

## 中央線沿線・毎月歩く高尾山-2月 参加要項



いつもと趣向を変えて、高尾山の北側の旧甲州街道沿いに続く高尾梅郷を巡り、日影沢～いろはの森から登ります。ちょうど高尾の梅も盛り頃の頃、例年なら梅祭りの最中でしょうか。高尾駅北口からバスには乗らず、歩いてアプローチします。

行動時間＝5.0H、難易度＝GG、募集＝6名、P＝50

期 日	2023年02月28日(火)
集合場所	JR 高尾駅北口改札口 09:00
集合方法	新宿発07:54のJR中央線(快速)[高尾行き]に乗車し、高尾着08:50。
コ ー ス	高尾駅北口～上栲田橋～遊歩道梅林～関所梅林～天神梅林～まちの広場～湯の花梅林～するさし梅林～木下沢梅林～日影沢～いろはの森～高尾山～富士道～薬王院～1号路～高尾山駅(ケ-ブル-)→清滝駅～高尾山口駅
講 師	長澤 壽人 090-5495-9462
講 習 費	5,000円 *国内旅行傷害保険保険料を含みます。 *交通費等は、各自負担となります。
用意する物	一般的な登山用品(ヘッドランプ、水筒、雨具、防寒着)、行動食、コップ 地図(山と高原地図「高尾・陣馬」/2.5万図「与瀬」)、コンパスなど。

申込方法 確定表の「検討」に○印の方は、下の申込書を郵送又はFAXして下さい。  
確定表の「申込」に○印の方は、申込書の返送は必要ありません。  
\*メールでのお申し込み、お問い合わせもお受けいたします。  
\*FAXの場合は、切り取らずにお願いします。

入金方法 講習費は14日前までに、振り込み願います。  
① ゆうちょ銀行(普通)[018]4018990/長澤登山教室  
② 三菱UFJ銀行(普通)[171]0639427/長澤 壽人  
③ みずほ銀行(普通)[235]1227594/長澤 壽人  
\*出発日2週間前以降の取り消しにはキャンセル料が発生する場合があります。

長澤登山教室 / 長澤 壽人  
〒110-0002 東京都台東区上野桜木1-10-22-406  
TEL: 03-3823-7243 FAX: 03-3823-7246  
メール: nagasawa.tozan@gmail.com

## 新型コロナウイルス感染症対策のための確認事項

この度は長澤登山教室の山行にお申し込み頂き、誠にありがとうございます。お申し込みいただいた方には新型コロナウイルス感染症対策として、こちらの確認事項すべてにご回答いただくことを参加条件とさせて頂いております。ご面倒ですが、全ての項目を漏れなくご記入（または○で囲む）下さい。尚、新型コロナウイルス感染症による身体症状は急速に悪化することがあり、救助や医療が制限される山中では十分な対応が受けられないこともあります。自分だけでなく周囲のためにも、正確な情報提供につき何卒ご理解とご協力お願い申し上げます。

過去14日間のあなたの体調	以下の該当する症状がある場合はチェック <input type="checkbox"/> 37.5度以上の発熱、 <input type="checkbox"/> 咳、 <input type="checkbox"/> 咽頭痛 <input type="checkbox"/> 鼻水・鼻つまり、 <input type="checkbox"/> 頭痛、 <input type="checkbox"/> 倦怠感 <input type="checkbox"/> 味覚・嗅覚の異常、 <input type="checkbox"/> 息苦しさ
過去14日間に新型コロナ感染症患者との接触はありましたか？	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ
あなたは次にあげる既往症（持病）がありますか？	<input type="checkbox"/> 慢性呼吸器疾患、 <input type="checkbox"/> 心臓病、 <input type="checkbox"/> 糖尿病、 <input type="checkbox"/> 肝臓病 <input type="checkbox"/> 透析中、 <input type="checkbox"/> 抗癌剤使用中、 <input type="checkbox"/> ステロイド使用中 <input type="checkbox"/> 免疫不全状態、 <input type="checkbox"/> 重度の肥満（BMI>40）
その他、現在治療中の病気はございますか？	
登山中に服用する内服薬があれば、記入してください。	

＜参加の皆様へのお願い＞

- ①当日朝、かならず体温を測って下さい。集合場所で確認させていただきます。
- ②ガイドから皆様へお薬を差し上げることはできません。医療品は各自でご用意下さい。
- ③上記質問事項は正しくご記入下さい。
- ④全ての山行で、新型コロナウイルス感染症対策として以下のものをご持参下さい。
  - ・マスク3～4枚／・ネックゲーター（バフ）1つ／・手指衛生品（アルコールジェルなど）
  - ・使い捨てのゴム・プラスチック手袋／・携帯トイレ
  - ・ゴミ袋（ちり紙など体液のついたものを収納できるもの、ジプロックでも可能）

02/28(火)の「中央線沿線・毎月歩く高尾山-2月」に参加します

フリガナ		血液型	生年月日(西暦)		
氏名			年 月 日		
住所	〒 ー				
TEL	( )	FAX	( )		
メール		携帯	( )		
緊急連絡先	氏名	続柄	電話		
	住所		携帯		