

《 行 事 の お 知 ら せ 》



No 519
2023 年 9 月 号
我孫子
登山倶楽部

月 日	行 事	場 所	時 間
9 月 16 日	9 月定例集会	天王台北近隣 Cen.	18:00~20:00
10 月 5 日	10 月運営リーダー会議	天王台北近隣 Cen.	18:00~20:00
10 月 21 日	10 月定例集会	我孫子南近隣 Cen.	18:00~20:00

9 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

10 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	31				

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		



【山行企画】

月 日	山 名	リーダー	G	形 式	備 考
10 月 26 日	碓氷峠越え	山口 登	B1	日帰り	準例会
11 月 6~7 日	霊山~虎捕山	中易 慎夫	A2	旅館泊	紅葉の山 No45
11 月 13~14 日	榊山・茂来山	徳永 榮一	A2.B1	旅館泊	

※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		ウスイトウゲコエ			
山 名(標高)		碓氷峠越え(1,201m)			
目 的	旧中山道坂本宿～軽井沢宿までの街道歩き				
山 域	上信国境	地形図 1/25,000	軽井沢	G	B1
日時(西暦)	2023 年 10 月 26 日(木)		天候	雨天中止	L 山口
集 合	我孫子駅改札 5 時 25 分	形態	日帰り	交通手段	電車
コース	集合場所 4 番線ホーム 11 号車付近(成田線直通です) 我孫子駅(5:31)=上野(6:04/6:15)=高崎(8:01/8:02)=横川(8:36/8:45)～(10)～ 碓氷の関所跡～(20)～坂本宿～(30)～旧街道入口～(150)～山中茶屋跡～ (60)～熊野神社・～峠(見晴台)～(75)～軽井沢宿～(30)～軽井沢駅=上野=我孫子駅 軽井沢発 17:42「あさま 28 号」予定				
コース出典(参照文献)		中山道を歩く(山と溪谷社)			
歩行時間	約 6 時間			標高差約 800m	
装 備	日帰り一般・昼食・飲み物・行動食				
費 用	8,360 円+通信費				
メ モ	1)「連絡事項」～下記乗車券は各自購入してください ①我孫子から横川までの JR 乗車券 ②軽井沢から我孫子までの乗車券と特急券(上野まで新幹線) 2)中山道随一の難所といわれた上信国境の碓氷峠を越え、軽井沢宿までの 街道歩きです。この時期は紅葉も楽しめます。 3)途中には、歴史ある峠道ならではの様々な遺産が多く残されています 4)峠には由緒ある熊野神社があり、近くの見晴台からは「上毛三山」や「浅 間山」などが見渡せます。 5)時間があれば旧軽でお茶などして軽井沢の雰囲気を楽しみましょう。				
参加者	計 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)		(あしあと用)	
山名フリガナ		リョウゼン〜トラトリヤマ			
山 名(標高)		花の山・紅葉の山 No45 霊山(825m)・虎捕山 (705m)			
目 的	霊山の紅葉と展望、岩山の面白さを楽しむ。				
地 域	阿武隈	地形図 1/25,000	霊山、萩平	G	A 2
日時(西暦)	2023 年 11 月 6 日(月)〜7 日(火)		天候	雨天は相談	L 中易慎
集 合	我孫子駅北口 5 時	形態	旅館泊	交通手段	車
コース	1 日目：我孫子駅北口(5:00)=谷田部 IC=いわき中央 IC=福島西 IC=霊山こどもの村登山口〜(40)〜日暮岩入口〜(30)〜護摩壇〜(15)〜西物見岩〜(10)〜霊山(東物見岩)〜(30)〜日暮岩入口〜(30)〜登山口=宿泊は霊山紅彩館：(伊達市霊山町石田宝司沢 9-1、024-589-2233)場所は登山口のすぐ手前、12 畳の和室 2 部屋予約済。 2 日目：宿=山津見神社〜(20)〜手水舎〜(15)〜本殿〜(05)〜山頂〜(05)〜本殿〜(20)〜金華山〜(20)〜山津見神社=霊山紅彩館(昼食、入浴)=田村スマート IC=いわき中央 IC=谷和原 IC=我孫子駅				
コース出典 (参考文献)		福島県の山、インターネット(福島登高会記録、福島の花々)			
歩行時間	1 日目 2 時間 35 分、2 日目 1 時間 25 分		標高差:400m、300m		
装 備	宿泊装備一般、1 日目の昼食、行動食。2 日目は下山後に霊山紅彩館で入浴、昼食の予定。				
費 用	18,000~20,000 円位 (人数により変動) +企画費				
メ モ	1) 霊山は古い歴史を誇る霊山で奇岩、怪石が散在し、その景観と素晴らしい展望を楽しみながら登山が楽しめる。特に紅葉の時期は、切り立つ岩壁と真っ赤な紅葉と松の緑のコントラストの美しさは素晴らしい。道は良く整備され、しっかりしたハシゴがかけられている箇所が多く、慎重に行動すれば危険はない。 2) 虎捕山は霊山のすぐ近くにある低い岩山で、こちらも歴史のある信仰の山で短時間で登れるが、岩場、クサリ、鉄梯子、ロープがあり岩場からの展望は素晴らしい。下山時に回遊する金華山も岩山。 3) 車 2 台、8~9 名位で実施したい。				
参 加 者					

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		サカキヤマ モライサン			
山 名(標高)		榊山(1,257m)・茂来山 (1,718m)			
目 的	海遠点				
山 域	南佐久	地形図 1/25,000	信濃田口、海瀬	G	A2 B1
日時(西暦)	“23 年 11 月 13 日(月)・14 日(火)		天候	雨天中止	L 徳永
集 合	我孫子駅北口 5:50	形態	旅館泊	交通手段	車
コース	11 月 13 日 我孫子駅(6:00)=柏 IC=下仁田 IC=田口峠=雨川砂防ダム滝が沢林道ゲート(10:00 予定)～(30)～登山口～(50)～海遠点～(25)～榊山～(20)海遠点～(55)～林道ゲート=龍岡城址五稜郭(15:00)=臼田駅周辺宿泊 11 月 14 日 宿泊地(7:00 予定)=霧久保沢登山口駐車場(7:45/8:00)～(60)～栃の巨木～(75)～茂来山～(50)～栃の巨木～(45)～駐車場=電波望遠鏡=佐久南 IC=佐久 IC=柏 IC=我孫子駅				
コース出典(参照文献)		信州ふるさと 120 山 No.42 (榊山) & No.43 (茂来山)			
歩行時間	13 日 3 時間 14 日 3 時間 50 分		標高差 332m (榊山) 678m (茂来山)		
装 備	日帰り登山一般、雨具、防寒具、ヘッドランプ、帽子、手袋、ストック、昼食、行動食等				
費 用	約¥18,500- (車関係¥9,500-/(3 人ベース),宿泊費¥9,000-+企画費				
メ モ	*日本で海から一番遠い地点(海遠点)と山(榊山)を目指します。 *昔は良く整備されたコースでしたが手入れされないまま現在は不明瞭になっている様で、もう少し時間がかかるかも知れません。 *榊山下山後龍岡城址五稜郭に立ち寄ります。 *茂来山は途中で栃の巨木があり、山頂からの展望も良い山です。皇太子の登山に伴い登山道は良く整備されているようです。 *車の関係で参加人数が 5 名以上となった場合は対応を改めて相談させていただきます。				
参加者	計 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)		(あしあと用)	
山名フリガナ		キノコマガタケ〜ホウケンダケ			
山 名(標高)		木曾駒ヶ岳(2956.1m)〜宝剣岳(2931m)			
目 的	体験テント山行				
山 域	中央アルプス	地形図 1/25,000		木曾駒ヶ岳	G B2
日時(西暦)	2023 年 8 月 4 日(金)〜5 日(土)		天候	晴れ／曇	L 山田
集 合	4 時から各家へ迎え	形態	テント	交通手段	自家用車
コース	8/4 我孫子(4:30)=柏 IC=高井戸=談合坂 SA=駒ヶ根 IC=菅の台駐車場(8:10)菅の台バスセンター(8:45)=しらび平ロープウェイ(9:15/9:30)=千畳敷(9:37/9:55)〜宝剣山荘(10:55/11:10)〜宝剣岳(11:30/11:40)〜宝剣山荘(12:00/12:15)〜駒ヶ岳頂上山荘・テント設営(12:50)テント泊 8/5 テント(6:40)〜木曾駒ヶ岳(6:55/7:05)〜八合目(8:20)〜濃ヶ池(8:40/8:45)〜宝剣山荘(10:15/10:20)〜駒ヶ岳頂上山荘テント場(10:50/11:00)〜宝剣山荘(11:35/11:45)〜千畳敷ロープウェイ(12:35/12:39)=しらび平(12:46/13:20)=菅の台バスセンター(13:55)菅の台駐車場(14:10)=諏訪 SA=新宿=柏 IC=我孫子				
コース出典(参考文献)		山と高原地図「木曾駒ヶ岳・空木岳」2016			
歩行時間	8/4 時間 15 分、8/5 時間 15 分			標高差:344m	
装 備	共同：テント、マット、コッヘル、バーナー、ガス、食料 個人：シュラフ、マット、食器、防寒着、ライト、ヘルメット等				
費 用	17,100 円(高速+ガソリン+車+駐車場+テント 2,000+バス、ロープウェイ 4,450)+企画費				
メ モ	1)二日共、午前中は晴れていたが午後からは雲が多く、4 日にはわか雨が降り夕食はテントの中でした。 2)登山道は緑のロープの内側で歩き易く手入れされていた。 3)秋の花(トリカブト、ミヤマアキノキリンソウ等)が咲いていた。 4)テント場は一張分では狭く、やっと 4 人用テントが張れた。				
参 加 者	L 山田京子、SL・写真三輪達雄、川名健史、川口裕幸				
					計 4 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)		(あしあとと用)	
山名フリガナ		チョウガダケ〜ジョウネンダケ			
山 名(標高)		蝶ヶ岳(2,677m) ～常念岳(2,857m)			
目 的	槍・穂高連峰の展望				
山 域	北アルプス	1/25,000 図	穂高岳 信濃小倉	G	D1
日 時	2022 年 8 月 21 日(月)-24(木)		天候	晴れ/曇り/一時雨	L 可児
集 合	我孫子駅 6 時 40 分	形態	小屋泊	交通手段	JR/タクシー
コース	8/21(月)我孫子駅(06:49)=日暮里(07:19/07:24)=新宿(07:47/特急あずさ 5 号 08:00)=穂高駅(10:59)～大王わさび農場～ホテル泊 8/22(火)穂高駅前(6:30)=タクシー=三股駐車場(7:10)～三股登山口(7:30)～まめうち平(9:50/10:00)～蝶沢(11:10)～蝶ヶ岳(14:00/14:30)～ヒュッテ泊 8/23(水)蝶ヶ岳ヒュッテ(6:30)～横尾分岐(7:20)～蝶槍(7:40/7:50)～常念岳(13:20/13:30)～常念小屋(14:50)泊 8/24(木)常念小屋(6:45)～最終水場(7:35/7:50)～王滝ベンチ(10:10/10:20)～一ノ沢登山口(11:40)=タクシー=しゃくなげの湯(12:10/入浴・昼食 15:00)=タクシー=穂高駅(15:20/特急あずさ 46 号)=新宿(19:40)=我孫子駅(20:45)				
コース出典(参照文献)		昭文社山と高原地図 2017 年版			
歩行時間	22 日 7 時間 00 分 23 日 8 時間 00 分 24 日 4 時間 30 分		標高差:22 日 1,327m 23 日 登り 197m〃 下り 407m 24 日 1,130m		
装 備	山小屋二泊装備 昼食×3 回 ストック 紫外線対策品、レインウェア他				
費用 1 人当り	60,110 円(前泊¥6,350 常念小屋¥15,000 蝶ヶ岳ヒュッテ¥14,000 JR 我孫子・穂高往復¥10,780 タクシー往復¥3,505 しゃくなげの湯¥600 その他)				
メ モ	1.8/22 登山口から樹林帯とガスに覆われて涼しく、風も通って疲れは少なかった。崩れた登山道は全て階段に修復されて、歩きやすかった。 2.蝶ヶ岳では青空の下、槍ヶ岳～穂高岳の大展望が広がった。素晴らしい！ 3.8/23 ヒュッテを 6:30 出発したが、まもなくガスがとれて槍、穂高方向がクリアに見えてきた。蝶槍まではこの展望が続き、来たかいがあった！蝶槍では突然ガスに覆われ、ブロックン現象を見ることができた。 4.蝶槍 2,660m から最低鞍部 2,510m まで長い下り登りが続いた。鞍部から常念岳へは標高差 350m の登り返し。途中大きな花崗岩に覆われた登山道に変わり、雨もあって滑りやすく、体力と神経を消耗した。常念岳頂上はガスで展望はなく、早々に常念小屋へ下山することにした。 5.8/24 早朝から青空が広がり、清新な日の出と豪快に渦巻く雲海を見られた。振り返ると槍、穂高のモルゲンロートが赤銅色に強く輝いていた。				
参 加 者	L 可児 SL/写真 中村(信) 写真 山口 会計 川名 計 4 名				

2023 年度写真展の出展写真状況と写真展時作業担当について

写真展担当：松浦、中村、中島

1. 写真出展状況と展示写真

出展写真一次締め切り日の 2023 年 8 月 25 日迄に 18 人の会員から 63 枚の写真を出展 いただきました。皆様のご協力に感謝致します。また、鈴木（菊）さんから写真（全紙：秋彩の谷川岳、A3 版：梅里雪山の貌 1 及び貌 2）を出展いただける予定です。（参照：写真出展者一覧表）

全体で 50 枚の写真を出展する計画でしたが、多くの会員から計画を超える写真が出展されましたので、出来るだけ多くの写真を出来る様（写真額の提供のお願い、写真展配置図など）検討した結果、8 個の写真額縁の提供（可児さん、久保さん）があり 18 人の会員の 56 枚の写真を展示 することに致しました。

写真データは 9 月 2 日に石橋生絲様に持ち込み、9 月中に印刷予定です。

2. 写真展準備・立会い・撤収に協力をお願い

写真展開催期間の準備、立会い、撤収のご協力を 8 月例会時にお願ひし、多くの方が協力を申し出ていただきました。

その時に展示日の立会い者が決まらない日がありましたが、その後の調整の結果すべての展示日で協力いただける会員が決まりました。

（参照：写真展展示準備・開催時立会い・撤収時協力会員）

準備（10 月 1 日 17 時～19 時予定）、立会いは開催日（10 月 2 日～10 月 8 日の 10 時～13 時、13 時～16 時）、撤収（10 月 8 日 16 時～17 時）を予定しています。ご協力をよろしくお願いします。

なお都合で立会い協力が出来なくなった場合は、写真展担当に連絡をお願いします。

また、準備、撤収時に急遽協力出来る場合は、当日来ていただき協力をお願いします（特に写真展担当に連絡は不要です）。

3. 写真展の観賞、及びご友人等へのお誘い

写真展開催時には、ご友人等お誘いいただきご観賞下さい。写真展を観ていただいた人の中から倶楽部への入会につなげたいと考えています。

（11 月の月居山～袋田の滝の体験登山ポスターを置く予定です）

写真出展者一覧表

氏名	新井	大村	可児	金子	河合 (八)	久保	坂本	田口	塚田
枚数	4	3	5	3	4	3	3	4	3
氏名	徳永	中村 (信)	中易 (慎)	西野	浜口	松浦	三輪	山口	山田 (京)
枚数	3	5	5	2	1	4	4	2	5

出展写真合計 63 枚

写真展展示準備協力会員

10/1(日) 展示準備	今村、可児、金子、河合 (八)、久保、田口、塚田、徳永、 中易 (慎)、西野、浜口、保山、三輪、山田 (京)、写真展担当
-----------------	---

写真展開催時立会い協力会員

日	10/2:月	10/3:火	10/4:水	10/5:木	10/6:金	10/7:土	10/8:日
午前	中島	三輪	今村	浜口	山田(京) 河合(八)	川名	伊藤
午後	中島 塚田	可児	徳永	徳永	河合(八) 久保	大村	田口

写真展撤収時協力会員

10/8(日) 撤収	今村、可児、金子、河合 (八)、久保、坂本、田口、塚田、徳永、中易 (慎)、西野、浜口、保山、山田 (京)、写真展担当
---------------	--

以上

2023 年度の忘年山行は奥武蔵の二子山に行く予定です

忘年山行担当：松浦、中村

1. 忘年山行予定

2023 年 12 月 9 日 (土) に奥武蔵の二子山に行く予定です。皆様の予定に組み込んでおいて下さい。(今年度は公共交通機関を利用し、貸切りバスは利用しません。)

具体的な企画は 10 月のあしあとに掲載して参加募集いたします。

2. 概略コース

行き先：奥武蔵二子山（歩行時間 3 時間） 費用 2,762 円

我孫子駅=日暮里=池袋=芦ヶ久保～(100)～二子山～(80)～芦ヶ久保=池袋=日暮里=我孫子駅

以上

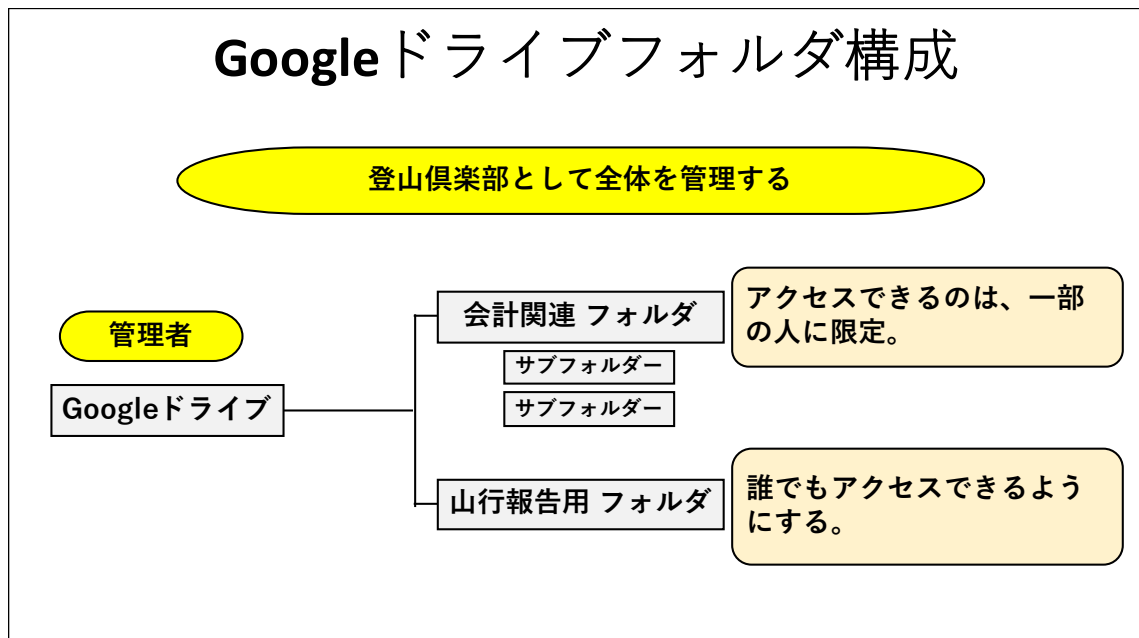
我孫子登山倶楽部では、写真等の容量が大きいデータを受け渡しするため、Google ドライブを利用してフォルダやファイルの共有化を図っている。今後想定される用途の拡大も含め運用ルールを以下に定める。

なお、このフォルダで管理するものは原本ではなく、その写しであり、共有が必要な期間を限って保管するものである。

1. Google ドライブのフォルダ構成

Google ドライブに保管するフォルダの構成は、「会計関連フォルダ」「山行報告用フォルダ」とする。

Google ドライブの管理者（以下管理者という）は、会長より任命され、Google ドライブ全般の管理を行う。



2. 「会計関連フォルダ」の運用ルール

- 1) 「会計関連フォルダ」は予算、会計詳細情報を含むため、アクセスできる会員を限定する。現時点ではアクセスできる者は以下とし、管理者がアクセス権を付与する。

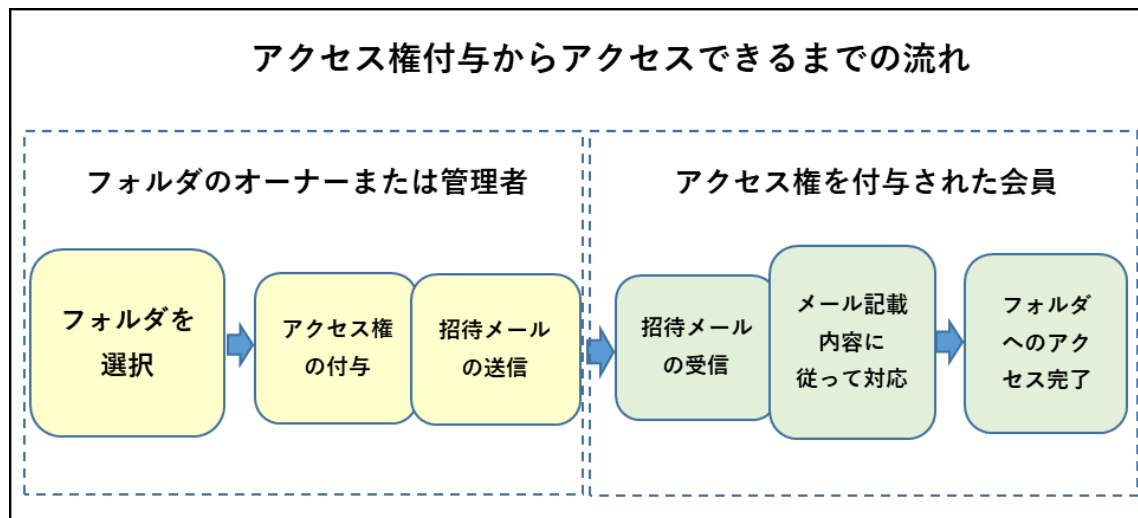
①会長 ②副会長 ③会計委員 ④会務委員会委員長 ⑤広報委員会委員長 ⑥リーダー委員会委員長

- 2) 「会計関連フォルダ」へのアクセス権を付与された者は、「会計関連フォルダ」内にサブフォルダを設けることができる。

- 3) 「会計関連フォルダ」の保管期限は2年とする。管理者は保管期限の管理を行う。

4)「会計関連フォルダ」へのアクセス権を付与された者が、他の会員にアクセス権を付与したい場合は、申請・承認を得るものとする(各委員会の長が予算を預かっている委員に対してアクセス権を付与するケースを想定)。手続きは以下の通り。

- ① アクセス権を付与したいフォルダ・ファイルの「名称」「アクセス権を付与したい会員」「アクセス権を付与する理由」を記入した申請書を会長に提出し、会長は運営リーダー会議に付議し、承認の可否を決定する。(別紙申請書参照)
- ② 管理者は、①で承認された対象会員にアクセス権を付与する。



3. 「山行報告用フォルダ」の運用ルール

- 1) 「山行報告用フォルダ」は、山行実施者(リーダー、準リーダー、写真担当)が山行写真と山行報告書をアップロードし、「あしあと」およびHP編集担当者とのデータ授受に使用する。
- 2) アクセス権付与は、限定せず登山倶楽部会員全てを対象とする。管理者は、リーダーを中心に、写真担当等必要に応じてアクセス権の付与を行う。
- 3) 「山行報告用フォルダ」の保管期限は 1 年とする。管理者は保管期限の管理を行う。

Google ドライブへのアクセス権付与申請書

我孫子登山倶楽部会長殿

申 請： 年 月 日

申請者： 氏名（委員会名）

1. アクセス権を付与したいフォルダ・ファイルの名称

2. アクセス権を付与したい会員

3. アクセス権を付与する理由

ストレッチ体操の動画をHPに登録する件

2023.9.7

西野 雅実

従来 ストレッチ体操の動画は、GoogleDrive に登録されていましたが、これでは一部の人しか見る事が出来ません。

そこで ストレッチ体操の動画を YouTube に登録し、その動画を我孫子登山倶楽部の「会員の広場」から見られる様に、改造しています。

- ① テスト版HPのurl は、下記の通りです。

<https://abikotc.sakura.ne.jp/stretch/>

本番の会員の広場」に移行中

- ② YouTube 登録の際 限定公開を指定。

YouTube で検索して見る事は出来ません。

- ③ .Youtube 登録にあたり 我孫子登山倶楽部専用のメールアドレス兼

Google アカウント

abikotc@gmail.com を確保しました。

タオルを使ったストレッチ2023



5月17日の例会時に、萩原トレーナーを招きタオルを使ったストレッチ講習を受けました。タオルを使うと効果的なストレッチができます。ストレッチをして山行へ行きましょう!!

下行のタイトルをクリックするとYouTube 動画が表示されます。(表示まで時間がかかる)

[1\)~188 スクワット](#)

[2\)~188 フロントのストレッチ](#)

2023 年 9 月 運営リーダー会議 議事録

記録係(会務)

開催日	2023. 9. 7 (木) 18:00～19:30	場 所	天王台北近隣センター
出席者	運営委員、リーダー委員: 13 名 議事録担当 1 名		
出席者名	可児、三輪、久保、山田、西野、徳永、河合(八)、中易、松浦、金子、中村(信)、大村、山口 議事録担当: 浜口		
No	議 題	結 果	
1	山行企画の審議	例会山行: 3 件を審議し承認、1 件(岩櫃山)は 11 月に延期	
2	山行実施チェック	実施: 2 件、中止: 2 件	
3	行事確認	1) 9/16: 9 月定例集会 18 時～天王台北近隣センター 2) 10/5: 10 月運営リーダー会議 18 時～天王台北近隣センター 3) 10/21: 10 月定例集会 18 時～我孫子南近隣センター	
4	山行関連	1) 秋の体験登山企画の進捗状況 ・ 10 月 14 日(土) 大菩薩嶺 9/7 現在応募者 2 名、応募問合せ中 3 名、会員参加 9 名 ・ 11 月 11 日(土) 月居山～袋田の滝 9/7 現在会員参加 12 名 広報あびこ掲載 9/16、ポスター掲示 9/8～10/8 2) 忘年山行企画 12 月 9 日(土) ・ 4 案のうち、奥武蔵二子山に決定。あしあと 9 月号で案内する。 3) 今後の実地講習山行、室内外講習計画など。 ・ 10 月例会で YAMAP アプリを利用する講習会を開き、忘年山行で実地講習をする。 ・ 軽アイゼン実地講習を、1 月～2 月の積雪時に実施する。	
5	写真展	1) 写真展開催 ・ 63 枚の出品があり、うち 56 枚を展示する。 ・ 鈴木さんからは 3 点を提供して頂く。 ・ 準備、立会いなどのスケジュールを調整した。	
6	その他	1) Google ドライブは、会計関連と山行報告の作業場として利用する。 2) ストレッチ講習の HP でのビデオ掲載については、西野さんのご協力をお願いします。 3) 坂本さんに、会計フォルダーへのアクセス権を付与する。	

以上

必ず読んでから作成してください!!ご協力お願いします。



【各種報告書等の提出について】

2023 年 4 月 運営委員会決定

文書名	用 途	提 出 先	提出期限
山行企画書、 例会企画書 (リーダー会審査・ あしあと兼用)	リーダー会審査用	坂本 久 松浦 薫	運営委員会の 1 週間前
	「あしあと」用	坂本 久	運営委員会で指定
	但し、「あしあと」用は運営委員会で変更なければ提出不要		
山行報告書 例会企画報告書	H/P 用 (写真も送る)	松浦、金子 中村、廣瀬	山行実行後 1 週間
	「あしあと」用	坂本 久	山行実行後 1 週間
ホームページ	写真の枚数 日帰り=9 枚 1泊2日=12 枚 1日増加毎=+3 枚	松浦 薫 金子 良一 中村 信江 廣瀬 孝行	山行実行後 1 週間
山行報告書と写真の提出は Google Drive 使用して、提出先にアップロード済みメール連絡			
山行計画書 例会企画計画書	参加者と本部届用	参 加 者 会長・リーダー会長	山行の前日まで

《作成要項》

- ① 山行企画、例会企画・山行報告書、例会報告書は**統一書式**を使用下さい。下記⑤
- ② Word でフォントは MS 明朝、サイズは 10.5、(山名のみ 12 太字です)**年号は西暦**。
- ③ タイトルの**山名フリガナは、山名のみでフリガナのサイズは(9)で別枠にして**入力ください。山行報告の**参加者はフルネーム**です。(集計の為必要です。)
- ④ 天候の欄は、「雨天中止」or「変更後山行日」を入力する。
- ⑤ 山行企画、例会企画・山行報告、例会企画報告の**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、「山行企画・報告兼用の統一書式」2020.2.22 例会で連絡の変更版をダウンロードして使用。フォーマットや文字を変更しないで下さい。例会企画は変更して使用する。
- ⑥ 2020.2.22 例会で新設した山行計画書兼登山届もご利用ください。

ご協力よろしくお願いします。

『あしあと』No519 2023 年 9 月号

発 行: 我孫子登山倶楽部

代 表: 〒270-1164 我孫子市寿 2-9-20-208

可児 慎一

編 集: 坂本 久

原稿作成・メール配信は 坂本 久