

自然とふれあいながら、国際交流!

日曜ハイキング!!

Welcome to Sunday HIKE!!



2018年9月のスケジュール / Hike Program, September 2018

9/9 (sun) 所要時間: 4.0時間 Walking hours :4.0h	御岳・ロックガーデン・綾広の滝 / 奥多摩 Mitake, Rock Garden, Ayahiro-no-taki / Okutama	Leader: 本間 和恵 Kazue Homma Grade: ★☆☆☆☆	集合時間: 8:10 am 場所: JR新宿駅7番ホーム後ろの方 Meeting time & place: 8:10 am at the rear end of platform 7 of JR Shinjuku st.
9/23 (sun) 所要時間: 3.5時間 Walking hours :3.5h	高水三山 / 奥多摩 Takamizu-sanzan / Okutama	Leader: 小泉 徹 Toru Koizumi Grade: ★★☆☆☆	集合時間: 8:10 am 場所: JR新宿駅7番ホーム後ろの方 Meeting time & place: 8:10 am at the rear end of platform 7 of JR Shinjuku st.

<10月の予定> Scheduled for October

10/28(sun) 白山・順礼峠 / 丹沢 Hakusan Junrei-touge / Tanzawa 石森 正男 ★☆☆☆☆

・日程が変更になる事もあります。
The course schedule is subject to change.

■ 日曜ハイキングとは?

山歩きの得意なボランティアリーダーが引率して毎週日曜日、関東近郊の山々を歩いています。参加者は毎回 10~20 名程度。自然を満喫できるのももちろん、参加者との交流も楽しめます。

■ 予約は必要ありません

誰でも参加できます。当日、指定の集合場所にお集まりください。リーダーがFoEの旗をもってお待ちしております。雨の場合、集合場所でリーダーが中止の決定をします。

■ 持ち物と服装

昼食、飲み物、簡単な救急具、雨具(傘ではなく着込めるもの)、ケガ等に備え健康保険証をお持ちください。またハイキングにふさわしい服装、ハイキングシューズ、冬場は防寒着をご用意ください。

※ハイイク参加は各個人の責任です。FoEでは事故等の責任は負いかねます。

■ 費用 参加費1,000円(サポーター・学生は500円) + 交通費

参加費はFoE Japanの行う環境保護の活動費として使われます。

※サポーターの方は会員証をご提示ください。

[NO RESERVATION SYSTEM]

Just turn up at the meeting point. These trips are canceled only in case of continuous heavy rain or snow, or a typhoon warning, but the leader makes the final decision at the meeting point.

[EQUIPMENT]

Lunch, drink, a flashlight, an easy emergency implement, rain gear (not umbrella), and health insurance card in case of an accident during a hike. It is advisable to wear proper hiking or walking shoes, since some of the trails can be muddy or rocky.

[1,000 Yen FOR ONE]

to cover organizing costs and as a contribution toward work we are doing on environmental issues in Japan and through Friends of the Earth International in 74 countries around the world. Transportation expenses by each one.

Most hikes are about six hours of and many are in mountainous areas, so you should be reasonably fit. Although the leaders take every precaution, participation in all hikes is at your own risk.

FoEのホームページでも、
ハイイクプログラムをご覧いただけます。
You can get Hike information
on the web page.

<http://www.foejapan.org>

e-mailでハイイクプログラムを配信します。
ご希望の方はこちらまで。
We can send Hike information by e-mail. Those who
wish to take advantage of the offer. Please e-mail,
putting "Hiking mail member" in the subject line.

info@foejapan.org

国際環境 NGO

FoE Japan
Be a friend of the earth!

〒173-0037 東京都板橋区小茂根 1-21-9
TEL:03-6909-5983 FAX:03-6909-5986

世界74カ国にネットワークを持つ Friends of the Earth International のメンバー。限りある地球ですべての人間がバランスをとりながら心豊かに生きることができる世の中を目指し、環境問題に関する調査、普及啓発活動を行っています。

9/9 (日) 御岳・ロックガーデン・綾広の滝
/ 奥多摩

Leader: 本間 和恵 所要時間: 4.0 時間 Grade: ★☆☆☆☆

Sep 9 (sun) Mitake, Rock-Garden, Ayahiro-no-taki / Okutama

Kazue Homma Walking hours: 4.0h

御嶽駅からバスとケーブルカーで御岳神社まで行きます。綾広の滝からロックガーデンを散策し、帰りもケーブルカーで下ります。タイミングがよければ、ロックガーデンで秋の草花に会えるかも。のんびりゆっくり植物を楽しみながら歩きたい方にオススメのハイキングです。The hike starts from Mitake shrine. We go to the Rock Garden through Ayahiro-no taki and go back to Mitake-yama st. We will take a leisurely walk and enjoy looking various flowers at the Rock Garden.

【備考 / note】

◎御嶽駅改札で、9:40 に合流出来ます。You can also meet us at the ticket barrier of Mitake station at 9:40 am.

◎ホリデー快速は、前 4 両が武蔵五日市行、後 6 両が奥多摩行になります。必ず、後 6 両に乗ってください。When you get on holiday Kaisoku, please make sure to get on the rear 6 trains which are bound for Okutama st. (The front 4 trains is bound for Musahi-itsukaiti st.)

集合: 8:10 am / JR 新宿駅 7 番ホーム 後ろの方

Meeting time & place: 8:10 am at the rear end of platform 7 of JR Shinjuku station.

行き / going	帰り / return
08:19 新宿 / Shinjuku ↓ ¥920 JR ホリデー快速おくたま 5 号 /JR Holiday Kaisoku	御岳山駅 / Mitake-yama ↓ ¥590 ケーブルカー / Cable Car 滝本駅 / Takimoto ケーブル下 / Cable shita
09:40 御嶽 / Mitake	↓ ¥280 西東京バス / Nishi-Tokyo bus 御岳駅 / Mitake st. 御嶽 / Mitake
10:14 御岳駅 / Mitake st. ↓ ¥280 西東京バス / Nishi-Tokyo bus	↓ ¥920 JR 青梅線・中央線 /JR Oume, Chuo line
10:24 ケーブル下 / Cable shita 滝本駅 / Takimoto ↓ ¥590 ケーブルカー / Cable Car 御岳山駅 / Mitake-yama	新宿 / Shinjuku
交通費合計 / fare ¥3,580	

9/23 (日) 高水三山 / 奥多摩

Leader: 小泉 徹 所要時間: 4.5 時間 Grade: ★☆☆☆☆

Sep 23 (sun) Takamizu-sanzan / Okutama

Toru Koizumi Walking hours: 4.5h

高水三山は3つの山からなります。軍畑駅から杉林を歩いて1時間ほど歩くと常福院に着きます。広大な景色を楽しめるスポットもあります。惣岳山を経由して御嶽駅に下ります。Takamizu Sanzan consists of three mountains. The route reaches to Jofukuin temple after an hour of walk from Ikusabata through the cedar forest. There is a place to enjoy wide landscape. And then down to Mitake via Sogakusan.

【備考 / note】

◎軍畑駅改札で、9:55 に合流出来ます。You can also meet us at the ticket barrier of Ikusabata station at 9:55 am.

◎ホリデー快速は、前 4 両が武蔵五日市行、後 6 両が奥多摩行になります。必ず、後 6 両に乗ってください。When you get on holiday Kaisoku, please make sure to get on the rear 6 trains which are bound for Okutama st. (The front 4 trains is bound for Musahi-itsukaiti st.)

集合: 8:10 am / JR 新宿駅 7 番ホーム 後ろの方

Meeting time & place: 8:10 am at the rear end of platform 7 of JR Shinjuku station.

行き / going	帰り / return
08:19 新宿 / Shinjuku ↓ ¥920 JR ホリデー快速おくたま 5 号 /JR Holiday Kaisoku	御嶽 / Mitake ↓ ¥920 JR 中央線 / JR Chuo-line 新宿 / Shinjuku
09:20 青梅 / Oume 09:41 青梅 / Oume ↓ JR 青梅線 / JR Oume line	
09:55 軍畑 / Ikusabata	
交通費合計 / fare ¥1,840	

★雨天の場合について 雨天の場合は中止としています。中止の場合は、当日朝 7 時までに、FoE Japan ツイッターにてお知らせします。><https://twitter.com/FoEJapan>