

2023.10月例会レジメ

<http://www.kazenokai-hikingclub.com>

<http://www.kazenokai-hc.com>

2023.10.11 三浦

当面の会山行は、皆さん体力、脚力が落ちているとおもわれるので近場の低山・里山の日帰りとします。

できれば、普段のトレーニング、筋トレや個人または2、3人の山行で足慣らしをして体力、脚力の低下防止に努めてください。

「運動不足だから山に登るのではなく、山に登るためには体力が必要」

－山での遭難防止のため－

2021.8.17 朝日新聞掲載記事



なお、当会はウイズコロナの活動です。各自感染防止対策（マスク、手指消毒、ワクチン5回、6回接種要）

山行報告

9月山行

9/24（日）網代弁天山・城山 市川(L) 天候：晴れ 比較的涼しい ー詳細別紙参照ー

☆行程：歩行時間：2時間30分 距離：5.3km 実働時間：3時間10分

武蔵増戸駅 10:00⇒10:09 山田大橋⇒10:52 貴志嶋神社⇒11:00 弁天山洞窟⇒11:17 弁天山山頂
11:25⇒11:50 城山山頂・昼食 12:20⇒13:10 小峰ビジターセンターB T 13:32 バス＝13:50 頃
武蔵五日市駅・解散

☆参加者：市川（L）、三浦、生田目、高木、小川、吉田、高橋（入会）、松本（G） 計8名

写真：<https://youtu.be/xbf0jcuQn5s>

10月山行

10/1（日）鷹取山（139m）/逗子 宿輪(L) 天候：晴れ 暑い ー詳細別紙参照ー

☆行程：東逗子駅 09:30 ⇒(15)⇒ 神武寺表参道入口 09:45 ⇒(20)⇒10:05 神武寺 10:15⇒(50)⇒ 11:05
鷹取山 11:20 ⇒(10)⇒ 鷹崖仏 11:30 ⇒(60)⇒ 追浜駅 12:30 （注）ほぼコースタイムで歩く

☆参加者：宿輪（L）、河野、三浦、鈴木（美）、市川、生田目、高木、小川、松井、三好、浮津、
高橋、松本(G) 計13名

写真：<https://youtu.be/CBGTEVqi0bI>

山行計画

10月～12月 運営委員会案

その他案①赤城山（黒檜山 1828m）/上毛三山 ②網代弁天山（292m）・城山（331m）/あきる野市

③三峰山（みつみねさん 934m）/丹沢 ④三峰山（妙法ヶ岳 1066m）/奥秩父

⑤矢倉岳（870m）/神奈川

10月 10/22（日）または 10/21（土） 破風山（はっぷさん 627m）/秩父 ー詳細別紙参照ー

参加可否回答：[10月破風山 | 調整さん \(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com)

11月山行

11/12（日）天覧山（197m）～多峯主山（とうのすやま 271m）/飯能市 ー詳細配布済資料参照ー

「風の会ハイキングクラブ」 -安心・安全・楽しく-

参加可否回答：[11月山行天覧山～多峯主山/飯能 | 調整さん \(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com)

三浦(L)、河野、池田、鈴木(美)、鈴木(典)、高木、小川、浮津、西村、△市川、三好△

12月 12/2～3 忘年山行 伊予ヶ岳 (336m) ～富山 (349m)、鋸山 (330m) 日帰り参加可

参加可否回答：[2023 忘年山行 | 調整さん \(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com) -詳細配布済資料参照-

①12/2～3 三浦(L)、河野、市川、高木、鈴木(典)、松山、小川、松井 8名

②12/2 吉田、△西村

③12/3 池田、浮津、△西村

11/中～12/上 高尾山紅葉 好天気の日実施

12月新規提案：六甲山と有馬温泉 吉田(L) -詳細別紙参照-

[六甲山トレッキングコース - 歴史と自然の摩耶登山 | 六甲山ナビ | 山と溪谷オンライン \(yamakei-online.com\)](http://yamakei-online.com) (注) 今回 NG の場合、来年同時期ならOK (吉田さんの都合)

参加可否回答：[12月六甲山山行 | 調整さん \(chouseisan.com\)](http://chouseisan.com)

12月高尾山ダイヤモンド富士観賞 12//19 (火) ～22 (金) の平日 三浦(L)

2024年

- 日帰り 富士山の見える山-
- 日帰り 駅から即ハイキング-
- 日帰り 駅から登山口までバス、タクシー max50分以内-
- 日帰り 歩行時間 max5時間目途 宿泊の場合、山小屋 16:00 迄必着-
- 遠距離 ジバング倶楽部、大人の休日倶楽部パス利用可 年末年始、GW、夏休み(お盆)混雑期は避ける。

1月 山行

☆日程：1月8日(日) 初詣山行

☆行程：

案1.大野山 (723m) 2014.11.16 実施 現会員 7名参加

新松田 = (0:15) = 大野山登山口 ⇒ 地蔵岩観音 ⇒ 犬ビケ ⇒ 大野山 ⇒ JR 谷峨駅 歩行時間：3時間 30分

案2.岩戸山 (734m) 2015.12.6 実施 現会員 7名参加

JR 熱海駅 = (0:35) = 十国峠登り口・十国峠ヶ-ブル-0:3 = 十国峠 ⇒ JR 来宮駅 歩行時間：3時間 30分

希望者：熱海温泉『ホテル大野屋』ローマ風呂 カラオケ、麻雀可

案3.不老山 (928m) 2011.6.5 ハコネサンショウバラ 実施 現会員 6名参加

新松田駅 = (0:35) = 棚沢キャンプ場前 ⇒ (2:40) ⇒ 不老山 ⇒ (2:10) = JR 駿河小山駅 歩行時間：約5時間

2024年1月「大人の休日倶楽部パス」東日本利用山行 ¥15,270

発売期間：2023.12.18(月)～1.26(金) 利用期間：2024.1.18(木)～1.30(火)

スノーシューハイク、ゲレンデスキー、温泉、観光 他に希望地ありましたら提案ください。

案：東北温泉 帰途越後湯沢泊、越後中里スキー 冬の五能線 不老不死温泉

2月山行

2月4日(日) 日溜まりハイク 2月18(日)～19(月) 越後湯沢スキー

3月山行 スノーシューハイク

4月山行 お花見ハイク

4-1 倉戸山 (1169m) /奥多摩 4/下ヤマザクラのころ

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

☆日 程： 4月 日 (日)

☆行 程：

4-2 高尾山 平日お花見ハイク

5月山行

5-0 京都トレイル－その2－

☆日 程： 月 日 () ~ ()

－詳細後報－

☆行 程：東京 7:03⑭=ひかり 501号岡山行=品川 7:10=9:37 京都

JR 京都駅 10:03=奈良線みやこ路快速=10:05 東福寺 10:12=京阪本線準急淀屋橋行=10:15 伏見稻荷駅

【1日目】東山コース1:伏見桃山駅⇒(3:40)⇒稻荷奥社⇒(0:16)⇒京阪伏見稻荷駅=(0:13)=伏見桃山⇒酒蔵見学後

【2日目】

5-1 世田谷区民健康村を利用した山行 ふじやまビレッジ | 世田谷区民健康村 (furusatokousha.co.jp)

なかのビレッジ | 世田谷区民健康村 (furusatokousha.co.jp) 両宿とも麻雀設備は無し

☆日 程： 月 日 () ~ 月 日 () 1泊2日 世田谷区民優先参加 募集中!!

☆行 程： 健康村=ふじやまビレッジ

利用料金：世田谷区内在住・在勤・在学 ¥5,410円 世田谷区民外 ¥11,410*

5-2 日向山 (1660m) / 山梨 【日帰り】 総コースタイム：4時間10分

総歩行距離：7,800m 上り標高：1017m 下り標高：1017m

5-3 峰山 (570m) / 藤野十五名山 または 日連アルプス (金剛山~峰~八坂山~日連山~宝山)

☆日 程： 月 日 () ヤマビル要注意!

5-4 那須岳 (茶臼岳・朝日岳) 5/上~6/上 ゴヨウツツジ 新緑 三斗小屋温泉

6月山行

6-1 2024年6月末~7月初「大人の休日倶楽部パス」東日本利用山行 ¥15,270

海外登山第3弾! ドンデン山~金北山~白雲台縦走/佐渡島 レンタカーで観光と温泉

帰途新潟=上越新幹線=高崎=北陸新幹線=黒部宇奈月温泉⇒(0:10)⇒新黒部駅=(0:25)=宇奈月温泉駅⇒(0:05)⇒宇奈月駅=黒部峡谷鉄道トロッコ電車=(0:25)=黒薙駅⇒(0:20)⇒黒薙温泉 (泊) [交通アクセス](#) | [黒薙温泉旅館【公式サイト】](#) | [黒部・宇奈月温泉 \(kuronagi.jp\)](#)

[初めての方へ](#) | [黒薙温泉旅館【公式サイト】](#) | [黒部・宇奈月温泉 \(kuronagi.jp\)](#)

[佐渡随一の源泉かけ流し八幡温泉 八幡館<佐渡島>](#)

[「ドンデン山荘~金北山~白雲台」トレッキングコース :: 佐渡島の花トレッキング \(sado-trekking.com\)](#)

[金北山 \(きんぼくさん\) : 1,172m / ヤマケイオンライン \(yamakei-online.com\)](#)

[新潟・佐渡島の最高峰・金北山へ! 登山と観光を楽しむ2泊3日の欲張り山旅 | YAMAP MAGAZINE](#)

案2. 出羽三山-羽黒山 (414m現在)・月山 (1984m過去)・湯殿山 (1500m未来) - 2009.8に実施)

高木さん提案 現在羽黒山五重塔屋根葺き替え工事のため見られない。

案3. 恐山/下北半島 案4. 早池峰山

6-2 海外登山第4弾! (案) 三原山 (700m)・八丈富士 (854m) / 八丈島 西村(L)

☆日 程：2024年 時期未定 [西村\(L\)の都合](#)

01-32 (hachijo.gr.jp)

6-3 峰山 (570m)

☆日 程： 月 日 ()

☆行 程： JR 藤野駅 10:30 集合

- ①藤野駅 10:40=10:50 やまなみ温泉入口 11:00⇒(0:20)⇒小舟 BT または大久和 BT⇒(1:00)⇒峰山 (570m)⇒三つの石神 (0:10)⇒分岐⇒(0:40)⇒やまなみ温泉 BT⇒(0:02)⇒藤野やまなみ温泉 (入浴・自由参加) 15:44・17:34=(0:15)=15:56・17:46 藤野駅 ※逆コースもあり
- ②藤野駅 10:40=(0:20)=11:00 大鐘バス停⇒(0:40)⇒11:40 峰山 (570m) 12:30⇒(0:50)⇒13:20 小舟バス停⇒(0:20)⇒13:40 藤野やまなみ温泉 (入浴・自由参加) 15:44・17:34=(0:15)=15:56・17:46 藤野駅

6-4 平標山 (1984m)・仙ノ倉山 (2026m)

花の百名山

後日改めて計画要

前泊日帰りも可能ですが、ゆっくり花を觀賞しながら百名山を歩くために山小屋に1泊します。

☆日 程： 月 (土)～(月) 前泊

☆行 程： 前泊しない方は、(日)越後湯沢駅 9時30分 集合

【1日目】 (日) 5時間35分/8.9km 標高差:1,014m

平標登山口 (970m)⇒(1:10)⇒鉄塔台地⇒(0:50)⇒松手山 (1614m)⇒(1:10)⇒平標山山頂 (1984m)⇒(0:55)⇒仙ノ倉山山頂 (2026m)⇒(0:50)⇒平標山山頂⇒(0:40)⇒平標山ノ家 (1655m) (泊) * *090-7832-0316 (管理人山口電話は8時30分～15時30分まで) 事前予約要 平標山から最も近い山小屋 1泊2食:8,000円 1泊夕食:7,000円 1泊朝食:6,500円 素泊まり:5,500円

【2日目】 (月) 1時間40分/4.9km

平標山ノ家⇒(1:40分)⇒平標登山口⇒越後湯沢駅⇒温泉入浴*⇒越後湯沢駅⇒東京 *希望者

6-5 湯沢高原・大峰山 (1146m) /越後湯沢

新緑の清津峡上流遊歩道

鈴木(L)

☆日 程： 月 日 () 日帰り

☆行 程： 集合 越後湯沢駅改札 10:00

東京 8:24=とき 307号新潟行=9:43 越後湯沢 ¥3,410+¥3,380 (指) =¥6,790 (ｼﾞﾊﾟﾝｸﾞ可)

越後湯沢駅 10:35=(バス¥350)=10:51 八木沢口 11:00⇒(清津峡上流の遊歩道 1:30)⇒12:30 栄太郎登り口⇒(1:40)⇒栄太郎峠⇒(0:50)⇒大峰山⇒大峰の肩⇒(0:40)⇒湯沢高原ロープウェイ山頂駅=(0:07 ¥1,300 00分・20分・40分)=山麓駅⇒(0:10)⇒15:40 越後湯沢駅
歩行時間 4:40 (休憩含まず)

(注) 大峯百番観音、アルプの里、パノラマ高原散策もあり

6-6 日光白根山 (2578m) /群馬-関東以北最高峰-

日光白根山ロープウェイ 6/下～8/中 白山石楠花

7月山行 ⇒希望の山、温泉、観光地ありましたら提案ください。

7-1 南沢あじさい山～金毘羅山 (468m)～瀬音の湯 6/中～7/上

☆日 程： 月 日 ()

☆行 程：

8-1 2024 夏山 爺ヶ岳・鹿島槍ヶ岳

2024.6月参加者再募集

—詳細既報—

8-2 御岳山・ロックガーデン レンゲシヨウマ

—詳細後報—

☆日 程： 月 日 (日)

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

☆行程： 御嶽駅改札口 9:20 集合

ケーブル下（滝本駅）行ケーブルカー 9:44 = 御岳山駅 ⇒ (0:10) ⇒ 御嶽ビジターセンター ⇒ (0:15) ⇒ 武蔵御嶽神社 ⇒ (0:05) ⇒ 長尾平 ⇒ (0:20) ⇒ 七代の滝 ⇒ (0:35) ⇒ **ロックガーデン**－昼食－ ⇒ (0:25) ⇒ 綾広の滝 ⇒ (1:20) ⇒ ケーブルカー御岳山駅（解散）

下山後希望者で**小澤酒蔵の清流ガーデン澤之井園**（10時から17時）へ

8-3 柵池自然園大雪溪展望台（2020m）/白馬山麓 夏、秋、2024.4～5 スノーハイク ー詳細後報ー

☆日程： 月 日（ ）～（ ）

☆行程： 歩行距離 約 6 km 標高差 約 200m

新宿駅 7:34 = 埼京線大宮乗り換え：はくたか 553 号長野行

東京駅 7:52 = はくたか 553 号長野行

【1日目】長野発シャトルバス 9:50 = 11:30 柵池高原ゴンドラ乗り場 11:40 ⇒ 11:50 ゴンドラ終点 ⇒ 12:50 神の田圃 13:20 ⇒ 14:00 柵池山荘（泊） ￥9,900

[柵池山荘 | 柵池自然園に近い宿 | 信州小谷村 | 公式【ベストレート保証】 \(tsugaiquesansou.jp\)](#)

柵池ロープウェイ 2022年6月11日(土)～10月23日(日) ? ￥3,700 (往復)

【2日目】柵池山荘 7:00 ⇒ 8:00 浮島湿原 8:10 ⇒ 8:40 やせ尾根取り付き 8:50 ⇒ 9:20 第2展望台 ⇒ 9:40 大雪溪展望台 10:20 ⇒ 11:20 浮島湿原 11:30 ⇒ 12:30 柵池山荘 13:30 ⇒ 13:40 柵の森ロープウェイ = 14:10 ゴンドラ乗り場 = 15:00 白馬駅

希望者あれば蓮華温泉（泊）JR大糸線平岩駅から糸魚川バスで蓮華温泉バス停にて下車またはタクシー

自然園駅(08:00)・・・天狗原(09:20)・・・白馬大池山荘[休憩30分](11:30)・・・天狗ノ庭(13:00)・・・

蓮華温泉(14:50)

絶対おすすめ！の野天混浴温泉です。ただし、脱衣場がないので女性はちょっと勇気がいるかも？

8-4 柵池～風吹大池（北ア最大の池） 三浦（L） ー詳細後報ー

【1日目】柵池自然園 ⇒ 白馬大池 ⇒ 天狗原 ⇒ 千国揚尾根分岐 ⇒（千国揚尾根）⇒ 笹目尾根分岐 ⇒ 風吹大池周遊路分岐 ⇒ 神ノ田圃分岐 ⇒ 風吹山荘・北小谷・北野分岐 ⇒ 風吹大池 ⇒ 風吹山荘（泊）

【2日目】風吹大池周遊路分岐 ⇒ 笹目尾根分岐 ⇒ 風吹大池入口バス停 ⇒ **蓮華温泉*** ⇒ 蓮華温泉バス停
*できれば宿泊

[北アの桃源郷* 雨の風吹大池から蓮華温泉* 2019/7/14\(日\)～15\(月\) | 単独登山 \(solohikers.com\)](#)

8-5 苗場山（2145m）～赤湯温泉/上信越 6/下～10/中 山頂の湿原 前泊+1泊2日

[苗場山 | 美しき天空の楽園！日帰りできるおすすめ登山コース3選 | YAMA HACK](#)

8-6 鳩ノ巣溪谷/奥多摩

8-7 大日三山から 称名の滝縦走

9月山行

9-1 ゆる山歩き－大楠山（242m三浦半島最高峰）～立石海岸 ー山から海へー 三浦(L)

菜の花 2/中～4/下 河津桜 2/下 コスモス 9/上～10/上

☆日程： 月 日（日） 予備日 12日（土）

☆行程： 登り－塚山・阿部倉コース 下り－前田橋コース

京浜急行線安針塚駅 ⇒ (0:25) ⇒ 塚山公園 ⇒ (0:45) ⇒ 池上住宅入口 BT ⇒ (1:00) ⇒ **大楠山**（ ）－昼食

－ ⇒（前田橋遊歩道 1:00）⇒ 前田橋 BT ⇒ (0:10) ⇒ **立石公園散策** ⇒ **立石 BT** = (0:27) = 逗子駅

参考：[大楠山 20.indd \(cocoyoko.net\)](#)

9-2 御嶽山 (3067m) /北アルプス山行-お洒落な五ノ池小屋に泊まる！- 三浦(L)

☆日程： 月 日 (土) ~ 日 (日)

☆行程：JR、タクシー、路線バス利用

山小屋1泊 木曾福島駅=鹿ノ瀬駅=飯森高原⇒五ノ池小屋 (泊) 3月予約開始

【1日目】新宿 ⑨7:00 = (JR 特急あずさ1号) = 塩尻 9:28 / 10:03 = (JR 特急ワイドビューしなの6号) = 木曾福島 10:30 おんたけタクシー TEL0264-22-2054 ¥8,050

木曾福島駅 10:40 = おんたけ交通バス (約1:00) ¥1,500 (片道) = 11:40 鹿ノ瀬駅 = (御岳ロープウェイ 14分 ¥1,400 片道) = 飯森高原駅 ⇒ (0:10) ⇒ 七合目 ⇒ (1:10) ⇒ 八合目女人堂 ⇒ (1:25) ⇒ 九合目 覚明堂 ⇒ (0:20) ⇒ 二ノ池本館 ⇒ (0:30) ⇒ 三ノ池乗越 ⇒ (0:30) ⇒ 飛騨頂上・五ノ池小屋 (泊)

【2日目】五ノ池小屋 ⇒ (0:55) ⇒ 摩利支天山 (2959m) ⇒ (0:15) ⇒ 三ノ池乗越 ⇒ (0:30) ⇒ 五ノ池小屋 ⇒ (0:40) ⇒ 八合目 ⇒ (0:30) のぞき岩避難小屋 ⇒ (0:25) ⇒ 湯の花峠 ⇒ (1:20) ⇒ 濁河温泉 - 入浴・休憩 - タクシー = 木曾福島駅 = 新宿

五ノ池小屋 HP: <https://www.gonoike.jp/> TEL090-7612-2458 ¥10,000~

その他

案1. 宝剣岳・木曾駒ヶ岳/長野 10/14 (土) ~ 16 (月) 中央アルプス駒ヶ岳ロープウェイ

案2. 2024.8.3? 平標山・仙ノ倉 花の百名山 越後湯沢前泊 日帰りまたは山小屋 (泊)

2024年8月2日(金)・8月3日(土)長岡花火大会観賞後

案3. 岳沢ヒュッテ (2170m) /上高地 往復 濁沢の代わり 10/初~中 10/下落葉松黄葉

前日: バスタ新宿 22:25 = さわやか信州号スタンダード (4列) ・グリーンカー (3列) = 5:20 上高地 BT 運賃: WEB 決済・コンビニ決済 スタンダード 6,600~10,400円 グリーンカー (3列) 8,400~12,200

初日: 上高地バスターミナル 5:30 ⇒ 5:40 西糸屋山荘 7:00 ⇒ 7:30 風穴 ⇒ 7:50 ガレ場 ⇒ 10:10 岳沢小屋休憩 11:00 ⇒ 12:30 ⇒ 14:00 ⇒ 15:00 西糸屋山荘 (泊) *

2日目: 西糸屋山荘 8:00 ⇒ 田代池・大正池 ⇒ 10:00 西糸屋山荘 ⇒ 上高地周辺散策 ⇒ 上高地 BT 15:00*・16:10 = (16:05*・17:15 新島々) = 19:47*・20:57 バスタ新宿 *グリーンカー (3列)

宿案: 西糸屋山荘 または 小梨平バンガロー

案4. 出羽三山-羽黒山 (414m現在) ・月山 (1984m過去) ・湯殿山 (1500m未来) - 高木さん提案 (2009.8に実施 現存者5名) ⇒羽黒山の五重塔屋根葺き替え工事のため見られず⇒2025年5月以降

案5. 尾瀬ヶ原 桧枝岐温泉

案6. 早池峰山

10月山行

10-0 那須岳 (茶臼岳) の紅葉 三斗小屋温泉 (泊)

10-1 月居山または生瀬富士 (茨城のジャンダルム) と袋田の滝

10-2 赤城山 (黒檜山 1827m) /群馬上毛三山 2024.5~6 ツツジの頃

[登山コース一覧 | Akagi Trip 赤城山をあそぼう! \(akagi-trip.com\)](#)

[【2021】赤城山の紅葉、見ごろはいつ? 4つの絶景スポットやアクセス情報紹介 | YAMA HACK](#)

10-3 根子岳 (2207m) ・四阿山 (2354m) /菅平高原 高木(L) -花の100名山と日本100名山-

菅平牧場入口登山道⇒根子岳山頂⇒四阿山山頂⇒菅平牧場 総コースタイム: 6時間

10-4 子持山 (1296m) /群馬県・上毛三山 紅・黄葉

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

10-5 秋川丘陵 金剛の滝・広徳寺コース

2024年ロープウェイでらくらくハイキング(案) ⇒ご希望の山を選択ください(複数可)

- (1) 妙高山(2454m)/新潟 妙高高原スカイケーブル 7/中～ または 9/中～10/初 赤倉温泉
- (2) 草津白根山(本白根山2171m)/群馬 白根火山ロープウェイ 7/上～8/上 コマクサ
- (3) 梅池自然園(1900m)/長野 梅池ロープウェイ 高層湿原 6/上～7/中花々 10/上紅葉・黄葉
- (4) 日光白根山

月例日帰り山行候補 **お願い：希望がありましたら山名だけで結構です、運営委員会へ提案ください。**

- 1. 明星ヶ岳(924m)・明神ヶ岳(1169m)

[登山初級 明星ヶ岳から明神ヶ岳 \[山行計画\] - ヤマレコ \(yamareco.com\)](#)

- 2. 甲州高尾山(1106m) <https://bluesky.rash.jp/blog/hiking/kousyutakaosan.html>

勝沼ぶどう郷駅＝(タクシー)＝大滝不動尊⇒不動滝⇒甲州高尾山⇒富士見台⇒棚横手山⇒甲州高尾山⇒大善寺
＝(タクシー)＝ぶどうの丘・天空の湯

- 3. 棚山(1171m)/山梨 ほったらかし温泉

- 4. 二子山/秩父

- 5. 鳥居原～南山(544m)/丹沢

- 6. 荒崎シーサイドコース(7月)

- 7. 城ヶ崎一周と三崎港(8月)

- 8. 宮ヶ瀬ダム鳥瞰コース 南山・高取山・仏果山

- 9. 般若山・釜の沢五峰/秩父

- 10. 丸山・大棚山・金昌寺/秩父

- 11. 景信山 餅つき山行

- 12. 志賀高原

- 13. 伊豆三山縦走(城山・葛城山・発端丈山)

- 14. 2017～2022年計画 天候不良等により中止および計画未実施の山行リベンジ

－別紙参照－

お知らせ他

- (1) 次回例会 11月8日(水) 18:00～ 第3会議室

- (2) 次々回例会 12月13日(水) 18:00～ 第3会議室

- (3) 入会(9月) 吉田弘子様(76歳) 世田谷区砧在住 国内外の山のベテラン

入会(10月) 筧 晴朗様(80歳) 世田谷区経堂在住 卓球、カラオケ同好会

入会(10月) 高橋紀人様(73歳) 世田谷区喜多見在住 ボーリング

入会(10月) 松本英子様(77歳) 世田谷区船橋在住

- (4) 風の会ハイキングクラブの中に同好会を作りました、現在下記同好会活動中。入会希望者は各(L)まで

これから80歳の壁を越える方、越えたい方は、認知症予防、ボケ防止に山だけでなく多方面で昔取った杵柄や潜在能力を発揮して活躍ください。⇒「身体を使う趣味がないと、脳のパフォーマンスが落ちる。」

風の会同好会登録名簿 ◎リーダー

同好会	麻雀	卓球	ボーリング	カラオケ	スキー	街歩き	
三浦	◎			○	○	○	
須永	○	○		○		○	

「風の会ハイキングクラブ」－安心・安全・楽しく－

上島						○	
池田				○		◎	
宿輪	○	○	○	○			
望月					○		
市川	○	○	◎	○	◎		
高木	○	○		◎	○		
松山	○		○	○	○		
北原				○			
鈴木典子	○	◎	○	○	○		
小川	○	○	○	○			
松井		○	○	○			
浮津				○	○	○	
寛		○		○			
高橋			○				
G 三ヶ原	○			○			
G 橋本	○						

(6) 会費納入のお願い (2023年分および以前の未納分)

- ・風の会口座 (須永) ・口座名: 風の会ハイキングクラブ
- ・銀行: りそな銀行 豪徳寺支店 口座番号: 1346291

(注) 継続会員、年会費一括納入 (現金・振込) の方は、¥5,500 とします。

なお、年中途入会者は、入会月～12月までの分

以上

2023年山行写真 Q_youtube

