20250903

＜山の遠足・秋の兆しを訪ねて駅からハイキング＞　　▲△▲長澤登山教室

奥多摩・青梅丘陵 参加要項

　下界は残暑！　とはいえ低山にも秋の気配は届いているでしょう。写真はゲンノショウコ。この花に、夏から秋の季節の移ろいを感じます。夏の名残や秋の兆しを、この時期ならではの山野草に季節を感じながらのんびりと歩きましょう。

行動時間＝3.0H、難易度＝3G、募集＝４名、P＝100

期　　日　　２０２５年０９月１６日(火)

集合場所　　JR青梅線 宮ノ平駅 改札口 ０９：３５

集合方法　　東京発０７：５６（新宿発０８：１１）のJR中央線(快速)[青梅行き]に乗車し、梅着０９：１９。同発０９：２３のJR青梅線(普通)[奥多摩行き]に乗り換え、宮ノ平着０９：２６。

コ　ー　ス　　宮ノ平駅～青梅丘陵ハイキングコース～矢倉台～青梅鉄道公園～青梅駅

講　　師　　長 澤 壽 人　　０９０－５４９５－９４６２

講 習 費　　１０,０００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「奥多摩」／2.5万図「青梅」）、コンパスなど。

20250903
▲△▲長澤登山教室

申 込 書

０９／１６㈫の「奥多摩・青梅丘陵」に参加します。

申 込 方 法
確定表の**検討**に〇印の方は、申込書をFAXor郵送して下さい。
確定表の**申込**に〇印の方は、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、申込書をお送り下さい。

講習費の支払いについて
金融機関への振り込みを廃止し、当日現金払いのみに変更します。

ふりがな		血液型	生 年 月 日（西暦）
氏名			年　　月　　日
住所	〒　　－		
tel			
fax			
mobil			
mail			
既往症			
緊急連絡先	氏名	（続柄：　　）	
	住所	〒　　－	
	tel		
	fax		
	mobil		