

《 行 事 の お 知 ら せ 》



No 545

2025 年 11 月号

我孫子
登山倶楽部

月 日	行 事	場 所	時 間
11 月 22 日	臨時総会	天王台北近隣 Cen.	14:00~15:00
11 月 22 日	11 月定例会	天王台北近隣 Cen.	15:00~17:00
12 月 4 日	12 月運営リーダー会議	天王台北近隣 Cen.	19:00~21:00
12 月 20 日	リーダー委員会総会	我孫子南近隣 Cen.	13:00~17:00
12 月 20 日	12 月定例会	我孫子南近隣 Cen.	15:00~17:00
1 月 6~18 日	写真展	アビスタ	
1 月 8 日	1 月運営リーダー会議	天王台北近隣 Cen.	18:00~20:00
1 月 24 日	1 月定例会	天王台北近隣 Cen.	15:00~17:00

11 月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

12 月

時刻注意

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1 月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	28	30	31



来年は丙と午で、「ひのえうま」
もうすぐ師走。健康で迎春!!

【山行計画】

月 日	山 名	リーダー	G	形 式	備 考
12 月 5 日	桜山	徳永 榮一	A1	日帰り	
12 月 13 日	鷹取山	三輪 達雄	A1	日帰り	YMAP 講習
12 月 21 日	金時山	松浦 薫	A1	日帰り	

山行参加申し込みは定例会で。定例会不参加の場合はリーダーに直接申し込み下さい

※総会資料に掲載された今月の山行計画が、この山行計画表に掲載されていない場合は中止とします。

該当に○		○			
例 会	○	山行企画		山行報告	
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと用)	
山名フリガナ		サクラヤマ			
山 名(標高)		桜山(591m)			
目 的	冬桜の鑑賞				
山 域	藤岡市	地形図 1/25,000	鬼石	G	A1
日時(西暦)	12 月 5 日(金)		天候	雨天中止	L 徳永
集 合	我孫子駅北口 5:50	形態	日帰り	交通手段	自家用車
コース	我孫子駅(6:00)＝柏 IC＝本庄児玉 IC＝三波川コミュニティーセンター(9時予定)～金丸登山口～桜山～(公園内散策約1時間)～三波川コミュニティーセンター(14時30分予定)＝本庄児玉 IC＝柏 IC＝我孫子駅				
コース出典(参照文献)		藤岡市 HP			
歩行時間	約 2 時間 30 分 コミュニティーセンター～桜山往復		標高差:約 400m コミュニティーセンター～桜山		
装 備	ハイキング装備一般、雨具、防寒具、ヘッドランプ、帽子、手袋、ストック、日焼け止め、昼食、行動食等				
費 用	5,600 円/4 人ベース(高速道路、ガソリン、車費用等)＋企画費				
メ モ	＊桜山公園には約 7000 本の冬桜が有ると言われていますので、その鑑賞に行きます。 ＊公園内は良く整備された散策路が縦横に走っています。約 1 時間の散策時間を見込んでいます。 ＊道路の込み具合に依っては散策時間を適宜調整します。 ＊自家用車で行く都合上募集人員は 4 人、 <u>内 2 人(リーダー及び自家用車提供者)は決定済みです。</u>				
参加者	計 名				
説明(迷い路、道標等今後の参考にしたいこと)					

該当に○		○			
例 会	○	山行企画		山行報告	
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと用)	
山名フリガナ		タカトリヤマ			
山 名(標高)		鷹取山(139m)			
目 的	垂直に切り立つ岸壁が山頂で待つ。アプリ読図山行 (YAMAP)				
山 域	横須賀市	地形図 1/25,000	横須賀	G	A1
日時(西暦)	2025 年 12 月 13 日(土)		天候	雨天中止	L 三輪
集 合	我孫子駅改札 7:00	形態	日帰り	交通手段	JR. 京急
コース	湖北(7:06)≒我孫子駅(7:14/7:15)発=品川(8:05/8:17)=金沢文庫(8:55/8:59)=神武寺駅(9:05/9:15)～(45)～神武寺～(40)～鷹取山～(10)～摩崖仏～(40)～追浜駅～(5)～三浦半島すし市場(昼食)～(5)～追浜駅=我孫子 すし市場 電話 046-869-0220 050-5451-7913				
コース出典(参考文献)	「駅から山歩き」より				
歩行時間	歩行時間:2 時間 25 分		標高差:130m		
装 備	秋季登山軽装備、靴はローカット可、スポーツドリンク				
費 用	2,604 円 (軽食費除く)+企画費				
メ モ	・我孫子駅で増設される 12 両目に乗ります。 ・低山ながら好展望の山で、コースも整備され手頃な登山を楽しむ。 ・下山後、追浜駅前の「三浦半島すし市場」に立ち寄ります。				
参 加 者	計 名				
説明(迷い路、道標等今後の参考にしたいこと)					

該当に○		○			
例 会	○	山行企画		山行報告	
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと用)	
山名(フリガナ)		キントキヤマ			
山名 (標高)		金時山(1,213m)			
目 的	富士山とにぎり湯				
山 域	箱根	地形図 1/25,000	箱根	G	A1
日時(西暦)	2025 年 12 月 21(日)		天候	雨天中止	L 松浦
集 合	我孫子駅 5:35	形態	日帰り	交通手段	バス、JR
コース	天王台(5:38)=我孫子駅(5:42)=日暮里(6:12/6:20)=新宿(6:41/)=BT 新宿(/7:05)=乙女峠(9:05)～(40)～乙女峠～(20)～長尾山～(45)～金時山～(55)～矢倉沢峠～(35)～仙石案内所～(10)～マウントビューホテル～(10)～仙石案内所=小田原=上野=我孫子駅				
出展(参照)	(昭文社：山と高原地図 2019 年版 箱根)				
歩行時間	3 時間 35 分			標高差:400m	
装 備	日帰り一般				
費 用	7,846 円 (JR736+高速バス 2,340+バス 1,260+JR2,310+入浴代 1,200)+企画費				
メ モ	<ul style="list-style-type: none"> ・ 冬の富士山とマウントビューホテルのにぎり湯(～15 時)を堪能します。 ・ 行きはバスタ新宿駅から高速バスを利用し、帰りは高速の渋滞等で時間が掛かりすぎることが多いから小田原から JR を利用します。 ・ 高速バスキップはまとめて予約購入します。 ・ 中止の連絡は 16 日に決定します。 				
参 加 者 (企画書不要)	計○○名				
説明(迷い路、道標等今後の参考にしたいこと。)					
罫線の一部移動	左右への移動は移動する行をドラッグして操作、その行だけが移動する。				

該当に○				○	
例会企画	○	例会企画		例会報告	
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと用)	
企画名フリガナ		ニッタカナヤマジョウセキ			
企画名		新田金山城跡ウォーキング			
目 的	歴史と山城を訪ねる No.1 難攻不落の名城				
山 域	足利南部	地形図 1/25,000	—	G	—
日時(西暦)	2025 年 10 月 23 日(木)		天候	曇り/晴れ	L 可児
集 合	我孫子駅 5:35	形態	日帰り	交通手段	電車
コース	我孫子駅(5:42)＝柏(5:46/東武アーバンパーク線 5:58)＝春日部(6:43/日光線 6:51)＝東武動物公園(6:59/伊勢崎線 7:13)＝館林(7:50/伊勢崎線 7:59)＝太田駅(8:29/8:45)～大光院(9:20/9:30)～金龍寺(9:40)～史跡金山城ガイダンス施設(10:10/10:40)～西城(展望台 11:00/11:10)～見附出丸(11:20)～西城(11:30/昼食 12:00)～西矢倉台～馬場下通路～物見台(12:20)～馬場曲輪～月ノ池～大手虎口(12:40)～日ノ池～南曲輪～御台所曲輪(大ケヤキ)～実城(ミシヨウ)(13:00)～新田神社(本丸跡 13:10/13:30)～大八王子山(砦 14:10)～中八王子山(砦 14:20)～下山口(14:40)～太田駅(15:20/15:37)＝館林＝春日部＝柏＝我孫子駅(18:20)				
コース出典(参照文献)		分県登山ガイド群馬県の山			
歩行時間	4 時間 55 分			標高差:149m	
装 備	帽子 サングラス 軽登山靴 水(スポーツ飲料) 昼食 行動食				
費 用	合計¥1,740(我孫子＝柏往復 340＋東武優待券往復 1,400)+企画費				
メ モ	1.徳川家康が建立を命じた“大光院”の縄張りは広く、本堂、山門、講堂も大きく優美だった。裏手に吞龍上人の御廟が祀られていた。 2.金山城跡のガイダンス施設は分り易い写真と模型が展示されており、事前知識にはもってこい。パンフレットも多数あり参考になる。 3.新田金山城は群馬県太田市中央にある標高 236m の独立峰にあり、国内最大規模の縄張り東西 3.1 km、南北 3.8 km を持つ山城。 4.山城ならではの防御施設、トリックが多数あり非常にもしろい→見附出丸、西矢倉台西堀切、梯道、物見台下堀切、物御台下虎口、堅堀、馬場下通路、物見台、馬場下曲輪、大堀切、大手虎口など。 5.大手虎口は実城(本丸)防御の最後の砦となっており、周囲には岩壁と石垣が幾重にも張り巡らされている。素晴らしい景観であった。大手虎口をはさんで、手前に“月ノ池”内側に“日ノ池”があった。 6.実城裏手に 600 年前の野づら積み石垣が残り、必見の価値あり！				
参加者	L 可児慎一 SL 中村信江 写真山口登 赤尾杉雅之 小原清治 中易慎夫 西野雅美 浜口治雄 計 8 名				

該当に○				○	
例 会	○	山行企画		山行報告	
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと・山孫子兼用)	
山名(フリガナ)		タカヤマ			
山名(標高)		高山(1668m)			
目 的	豊かな森に囲まれた山と紅葉の湿原を歩く。				
山 域	奥日光	地形図 1/25,000	男体山	G	A1
日時(西暦)	2025 年 10 月 30 日(木)	天候	快晴	L	坂本
集 合	我孫子駅改札 5:20	形態	日帰り	交通手段	JR. 東武
コースタイム	祭祀我孫子駅(5:31)=柏(5:35/5:47)=春日部(6:29/6:43)=南栗橋 (7:01/7:03)=東武日光駅(8:18/8:45 東武バス)=滝上(9:50/10:05)～(し ゃくなげ橋(10:25)～幕張峠(11:00/11:10)～熊窪分岐(11:45)～高山 (12:25/13:00)～滝上(14:10)～竜頭の滝(14:25/14:41)=(東武バス)=東 武日光駅(15:50/16:03)=我孫子駅 19:17				
コース出典参考文献		昭文社 山と高原地図 2019。ヤママップ			
歩行時間	歩行時間:3 時間 35 分		標高差:318m (滝上 1350m)		
装 備	秋季の山行一般装備 天気快晴にて防寒対策不要 食事=昼食 1 食分				
費 用	5,140 円(春日部経由 JR¥170×2+¥1,400+¥3,200+企画 200) 東武鉄道株主優待券利用				
メ モ	・紅葉の日光、高山も登山客は少なく反対方向からの 3 組にすれ違った だけで、静かな歩行でした。 ・竜頭の滝で写真撮影。紅葉は終わっていたようだ。 ・最近のクマ出没ニュースを受けて、クマスプレーを持参して山中で試 射をしてからスタートしたが幸いにクマと遭遇しなくて良かった。				
参 加 者 (企画書不要)	L 坂本久、S.L 中村信江、川名健史				計 3 名
説明(迷い道、道標等今後の参考にしたいこと)					

該当に○				○	
例 会	○	山行企画		山行報告	
準例会		(リーダー会審査・あしあと兼用)		(あしあと用)	
山名(フリガナ)		イズミガタケ			
山名(標高)		泉ヶ岳(1,172m)			
目 的	紅葉を仙台北西端の名峰で楽しむ				
山 域	舟形連峰	地形図 1/25,000	大和町	G	B1
日時(西暦)	2025 年 11 月 02(日)		天候	晴れ	L 松浦
集 合	我孫子駅 5:35	形態	日帰り	交通手段	JR, バス, タクシー
コース	天王台駅(5:38)=我孫子駅(5:42)=上野(6:15/6:26)=仙台(8:44/8:56)=泉中央(9:12/9:17)=泉岳自然ふれあい館(/9:45)～お別れ峠(10:50)～泉ヶ岳(12:00/12:40)～水神(13:30/13:45)～泉岳自然ふれあい館(14:45/16:05)=泉中央(16:55/17:03)=仙台(17:30/18:44)=上野(20:44/20:56)=我孫子駅(21:31)				
出展(参照)	昭文社：山と高原地図(蔵王、面目山・船形山), YAMAP, 泉ヶ岳山頂への道				
歩行時間	3 時間 45 分			標高差:638m	
装 備	日帰り一般、昼食、行動食、防寒着、雨着、ストック				
費 用	24,410 円 (JR+地下鉄 21,980+タクシー1,630+バス 800)+企画費				
メ モ	<ul style="list-style-type: none"> ・ 11/01 を予定していたが天気が悪く 11/02 に順延し、晴れの登山日和であった。 ・ 登山口から中腹までは紅葉の真っ盛り、それより上は葉をお落とし晩秋の景色であった。 ・ 水神コースの由来である水神の碑がある水神では、七北田川の対岸に渡り、滴り落ちる清水を味わった。 ・ ・ 下山後、仙台名物牛タンを味わって帰宅した。 ・ 				
参 加 者 (企画書不要)	大村 ふさ子、川名 健史、山田 京子、松浦 薫				計 4 名
説明(迷い路、道標等今後の参考にしたいこと。) 特にありません。					

スマホを使ってもっと便利に安全に登山を

担当：三輪 達雄、河合 八重子

10月と11月の例会で「YAMAP」などのアプリを使用する方法を紹介しますので、スマホを持参してください。

・iPhoneで「登山アプリ」を使う方法

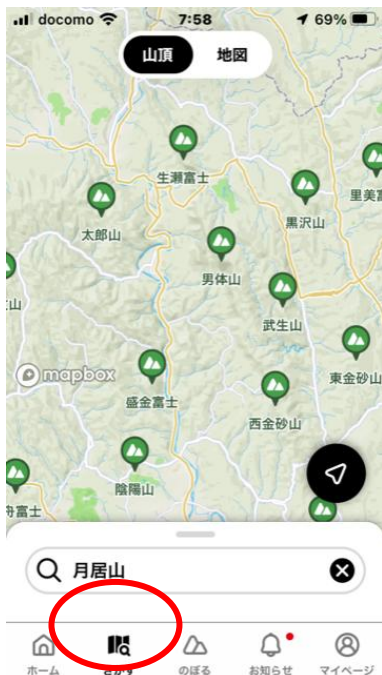
1-1、「App Store」の検索で登山用アプリを探す



1-2、「YAMAP」をダウンロードする（Wi-Fi環境のある場所で事前に）

1-3、「さがす」で山を探す

1-4、地図をダウンロードする（Wi-Fi環境のある場所で事前に）



1-5、登山開始時に「活動を開始」を押すと記録が開始する

1-6、登山終了時「活動を停止」すると通過した場所の時間と標高を追跡できる



2-1、「山と高原地図」のアプリをダウンロードする（Wi-Fi 環境のある場所で事前に）

2-2、「地図の購入・ダウンロード」で地図をダウンロードする
（Wi-Fi 環境のある場所で事前に）
（一枚 500 円）

2-3、地図を開く（現時点が表示される）



3、注意点

- ・ダウンロードする前に無料アプリかどうかを確認する
- ・地図も無料のものと有料のものがある
- ・「設定」で「機内モード」にしてバッテリーの減りを抑える
地図アプリではGPSを使うので、通信は必要ない
- ・2日以上の上山ではモバイルバッテリーを持参する
- ・裏で稼働しているアプリを終了させる

4、その他の役立つアプリ

- ・電卓、バーコードリーダー、懐中電灯、年号返還
- ・GoogleMap, マップ
- ・乗換案内
- ・天気、アメフリ

2025 年 11 月 運営リーダー会議 議事録

(敬称略) 記録係(会務)

開催日	2025. 11. 6 (木) 19:00～20:50	場 所	天王台北近隣センター
出席者	運営リーダー委員: 13 名		議事録担当: 1 名
出席者名	三輪、金子、河合(八)、可児、久保、中村、中易、松浦、森北、山田、西野、山口、徳永 議事録担当: 飯田		
No	議 題	結 果	
1	山行企画の審議	<ul style="list-style-type: none"> ・例:3 件審議し承認。 桜山:標高差から「山行企画」に変更。運転手 1 名を確保のこと。 鷹取山:列車編成や歩行時間を確認要。 金時山:天王台発の時刻も記載。山と高原地図を参照。 	
2	山行実施チェック	・実施:5 件(ヒヤリハットなし、泉ヶ:11/2 に延期)	
3	行事確認	<ul style="list-style-type: none"> ・11/22 臨時総会は 13:00 開始 ・12/20 リーダー委員会総会は 13:00～15:00 	
4	あしあと原稿提出	・修正の有無に関わらず 11 月 10 日(月)18 時必着	
5	議案 1. 山行関連 3. リーダー委員会 総会について 4. 2026 年度予算編 成について 5. 2026 年度役員人 事	1) 秋の体験登山企画の進捗状況 <ul style="list-style-type: none"> ・10/12 日和田山:終了、体験者 2 名+会員 10 名。体験者の内 1 名入会希望、11 月定例会で承認し準会員へ。 ・11/8 草戸山:体験者 1 名+会員 13 名の予定。別に体験者 1 名の申し込みがあったがインフルエンザで不参加となった。 2) 新人会員山行の進捗 読図山行 10/4 権現山:終了 3) 今後の実地講習山行 <ul style="list-style-type: none"> ・読図山行(YAMAP):12/13 鷹取山で実施予定。9 月丸山は未実施。 ・「登りたい山」アンケートを実施し、2026 年度例会山行計画に活かす。忘年山行の希望も。11 月あしあとで周知し、回答は 11 月定例会に持参か山田さんにメール。 ・全般活動方針案:今年度方針を踏襲。50 周年記念行事の準備を開始。 ・予算方針(収支見込み):今年度と同規模とする。 ・組織体制・役割を 1 割程度削減すべき→削減は難しい ・サブ担当へのフォローのあり方を考える。 ・役割のない 1/3 の会員にも参加のアプローチをする。 ・75 歳以上の方にも役割を担ってもらうようにする。 ・定例会の出席者が昨年度より 2 割減っており、分析と対策が必要。 ・入会 1～3 年の会員と行った座談会の内容を聞きたい。 ・2027 年 3 月～2028 年 2 月までが 50 年目に当たり、周年行事の実施時期を考慮すべき ・本日の運営委員会にて候補者が固まった。委員会として依頼し、来月の運営リーダー会議に諮る。 	

	<p>6. 来年度の会員資格の確認と休会者への届け出提出依頼</p> <p>7. その他</p> <p>8. 臨時総会の議案と資料について</p>	<p>1) 来年度の会員資格の確認フォーム:作成済み。</p> <p>2) 休会・復帰・退会届の提出:11月中旬までに集計する。</p> <p>3) 総会までのスケジュール:1月中旬に資料作成依頼、2月中旬提出。</p> <p>・写真展状況報告:全56点。 配置図も決定し、準備は着々。展示準備は写真セットチームと写真配置準備&吊下げチームに分けて効率よく実施。 倶楽部宣伝用のパネルに体験登山のポスターを掲示する。 次回写真展(アビスタ)を含めHPに期間と場所を掲載。</p> <p>・広報あびこへの会員募集記事掲載:1/16号に掲載、締切は12/9。広報かしわにも掲載。 ポスター・チラシも用意、写真展でも掲載・配布する。</p> <p>・定例会の開始時間:予定通り、11月より15:00開始</p> <p>・忘年会:実施しない</p> <p>・11月22日(土)13:00～15:00に開催する</p> <p>・立候補がない場合は議長を久保さんをお願いしたい</p> <p>・日山協山岳共済会に入会することによって保険料の団体割引30%が適用される</p> <p>・申込書は各人で記入する必要があるが、保険料の支払いは倶楽部全体で支払う。保険金請求は個人が行う。</p> <p>・自転車で人に怪我させた場合も日常生活賠償の対象となる</p> <p>・保険内容の詳細については日山協山岳共済会の「山岳保険のご案内」を確認要</p> <p>・会則第29条「本会が指定する山岳保険」の「本会」を「運営リーダー会議」とすべき→第12条(2)規定の運営リーダー会議の権限に基づき、「本会」のままとする</p> <p>・会則第37条改定案の「この上限を超える支出があった場合」の「この上限を超える」は削除する</p> <p>・保険料+会費の全額を倶楽部会計から支出することや遭難対策準備金の取り崩しの理由についてはきちんとした説明が必要</p> <p>・保険料以外に、50周年行事や倶楽部を盛り上げること等、使うべきことがあるのではないかと</p> <p>・個人加入の山岳保険からの移行期間である3年間に限って倶楽部会計から支出するという考え方もある。</p>
--	---	---

以上

【各種報告書等の提出について】

2025 年 4 月 変更

運営リーダー会議に提出する審議用山行企画及び審議用資料は、Google Drive の「運営リーダー会議用フォルダ」⇒該当月フォルダ⇒該当フォルダにアップロードして下さい。審議済みで「あしあと」に掲載する企画書、資料は「あしあと〇〇月号」フォルダにアップロードする。詳細は下記参照ください。今年度より変更いたします。

索引	Go ドラ運 Fo⇒	Google ドライブ「運営リーダー会議用フォルダ」				
	Go ドラ⇒	Google ドライブ	Fo⇒	フォルダ	UP⇒	アップロード

文書名	用途	提出先・担当者	提出期限
山行企画書 例会企画書 審議資料	運営リーダー会議 審議用	Go ドラ運 Fo の「審議山行企画」と「審議用資料山行以外」の Fo に UP	会議開催日の 前週金曜日
	「あしあと」用	審議後の企画書と資料山行以外の全てを、 Go ドラ運 Fo の「あしあと〇月号原稿」の Fo に UP	会議開催日の 翌週月曜日
山行報告書	H/P 用	Go ドラ運 Fo の「あしあと〇月号原稿」の Fo に UP 担当者:金子、中村、川口 松浦、河合(八)	山行実行後 1 週間
例会企画報告書	「あしあと」用	Go ドラ運 Fo の「あしあと〇月号原稿」の Fo に UP 担当者:坂本、新井	山行実行後 1 週間
H/P 用写真	写真の枚数(加工前) 日帰り=9 枚 1 泊 2 日=12 枚 1 日増加毎=+3 枚	Go ドラ「山行報告用 Fo」 の該当山行の Fo に UP 担当者:金子、中村、川口 松浦、河合(八)	山行実行後 1 週間
山行報告書及び写真を Go ドラに UP したら、提出先の担当者に UP 済みをメールで連絡			
山行計画書 例会企画計画書	・参加者と本部届け ・ココヘリへ届出	・参加者と本部担当者 ・ココヘリ	山行の 前日

【作成要項】

- ① 山行・例会企画、山行・例会企画報告、山行・例会企画計画書は統一書式使用 **下記⑤**
- ② Word で作成。フォント=MS 明朝、サイズ=10.5(山名のみ 12 太文字)、余白=左右上下 20mm、年号は西暦。コースタイム等の記述は、半角英数字で入力(H/P 編集のため)
- ③ タイトルの山名(フリガナ)は山名のみで、サイズは 9 です。
- ④ 天候の欄は、「雨天中止」or「雨天順延〇〇日」などと記入。
- ⑤ 上記①の統一書式の見本は、ホームページ「会員の広場」の「あしあと」写真をクリックしてダウンロードして使用する。例会企画は山行企画⇒例会企画に修正して使用。

『あしあと』No545 2025 年 11 月号
発行・・・我孫子登山倶楽部 代表＝三輪達雄。編集・メール配信＝坂本久