

# 高尾山に登ろう！

練馬区スキー協会では、今年も2024-25シーズンの行事として会員向けの「高尾山ハイク」を企画しました。

会員相互の親睦を図る行事ですが、一般参加も可能です。

11月23日(日、勤労感謝の日)午前8時半に京王線高尾山口駅の改札口付近に集合。下山後に現地解散です。

山麓から標高599メートルの山頂まで片道1時間強、都内唯一の「日本遺産」です。例年だと紅葉が見頃で、歴史あるパワースポット「薬王院」など見所もいっぱい。途中の展望台からは都内の景色が広がり、天気が良ければ山頂付近の展望台から冠雪の富士山が見えます。

下山後は名物「高尾そば」や、有名な八王子ラーメンなども楽しめます  
スキーシーズンを前に、体力チェックを兼ねて、高尾山で秋を満喫しませんか？

申し込み締め切りは11月8日(金)午後5時

詳細は裏面の実施要項をご覧ください(写真は22年10月29日の様子)



# 高尾山ハイク実施要項

1. 目的 日本遺産「高尾山」を舞台に、練馬区スキー協会会員の親睦を図り、シーズン前の体力を確認する
2. 主催 練馬区スキー協会
3. 会場 高尾山（東京都八王子市）
4. 日時 2024年11月23日（土、勤労感謝の日） 午前8時30分～午後2時半  
（現地集合、現地解散は午後2時半を予定。悪天候の場合は中止）
5. 参加資格 練馬区スキー協会会員またはスキー協会が認めた者（健脚の方、小学生以下は保護者同伴）
6. 申し込み 2024年11月8日（金）までに参加費を振り込みの上、練馬区スキー協会事務局へ（ファクス、メールで）お申し込みください
7. 参加費 **会員 1500円 非会員 2000円**  
  - ・エントリー受け付け後の取り消しの場合、参加費は返金できません
  - ・悪天候などやむをえず中止の場合、スキー協会より必要経費500円を引いて返金します
8. 集合場所・時間 京王線 高尾山口駅前の広場 午前8時半（当協会ののぼりを目安にしてください）
9. その他
  - \*行事中は協会担当者の指示に従ってください
  - \*歩行コースは集合時に案内します（予定）
  - \*当日朝の検温で37.5度以上の発熱があった方、体調不良の方、過去2週間以内に新型コロナウイルス陽性だった方は参加をご遠慮ください
  - \*未舗装の登山道を歩きますので、登山用等の歩きやすく、靴底の厚い靴でご参加ください
  - \*標高差は約400メートルありますので、雨具、水分補給等のための飲料水、栄養補給のための補助食、行動食等を各自ご用意ください
  - \*登りはおおむね20分ごとに休憩を取る予定です
  - \*山頂で昼食休憩（45分程度を予定）を取りますので、必要に応じて持参してください
  - \*ケーブルカー、リフトは利用しませんので、ご注意ください
  - \*最低限の傷害保険に加入しますが、各自でも必要に応じて傷害保険の加入等を検討してください
  - \*ごみは各自持ち帰ってください
  - \*行事中は禁煙です。ご協力をお願いします
  - \*その他、担当者の指示に従ってください

練馬区スキー協会 事務局  
 〒177-0034 練馬区富士見台 4-13-10 練馬区スキー協会 事務局  
 電話 090-6341-9159（平日午前9時～午後5時） FAX 03-4243-2936

10. 振込先 ゆうちょ銀行 総合口座 口座番号 10180-65504901 口座名 練馬区スキー協会(衽マクスィーキョウカイ)
11. 行事役員(携帯) 三浦 090-7015-8564

.....高尾山ハイク申込書.....

氏名	フリガナ _____	生年月日	西暦年	当日の満年齢 歳	男  女
	漢字 _____		年 月 日生		
住所	〒 _____	協会 使用 欄			
連絡先 TEL					