



2019 年度入会案内

倶楽部紹介

●部員は約140名、男女ほぼ半分の割合で、年齢層は幅広く30歳代から60歳以上におよび、和気あいあいと様々な山行を楽しんでいます。

●集会は毎月1回東京都港区新橋にて実施しています。

*集会の見学も歓迎しています。

●入会は随時可能です。お気軽にお問い合わせ下さい。

●会費

入会金1,000円

会費は年5,000円

(注) ご入会後は、ご本人の活動目的によりハイキング保険または山岳保険にご加入いただきます。

予めご了承ください。

○東京都山岳連盟加盟

日本ハイキング倶楽部へようこそ

●創立は昭和8年5月と歴史の長い山岳会です。活動フィールドは里山からアルプスまで、四季を問わず豊富な山行が行われ、毎週何組かのパーティがどこかの山に登っています。

春 Spring

花開く春。
春の息吹求めて、さあ山へ。
福寿草、水仙、かたくり、梅、桜。
芽吹き始めた木々に心も踊ります。



夏 Summer

輝く緑を楽しみましょう。
真っ青な空、白い雲。
光る風を感じてみませんか。

秋 Autumn

色とりどりに染まる山。
サクサクと枯葉を踏みしめて錦秋の山を
歩くのも風情がありますね。



冬 Winter

白とブルーのコントラスト。
白銀に輝く山もまた魅力的です。

Q&A

○初心者ですが、入会は可能ですか？

山歩きをこれから始められる方も入会されています。初歩からアドバイス等を受けることも出来ます。また山行は細かくランク分けされておりますので、ステップアップを目指す事も可能です。春と秋、年2回の登山研修も行なっており、読図や救急法、ロープワークなどの学習の場も設けております。集会や見学山行に参加され、自分とフィーリングが合うと感じましたら是非ご入会下さい。

○装備は何を揃えればいいですか。

最初からすべての装備を揃える必要はありません。しかし、靴、雨具、ザックが最低必要です。

靴・・・自分の足にあったトレッキングシューズか登山靴を選んでください。実際に履いてみて、自分の足にあった靴を選びましょう。マメができる靴では山へ行く気が無くなります。山の専門店に行き、アドバイスを受けながら購入すると良いでしょう。通販で買うのはダメですよ。値段だけで決めず、いくつか履いてみて、履き心地のいい靴を選びましょう。

雨具・・・これは高価のものはそれだけの機能があります。お奨めはゴアテックスです。3万～4万円しますが、雨の時の快適性を考えると必要なものです。

ザック・・・初めて購入する場合、30～40リットル程度が営業小屋泊まりの山行にも使え、汎用性が良いと思います。

衣類等は順次揃えていけばいいと思います。ユニクロの衣類も活用できます。

その他、必要なものを順次ご購入ください。山行で経験豊富な仲間にアドバイスを求めるのも良いと思います。

○見学山行は可能ですか。

倶楽部山行のうち、原則としてA1ランクの山行（山行経験によってはA2まで）への見学山行参加が可能です。但し、山行参加は掛け捨て保険の加入が条件となります。（1日200円）既にハイキング保険や山岳保険に加入済みの方は、加入証の写しを新人担当または保険担当へお渡し頂ければ、掛け捨て保険の加入は必要ありません。

○会費はいくらですか。

入会金1,000円、年会費5,000円です。

年度途中で入会される方の年会費は

7/1～9/30の間の入会者 3,000円

10/1～12/31の間の入会者 1,500円 となっております。

○入会にあたって、年齢制限はありますか。

特に明確な年齢制限は設けていませんが、山歩きは危険が伴います。高年齢の方にとっての山歩きは厳しい運動と思います。

○山行時の歩くペースはどのくらいですか？

山行によって異なりますが、昭文社『山と高原地図』のコースタイムが目安です。(40歳～50歳の登山経験者が2～5名程度のパーティで歩くペースです)

○山岳保険の加入は必要ですか？

倶楽部山行参加時には山岳保険加入をお願いしております。

ハイキング保険またはJRO（日本山岳救助機構）をお勧めしています。

ハイキング保険は無雪期の一般的な山登りを対象としています。

JROはアイゼン、ピッケルを使用する山行までが対象となります。

山岳保険は他にも色々出ていますので、詳しくは各社保険パンフレット等をご覧ください。

○月報はどのように入手すればいいですか？

倶楽部の会員専用ページからログインして入手頂くことになります。

会員用パスワードは入会后、別途お知らせさせていただきます。

○山行の申込方法を教えてください。

月報を見て参加したい山行がありましたら、ガイドブック等を参考にするなど、山や行程を確認し、申込先にある担当者へ電話またはメールにて申し込み下さい。参加希望の山によっては山行経験等をお聞きする場合があります。技術的に難しい山等では参加をお断りさせていただく場合もございます。

