中

東ハイの新入会員の多くは会員からの紹介です。沢山紹介して下さい。ご紹介のお友達が入会されますと紹介者に5回分(1,500円相当)の無料参加券を進呈します。但し、ご家族の場合は1家族に1枚とさせていただきます。

●4月7日(日) ②神奈川歴史・公園散歩No.2 総持寺→JR鶴見駅 歩行約3時間 小雨決行 図②細谷弘之・五木田悦子 080・3122・5529	●4月7日(日) ③都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図③矢野省三 090・5406・5320	●4月7日(日) ④都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図④山信男 090・5406・5320	●4月7日(日) ⑤都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図⑤保倉恵美子 090・8729・2758	●4月7日(日) ⑥都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図⑥毛塚 順一 090・8729・2758	●4月7日(日) ⑦都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図⑦辰巳哲夫 090・8729・2758	●4月7日(日) ⑧都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図⑧渡邊幸一 090・8729・2758	●4月7日(日) ⑨都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図⑨小雨決行 090・8729・2758	●4月7日(日) ⑩都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図⑩渡邊幸一 090・8729・2758	●4月7日(日) ⑪都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図⑪渡邊幸一 090・8729・2758	●4月7日(日) ⑫都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図⑫渡邊幸一 090・8729・2758	●4月7日(日) ⑬都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図⑬渡邊幸一 090・8729・2758	●4月7日(日) ⑭都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図⑭渡邊幸一 090・8729・2758	●4月7日(日) ⑮都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図⑮渡邊幸一 090・8729・2758	●4月7日(日) ⑯都留アルプス 都留市街に沿っての低山ですが、急登降を繰り返す自然満喫の「がっつりコース」を歩きます。交通費二千三百円(高尾起点) 図⑯渡邊幸一 090・8729・2758
---	---	--	--	--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

★4月14日(日) ①金比羅山
雨天中止 ②加世田輝三
JR武蔵五日市駅出口10時集合
↓金比羅公園→金比羅山→武蔵
五日市駅 歩程3時間
満開のヤマザクラに期待。
☎090・8592・1932

★4月14日(日) ③北向地蔵
雨天中止 ④鮫嶋妙子
西武池袋駅8時20分発快速飯
能行乗車⇨終点下車 乗換9時
19分発西武秩父行乗車⇨高麗駅
9時27分下車→取付点→黒尾根
↓北向地蔵→深沢山→愛宕山→
武蔵横手駅 歩程3時間30分
⑤大澤清吾・田淵祥子
☎042・563・8157

★4月18日(木) ①戸田→板橋高
島平→水辺巡り ②松永孝子
JR埼京線戸田公園駅10時30分
出発→戸田漕艇場→戸田競艇場
↓荒川親水公園→笹目橋→新河
岸川沿い→徳丸ヶ原公園→熱帯
植物園→三田線高島平駅
歩程約2時間40分 雨天中止
③金子 敬 ④毛塚順一
☎047・457・2702

★4月18日(木) ⑤中央線の山No.
11 滝子山南稜 ⑥大倉昌子
JR高尾駅8時10分発甲府行乗
車⇨笹子駅9時2分下車→吉久
保入口→寂しう尾根→滝子山
↓松平→林道終点→初狩駅
歩程6時間
イワガミ咲く頃に岩稜が続
く難コースを登ります。
雨天の場合は翌日19日(金)に延
期します。
⑦吉川英男・佐野妙子
☎090・4712・0896
☎FAX03・5247・2940

★4月20日(土) ③二本木峠→登
谷山 ④佐野満喜子
東武東上線池袋駅7時45分発
急行小川町行乗車⇨終点8時54
分下車 バス9時12分発白石車
庫行乗車⇨打出下車→二本木峠
↓皇鈴山→登谷山→釜伏山→日
本の里→波久礼駅
歩程約5時間 雨天翌日
晴れていれば、遠く日光や上
越の山々が一望できる里山縦走
⑤小松博氏
地図昭文社 奥武蔵・秩父
☎03・3638・1488

★4月20日(土) ④角研山く宝越え
JR高尾駅8時10分発甲府行乗車
車 ①笹子駅8時59分下車 ②取付点
点 ③50号鉄塔 ④庭洞山 ⑤林道
30号鉄塔 ⑥角研山 ⑦宝越え ⑧林道
道 ⑨船橋沢 ⑩笹子駅 ⑪高尾駅
歩程4時間45分
交通費 休日おでかけパスが得。

雨天翌日 ①佐々木 保
笹子駅起点に御坂山塊東部の山を周回する。

②邑楽国 ③樋口光雄
地図昭文社 高尾・陣馬
090・8035・6123
043・277・5062
FAX

雨天翌日 ①佐々木 保
笹子駅起点に御坂山塊東部の山を周回する。

②邑楽国 ③樋口光雄
地図昭文社 高尾・陣馬
090・8035・6123
043・277・5062
FAX

雨天翌日 ①佐々木 保
笹子駅起点に御坂山塊東部の山を周回する。

山の一人歩きで事故に遭うと
必ず三人以上で歩きましょう

連絡が取れません

化を進めると言っている。

ところで、日本の紙幣製造技

術は世界でも超一流であること

を存知だろうか？ 国によつて

は自国の紙幣製造を日本銀行

に依頼する例もある。日本では

紙幣に透かしを入れたり破線

をすき込んだりするのは序の口で

印刷には20色以上が使われてお

り、さらに再現の難しい淡い色

調を使っている。凹版印刷とい

う技術も特色で、版面にくぼみ

を彫ってインクを詰め、そこを

盛上げて印刷するので、独特の

手触りになる。紫外線に反応し

発光したり、角度によつて色が

変わったりとった具合である

この偽造が困難な貨幣への信頼

が、日本でキャッシュレス決済

が普及してこなかった一因と言

われる。(紙幣の製造に関する

項は1/6付・日経「春秋」より

抜粋)

さて、スマホを持たない筆者

はQRコードも読めない。ペイ

ペイも使わない。屋台で一杯や

つたらお金はあるのに払えない

なんて時代が来るのか。

皆さんは、キャッシュレス時

代への対応はなさっているだろ

うか？ 筆者は芸術的な印刷技

術で刷られた紙幣をいつまでも

使いたいと思うのだが、いかが

お考えだろうか。

と

ところが、最近のテレビを見

ていると、キャッシュレス化が

遅れていたはずの海外では、街

の商店に限らず、ストリートミ

ュージシャンや物乞いをする人

までQRコードにスマホをかざ

して決済しているという。今で

は、現金決済よりキャッシュレ

ス決済の比率が高いのが当り前

になっているとのこと。日本で

も、政府は、東京オリンピック

を控えて一気にキャッシュレス

▼家族には必ず行き先を知らせておきましょう。



★4月21日(日) ①野川緑地公園 雨天中止 ②有里公雄 小田急新宿駅9時22分発各停 乗車10分 徒歩約2時間 急線喜多見駅 歩程約2時間 ③三井水源の森 雨天中止 ④小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑤三井水源の森 雨天中止 ⑥小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑦三井水源の森 雨天中止 ⑧小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑨三井水源の森 雨天中止 ⑩小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑪三井水源の森 雨天中止 ⑫小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑬三井水源の森 雨天中止 ⑭小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑮三井水源の森 雨天中止 ⑯小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑰三井水源の森 雨天中止 ⑱小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑲三井水源の森 雨天中止 ⑳小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉑三井水源の森 雨天中止 ㉒小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉓三井水源の森 雨天中止 ㉔小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉕三井水源の森 雨天中止 ㉖小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉗三井水源の森 雨天中止 ㉘小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉙三井水源の森 雨天中止 ㉚小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉛三井水源の森 雨天中止 ㉜小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉝三井水源の森 雨天中止 ㉞小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉟三井水源の森 雨天中止 ㊱小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊲三井水源の森 雨天中止 ㊳小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊴三井水源の森 雨天中止 ㊵小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊶三井水源の森 雨天中止 ㊷小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊸三井水源の森 雨天中止 ㊹小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊺三井水源の森 雨天中止 ㊻小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊼三井水源の森 雨天中止 ㊽小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊾三井水源の森 雨天中止 ㊿小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間

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	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	
⑥一般向	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	

★4月21日(日) ③三井水源の森 雨天中止 ④小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑤三井水源の森 雨天中止 ⑥小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑦三井水源の森 雨天中止 ⑧小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑨三井水源の森 雨天中止 ⑩小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑪三井水源の森 雨天中止 ⑫小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑬三井水源の森 雨天中止 ⑭小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑮三井水源の森 雨天中止 ⑯小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑰三井水源の森 雨天中止 ⑱小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑲三井水源の森 雨天中止 ⑳小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉑三井水源の森 雨天中止 ㉒小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉓三井水源の森 雨天中止 ㉔小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉕三井水源の森 雨天中止 ㉖小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉗三井水源の森 雨天中止 ㉘小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉙三井水源の森 雨天中止 ㉚小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉛三井水源の森 雨天中止 ㉜小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉝三井水源の森 雨天中止 ㉞小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉟三井水源の森 雨天中止 ㊱小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊲三井水源の森 雨天中止 ㊳小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊴三井水源の森 雨天中止 ㊵小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊶三井水源の森 雨天中止 ㊷小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊸三井水源の森 雨天中止 ㊹小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊺三井水源の森 雨天中止 ㊻小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊼三井水源の森 雨天中止 ㊽小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊾三井水源の森 雨天中止 ㊿小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間

★4月26日(金) ③八丈島(船) ④佐野満喜子 予告で定員に達しました。キャンセル待ちで受付けます。 ⑤三井水源の森 雨天中止 ⑥小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑦三井水源の森 雨天中止 ⑧小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑨三井水源の森 雨天中止 ⑩小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑪三井水源の森 雨天中止 ⑫小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑬三井水源の森 雨天中止 ⑭小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑮三井水源の森 雨天中止 ⑯小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑰三井水源の森 雨天中止 ⑱小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑲三井水源の森 雨天中止 ⑳小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉑三井水源の森 雨天中止 ㉒小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉓三井水源の森 雨天中止 ㉔小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉕三井水源の森 雨天中止 ㉖小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉗三井水源の森 雨天中止 ㉘小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉙三井水源の森 雨天中止 ㉚小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉛三井水源の森 雨天中止 ㉜小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉝三井水源の森 雨天中止 ㉞小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉟三井水源の森 雨天中止 ㊱小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊲三井水源の森 雨天中止 ㊳小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊴三井水源の森 雨天中止 ㊵小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊶三井水源の森 雨天中止 ㊷小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊸三井水源の森 雨天中止 ㊹小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊺三井水源の森 雨天中止 ㊻小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊼三井水源の森 雨天中止 ㊽小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊾三井水源の森 雨天中止 ㊿小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間

★4月28日(日) ③三井水源の森 雨天中止 ④小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑤三井水源の森 雨天中止 ⑥小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑦三井水源の森 雨天中止 ⑧小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑨三井水源の森 雨天中止 ⑩小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑪三井水源の森 雨天中止 ⑫小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑬三井水源の森 雨天中止 ⑭小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑮三井水源の森 雨天中止 ⑯小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑰三井水源の森 雨天中止 ⑱小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ⑲三井水源の森 雨天中止 ⑳小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉑三井水源の森 雨天中止 ㉒小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉓三井水源の森 雨天中止 ㉔小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉕三井水源の森 雨天中止 ㉖小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉗三井水源の森 雨天中止 ㉘小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉙三井水源の森 雨天中止 ㉚小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉛三井水源の森 雨天中止 ㉜小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉝三井水源の森 雨天中止 ㉞小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㉟三井水源の森 雨天中止 ㊱小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊲三井水源の森 雨天中止 ㊳小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊴三井水源の森 雨天中止 ㊵小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊶三井水源の森 雨天中止 ㊷小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊸三井水源の森 雨天中止 ㊹小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊺三井水源の森 雨天中止 ㊻小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊼三井水源の森 雨天中止 ㊽小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間 ㊾三井水源の森 雨天中止 ㊿小泉純子 京王新宿駅8時7分発準特急 高尾山口行乗車10分 徒歩約2時間

《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。

※原稿は返却いたしません。

裏面余白

●ポイント達成者(敬称略)

50P達成 田中 芳枝 榎本 幸子 金子 桃子 池田 正義

100P達成 古屋富士子 室賀 和子 野村その江 今野真知子 常川千代子

150P達成 佐藤スミ子

200P達成 古館 直美

300P達成 山川 和雄 萩島 二郎

400P達成 吉川 英男 石原 豊美 古林千恵子 尾崎 紗子

500P達成 朝倉美子(紹介 緒方あき子) 中山 恵博(紹介 柴崎 実) 神戸 敏子 指方 明恵

550P達成 本村 鴻子 小島 満枝

650P達成 猪瀬 幸子 新井 文子

●東ハイの目印でもある黄色タオルは、山行参加のときより、山行時には携行して下さい。

【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。

【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(趣旨の変り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)

入社式

●12月1月入会のお仲間 (4名 敬称略)

会員番号 11799

15185 15187

朝倉美子(紹介 緒方あき子) 中山 恵博(紹介 柴崎 実) 神戸 敏子 指方 明恵

●450P達成 嶋崎 禎子 本山美智子

●500P達成 小島 時子

●550P達成 小島 満枝

●650P達成 猪瀬 幸子 新井 文子

●東ハイの目印でもある黄色タオルは、山行参加のときより、山行時には携行して下さい。

【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。

【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(趣旨の変り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)

5月ハイク 2019



目次

1 (祝)	5 屏風岩山く権現山 加藤正彦
3 (祝)	4 浅川峠く扇山 坂寄牧子
" "	" 4 (祝) 5 丹沢主脈縦走
4 (祝)	① 新緑の小石川植物園 佐野満喜子
" "	4 倉見山とクマガイソウ園 松永孝子
5 (祝)	② 神奈川歴史・公園散歩 渡邊幸一
" "	2 南高尾 中沢山
" "	3 金比羅山 平沢こと
6 (休)	3 能岳く八重山 加藤正彦
8 (水)	② 野津田公園 鳥居節男
" "	4 陣馬南郷山の頭他 加藤榮一
9 (木)	② 府中浅間山 川寄英雄
10 (金)	③ 鎌倉の小路歩きNo.5 会田政子
" "	" 12 (日) ④ 荒島岳 大倉昌子
11 (土)	5 鳥首峠く大持山く武甲山 佐々木 保
" "	5 菜畑山く赤鞍ヶ岳 佐野満喜子
12 (日)	2 横尾山と温泉 矢澤省三
" "	3 天竺山 柳田・平沢
" "	3 石神尾根 小泉純子
18 (土)	2 北高尾 杉沢の頭
" "	4 三角山く二子山 小峰・平沢
" "	5 三浦・岩礁のみち 中嶋要一
" "	山川美恵子

19 (日)	① 埼玉伊奈町バラ園 加世田輝三	有里公雄
〃	① 多摩緑地公園	
〃	② 狭山観音霊場巡りNo.3	
〃	佐野俊一郎	
〃	③ トトロの森その2	
23 (木) ● 理事会	小林妙子	
〃	① 旧古河庭園のバラ	
24 (金) 27 (月)	③ しまなみ海道	松永孝子
25 (土)	⑤ 愛鷹・大岳	山川美恵子
26 (日)	② 加治丘陵 保倉恵美子	矢澤省三
〃	③ 天覧山・多峰主山	鳥居節男
29 (水)	④ 日光杜山	柴崎 実
〃	④ 奥多摩の山	川苔山
〃	⑤ 九州の山	大倉昌子
30 (木) 1/2 (日)	② 利尻山・礼文岳	佐野満喜子
〃	⑤ 佐々木 保	

◎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。

①初心者向	④一般向強
②一般向弱	⑤やや健脚向
③一般向	⑥健脚向
⑦ウオーキング1	
⑧ウオーキング2	

◎山行参加時のご注意!!

一般向強④以上の予約山行に参加希望の場合には、必ず担当リーダーの通常の日帰り山行に参加し、足を確認してもらった上でご参加下さい。

※山行の申込みをする方は、必ず本号3頁に示した書式の通り記入して、担当リーダー宛に申込み下さい。



◎自分の脚力を考えて、無理のないコースに参加しましょう

▼駅で緑の旗 黄色タオル Rのバッジが東ハイの目印
▼会員証・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

★5月1日祝 ⑤屏風岩山⇄権現山 雨天翌日 ⑥加藤正彦
小田急線新松田駅北口 富士 交通費約三千五百円
急バス8時25分発西丹沢ピジタ 山慣れた人向きの登り応えの
ーセンター行乗車⇄大滝橋下車 ある縦走コース。
↓一軒屋避難小屋⇄大滝峠上⇄ 2万5千円中川
屏風岩山⇄二本杉峠⇄権現山⇄ 西丹沢詳細図(吉備人出版)
浅瀬入口バス停⇄新松田駅又は ⑦046・257・6567
谷峨駅 歩程6時間30分 夜6時〜8時

★5月3日(祝) ④浅川峠→扇山
JR高尾駅7時26分発小淵沢行
前方乗車⇨猿橋駅8時11分下車
バス8時18分発浅川行乗車⇨終
点下車→浅川峠→曾倉山→扇山
↓ガンバノ頭→宮谷分岐→コタ
ラ山→百蔵山→907M峰→山
の神→百蔵山登山口→猿橋駅
歩程6時間

雨天翌日 ⑤坂寄牧子
浅川から扇を広げて置いた形
のような扇山と百蔵山の2山を
結んで歩きます。
交通費千八百円(高尾起点)

地図昭文社 高尾・陣馬 ⑥加山信男
☎090・5406・5320

★5月3日(祝)4日(祝) ⑤丹沢主脈縦走 ⑥佐野満喜子
 3日小田急新宿駅6時50分発 変化に富み、展望の素晴らしい丹沢入門の銀座コースを焼山
 急行小田原行乗車 秦野駅8時 まで縦走します。
 3分下車 タクシー 富士見山 ⑦小松博氏
 莊跡地→三ノ塔→塔ノ岳→丹沢
 山→みやま山莊(泊)→蛭ヶ岳→姫
 下→黍穀山→焼山→焼山登山口
 バス停 橋本駅
 歩程1日目5時間30分 2日目
 7時間
 費用九千四百円(小屋代とタク
 シー代) 往復交通費は各自払い。
 ☎03・3638・1488 佐野満喜子

★5月4日(祝) ①新緑の小石川植物園 雨天中止 □〓松永孝子
東京メトロ丸ノ内線茗荷谷駅 ↓東京ドームシティ↓JR水道橋駅
10時30分出发↓教育の森公園↓ 歩程約2時間40分
播磨坂↓小石川植物園(みどりの 園〓金子 敬 園〓毛塚順一
日)入園無料↓伝通院↓善光寺
↓文京シビックセンター展望台

★5月4日(祝) ③倉見山とクマガイソウ 雨天翌日 ④佐々木
JR高尾駅7時47分発河口湖行 群生地は個人所有地に大切に
乗車Ⅱ三つ峠駅9時7分下車↓ 管理され、この時期扇型の特徴
厄神社↓さすの平↓倉見山↓相 的な葉をつけた大きな花に期待
定ヶ峰↓堂尾山↓クマガイソウ 園Ⅱ邑楽国二郎・樋口光雄
群生地↓東桂駅 地昭文社 富士山
歩程4時間45分
交通費 大月×東桂七百十円
FAX 090・8035・6123
043・277・5062

★5月5日(祝) ②神奈川歴史・公園散歩No.42 □渡邊幸一

「寒川神社」 寒川駅 歩程約3時間 小雨決行

取相模線宮山駅10時集合↓寒川 歩程約3時間 小雨決行

神社↓さむかわ中央公園↓川と ④細谷弘之・五木田悦子

のふれあい公園↓水道記念館↓ 080・3122・5529

▼家族には必ず行き先を知らせておきましょう。

★5月5日祝
山 小雨決行 ②南高尾 中沢
京王新宿駅8時7分発準特高
尾山口行乗車②終点下車↓梅の

山(494M)↓中沢峠↓梅の木
平→高尾山口駅
歩程3時間20分
軽登山靴で足元しつかりと参加
交通費約八百円
山吹草・二輪草・クマガイソ
ウの群生地あります。見頃に期
待して。

電話 0297・58・9022
 地図 昭文社 高尾・陣馬
 夜8時〜9時30分

★5月5日(祝) ③金比羅山
雨天延期
JR新宿駅7時44分発ホリデー
快速あきがわ3号武蔵五日市行

神社→シャガの群生地→金比羅山→ツツジ園地→武蔵五日市駅
歩程3時間30分
交通費千六百円
例年、隙間なく咲き乱れるシャガの群生と山全体が彩色豊かに飾られるツツジ園に期待して雨天の場合は5月11日(出)に延期

電話 046・257・6567
夜6時〜8時

園地 小泉純子

★5月6日(休) ③能岳く八重山
雨天中止 □く鳥居節男
京王新宿駅7時45分発準特急
高尾山口行乗車く高尾駅8時37
分着 乗換JR中央本線8時44分
発小淵沢行乗車く上野原駅9時
6分下車 バス9時12分発新井

岳↓八重山↓展望台↓秋葉山↓
根本山↓上野原駅
歩程4時間20分 軽登山靴で
交通費約千六百円
園||酒井滋治・田渕祥子

080.1206.0431

★5月8日(水) ②野津田公園 雨天中止

小田急新宿駅 9時23分発急行
新松田行乗車⇨新百合ヶ丘駅 9時53分着
乗換9時57分発各停
歩程3時間

薬師池公園↓えびね苑→藤の台
田駅⇨小田急緑町

待つ) バス野津田車庫行乗車⇨川島入口下車⇨小野路川⇨野津田公園⇨バラ広場⇨ポタン園⇨

★5月8日(水) ④陣馬南郷山の頭他 人出版) □⇨川寄英雄

取高尾駅北口 バス8時32分 発陣馬高原下行乗車⇨終点下車⇨南郷沢(林道)⇨南郷山の頭⇨陣馬山方面の降水確率が60%以上の時は中止します。

山↓ノ尾根→和田バス停⇨藤
野駅
地図 高尾山登山詳細図(吉備

京王新宿駅9時26分発特急八王子行乗車↓9時53分府中駅北口下車(係待つ)↓府中の森公園↓浅間山↓多磨霊園↓武蔵野園↓柳田邦之 園↓佐藤 仁

★5月10日(金) ③鎌倉の小路歩き No.5 商人の道 ④大倉昌子
JR鎌倉駅東口10時集合↓元八幡↓来迎寺↓五所神社↓補陀洛寺↓光明寺↓和賀江島↓九品寺↓鎌倉駅
歩程約4時間をゆつくりと。
鎌倉時代に商業の道として栄えた小坪路を歩きながら、民家の

雨天の場合13日(月)に延期します
間ひつそりと佇む寺社を巡ります。
臨〓佐野妙子

☎090・4712・0896
FAX03・5247・2940

ましよう!
集
実施中

を増やしま

新入会員募 キャンペーン!

入会員の多くは会
介して下さい。ご
すと紹介者に5回分
券を進呈します。
族の場合は1家族

お仲間
キ・

東ハイの新
す。沢山新
入会されま
の無料参加
但し、ご家
頂きます。

.....

お仲間を増やしましょう!!

新入会員募集

キャンペーン実施中

東ハイの新入会員の多くは会員からの紹介です。沢山紹介して下さい。ご紹介のお友達が入会されますと紹介者に5回分(1,500円相当)の無料参加券を進呈します。

但し、ご家族の場合は1家族に1枚とさせていただきます。

2019年5月号 (2)

★5月10日(金)〜12日(日) ㊦荒島岳
10日JR東京駅8時36分発北陸
新幹線金沢行乗車㊦福井駅㊦勝
原かどは、駅下車↓宿泊↓荒島岳
名山。深田久弥の郷里の秀峰を
春の花を見ながら歩く。
㊦荻島二郎 ㊦桜井敏子

★5月12日(日) ③石神尾根 雨天中止 ④鰯嶋妙子
JR新宿駅7時44分発ホリデー一名郷峠→辛垣城址→雷電山→軍
快速おくとま3号乗車⇨青梅駅 畑駅 歩程4時間
8時43分着 乗換8時57分発各 急登・ヤブあり

★5月19日(日) ③ トトロの森その2 雨天中止 ④ 小林妙子 西武狭山線西武球場前駅 9時30分集合↓11号地↓3号地↓15号地

★5月25日(土) ⑤ 愛鷹・大岳 JR東海道線東田子の浦駅改札 9時10分集合(上野東京ライン) 東京駅6時30分発熱海行 熱海駅6時30分発熱海行

大翌日 □ 矢澤省三
交通費 タクシー代は約二千元
愛鷹連峰の独立峰の趣き。愛
鷹ツツジとの出会いに期待して

予告 (申込み可)



東ハイ山行強弱度 (歩行は休憩時間を含みません)		
表示方法	歩行時間	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	3〜5時間	比較的整備されたコース
⑥一般向強	4〜6時間	歩行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

※歩行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。
※④以上の参加者は遭難救助費用付保険加入が原則です。参加時にリーダーに加入者証を提示して下さい。未加入者は参加をお断り致します。
※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かまわない)で、③以上は軽登山靴以上で参加のこと。

★6月22日(土) 25日(火) ④森吉山・岩木山と恐山他 朝立3泊
JR東京駅6時32分発新幹線Ⅱ角
歩行約5時間 夜行日帰り

★7月18日(金) 19日(土) ④大倉山
夜行バス新宿23時発Ⅱ土合着Ⅱ
谷川岳ロープウェイ駅Ⅱ天神平
↓肩の小屋Ⅱ谷川岳往復
費用約一万五千円(百名山)
歩行約5時間 夜行日帰り

★8月9日(金) 11日(土) ④立山
三山縦走 定員10名 費用等詳
細は次回お知らせします。
往復はがきで申込み下さい。
〒252-0325 相模原市南
区新磯野3の7の2の301
加藤正彦
046-257-6567

★6月27日(木) 29日(土) ④フリ
ーきつ北海道の旅めぐり
「秘湯シリーズ」No.69・70 銀婚
湯 旭岳温泉
費用約六万六千円 定員15名
④Ⅱ平沢こと・小峰文子
★7月26日(金) 27日(土) ④美ヶ原
(百名山) 北アルプス八方尾根
トレッキングと温泉 バス
「秘湯シリーズ」No.71 葛温泉
ゴンドラ・リフトを使用して花
の天園へ 費用約三万円
④Ⅱ柳田邦之・平沢こと
★8月3日(土) ④奥日光 山王
帽子山と温泉 バス
費用約七千二百円 ④Ⅱ平沢こと
★8月10日(土) 11日(日) ④ハケ岳
美濃戸口行者小屋赤岳鉱泉
トレッキング 電車とタクシー
使用 費用約二万七千円
④Ⅱ平沢こと・小峰文子
★8月23日(金) 24日(土) ④青春18
きつぷの旅 東北線

★6月1日(土) 2日(日) ④雲取山
ウツウの頭 朝立1泊2日
1日奥多摩駅Ⅱ鴨沢Ⅱ雲取山
④↓タワ尾根Ⅱ東日原Ⅱ奥多摩
駅
歩行1日6時間40分 2日8時間
費用八千円
★7月6日(土) 8日(月) ④北八
ッ縦走 朝立2泊3日
6日JR茅野駅Ⅱ沢の湯Ⅱ黒百合
ヒュッテⅡ麦草ヒュッテⅡ三
ツ岳Ⅱ双子池ヒュッテⅡ大河
原Ⅱ蓼科山Ⅱ蓼科牧場Ⅱ茅野
駅
歩行6日5時間10分 7日7時
間30分 8日5時間
費用二万五千円(宿代・現地移

★6月8日(土) 9日(日) ④三国山
十文字山Ⅱ白泰山 朝立1泊
8日東京駅朝発Ⅱ信濃川上駅Ⅱ
新三国山Ⅱ三山Ⅱ十文字山Ⅱ
十文字小屋Ⅱ赤沢山Ⅱ白泰山
↓栃木関所跡バス停Ⅱ三峰口駅
歩行8日4時間30分 9日8時
間20分
費用九千八百円(小屋代と現地
タクシー代) 往復交通費は各自
払い。
★6月28日(金) 7月1日(月) ④
女神山Ⅱ真昼岳Ⅱ森吉山他
28日JR東京駅朝発Ⅱ白木峠
日女神山Ⅱ真昼岳 30日森吉山
1日小又峯 朝立3泊
歩行28日3時間 29日5時間
30日5時間30分 1日4時間30
分 費用は次号に掲載。

★6月21日(金) 22日(土) ④会津の
山 電車朝立(会津高原尾瀬口駅
往復) 1日目七ヶ岳(歩行4時間
30分) 2日目田代山Ⅱ帝釈山縦
走(歩行5時間)
電車切符各自購入。
費用約一万六千円(宿+タクシ
ー代)
往復はがきで申込み下さい。
〒142-0004 東京都品川
区豊町4の2の13 矢澤省三
080-12263-8403

★7月20日(土) 21日(日) ④又山
北ア唐松岳 朝立1泊
バスア新宿7時35分発乗車Ⅱ白
馬バスアミナールⅡゴンドラⅡ
八方池山Ⅱ八方池Ⅱ丸山Ⅱ
唐松岳Ⅱ八方池ⅡゴンドラⅡ
白馬バスアミナールⅡバスア新
宿
歩行1日目第一ケルンまで1時
間 2日目7時間
費用二万五千八百円
八方尾根の終点ともいえる百名
山・唐松岳に登り、美景色を独
り占め。
★8月2日(金) 4日(日) ④南ア
北岳 朝立2泊
JR高尾駅7時27分発小淵沢行乗
車Ⅱ甲府駅下車 南アルプス登
山バスⅡ広河原Ⅱ白根御池小屋
Ⅱ北岳Ⅱ小屋Ⅱ白根御池Ⅱ北岳
河原Ⅱ甲府駅
歩行1日目3時間 2日目5時
間 3日目4時間
日本第2の高峰で日本百名山・
山梨百名山。登り応えのある魅
力ある高山を3日に分けて歩き
ます。
費用二万六千五百円(小屋、往
復バス代、保険代等)
往復電車代は各自払い。
各山行毎に往復はがき又はF
AXで申込み下さい。
〒261-0003 千葉市美浜
区高浜3の5の3の304
佐々木 保
043-277-5062
090-8035-6123

★7月28日(土) 31日(火) ④北ア
ルプス・爺ヶ岳Ⅱ鹿島槍ヶ岳
山小屋2泊で立山方面の絶好の
展望と高山植物を楽しみ、百名
山を踏破します。
歩行1日目7時間 2日目7時
間 3日目3時間
帰路一部タクシー利用・入浴料込
費用約四万円
各山行毎に往復はがきで申込
み下さい。
〒132-0035 江戸川区平
井7の3の1の1113
大倉昌子
090-4712-0896
03-5247-2940

◎東ハイの目印でもある黄色タ
オルは、山行参加のときリ
ダーからお求め下さい。山行
時には携行して下さい。
◎リーダーの先へ行かず遅れず、
解散まで同一行動を。

★6月14日(金) 15日(土) ④飯盛山
北八ヶ岳双子山と温泉 バス
「秘湯シリーズ」No.68 唐沢鉱泉
費用約二万五千五百円
定員25名
④Ⅱ平沢こと
★6月27日(木) 29日(土) ④フリ
ーきつ北海道の旅めぐり
「秘湯シリーズ」No.69・70 銀婚
湯 旭岳温泉
費用約六万六千円 定員15名
④Ⅱ平沢こと・小峰文子
★7月26日(金) 27日(土) ④美ヶ原
(百名山) 北アルプス八方尾根
トレッキングと温泉 バス
「秘湯シリーズ」No.71 葛温泉
ゴンドラ・リフトを使用して花
の天園へ 費用約三万円
④Ⅱ柳田邦之・平沢こと
★8月3日(土) ④奥日光 山王
帽子山と温泉 バス
費用約七千二百円 ④Ⅱ平沢こと
★8月10日(土) 11日(日) ④ハケ岳
美濃戸口行者小屋赤岳鉱泉
トレッキング 電車とタクシー
使用 費用約二万七千円
④Ⅱ平沢こと・小峰文子
★8月23日(金) 24日(土) ④青春18
きつぷの旅 東北線

★6月8日(土) 9日(日) ④三国山
十文字山Ⅱ白泰山 朝立1泊
8日東京駅朝発Ⅱ信濃川上駅Ⅱ
新三国山Ⅱ三山Ⅱ十文字山Ⅱ
十文字小屋Ⅱ赤沢山Ⅱ白泰山
↓栃木関所跡バス停Ⅱ三峰口駅
歩行8日4時間30分 9日8時
間20分
費用九千八百円(小屋代と現地
タクシー代) 往復交通費は各自
払い。
★6月28日(金) 7月1日(月) ④
女神山Ⅱ真昼岳Ⅱ森吉山他
28日JR東京駅朝発Ⅱ白木峠
日女神山Ⅱ真昼岳 30日森吉山
1日小又峯 朝立3泊
歩行28日3時間 29日5時間
30日5時間30分 1日4時間30
分 費用は次号に掲載。

★6月21日(金) 22日(土) ④会津の
山 電車朝立(会津高原尾瀬口駅
往復) 1日目七ヶ岳(歩行4時間
30分) 2日目田代山Ⅱ帝釈山縦
走(歩行5時間)
電車切符各自購入。
費用約一万六千円(宿+タクシ
ー代)
往復はがきで申込み下さい。
〒142-0004 東京都品川
区豊町4の2の13 矢澤省三
080-12263-8403

★7月20日(土) 21日(日) ④又山
北ア唐松岳 朝立1泊
バスア新宿7時35分発乗車Ⅱ白
馬バスアミナールⅡゴンドラⅡ
八方池山Ⅱ八方池Ⅱ丸山Ⅱ
唐松岳Ⅱ八方池ⅡゴンドラⅡ
白馬バスアミナールⅡバスア新
宿
歩行1日目第一ケルンまで1時
間 2日目7時間
費用二万五千八百円
八方尾根の終点ともいえる百名
山・唐松岳に登り、美景色を独
り占め。
★8月2日(金) 4日(日) ④南ア
北岳 朝立2泊
JR高尾駅7時27分発小淵沢行乗
車Ⅱ甲府駅下車 南アルプス登
山バスⅡ広河原Ⅱ白根御池小屋
Ⅱ北岳Ⅱ小屋Ⅱ白根御池Ⅱ北岳
河原Ⅱ甲府駅
歩行1日目3時間 2日目5時
間 3日目4時間
日本第2の高峰で日本百名山・
山梨百名山。登り応えのある魅
力ある高山を3日に分けて歩き
ます。
費用二万六千五百円(小屋、往
復バス代、保険代等)
往復電車代は各自払い。
各山行毎に往復はがき又はF
AXで申込み下さい。
〒261-0003 千葉市美浜
区高浜3の5の3の304
佐々木 保
043-277-5062
090-8035-6123

★7月28日(土) 31日(火) ④北ア
ルプス・爺ヶ岳Ⅱ鹿島槍ヶ岳
山小屋2泊で立山方面の絶好の
展望と高山植物を楽しみ、百名
山を踏破します。
歩行1日目7時間 2日目7時
間 3日目3時間
帰路一部タクシー利用・入浴料込
費用約四万円
各山行毎に往復はがきで申込
み下さい。
〒132-0035 江戸川区平
井7の3の1の1113
大倉昌子
090-4712-0896
03-5247-2940

◎東ハイの目印でもある黄色タ
オルは、山行参加のときリ
ダーからお求め下さい。山行
時には携行して下さい。
◎リーダーの先へ行かず遅れず、
解散まで同一行動を。

裏面余白

◎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
〔カット〕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)
※原稿は返却いたしません。

※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。

〈山行参加申込の書式〉

「山行申込書」

- 山行名 ○○○山
- 期 日 平成 年 月 日()
～ 年 月 日()
- 申込者 ○○○○ 4) 会番
- 〒住所 〒000-0000
東京都～
- 生年月日 T S H
年 月 日
- 電話 FAX番号 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)
- 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