

(38 コース)

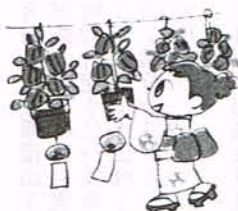
20 (木)	① 所沢航空記念公園	松永孝子
19 (水)	④ 大羽根山ノ土俵山	大倉昌子
18 (火)	② 午後散歩	会田政子
17 (月)	④ 会津の山	矢澤省三
16 (日)	④ 大持山西尾根	佐野満喜子
15 (土)	④ 大持山西尾根	佐野満喜子
14 (金)	② 午後散歩	大倉昌子
13 (木)	② 狭山観音霊場巡り No.4	佐野俊一郎
12 (水)	① 大平山ノ嵐山溪谷	保倉恵美子
11 (火)	③ 金比羅尾根ノ南沢あじさい山	鮫嶋妙子
10 (月)	④ 法性寺ノ馬頭刈山	加藤正彦
9 (日)	① フリーきつぷの北海道	平沢こと
8 (土)	④ 宝珠寺尾根ノ城山北東	小泉純子
7 (金)	④ 五常の滝ノ富士山	鳥居節男
6 (木)	③ 三頭山	川寄英雄
5 (水)	③ 日光湯ノ湖から竜頭ノ滝	柴崎実
4 (火)	③ 鎌倉歩き	六国見山
3 (月)	③ 箱根あじさい電車	矢澤省三
2 (日)	④ 鳥屋山北尾根ノ舟山北尾根	佐々木保
1 (土)	⑤ 苗場山ノ赤湯	佐野満喜子
0 (金)	⑥ 北八ヶ岳縦走	山川美恵子
20 (木)	① 神奈川歴史・公園散歩 No.43	渡邊幸一
19 (水)	② 渋谷とオリンピック開発	佐野俊一郎
18 (火)	② 白根不動の滝	小林妙子

7月ハイク



(32 コース)

東ハイでは、日帰り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OKです。



本部からの
お知らせ

◎集中山行について

本紙4月号で集中山行を実施する旨をお知らせ致しましたが、6月8日(土)に行います。これまで、東ハイの主イベントである東ハイ祭では参加者の便を考慮した会場選定を行ってきたためウォーキング主体の山行となっていました。今回の集中山行は、山歩きを主体とした山行を、参加費無料、2ポイントで企画しましたのでご期待下さい。

また、この集中山行は新入会員募集キャンペーンも兼ねております。非会員の無料お試し券を同封致しますので、お友達をお誘いの上、多数ご参加下さいますようお願いします。

※当日の天候と中止判断につき

ましては、前日夜7時のニュース・天気予報で東京の降水確率が50%以上の場合は中止とします。中止の案内は東ハイホームページに掲載します。不明の場合は各自で担当リーダーへ問合せ下さい。

●会報形式の変更について

た形式で作成しておりましたが、今回より、偶数月号と奇数月号を一緒にし、2ヶ月分の合併号として発行致しますのでご了承下さい。合併号とすることにより、1頁目に2ヶ月分のコースが掲載されますので、山行予定を立てる上では便利になるものと考えます。

●協力者就任の件
星 富士夫（荻島二郎）
清水十三男（矢澤省三）

◎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。地名間の＝は乗り物による移動、↓は歩行、△は三角点です。

◎予約山行の申込み 特記事項のない限り、必ず本号6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。

◎山行参加時のご注意!! いきなり山小屋泊の高山山行、縦走山行に申込みれる方がおられますが、一般向強④以上の予約山行に参加希望の場合には、ご自分が参加を希望される山行担当リーダーの平日山行、日帰り山行等に参加し、リーダーに脚力を確かめてもらってから参加されるようお願いします。これは、既に入会され年数が経過されておられる方も同じで、そうでない場合はお断りする場合があります。山行参加にあたっては、左に掲載の山行強弱度の表をお確かめ頂き、ご自分の脚に見合った山行に参加下さるようお願いいたします。また、病後、退院後後間もない方及び発作を伴う持病をお持ちの方の参加はご遠慮下さるようお願いいたします。

◎東ハイ事務所には専任の人はおりません。通常は留守番電話となっておりませんが、間違いが発生しがちですので、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。住所変更の方は会員番号もお願いいたします。

6 月

▼日帰り山行参加費 会員三百円・会員外五百円

★6月1日(土) 4 蕨山 雨天中止

〔L〕坂寄牧子

西武池袋駅7時55分発快急
 峰口行乗車⇨飯能駅7時49分下
 車⇨バス8時発名郷行乗車⇨終
 点下車⇨蔵入林道終点登山口⇨
 名郷分岐点⇨蔵山⇨藤棚山⇨大
 ヲケノ頭⇨金比羅山⇨さわらび
 の湯バス停⇨飯能駅

歩程5時間
 交通費二千四百円
 岩稜・急登ありのバラエティ
 に富んだ奥武蔵のコースです。

地図昭文社 奥武蔵・秩父
 090・5406・5320 国⇨加山信男

★6月1日(土)2日(日)
①JR奥多摩駅 バス8時35分
②雲取山→ウトウの頭 ③山川美恵子
④奥多摩ルネーに雲取山へ。緑

分発丹波行乗車Ⅱ幡沓下車Ⅱ小
袖山Ⅱ登り尾根Ⅱ七ツ石山Ⅱ雲
取山Ⅱ雲取山荘(泊)Ⅱ長沢山Ⅱ滝
谷ノ峰Ⅱタワ尾根Ⅱ東日原バス
停Ⅱ奥多摩駅
歩程1日6時間40分 2日7時
間30分
費用八千円(宿泊代) 交通費は
各自払い。バス代は約千円。

② 090・6005・4651 山川美恵子

★6月2日(日) ②神奈川歴史・公園散歩No.14 □Ⅱ渡邊幸一

「鶴見線とビール工場見学」 JR鶴見線新芝浦駅9時40分集合
(京浜東北線鶴見駅乗換9時20分発海芝浦行乗車 絶対終点まで行かないこと) ↓入船公園↓
汐入公園→潮見橋→国道駅→生
麦魚河岸通→キリンビール工場

超ローカル線に乗り、鶴見の工場地帯をゆっくり歩きます。ビール工場では色々なビールが試飲できます。鶴見線は9時20分のは11時30分まで海芝浦行の電車はありません。遅れた方は携帯で電話下さい。

見学↓JR新子安駅又は京急新子安駅
雨天決行

☎080・3122・5529

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。
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「山と高原地図」のコースタイム参照(休憩時間は含みません)。破線は1ランクアップ。コースにない尾根、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、特記事項のない限り、①②は歩き慣れた靴（軽登山靴でなくてかまわない）で、
③以上は軽登山靴以上で参加のこと。

会員証と参加票 ポイントカードを忘れずに

★6月2日(日) ③トヤド浅間 雨天中止 ④矢澤省三
JR武蔵五日市駅8時50分集合 歩程3時間30分
(新宿駅7時44分発ホリデー快速あきがわ3号が便利) 武蔵五日市駅8時48分着) バス①9時発数馬行乗車②上川乗下車③トヤド浅間分岐④浅間峠⑤トヤド浅間分岐⑥トヤド浅間⑦下川乗バス停 バス②武蔵五日市駅

★6月2日(日) ③伊豆ヶ岳 雨天中止 ④鳥居節男
西武池袋駅8時5分発快速急行長瀬行乗車②正丸駅9時24分下車③大蔵分岐④かめ岩⑤伊豆ヶ岳⑥小高山⑦正丸峠⑧正丸駅歩程約3時間40分 軽登山靴で交通費約千四百円

★6月3日(月) ④関東ふれあいの道No.6 ⑤大倉昌子
「杉の木陰」 JR武蔵五日市駅バス停集合 合で延期した、関東ふれあいの道シリーズの最終回です。一部コースを変更しました。
6時31分発上養沢行乗車②終点下車③柿平園地④養沢鍾乳洞⑤日の出山⑥北尾根⑦光仙橋⑧御嶽 歩程5時間(11km) 雨天の場合は4日(火)に延期です
4月に予定していましたが都 ⑥FAX 03・5247・2940

★6月4日(火) ④築瀬尾根から高峰 ⑤川寄英雄
JR青梅線沢井駅下車 8時30分 備人出版) ※山行前日の予報で、山行当日日の青梅方面降水確率が60%以上の時は中止とします。
④shirokuma1081@gmail.com ⑤042・366・4383

★6月5日(水) 通常総会・リーダー会
日暮里中央町会会館 18時〜20時

★6月6日(木) ①小菅ヶ堀切菖蒲園 雨天中止 ②松永孝子
東武線小菅駅(各停・北千住から一つ目) 10時30分出发②旧小菅御殿灯籠③東京拘置所(旧小菅刑務所)④小菅東スポーツ公園⑤古隅田川緑道(旧武蔵と下総の国境)⑥堀切菖蒲園⑦京成線堀切

★6月6日(木) ③日光千手ヶ浜 雨天中止 ④柴崎 実
東武浅草駅6時44分発区急南栗橋行乗車②終点着 乗換8時発急行東武日光行乗車②(栃木駅係合流)③終点9時16分下車 バス④9時35分発湯元温泉行乗車②赤沼バス停10時37分下車後集合③小田代ヶ原④西ノ湖⑤千手の

②090・3499・0190 ③090・1263・8403 ④080・1206・0431 ⑤080・4712・0896 ⑥090・4712・0896 ⑦090・4712・0896 ⑧090・4712・0896 ⑨090・4712・0896 ⑩090・4712・0896 ⑪090・4712・0896 ⑫090・4712・0896 ⑬090・4712・0896 ⑭090・4712・0896 ⑮090・4712・0896 ⑯090・4712・0896 ⑰090・4712・0896 ⑱090・4712・0896 ⑲090・4712・0896 ⑳090・4712・0896 ㉑090・4712・0896 ㉒090・4712・0896 ㉓090・4712・0896 ㉔090・4712・0896 ㉕090・4712・0896 ㉖090・4712・0896 ㉗090・4712・0896 ㉘090・4712・0896 ㉙090・4712・0896 ㉚090・4712・0896 ㉛090・4712・0896 ㉜090・4712・0896 ㉝090・4712・0896 ㉞090・4712・0896 ㉟090・4712・0896 ㊱090・4712・0896 ㊲090・4712・0896 ㊳090・4712・0896 ㊴090・4712・0896 ㊵090・4712・0896 ㊶090・4712・0896 ㊷090・4712・0896 ㊸090・4712・0896 ㊹090・4712・0896 ㊺090・4712・0896 ㊻090・4712・0896 ㊼090・4712・0896 ㊽090・4712・0896 ㊾090・4712・0896 ㊿090・4712・0896

5コース
参加費無料

集中山行

5コース
参加費無料

★6月8日(土) ②高尾山

京王線高尾山口駅前広場10時集合→きよたき駅 ケーブル→たかおさん駅→高尾山頂(帰りも同じルート)→高尾山口駅前

広場 歩程1時間55分
 ①小林妙子
 ②柴崎 実・小峰文子
 ③松浦利保
 ④090・2334・5454

★6月8日(土) ③景信山→稲荷山コース

JR高尾駅北口8時30分集合
 バス8時52分発小仏行乗車→終点下車→景信山→小仏峠→城山→高尾山→稲荷山コース→高尾山口駅前広場

歩程4時間5分
 ①小泉純子
 ②柳田邦之・川寄英雄
 ③金子 敬・保倉恵美子
 ④松木千恵子
 ⑤090・7845・4254

★6月8日(土) ④城山東根根→6号路

JR高尾駅北口8時10分集合
 バス8時32分発小仏行乗車→日影下車→東根根→城山→高尾山→6号路→高尾山口駅前広場

歩程4時間40分
 ①鮫嶋妙子
 ②関根直樹・鳥居節男
 ③矢澤省三・岩間英之
 ④090・2424・3452

★6月8日(土) ⑤底沢峠→堂所山→稲荷山コース

JR高尾駅北口7時20分集合
 バス7時35分発陣馬高原下行乗車→終点下車→底沢峠→堂所山→景信山→城山→高尾山→稲荷山

歩程5時間40分
 ①坂寄牧子・中嶋要一
 ②090・8035・6123

★6月8日(土) ⑥稲荷山コース→草戸山

京王線高尾山口駅前7時30分集合→稲荷山コース→高尾山→一丁平→大垂水峠→中沢山→東山→西山峠→三沢峠→草戸山→高尾山口駅前広場 歩程7時間

①山川美恵子
 ②混雑する前に高尾山周りを脱出します。
 ③加藤榮一・荻島二郎
 ④大倉昌子
 ⑤090・6005・4651

★6月8日(土) ⑦三国山→白泰山

8日JR東京駅6時52分発あさま601号乗車 コースは5月号予告通り。参加者には計画書を送ります。朝立1泊
 費用九千八百円(小屋代・タクシー代) 往復交通費は各自購入。

地図昭文社 雲取山・両神山
 電話で確認後、申込み下さい
 〒136・0072 江東区大島4の1の9の605
 佐野満喜子
 ⑥03・3638・1488

★6月9日(日) ⑧水元公園アヤマ祭り

京成線柴又駅広場9時30分集合→柴又帝釈天→江戸川土手→水元公園金魚展示場→アヤマ祭り会場→野鳥観察場→第2アヤマ園→中央広場→水元公園バス

①平沢こと
 ②ウオーキング靴で参加下さい。
 ③アヤマの花の見頃に期待しています。
 ④小峰文子・柳田邦之
 ⑤石原豊美
 ⑥0297・58・9022
 夜8時→9時30分

★6月9日(日) ⑨小峰文子・柳田邦之

歩程3時間 小雨決行

★6月13日(木) ③日光高山
雨天中止 ④柴崎 実
東武浅草駅6時44分発区急南
栗橋行乗車 7時52分終点着
乗換8時発急行東武日光行乗車
●終点9時16分下車(係は栃木
駅合流) バス9時35分発湯元温
泉行乗車 ⑤竜頭ノ滝 滝上バス
停10時38分下車後集合 高山登
山口 高山ノ分岐 千手ヶ浜ノ
熊窪ノ赤岩ノ竜頭の滝バス停 ⑥
東武日光駅 歩程4時間20分
季節の石楠花に期待しつつ、
山頂への道を。
⑦柴崎ミチ子
090・3499・0190

★6月14日(金)15日(土) ①飯盛山
・双子山 バス ②小峰・平沢
「秘湯シリーズ」No.68 唐沢鉱泉
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
14日JR新宿駅西口三菱UFJ銀
行横6時50分出発 中央道須玉
IC ③平沢峠 平沢山(1653M
三角点峰) ④飯盛山(1643M)
⑤平沢集落 ⑥須玉IC 諏訪南IC
⑦唐沢鉱泉(油) 15日宿 大河原
峠 ⑧双子山(2223・8M三角
点峰) ⑨双子池 往路戻る 大河
原峠 ⑩望岳の湯入浴 ⑪諏訪南
IC ⑫新宿駅
歩程1日目1時間50分 2日目
2時間
軽登山靴で足元しっかりと参加
費用約二万五千五百円
新緑と初夏の花々と展望を楽
しみながら、ゆつくり歩きます
地図昭文社 ⑬飛鳥間正郎
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 平沢こと
0297・58・9022
夜8時〜9時30分

★6月15日(土) ③小仏城山ノ景
信山 雨天中止 ④荻島二郎
JR高尾駅北口 バス8時32分
発小仏行乗車 ⑤日影下車 小仏
城山北東尾根 小仏城山 小仏
峠 ⑥景信山 ⑦南東尾根 小仏バ
ス停 ⑧高尾駅 歩程4時間
私の初山行です。よろしくお
願います。
⑨星 富士夫
090・4529・3506

地図昭文社 高尾・陣馬

こ ら む

★6月15日(土) ③峰山 雨天中止
JR高尾駅7時43分発河口湖行
乗車Ⅱ7時56分藤野駅下車(乗換時間が少ないので急いで)バス8時発やまなみ温泉行乗車Ⅱやまなみ温泉下車↓峰山↓青根分岐↓天神峠↓大川原 バス三ヶ木行乗車Ⅱ終点下車 乗換橋

□ 中嶋要一

こ ら む

昨今、巷には終活に関する話題が溢れている。筆者宅にも終活セミナーのダイレクトメールが届き、そんな年齢になったのかと嫌でも実感させられる。しかし、普段はそんなこと全く考えていない。日々何となく生活しているというのが実情のような気がする。

話は変わるが、昨年12月23日の日経文化欄に「ゴールはどこ？」という一文が掲載されていた。寄稿者は、多数の文学賞を受賞した作家の沢木耕太郎氏である。紙面の三分の一を占める長文を、惜越ながら要約・引用させて頂く。

(沢木さんが)晩秋の夜の公園を歩いていると「ゴールは……どこですか?」と老女に尋ねられる。「何のゴールですか?」との問いに対し、老女は「ゴールには……どう行けばいいんですか?」——中略——老女は駐車場に行きたかったようだ。背後から男性の声が聞こえる。「待って! どこに行ってたの!」その声の主は老女の息子さんであり、沢木さんは不審者と見られたようであるが、「よかったですね」と老女に言って立ち去った。沢木さんは、別れてからも老女の「ゴールは……どこですか?」の言葉が頭から離れなくなり、その不安げな口調には胸を突き刺すものがあつた、と述べている。そして、「ゴールはどこ?」もしかしたら、この私もまた、人生のゴールがどこなのか、どこにあるのかわからないまま歩いているひとりなのかもしれない。」と記している。

さらに、(人生の)一応のゴールは「死」ということになるだろう。しかし、年をとってみるといまや容易に辿り着くことができなくなってしまうている。だから老女の二番目の問いのように「ゴールには……どう行けばいいんですか?」と結んでいる。この一文を読み、筆者は、自身のゴールをどう解釈するのかを考えてみた。沢木さんは一般論として「人生の一応のゴールは『死』ということになるだろう」と述べている。その考え方は確かに受け入れやすく、何となく理解できる。しかし、「死」以外のゴールの考え方があってもいいのではないかと。例えばスポーツにはルールに基づく「勝利」というゴールが設定されている。そして、ゴールを達成するとご褒美が待っている。それはお金や名誉であったり、喜びあるいは達成感であったりとさまざまである。「死」をゴールと考えたと、このご褒美がない筆者としてはそんなゴールは嬉しくないで、**「死」は人生のゴールではないと考えたい。**

ではどのように考えるのか。ゴールとは、一生の中で起きる大小の山や谷を超えてきた歴史の一つ一つを指すのではないかと受験、入社試験、昇進、資格取得、百名山登頂達成など、自分の目標が達成された時にはすばらしいご褒美が待っているのではないかと。だから、筆者はその一つがゴールであり、一つのゴールを達成すると次のゴールを探し、目指したいと考える。

ならば**「死」はどのように考えるのか。**宗教はそれぞれの考え方を説くが、宗教家ではない筆者は「いくつものゴールの集大成」とも考えるし、あるいは「永遠の休息」と考えても良いような気がする。人生の達観の域に達していない筆者には「よいうな気がする」程度しか考えが及ばない。終活セミナーではそこまでは教えてくれないだろう。読者の皆さんは、自身のゴールをどのようにお考えだろうか。ちなみに、筆者はまだ次のゴールへ向けて歩むつもりなので、当面、終活セミナーに参加しようとは思わないのである。

森吉山他 □佐野満喜子
電話で確認後、申込み下さ 國吉川英男
〒136・0072 江東区大
4の1の9の605
03・3638・1488 佐野満喜子
城山北東尾根 □小泉純子
歩程約5時間 雨天中止
前日大雨の場合、徒渉でき
いのでコース変更あります。

7月

▼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

★7月2日(火) ③三頭山

JR武蔵五日市駅下車 バス9
時発数馬行乗車 都民の森 避難
口峠→ブナ道→三頭山→避難
小屋→大滝→都民の森バス停
JR武蔵五日市駅
地図昭文社 奥多摩

★7月3日(水) ③日光湯ノ湖から竜頭ノ滝

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 終点9
時16分下車(途中栃木駅で係合
流)バス9時35分発湯元温泉行
乗車 終点11時下車後集合 湯
ノ湖→湯滝→泉門池→小田代
ケ

★7月3日(水) ③鎌倉歩き

JR大船駅改札口10時集合 常
楽寺→六国見山森林公園→六
見山→天國ハイキングコース
大平山→瑞泉寺→永福寺跡→鎌
倉宮→鎌倉駅 歩行4時間
緑が多いハイキングコースを

★7月4日(木) ③箱根あじさい電車

JR東京駅東海道線7時42分発
熱海行乗車 小田原駅9時7分
着(小田急新宿駅7時34分発急
行小田原行乗車 小田原駅9時
12分着)乗換箱根登山鉄道9時
18分発箱根湯本行乗車 終点9
時32分下車集合 バス9時45分
発元箱根港行乗車 甘酒茶屋下
車→お玉ヶ池→六道地蔵→東光

★7月6日(土) ④鳥屋山北尾根

JR高尾駅8時20分発甲府行乗
車 北尾根取付点 478M峰合
流点 686M峰 鳥屋山 舟
山 713M峰 514M峰
林道→梁川駅 歩行4時間10分

★7月6日(土) ④苗場山

6日JR東京駅7時4分発とき
303号乗車 コースは5月号
予告通り。朝立1泊
歩行6日4時間30分 7日約8
時間
参加者には計画書を送ります。
費用一万八千円(小屋代・タク
シー代・バス代等)
往復JRは各自購入。
花の宝庫、高層湿原の山頂か

★7月6日(土) ⑧北八ヶ岳縦走

6日JR茅野駅9時15分集合
タクシー→沢の湯→中山→麦草
ヒュッテ(池)→鍋ヶ峠→三ツ峠
横岳→双子池ヒュッテ(池)→双
子山→大河原峠→夢科山→スキ
場 ゴンドラ→夢科牧場→茅野
駅
歩行6日5時間 7日7時間
8日4時間20分
費用二万五千元(小屋代・タク
シー代)

★7月7日(日) ①神奈川歴史・公園散歩No.43

「県立茅ヶ崎里山公園」
JR相模線茅ヶ崎駅10時集合 越の
山古墳→青少年広場→下馬落観
音堂→県立茅ヶ崎里山公園→芹
沢入口バス停 JR茅ヶ崎駅
歩行約2時間30分 小雨決行
のどかな田園風景の道を歩き
ます。

★7月7日(日) ②渋谷とオリンピック開閉

JR千駄ヶ谷駅正面改札口9時
集合 国立競技場→原宿駅→第
一屋内競技場→渋谷駅→神楽
目黒天空公園→東急田園都市線
歩行2時間30分
交通費 品川起点往復約千円
横浜の溪谷へ、帷子川親水緑

★7月7日(日) ②白根不動の滝

相模線鶴ヶ峰駅9時30分集合
↓緑道入口→出口→国道16号
↓白根不動堂→白根公園周遊→国
道16号→鶴ヶ峰駅
歩行2時間30分
交通費 品川起点往復約千円
横浜の溪谷へ、帷子川親水緑

★7月7日(日) ②小仏・景信山

京王新宿駅8時7分発準乗
車 高尾駅下車 JR高尾駅北口
発バス小仏行乗車 終点小仏下
車 林道終点→景信山(727・
1M三角点峰)→小仏峠→小仏バ
ス停 高尾駅 歩行2時間25分
軽登山靴で足元しっかり参加。
交通費千二百四十円

★7月7日(日) ③武甲山

西武池袋駅7時35分発急行飯
能行乗車 終点8時24分着 乗
換8時28分発西武秩父行乗車
終点9時36分下車 タクシー
生川→大杉→武甲山→長者屋敷
ノ頭→橋立→浦山口駅
歩行約4時間30分 軽登山靴で

★7月10日(水) ①清瀬市・東村

山を歩く ①松永孝子
西武池袋線清瀬駅南口10時30
分出発 東京病院周辺 結核療養
所跡の記念碑・雑木林等 国立
ハンセン病資料館・多磨全生園
内見学(昼食等)→空堀川→西武
線秋津駅又は武蔵野線新秋津駅
歩行2時間 雨天中止

★7月10日(水) ④男体山

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 終点16
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→東武日光駅解散
歩行約5時間
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、メール
にて事前連絡願います。
silbazakimaru19440426@
gmail.com

★7月10日(水) ④男体山

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 終点16
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→東武日光駅解散
歩行約5時間
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、メール
にて事前連絡願います。
silbazakimaru19440426@
gmail.com

★7月12日(金) ②上高

12日夜行バス上高地行乗車
13日上高地散策 氷壁の宿徳澤
園泊 14日バス 新宿
費用約三万三千元 定員10名
電話で確認後、6月12日まで
に往復はがきで申込み下さい。
詳細お知らせします。
〒187-0003 小平市小川
町1の959の6の403
090・8592・1932 加世田輝三

★7月13日(土) ②桜ヶ丘公園周辺

小田急永山駅改札口10時集合
(京王東横線下りでも可)→諏訪
北公園→聖ヶ丘遊歩道→大谷戸
公園→都立桜ヶ丘公園→旧多摩
聖蹟記念館→聖ヶ丘橋口→馬引
沢南公園→電車見橋→小田急永
山駅 歩行約3時間
(携帯は当日のみ)

★7月13日(土) ④黒ドッケ→堂所山

JR高尾駅北口 バス8時10分
発陣馬高原下行乗車 夕焼小焼
下車 黒ドッケ→堂所山→明王
峠→大平小屋跡→JR相模湖駅
歩行約5時間30分
地図昭文社 高尾・陣馬
090・4529・3506

★7月13日(土) ④信越トレイルNo.3

13日JR東京駅6時28分発はく
たか551号乗車 コースは5
月号予告通り。参加者には計画
書を送ります。朝立2泊
費用二万二千元(松之山温泉泊
になり高くなりました)
昭文社 吉川英男

★7月14日(日) ②三浦半島No.2

「観音崎灯台」浦賀
京浜急行馬堀海岸駅改札口前10
時集合 馬堀海岸→走水水源池
→走水神社→県立観音崎公園→
灯台→東叶神社→浦賀の渡し→
徳田屋敷→京浜急行浦賀駅
歩行3時間30分
観音崎は半島随一の景勝地。
090・8010・8452 桜井敏子

★7月14日(日) ②三浦半島No.2

「観音崎灯台」浦賀
京浜急行馬堀海岸駅改札口前10
時集合 馬堀海岸→走水水源池
→走水神社→県立観音崎公園→
灯台→東叶神社→浦賀の渡し→
徳田屋敷→京浜急行浦賀駅
歩行3時間30分
観音崎は半島随一の景勝地。
090・8010・8452 桜井敏子

★7月14日(日) ②三浦半島No.2

「観音崎灯台」浦賀
京浜急行馬堀海岸駅改札口前10
時集合 馬堀海岸→走水水源池
→走水神社→県立観音崎公園→
灯台→東叶神社→浦賀の渡し→
徳田屋敷→京浜急行浦賀駅
歩行3時間30分
観音崎は半島随一の景勝地。
090・8010・8452 桜井敏子

★7月14日(日) ②三浦半島No.2

「観音崎灯台」浦賀
京浜急行馬堀海岸駅改札口前10
時集合 馬堀海岸→走水水源池
→走水神社→県立観音崎公園→
灯台→東叶神社→浦賀の渡し→
徳田屋敷→京浜急行浦賀駅
歩行3時間30分
観音崎は半島随一の景勝地。
090・8010・8452 桜井敏子

★7月14日(日) ②三浦半島No.2

「観音崎灯台」浦賀
京浜急行馬堀海岸駅改札口前10
時集合 馬堀海岸→走水水源池
→走水神社→県立観音崎公園→
灯台→東叶神社→浦賀の渡し→
徳田屋敷→京浜急行浦賀駅
歩行3時間30分
観音崎は半島随一の景勝地。
090・8010・8452 桜井敏子

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
頂きます。



2019年6~7月号 (5)

★7月14日(日) ④川苔谷↔川苔山 雨天中止 ①加藤正彦
JR奥多摩駅 西東京バス8時 ②川苔山 ③加藤正彦
35分発東日原行乗車⇨川乗橋下車⇨細倉橋⇨百尋ノ滝⇨川苔山
⇨赤杭尾根⇨古里駅 ④川苔山 ⑤加藤正彦
歩程約6時間 ⑥川苔山 ⑦加藤正彦
交通費二千元 ⑧川苔山 ⑨加藤正彦
渓谷美と大小の滝を楽しむな ⑩川苔山 ⑪加藤正彦

★7月21日(日) ③要害山々尾続山 雨天中止 □鳥居節男
京王新宿駅7時45分発準特急 駅 歩程約4時間 軽登山靴で
高尾山口行乗車 高尾駅8時39 交通費約二千元
分着 乗換JR8時45分発小淵沢
行乗車 上野原駅9時2分下車
バス9時12分発新井行乗車 終
点下車 鏡渡橋 山の神社社↓
要害山↓風の神様↓コヤシロ山
毛続山↓毛続バス亭 上野原

★7月26日(金)29日(月) 回北
燕岳・大滝山 □佐野満喜子
26日JR新宿駅7時発特急あす
さ1号乗車 コースは5月号予
告通り。参加者には計画書を送
ります。朝立3泊 定員15名
費用約四万円(小屋・タクシー
代・復路バス代) 往路JRは各自
購入。



〔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にリーダーに連絡して下さい。山行日まで日数に余裕があつて、キャンセル待ちの人で補充ができたときは、払い込み金（諸経費を差し引き）後日お返しします。

を3日に分けて歩きます。北岳
く北岳山荘のタカネマンテマの



★8月29日(木)9月1日(日)
針ノ木岳、柏原新道 夜行2泊 ⑤

月 日	山 名	日 程	担当リーダー

▼東ハイの巨印でもある黄色タ
オルは、山行参加のときリー
ダーからお求め下さい。山行
時には携行して下さい。
▼家族には必ず行先を知らせて
おきましょう。
▼山のエチケツトを守り、楽し
い山行にしましょう。公共交
通機関を利用の際は、マナー
を守り、周囲の迷惑にならない
ようにしましょう。自然保
護という観点から、樹木や花
は折らず採らず、ゴミは持ち
帰りましょう。

◆自分の体力を考えて無理の
ないコースに参加のこと。

編集部からお願い

●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）
※原稿は返却いたしません。