

例会案内

【グレード】《体力度》(計画書で指示された荷物を持って)

- (〃) 人里歩き・ウォーキング(クリーンハイク、新神戸から桜茶屋まで)
 ○(一) ○より難度が軽い ○(+)
 ○(+) ○より難度が重い
 ○ 一日の歩行時間3~6時間(六甲縦走路 須磨から高取まで)
 ○○ 一日の歩行時間6~8時間(六甲縦走路 須磨から市ヶ原まで)
 ○○○ 一日の歩行時間8時間以上(六甲縦走路 須磨から宝塚までを完歩)
 ○○○○ 日程全般にわたり高所で、行動が長く、総合的な体力と登高スピードが必要

《岩登り区分》

- 岩登りA 初心者対象
 岩登りB 経験者対象
 岩登りC CL、SL 対象

《技術度》(計画書で指示された荷物を持って)

- ☆ (夏) 三点確保で岩場の登降が確実にできる
 ☆☆ (夏) 会の初級程度の岩登り経験者
 ☆☆☆ 別途、参加資格条件を例会案内に記載

《例会参加のための必要労山基金口数》

- ハイキング : 3口相当以上
 岩A・沢入門 : 5口相当以上
 アルパイン・雪山・岩BC・沢 : 10口相当以上

例会参加にあたっての注意事項

- コロナウイルス感染予防対策としての参加人数の制限は、リーダー判断とします
- 参加当日は検温し、体調が悪い時は参加ご遠慮ください

<p>【217】 8/5 (金・夜) 8/7 (日)</p>	<p style="text-align: center;">夏山登山教室修了山行_第1弾 八ヶ岳 【グレード○○☆】</p> <p>◇担当 久貝壽祈 ◇集合 JR三ノ宮駅 20:00 申込期限 7/15 (金) ◇コース 8/5 三ノ宮⇒美濃戸山荘(マイカー) 8/6 美濃戸山荘⇒赤岳鉱泉⇒硫黄岳⇒横岳⇒赤岳展望荘 9km 7h 8/7 赤岳展望荘⇒赤岳⇒文三郎尾根⇒行者小屋⇒美濃戸山荘⇒三ノ宮 6km 4h ◇地図 昭文社「八ヶ岳」 ※費用: 参加者で調整 ※参加人数(受講生とスタッフを優先): 計15名 ※参加資格: 夏山登山教室トレーニング3回以上参加者(もしくは同等のトレーニング実施者)</p>
<p>【218】 8/5 (金・夜) 8/7 (日)</p>	<p style="text-align: center;">北アルプス大縦走応援山行 前穂高岳 3090m 【グレード○○】</p> <p>◇担当 西田有希 ◇集合 参加者で調整(目安は三ノ宮 22:00) 申込期限 7/1 (金) ◇コース 8/5 神戸⇒道の駅「桜の郷 荘川」(仮眠) 8/6 道の駅「桜の郷 荘川」⇒平湯⇒上高地⇒岳沢小屋⇒前穂高岳⇒岳沢小屋(宿泊・テント泊) 8km 9h 8/7 岳沢小屋⇒上高地⇒平湯⇒帰神 ◇地図 昭文社「槍ヶ岳・穂高岳」 ※参加資格: 夏山登山教室実技トレーニング3回以上参加者(若しくは同等のトレーニング実施者) ※マイカー使用です ご協力お願いします ※ヘルメット必要 ※小屋泊かテント泊か連絡願います ※同日開催の「北アルプス全縦走」とコラボ企画です</p>
<p>【219】 8/5 (金・夜) 8/15 (月)</p>	<p style="text-align: center;">本当に行くのか? 正気か? 北アルプス全縦走 【グレード○○○☆☆】</p> <p>◇担当 野々脇千紗 ◇集合 8/5 (金) JR三ノ宮駅 20:00頃 申込期限(メンバー確定済み・追加申込は受け付けません) ◇コース 8/5 三ノ宮⇒ひらゆ温泉 8/6 上高地 07:00⇒岳沢小屋 09:30⇒前穂高岳 13:00⇒穂高岳山荘 16:00 8h40m/7.8km 8/7 穂高岳山荘 05:00⇒北穂高小屋 08:00⇒南岳小屋 11:20⇒槍ヶ岳山荘 15:00 10h50m/6.7km 8/8 槍ヶ岳山荘 04:00⇒双六小屋 09:00⇒三俣山荘 09:30⇒野口五郎小屋 17:30(小屋泊) 13h30m/16.8km 8/9 野口五郎 05:00⇒烏帽子 07:40⇒不動岳 11:00⇒船窪岳 14:00⇒船窪小屋(小屋泊) 16:30 11h/11km 8/10 船窪小屋 04:00⇒針ノ木岳 11:00⇒種池山荘 18:00 13h35m/15.4km 8/11 種池山荘 05:00⇒キレット小屋 12:00⇒五竜山荘 16:30 11h30/11.2km 8/12 五竜山荘 05:00⇒唐松岳 08:00⇒白馬岳頂上宿舎 16:00 10h40m/12km 8/13 白馬岳頂上宿舎 05:00⇒雪倉岳 08:30⇒朝日小屋 12:30(小屋泊) 7h30m/11.8km 8/14 朝日小屋 05:00⇒サワガニ山 12:00⇒榎海山荘 14:30 9h10m/12.6km 8/15 榎海山荘 05:00⇒榎海新道登山口 14:30 9h30m/13.1km 榎海新道登山口⇒最寄り駅までタクシー⇒三ノ宮 ◇地図 昭文社「日本アルプス総図」 ※途中合流・離脱歓迎 差し入れください</p>
<p>【220】 8/7 (日)</p>	<p style="text-align: center;">森守ボランティア あじさい剪定 【グレード○】</p> <p>◇担当 川井三子 ◇集合 JR新神戸駅1階 9:00am 申込期限 8/1 (月) ◇コース A新神戸⇒市ヶ原⇒あじさい広場⇒市ヶ原⇒新神戸(解散) ※雨天中止</p>
<p>【221】 8/10 (水・夜) 8/13 (土)</p>	<p style="text-align: center;">劔岳バリエーション 劔岳・ハツ峰 【グレード○○○☆☆☆】</p> <p>◇担当 西田有希 ◇集合 メンバーの都合により場所、時間は調整(目安は三宮 20:00、尼崎 20:30) 申込期限 7/1 (金) ◇コース 8/10 神戸出発⇒立山ケーブル駅(幕営) 8/11 立山ケーブル駅⇒室堂⇒劔沢キャンプ場(幕営) 5h 8/12 劔沢キャンプ場⇒劔沢⇒長次郎谷⇒5.6のコーラ⇒ハツ峰⇒劔岳⇒劔沢キャンプ場(幕営) 14h 8/13 劔沢キャンプ場⇒室堂⇒立山ケーブル駅 5h ◇地図 昭文社「劔・立山」、カシミール地図 ※参加資格: 保険10口&岩登り例会経験者&懸垂下降マスター&事前ポッカトレ実施者 ※登攀具&アイゼンが必要 ※マイカー使用です ご協力お願いします</p>

<p>【222】 8/10 (水) 8/13 (土)</p>	<p>岩と雪の殿堂 劔岳・源次郎尾根 [グレード〇〇〇☆☆☆]</p> <p>◇担当 毛戸伸悟 ◇集合 8/10(水)夜行バスの場合:梅田 21:20⇒⇒立山 自家用車の場合:参加者で相談 申込期限 7/27(水) ◇コース 8/11(木)立山⇒⇒⇒室堂⇒⇒3h50m⇒劔沢 8/12(金)劔沢⇒⇒12h⇒源次郎尾根⇒劔岳⇒別山尾根⇒劔沢 8/13(土)劔沢⇒⇒3h40m⇒室堂⇒⇒⇒立山⇒帰神 ◇地図 昭文社「劔・立山」 ※登攀具、アイゼン、ピッケル必携 ※岩B資格者 ※自家用車の供出をお願いします</p>
<p>【223】 8/11 (木・祝)</p>	<p>北神戸の秘境を歩く 天保池(サギソウ)～久志峠～七曲り [グレード〇]</p> <p>◇担当 源田定之 ◇集合 神鉄道場南口駅 8:15am 申込期限 8/3(水) ◇コース 神鉄道場南口駅 8:27⇒北神戸農協 8:45⇒野瀬大杉池⇒天保池⇒中山大池⇒志久峠⇒七曲り⇒ 神鉄箕谷駅 9km 6h ◇地図 地形図 1/25000「有馬」 ※雨天中止 ※バスで現地近くまで行きます ※ビジターさんお試しハイク</p>
<p>【224】 8/11 (木・祝)</p>	<p>琵琶湖を一望大パノラマコース 比良山系・蓬莱山 1174m[グレード〇〇]</p> <p>◇担当 長尾英一郎 ◇集合 JR 湖西線蓬莱駅 9:00am 申込期限 8/1(月) ◇コース 蓬莱駅⇒薬師の滝⇒小女郎ヶ池⇒蓬莱山⇒打見山⇒志賀駅 13km 7h ◇地図 昭文社「比良山系」 ※コース状況:駅周辺に売店がない ※雨天中止 ※青春 18きっぷ、関西ワンデーパス がお得</p>
<p>【225】 8/11 (木・夜) 8/14 (日)</p>	<p>北アルプス大縦走応援山行・五輪尾根から蓮華温泉へ 白馬岳 2932m・朝日岳 2418m [グレード〇〇]</p> <p>◇担当 川井三子 ◇集合 大阪(阪急三番街) 21:00 (さわやか信州号) 申込期限 5/8(日) ◇コース 8/11 大阪(阪急三番街) 21:20⇒8/12 白馬 7:10⇒猿倉 8/12 猿倉⇒白馬尻⇒大雪渓⇒岩室跡⇒村営頂上宿舎(泊) 6km 5.5h 8/13 村営頂上宿舎⇒白馬岳⇒三国境⇒雪倉岳⇒白馬水平道⇒朝日小屋 12km 7h 8/14 朝日小屋⇒朝日岳⇒千代の吹上⇒五輪尾根⇒白高地渡渉⇒蓮華温泉 12km 6h ◇地図 昭文社「白馬岳」 ※テント泊、又は小屋泊 ※蓮華温泉で解散 糸魚川行バス 12:10⇒13:45、15:45⇒17:20 ※夏山登山教室受講済みの方 ※希望者は、8/14 蓮華温泉(泊)、8/15 笹目尾根⇒風吹山荘(泊) 8/16 桐池経由で帰神</p>
<p>【226】 8/13 (土)</p>	<p>馬の背を反対側から歩く 高取山 328m～須磨アルプス [グレード〇]</p> <p>◇担当 逢坂亜紀 ◇集合 山陽電鉄板宿駅 9:30am 申込期限 8/3(水) ◇コース 板宿駅⇒育英高校⇒安井茶屋⇒高取山⇒妙法寺⇒東山⇒馬の背⇒桐尾山⇒鉄拐山⇒旗振山⇒鉢伏山⇒ 須磨浦公園駅 11km 5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」</p>
<p>【227】 8/14 (日)</p>	<p>川辺と森林浴 六甲山系・摩耶山 702m [グレード〇]</p> <p>◇担当 田中清隆 ◇集合 JR 新神戸駅 9:00am 申込期限 8/8(月) ◇コース 新神戸駅⇒市ヶ原⇒地藏谷登山口⇒アドベンチャーコース⇒黒岩道出合⇒日時計広場⇒摩耶山⇒青谷道 ⇒行者堂跡⇒妙光院 12km 6h ※雨天中止 ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※渡渉数か所アリ ※水分は十分に ※ビジターさんお試しハイク</p>
<p>【228】 8/14 (日)</p>	<p>ナチュプロでクラッククライミング 岩登りC・堡壘岩 [グレード〇☆☆☆]</p> <p>◇担当 宇野一重 ◇集合 堡壘岩Pもしくは六甲ケーブル山上駅 7:30am 申込期限 8/7(日) ◇コース 堡壘岩P⇒堡壘岩⇒堡壘岩P (ルート:サラマン・ジグザク・コズミック等) ◇地図 トボ ※個人装備:各自シングルロープ・カム・岩登攀具一式 ※雨天中止</p>
<p>【229】 8/18 (木) 8/24 (水)</p>	<p>北海道・利尻山と十勝連峰縦走 利尻山 1721m・十勝岳 2077m [グレード〇〇〇〇☆]</p> <p>◇担当 毛戸伸悟 ◇集合 神戸空港 申込期限 5/18 (水) ◇コース 8/18 神戸空港⇒⇒⇒新千歳空港⇒⇒⇒稚内 8/19 稚内⇒⇒⇒利尻島 8/20 利尻山登山⇒10h 利尻島 8/21 利尻島⇒⇒⇒稚内⇒⇒⇒十勝岳温泉 8/22 十勝岳温泉⇒⇒10h⇒上富良野岳⇒十勝岳⇒美瑛岳⇒吹上温泉 8/23 予備日 8/24 吹上温泉⇒⇒⇒新千歳空港⇒⇒⇒神戸空港 ◇地図 昭文社「大雪山・十勝岳」「利尻・羅臼・斜里・阿寒」 ※4名まで ※同じ航空便が取得できない場合、新千歳空港集合(14:35までに到着する便で)</p>

<p>[230] 8/19 (金・夜) 8/21 (日)</p>	<p>夏山登山教室修了山行_第2弾 八ヶ岳 [グレードOO☆] ◇担当 田崎哲聡 ◇集合 JR三ノ宮駅 20:00 申込期限 7/15 (金) ◇コース 8/19 三ノ宮⇒美濃戸山荘 (マイカー) 8/20 美濃戸山荘⇒赤岳鉱泉⇒硫黄岳⇒横岳⇒赤岳展望荘 9km 7h 8/21 赤岳展望荘⇒赤岳⇒文三郎尾根⇒行者小屋⇒美濃戸山荘⇒三ノ宮 6km 4h ◇地図 昭文社「八ヶ岳」 ※費用:参加者で調整 ※参加人数(受講生とスタッフを優先):計15名 ※参加資格:夏山登山教室トレーニング3回以上参加者(もしくは同等のトレーニング実施者)</p>
<p>[231] 8/20 (土) 8/21 (日)</p>	<p>中山道を歩こう 木曾路・馬籠宿～妻籠宿 [グレードO] ◇担当 向井通孝 ◇集合 JR中津川駅 12:00 申込期限 7/16 (土) ◇コース 8/20 中津川駅⇒馬籠宿⇒宿 8km 4h 8/21 宿⇒妻籠宿⇒南木曾駅⇒大阪駅 10km 4h ◇地図 Google Map 等 ※コース状況:山道と車道 ※雨天中止 ※青春18切符を利用される方は三ノ宮駅から一緒に行きましょう</p>
<p>[232] 8/20 (土)</p>	<p>朝活ハイキング 六甲山系・風吹岩 447m [グレードO] ◇担当 岡田直子 ◇集合 阪急芦屋川駅 7:30am 申込期限 8/13 (土) ◇コース 芦屋川駅⇒高座の滝⇒地獄谷取付き⇒シキモリ道⇒風吹岩⇒七兵衛山⇒八幡谷⇒阪急岡本駅 9km 5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止</p>
<p>[233] 8/20 (土)</p>	<p>岩登りを楽しもう! 岩登りA・蓬萊峽 [グレードO☆☆] ◇担当 西田有希 ◇集合 宝塚バス停 9:00 am 申込期限 8/5 (金) ◇地図 トボ ※登攀具一式 ※労山基金5口相当 ※岩A座学受講済み</p>
<p>[234] 8/21 (日)</p>	<p>涼しさを求めて沢歩き 六甲山系・逢山峡沢歩き [グレードO☆] ◇担当 柳仁鉉 ◇集合 神鉄有馬口駅前 9:35am 申込期限 8/14 (日) ◇コース 神鉄有馬口駅前⇒東山橋⇒逢山峡沢歩き⇒猪ノ鼻橋⇒林道下山⇒東山橋⇒神鉄唐櫃台駅 4h ◇地図 吉備人出版「六甲山系・登山詳細図(西編)」 ※へつり 渡渉 ゴルジュ 泳ぎ ナメを経験します ※希望の方はお風呂に入る ※雨天中止</p>
<p>[235] 8/26 (金・夜) 8/28 (日)</p>	<p>中央アルプス南部 越百山 2614m～南駒ヶ岳 2841m [グレードOO☆] ◇担当 南山房啓 ◇集合 JR三ノ宮駅 21:00 (参加者により調整有) 申込期限 7/29 (金) ◇コース 8/26 (金) 三ノ宮⇒道の駅大桑 8/27 (土) 道の駅⇒伊奈川ダム⇒越百小屋⇒越百山 7.5km 8h 8/28 (日) 越百山⇒南駒ヶ岳⇒北沢尾根⇒伊奈川ダム 12km 8.5h 入浴、帰神 20:00頃 ◇地図 昭文社「木曾駒・空木岳」 ※マイカー利用 ※max4人 ※事前トレーニング:6月、7月のクリーンハイク、夏山トレーニングに参加 ※悪天中止</p>
<p>[236] 8/27 (土)</p>	<p>火除けの神様 愛宕山神社にお参りに行こう 京都北山・愛宕山 924m [グレードO] ◇担当 宮本和美 ◇集合 清滝バス停 8:45 am 申込期限 8/20 (土) ◇コース 清滝バス停⇒月輪寺分岐⇒空也滝⇒月輪寺分岐⇒月輪寺⇒愛宕山⇒愛宕山神社⇒黒門⇒水尾の別れ⇒荒神峠⇒保津峡駅 11km 6.5h ◇地図 昭文社「京都北山」 ※集合場所には阪急嵐山駅 or 三条京阪駅 or JR京都駅からバスで行けます ※雨天中止</p>
<p>[237] 8/27 (土) 8/28 (日)</p>	<p>コバルトブルーに輝く沢に泳ぐ(沢2級下) 大峰・前鬼川 [グレードOO☆☆] ◇担当 毛戸伸悟 ◇集合 JR三ノ宮駅 20:00 (参加者で相談) 申込期限 8/15 (月) ◇コース 8/27 三ノ宮駅⇒道⇒道の駅上北山(仮眠) 8/28 泊地⇒前鬼口⇒垢離取場⇒前鬼口⇒8h⇒帰神 ◇地図 昭文社「大峰山脈」遊行図 ※沢座学受講済、保険10口相当、沢登り経験者 ※自家用車の供出をお願いします</p>

【238】 8/28 (日)	暑さ凌ぎやすいコースに 六甲山系・記念碑台～杣谷 [グレードO] ◇担当 宇都宮孝美 ◇集合 六甲ケーブル下駅 9:00am 申込期限 8/23 (火) ◇コース 六甲ケーブル下駅→油こぶし→記念碑台→ダイヤモンドポイント→杣谷峠→杣谷→護国神社 11km 5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク
【239】 8/31 (水)	昼食はそうめん 食後のデザート等ゆっくりハイク [グレードO] 六甲山系・大師道～修法ヶ原 ◇担当 田中清隆 ◇集合 JR元町駅西口 9:00am 申込期限 8/25 (木) ◇コース 元町駅→大師道→修法ヶ原→市ヶ原→新神戸駅 8km 4h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※ゆっくりハイク コロナ暑さ対策充分に御願います ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク
【240】 8/31 (水)	西稜クラックを登ろう 岩登りB・堡壘岩 [グレードO☆☆] ◇担当 祝 良治 ◇集合 堡壘岩P 9:30am または阪急六甲 9:00am 申込期限 8/21 (日) ※リードビレイができる方 ※マイカーで堡壘岩Pに行く方は連絡下さい
【241】 9/3 (土)	神戸のランドマーク錨山と市章山から摩耶山に登ろう [グレードO] 六甲山系・錨山 292m～市章山 275m～摩耶山 702m ◇担当 坂東美碧 ◇集合 JR元町駅西口改札 8:00am 申込期限 8/27 (土) ◇コース JR元町駅西口→諏訪山公園→追谷墓地登山口→錨山→市章山→城山→猿のかずら橋→天狗道→掬星台→青谷→阪急王子公園駅 14km 6h ◇地図 吉備人出版「六甲山系登山詳細図(西編)」 ※コース状況：猿のかずら橋への下りに少しきつい所あり ※雨天中止 ※コロナ感染対策
【242】 9/3 (土)	HL ワンポイントレッスン 六甲山系・地獄谷 [グレードO☆] ◇担当 長谷川豊美 ◇集合 阪急芦屋川駅 8:30am 申込期限 8/27 (土) ◇コース 阪急芦屋川駅→高座の滝→地獄谷→風吹岩→岡本駅 6km 6h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止 ※応急手当、お助けロープの使い方の練習 ※参加資格：ステップアップ修了者、CL 担当されてる方
【243】 9/4 (日)	六甲山からゴミをなくそう！ [グレードO] クリーンハイク ◇担当 坂本千代子 坂東美碧 ◇集合 JR新神戸駅1階 8:50am 出発 9:00am ◇コース A 新神戸駅→市ヶ原→あじさい広場→森林植物園東門→桜谷分岐→摩耶山→上野道→神戸高校上(解散) B 新神戸駅→市ヶ原→あじさい広場→修法ヶ原→大師道→諏訪山公園上(解散) ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※ワンポイントレッスン【ココヘリ会員証】 ※ゴミはさみ、ゴミ袋を持参してください ※ビジターさんお試しハイク
【244】 9/7 (水)	森守ボランティア 登山道作業 [グレードO] ◇担当 川井三子 ◇集合 JR新神戸駅1階 9:00am 申込期限 9/2 (金) ◇コース 新神戸→市ヶ原→あじさい広場→市ヶ原→森林植物園東口→新神戸(解散) ※雨天中止
【245】 9/9 (金・夜) 9/11 (日)	紅葉と苔生の北八ヶ岳を楽しもう [グレードO] 白駒池～にゅう～麦草峠～茶臼山～縞枯山 2403m ◇担当 新本佳子 ◇集合 三宮南側ロータリー 20:00 申込期限 9/2 (金) ◇コース 9/9 三宮→八ヶ岳 26:00 仮眠 9/10 麦草峠→白駒池→にゅう→中山展望台→高見石小屋(泊) 9km 6.5h 9/11 高見石小屋→麦草峠→茶臼山→縞枯山→雨池峠→麦草峠→帰神 19:00 頃 9km 6h ◇地図 昭文社「八ヶ岳」 ※コロナ感染対策 ※雨天中止 ※マイカー提供お願いします

<p>【246】 9/9 (金・夜) 9/11 (日)</p>	<p>2日連続日本百名山に登ろう 【グレード〇〇】 甲斐駒ヶ岳 2967m・仙丈ヶ岳 3033m</p> <p>◇担当 長尾英一郎 ◇集合 JR三宮南ロータリー 18:00 申込期限 8/9 (火) ◇コース 9/9 JR三宮南ロータリー18:00⇒山流荘 24:00 仮眠 9/10 山流荘⇒北沢峠⇒長衛小屋⇒仙水峠⇒駒津峰⇒甲斐駒ヶ岳⇒駒津峰⇒双児山⇒長衛小屋 10km 8h 9/11 長衛小屋⇒藪沢⇒小仙丈ヶ岳⇒仙丈ヶ岳⇒小仙丈ヶ岳⇒藪沢⇒北沢峠⇒山流荘⇒三宮 21:00 ◇地図 昭文社「北岳・甲斐駒」 9.5km 8h ※参加資格: 夏山登山教室参加者(未修了山行可)を原則とする ※基本テント泊だが小屋泊は4名までは可 ※コース状況: 甲斐駒ヶ岳山頂近く岩場(巻道あり) ※マイカー使用</p>
<p>【247】 9/9 (金・夜) 9/11 (日)</p>	<p>北アルプス・初級テント泊 【グレード〇〇☆】 北アルプス・立山三山 3015m</p> <p>◇担当 中村博幸 ◇集合 三宮なか卯前 9/9 20:00 (参加者で調整) 申込期限 8/26 (金) ◇コース 9/9 三宮なか卯前⇒立山あるべん村(幕営) 9/10 立山あるべん村⇒立山駅⇒(ケーブル・バス)⇒室堂⇒雷鳥沢CP場(テント設営) ⇒別山⇒雷鳥沢CP場(幕営) 7km 5.5h 9/11 雷鳥沢CP場⇒浄土山⇒雄山⇒大走り⇒雷鳥沢CP場(テント撤収) ⇒室堂⇒(ケーブル・バス) ⇒帰神 11.5km 8h ◇地図 昭文社「剣・立山」 ※自家用車の提供をお願いします ※小屋泊希望の方は各自で予約をお願いします ※雨天中止 ※コース状況: 岩がゴロゴロしています ※夏山登山教室修了者</p>
<p>【248】 9/10 (土)</p>	<p>岩登りを楽しもう 岩登りB・烏帽子岩 【グレード〇☆☆】</p> <p>◇担当 祝 良治 ◇集合 JR道場駅 9:00am 申込期限 8/31 (水) ※リードビレイができる方 ※雨天中止</p>
<p>【249】 9/10 (土)</p>	<p>残暑のトレーニング 【グレード〇】 須磨アルプス 312m</p> <p>◇担当 小川 覚 ◇集合 JR塩屋駅 9:00am 申込期限 9/3 (土) ◇コース JR塩屋駅⇒鉢伏山⇒鉄拐山⇒桐尾山⇒横尾山⇒山陽板宿駅 9km 5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止</p>
<p>【250】 9/10 (土) 9/11 (日)</p>	<p>四国の清流で遊び、戻り鯉を食す 【グレード〇☆】 大歩危小歩危・仁淀川</p> <p>◇担当 毛戸伸悟 ◇集合 JR三ノ宮駅 7:00am 申込期限 8/7 (日) ◇コース 9/10 三ノ宮⇒⇒大歩危(ラフティングツアー参加または河原散策)⇒高知 9/11 高知⇒中津溪谷(沢登りまたは河原散策)⇒帰神 ※ラフティング、沢登り参加者は沢装備持参 ※高知泊にて鯉料理を楽しみます ※自動車の供出をお願いします</p>
<p>【251】 9/11 (日)</p>	<p>遣唐使が歩いた最古の国道・竹ノ内街道を歩こう 【グレード〇】 二上山 517m</p> <p>◇担当 相原泰夫 ◇集合 近鉄南大阪線 上ノ太子駅 10:00am 申込期限 9/6 (火) ◇コース 上ノ太子駅⇒竹内街道⇒二上山雌岳(昼食)⇒二上山雄岳⇒二上神社口駅 15km 5h ◇地図 昭文社「金剛・葛城」 ※JR三ノ宮 8:22(新快速) 8:51 大阪 8:57(1番線大和路快速加茂行) 9:24 天王寺/近鉄大阪阿倍野橋駅 9:24 (準急・橿原神宮行) 9:53 上ノ太子駅 ※読図・コンパスの勉強会をやりませう ※ビジターさんお試しハイク</p>
<p>【252】 9/11 (日)</p>	<p>地図読みハイク 【グレード〇】 岡山県・那岐山 1255m</p> <p>◇担当 アナロサ ◇集合 JR姫路駅 8:00am 申込期限 9/3 (土) ◇コース 第一駐車場⇒大神岩Cコース⇒三角点峰⇒那岐山⇒蛇淵Bコース⇒第一駐車場 9km 6h ◇地図 カシミアル地図 ※地図、コンパス必携 ※雨天中止 ※マイカー利用、ご協力をお願いします</p>
<p>【253】 9/11 (日)</p>	<p>岩登りを楽しもう! 【グレード〇☆☆】 岩登りA・蓬莱峽</p> <p>◇担当 丸山俊二 ◇集合 宝塚バス亭 8:15am 申込期限 9/2 (金) ◇地図 トポ ※登攀具一式 ※労山基金5口相当 ※岩A座学受講済</p>

<p>[254] 9/16 (金) 9/19 (月)</p>	<p>ゴジラの背を越えて行く [グレード000☆☆☆] 北穂高岳 3106m東稜・南岳 3032m大キレット</p> <p>◇担当 毛戸伸悟 ◇集合 9/16 夜行バスの場合：梅田 21:20 自家用車の場合：参加者で相談 申込期限 8/15 (月) ◇コース 9/17 上高地→涸沢ヒュッテ(仮眠) 6h 9/18 涸沢→北穂高岳→南岳小屋(仮眠) 6h10m 9/19 南岳小屋→槍平小屋→新穂高(仮眠) 6h20m→(仮眠)→帰神 ◇地図 昭文社「上高地・槍・穂高」 ※参加資格：リードビレイ、懸垂下降のできる方 ※原則小屋泊り ※自家用車の供出をお願いします</p>
<p>[255] 9/16 (金) 9/19 (月)</p>	<p>人気のバリエーションルート！！ [グレード000☆☆☆] 北鎌尾根・槍ヶ岳 3090m</p> <p>◇担当 森本友美 ◇集合 三ノ宮 なか卯前 集合時間 20:00 (参加メンバーで微調整あり) 申込期限 9/7 (水) ◇コース 9/16 神戸出発⇒平湯温泉(仮眠) 9/17 平湯温泉⇒上高地→横尾→ノッパ平→水俣乗越→北鎌沢出合 (テント泊) 17km 8h 9/18 北鎌沢出合→北鎌のコレ→北鎌平→槍ヶ岳→槍ヶ岳山荘→殺生ヒュッテ 10km 12h 9/19 殺生ヒュッテ→槍沢ロッジ→横尾→上高地 13km 6h ◇地図 昭文社「槍ヶ岳・穂高岳」 ※参加資格：岩B資格者、労山基金 10口相当 ※マイカー使用協力お願い致します</p>
<p>[256] 9/17 (土)</p>	<p>秋風の中、ゆっくり歩こう [グレード0] 新神戸～炭ヶ谷</p> <p>◇担当 池脇礼子 ◇集合 JR 新神戸駅 9:00am 申込期限 9/10 (土) ◇コース 新神戸駅→市ヶ原→森林植物園東口→瀬池分岐→炭ヶ谷→谷上駅 11km 4.5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止</p>
<p>[257] 9/18 (日)</p>	<p>仁川溪谷に挑戦を [グレード0] 六甲山系・仁川溪谷</p> <p>◇担当 柳 仁鉦 ◇集合 阪急仁川駅北側 9:00am 申込期限 9/11 (日) ◇コース 仁川駅→地すべり資料館→水管橋→広河原→ロックヒル→広河原→北山貯水池バス停→北山緑化植物園 ◇地図 吉備人出版「六甲山系登山詳細図(東編)」 7.5km 3.5h ※岩場注意 ※雨天中止</p>
<p>[258] 9/19 (月・祝)</p>	<p>ご馳走をポッカして星の駅でBBQを楽しもう！ [グレード0] 摩耶山バーベキューハイキング</p> <p>◇担当 西田有希 ◇集合 JR 新神戸駅 9:50am 申込期限 9/9 (金) ◇コース 新神戸駅→グルメシティ新神戸店(買い出し)→旧摩耶道→学校林道→天狗道→摩耶山星の駅 4km 3h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※ビジターは会員の紹介者のみ参加可 ※下山はロープウェー、ケーブルを使います ※山上で合流も可能です CLにご相談下さい ※ポッカ量は調整しますので、お気軽にご参加ください</p>
<p>[259] 9/22 (木・夜) 9/25 (日)</p>	<p>北アルプス [グレード00] 槍ヶ岳 3180m</p> <p>◇担当 西田有希 ◇集合 メンバーの都合により場所、時間は調整(目安は三宮 20:00、尼崎 20:30) 申込期限 8/12 (金) ◇コース 9/22 神戸⇒道の駅 桜の郷 荘川(仮眠) 9/23 道の駅 桜の郷 荘川⇒平湯⇒上高地⇒横尾⇒槍沢ロッジ(宿泊) or ノッパ平(幕営) 5h 9/24 槍沢ロッジ⇒ノッパ平⇒殺生ヒュッテ⇒槍ヶ岳⇒殺生ヒュッテ(宿泊・幕営) 8h 9/25 殺生ヒュッテ⇒槍沢ロッジ⇒横尾⇒上高地⇒平湯⇒帰神 8h ◇地図 昭文社「槍ヶ岳・穂高岳」 ※参加資格：今シーズンポッカトレ3回以上参加者 or 同等のトレーニング経験者 ※マイカー使用です ご協力お願いします ※テント泊希望者は例会申し込み時にご連絡願います ※参加人数：小屋泊6名、テント泊4名程度 ※小屋の予約状況によって宿泊地及び参加人数は変更の可能性有り ※コース状況：岩稜あり ハシゴあり</p>
<p>[260] 9/23 (金・祝)</p>	<p>2023年の縦走を目指して(六甲縦走トレーニング3分割③) [グレード00] 六甲ケーブル下～油コブシ～宝塚駅</p> <p>◇担当 飯島雅明 ◇集合 六甲ケーブル下駅 9:00am 申込期限 9/16 (金) ◇コース 六甲ケーブル下駅→油コブシ→ゴルフ場→軒茶屋→塩尾寺→宝塚 17km 6h ◇地図 吉備人出版「六甲山系登山詳細図東編」昭文社「六甲・摩耶」ヤママップ「六甲山縦走コース」 ※雨天中止</p>

<p>【261】 9/23 (金・祝) 9/25 (日)</p>	<p>同期入会親睦登山 (40期・41期・42期) 【グレードO+】 秋の白馬岳 2932m</p> <p>◇担当 南山房啓 ◇集合 JR三ノ宮駅 10:00am (参加者により調整有) 申込期限 6/23 (木) ◇コース 9/23 (金・祝) 三ノ宮⇒白馬 (ペンション素泊まり) 9/24 (土) 白馬⇒猿倉⇒大雪溪⇒白馬岳頂上宿舎 (泊) 5.7km 5.5h 9/25 (日) 白馬岳頂上宿舎⇒白馬岳⇒白馬大池⇒桐池 10km 5.5h 入浴、帰神 20:00頃 ◇地図 昭文社「白馬岳」 ※マイカー利用 min4人、車があれば max12人 ※軽アイゼン必須 ※ペンション 3000円 ※山小屋 13000円 (2食付き) ※テント 2000円 ※事前トレーニング: 5月、6月、7月、9月のクリーンハイク ※ミーティング: 9月クリーンハイクの後 ※小屋泊又はテン泊を選択 (予約済) ※悪天中止 ※同期入会者優先、空きがあれば同期以外も可能</p>
<p>【262】 9/24 (土)</p>	<p>北神戸「太陽と緑の道」コースNo.13 を歩く 【グレードO】 石峯寺～坊主岩～光明寺～天狗岩</p> <p>◇担当 源田定之 ◇集合 神鉄道場南口駅 8:15am 申込期限 9/16 (金) ◇コース 神鉄道場南口駅 8:27⇒北神戸農協 8:45⇒石峯寺⇒坊主岩⇒光明寺⇒天狗岩⇒フルーツフラワーパーク ◇地図 地形図 1/25000 「三田」、太陽と緑の道イラストマップ (神戸市HP) (アウトレット) 13km 6h ※雨天中止 ※アウトレットから三宮・三田行バスあり ※ビジターさんお試しハイク</p>
<p>【263】 9/26 (月・夜) 9/29 (木)</p>	<p>古希登山・紅葉を眺めて長寿をお祝い! 【グレードO】 涸沢 2309m</p> <p>◇担当 川井三子 ◇集合 阪急三番街 21:00 申込期限 7/26 (火) ◇コース 9/26 大阪⇒9/27 上高地⇒横尾山荘 (泊) 9.5km 3h 9/28 横尾⇒本谷橋⇒涸沢ヒュッテ⇒本谷橋⇒横尾山荘 (泊) 5.5km 5h 9/29 横尾⇒上高地⇒帰神 9.5km 3h ◇地図 昭文社「槍ヶ岳・穂高岳」 ※横尾山荘 1泊2食 13000円、バス代片道 12500円位 ※横尾山荘の予約が1か月前でないといけません 予約が取れない場合は他に変更・又は中止の場合もあります ※26年、27年、28年生まれ、又は10年前の還暦登山と一緒にいった人限定</p>
<p>【264】 9/26 (月・夜) 9/29 (木)</p>	<p>アラ還登山 55歳から64歳集まれ! 【グレードOO☆】 涸沢・北穂高岳 3106m</p> <p>◇担当 宇野康子 ◇集合 参加者で調整 申込期限 7/23 (土) ◇コース 9/26 夜発前夜泊 9/27 上高地⇒横尾⇒涸沢ヒュッテ泊 14km 6h 9/28 涸沢⇒北穂⇒涸沢⇒横尾山荘泊 9km 7h 9/29 横尾⇒上高地⇒帰神 9km 3h ◇地図 昭文社「槍ヶ岳・穂高岳」 ※参加資格: 55歳から64歳までの方 夏山登山教室修了者 ※マイカー又はレンタカー ※コース状況: 涸沢から北穂の往復は岩場で3点支持が必要です ※小屋泊、テント泊どちらでも可</p>
<p>【265】 9/28 (水)</p>	<p>西宮のシンボル甲山に登ろう! 【グレードO】 六甲山系・甲山 309m</p> <p>◇担当 新井公子 ◇集合 阪急夙川駅 9:30am 申込期限 9/21 (水) ◇コース 阪急夙川駅⇒北山緑化植物園⇒北山貯水池⇒神呪寺⇒甲山森林公園⇒阪急甲東園駅 5km 5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止</p>
<p>【266】 10/1 (土)</p>	<p>HL スタッフ錬成 実践練習 【グレード☆☆】 蓬莱峡</p> <p>◇担当 長谷川豊美 ◇集合 宝塚駅バス停 9:00am 申込期限 9/16 (金) ◇コース 宝塚駅バス停⇒蓬莱峡 ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※応急手当て、FIX ロープで登下降、お助けロープ練習 ※雨天中止 ※参加はHL スタッフ錬成メンバーに限る</p>
<p>【267】 10/2 (日)</p>	<p>六甲山からゴミをなくそう! 【グレードO】 クリーンハイク</p> <p>◇担当 新井公子 山口優子 ◇集合 JR新神戸駅1階 8:50am 出発 9:00am ◇コース A 新神戸駅⇒市ヶ原⇒あじさい広場⇒森林植物園東門⇒桜谷分岐⇒摩耶山⇒上野道⇒神戸高校上 (解散) B 新神戸駅⇒市ヶ原⇒あじさい広場⇒修法ヶ原⇒大師道⇒諏訪山公園上 (解散) ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※ゴミはさみ、ゴミ袋を持参してください ※ワンポイントレッスン ココヘリ会員証 ※ビジターさんお試しハイク</p>

<p>【268】 10/5 (水)</p>	<p>秋の住吉川を歩こう 〔グレードO〕</p> <p style="text-align:center">六甲山系・住吉道～有馬温泉</p> <p>◇担当 岡部久高 ◇集合 JR住吉駅 8:30am 申込期限 9/28 (水) ◇コース 住吉駅前→エクセル東(終点)→住吉道→七曲道→軒茶屋→稲荷神社 9km 6h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※住吉駅前から「くるくるバス」乗車 210円 ※雨天中止 ※希望者は銀の湯で入浴 ※ビジターさんお試しハイク</p>
<p>【269】 10/5 (水)</p>	<p>森守ボランティア 登山道作業 〔グレードO〕</p> <p>◇担当 川井三子 ◇集合 JR新神戸駅1階 9:00am 申込期限 9/30 (金) ◇コース 新神戸→市ヶ原→あじさい広場→市ヶ原→新神戸(解散) ※雨天中止</p>
<p>【270】 10/5 (水・夜) 10/8 (土)</p>	<p>八ヶ岳連峰を北から南へ歩いてみよう 〔グレードOO☆〕</p> <p style="text-align:center">北横 2480m・天狗・硫黄・横・赤 2899m・権現・編笠山</p> <p>◇担当 村田左千代 ◇集合 JR西宮駅 18:00 (参加者と相談) 申込期限 9/21 (水) ◇コース 10/6 北八ヶ岳ロープウェイ 8:40⇒山頂駅 9:00⇒北横岳→縞枯山→麦草峠→高見石小屋 15:00 6h 10/7 高見石小屋 6:00⇒東天狗→西天狗→夏沢峠→硫黄岳→横岳→赤岳頂上山荘 14:00 8h 10/8 赤岳頂上山荘 6:00⇒赤岳→キレット小屋→旭岳→権現岳→編笠山→雲海→観音平 13:00 ⇒北八ヶ岳ロープウェイ駅⇒JR西宮駅 7h ◇地図 昭文社「八ヶ岳」 ※小屋泊装備で3日間標準コースタイムで歩けること ※岩稜帯・長い梯子あり ※道の駅前夜泊 ※ロープウェイ 1200円 ※高見石小屋 2食 9500円、頂上山荘 2食 12000円 ※タクシー代約 3000円 (人数による) ※4人程度 (マイカーの提供があれば8人まで) ※マイカー・ドライバーのご協力をお願いします</p>
<p>【271】 10/7 (金・夜) 10/10 (月・祝)</p>	<p>北アルプス屈指の人気コース・紅葉展望稜線歩き 〔グレードOO+〕</p> <p style="text-align:center">燕岳 2763m～蝶ヶ岳 2664m縦走</p> <p>◇担当 南山房啓 ◇集合 JR三ノ宮駅 20:00 (参加者により調整) 申込期限 8/7 (日) ◇コース 10/7 三ノ宮⇒梓川SA 10/8 梓川SA⇒穂高駅P⇒中房温泉⇒合戦小屋⇒燕山荘(泊) 燕岳ピストン 6km 6h 10/9 燕山荘⇒大天井岳⇒常念小屋(泊) 10km 6.5h 10/10 常念小屋⇒常念岳⇒蝶ヶ岳⇒蝶ヶ岳ヒュッテ⇒三股⇒穂高駅P 12km 9h 入浴、帰神 20:00頃 ※10/10は早出のため小屋での朝食は弁当になります ◇地図 昭文社「槍ヶ岳・穂高岳」 ※コース時間は1.2倍で算出 ※小屋泊又はテント泊を選択(燕山荘は予約済) ※悪天中止 ※前泊(テントor車中) ※六甲半縦・全縦を標準時間で歩けること ※マイカー利用定員4人、min3人で実施 ※クリーンハイク等事前トレーニングできる方</p>
<p>【272】 10/7 (金・夜) 10/10 (月)</p>	<p>マルチクライミングを楽しもう IN北岳 〔グレードOOO☆☆☆〕</p> <p style="text-align:center">北岳バットレス・第4尾根</p> <p>◇担当 佐々木枝理子 ◇集合 阪急西宮北口駅 南ロータリー 20:00 申込期限 8/20 (土) ◇コース 10/8 芦安駐車場→広河原→白根御池小屋→テント場→下見→テント場 10/9 白根御池テント場→バットレス第4尾根→北岳山頂→八木歯のコーラ→左俣コース→テント場 10/10 白根御池テント場→広河原→芦安駐車場→帰神 ※小屋泊を希望される方は個人で予約をお願いします ※定員4名 ※雨天中止 ※参加資格: リードクライミング出来ること・マルチクライミング経験者・労山基金 10口相当</p>
<p>【273】 10/8 (土) 10/10 (月・祝)</p>	<p>オーバ60 くさもみじの苗場山を堪能しよう 〔グレードO〕</p> <p style="text-align:center">苗場山 2145m</p> <p>◇担当 内村忠博 ◇集合 JR六甲道駅 8:30am 申込期限 定員になり次第締め切 ◇コース 10/8 JR六甲道⇒長野県栄村泊 10/9 栄村⇒登山口⇒苗場山 頂上小屋泊 4.5km 4h 10/10 苗場山⇒登山口⇒JR六甲道 4.5km 3.5h ◇地図 昭文社「谷川岳 苗場山・武尊山」 ※雨天中止</p>
<p>【274】 10/8 (土) 10/10 (月・祝)</p>	<p>四国遍路道を歩こう 〔グレードOO+〕</p> <p style="text-align:center">徳島県・11番～17番札所</p> <p>◇担当 向井通孝 ◇集合 高速舞子バス停 9:00am 申込期限 9/10 (土) ◇コース 10/8 高速舞子バス停⇒徳島駅⇒鴨嶋駅⇒旅館 10/9 旅館⇒藤井寺 11番札所⇒流水庵⇒焼山寺 12番札所⇒杖杉庵⇒旅館 23km 9.5h 10/10 旅館⇒大日寺 13番札所⇒井戸寺 17番札所⇒徳島駅⇒高速舞子バス停 27km 8.5h ◇地図 へんろみち保存協力会「地図編」 ※コース状況: 山道と車道 ※雨天決行</p>

<p>【275】 10/8 (土) 10/11 (火)</p>	<p>東北の紅葉をめぐる山旅 [グレードOO] 栗駒山 1626m・鳥海山 2236m</p> <p>◇担当 毛戸伸悟 ◇集合 神戸空港 7:30am 又は 仙台空港 9:30am から 14:00 頃までに現地集合 申込期限 8/7 (日) ◇コース 10/8 神戸空港⇒⇒⇒仙台空港⇒⇒⇒栗駒山近辺の宿 10/9 栗駒山登山 4h⇒⇒⇒鳥海山近辺の宿 10/10 鳥海山登山 9h 10/11 ⇒⇒⇒仙台空港⇒⇒⇒神戸空港 ◇地図 昭文社「栗駒・早池峰」「鳥海山・月山」 ※原則雨天決行</p>
<p>【276】 10/12 (水)</p>	<p>今日も大師道をパトロール [グレードO] 六甲山系・大師道～再度山 470m</p> <p>◇担当 田中菜穂子 ◇集合 JR 元町駅西出口 9:00am 申込期限 10/5 (水) ◇コース JR 元町駅→大師道→大龍寺→再度山→修法ヶ原→大師道→JR 元町駅 9km 5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止</p>
<p>【277】 10/14 (金) 夜 10/16 (日)</p>	<p>黒部峡谷 [グレードOO☆] 下ノ廊下</p> <p>◇担当 西田有希 ◇集合 21:00 頃 大阪バスターミナル 申込期限 8/19 (金) ◇コース 10/14 大阪バスターミナル⇒扇沢 10/15 扇沢⇒黒部ダム⇒内蔵助谷出合⇒十字峡⇒仙人谷ダム⇒阿曾原温泉小屋 (宿泊) 8H 10/16 阿曾原温泉小屋⇒志合谷⇒樺平上部⇒樺平⇒宇奈月温泉⇒金沢駅⇒新大阪駅 5H ◇地図 昭文社「劔・立山」 ※参加資格：今シーズンポッカトレ3回以上参加者 or 同等のトレーニング経験者 ※シーズン毎に開通時期が変わるので、日程変更 (または中止) の可能性があることをご承願います</p>
<p>【278】 10/15 (土)</p>	<p>保津川～清滝川 清流巡り [グレードO] 亀岡・明智越 420m</p> <p>◇担当 山本 潔 ◇集合 JR 亀岡駅改札口 9:30am 申込期限 10/8 (土) ◇コース JR 亀岡駅→明智越登り口→峯の堂 (むねんどう) →土用の霊泉→鉄塔→水尾分岐→保津峡駅対岸 →落合橋→清滝→阪急嵐山駅 11km 6h 電車：新快速 (米原行) JR 三ノ宮 7:35-芦屋 7:44-尼崎 7:52-大阪 8:00-京都 8:29 京都で JR 嵯峨野線 園部行きに乗換 京都 8:40-亀岡 9:08 ◇地図 昭文社「京都北山」 ※雨天中止 ※清滝⇒阪急嵐山駅 京都バス 230 円</p>
<p>【279】 10/15 (土)</p>	<p>名酒を生んだ住吉道で六甲山頂上へ [グレードO] 六甲山系・六甲最高峰 931m</p> <p>◇担当 長尾英一郎 ◇集合 JR 住吉駅 8:00am 住吉台くるくるバスでエクセル東へ移動 申込期限 10/5 (水) ◇コース エクセル東→住吉道→西お多福山→石宝殿→六甲山山頂→東お多福山→エクセル東 13km 7h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止 ※くるくるバス 210 円 ※解散後は魚崎郷で吟醸酒を楽しみましょう</p>
<p>【280】 10/15 (土)</p>	<p>マルチクライミングを楽しもう [グレードO☆☆☆] 岩登り B・不動岩東壁</p> <p>◇担当 佐々木枝理子 ◇集合 JR 道場駅 9:00am 申込期限 9/30 (金) ◇コース JR 道場駅→不動岩東壁→JR 道場駅 ※雨天中止 ◇地図 トボ ※労山基金 10 口相当 ・マルチクライミング経験者・登攀具一式、W ロープ 定員 6 名</p>
<p>【281】 10/15 (土) 10/16 (日)</p>	<p>ゆるキャンを楽しもう！ [グレードO] 福井県・青葉山 693m</p> <p>◇担当 長谷川豊美 ◇集合 JR 三ノ宮駅南側ロータリー 8:00am (参加者で調整あり) 申込期限 9/30 (金) ◇コース 10/15 三ノ宮駅→松尾寺→青葉山西峰→松尾寺→青葉山ハーバルビレッジ (テント泊) 3km 2.5h 10/16 テント場→青葉山東峰→西峰→テント場⇒帰神 4km 4h ◇地図 青葉山登山マップ ※マイカー使用 (4 名まで) マイカー協力あれば 8 名まで可 ※ソロテント使用予定 ※雨天中止 ※担当者キャンプ経験少ない為ご協力お願いします</p>
<p>【282】 10/16 (日)</p>	<p>讓葉山の 5 峰制覇 [グレードO] 六甲山系・讓葉山 514m～行者山 415m</p> <p>◇担当 柳 仁鉉 ◇集合 JR 生瀬駅 9:00am 申込期限 10/9 (日) ◇コース JR 生瀬駅→赤子谷ルート→讓葉山→行者山→西山団地バス停→阪急逆瀬川駅 5.5km 4h ◇地図 吉備人出版「六甲山系登山詳細図 (東編)」 ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク</p>

【283】 10/16 (日)	魚屋道を歩く 六甲山系・一軒茶屋 [グレードO] ◇担当 藤原久美子 ◇集合 阪神深江駅 9:00am 申込期限 10/10 (月) ◇コース 阪神深江駅→蛙岩→風吹岩→雨ヶ峠→軒茶屋→有馬温泉駅 13km 6h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※阪神深江駅で魚屋道の起源の碑を見ます ※雨天中止
【284】 10/18 (火)	花シリーズ リンドウ・センブリ 六甲山系・東お多福山 [グレードO] ◇担当 西川紀子 ◇集合 阪急芦屋川駅 9:20am 申し込み期限 10/13 (木) ◇コース 芦屋川駅→東お多福登山口→土樋割→東お多福山→雨ヶ峠→七曲り→六甲山頂→有馬温泉 10km 5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止 ※9:30 発ハイランド行きバスに乗車、東お多福登山口下車
【285】 10/21 (金・夜) 10/23 (日)	四国の屋根を歩く 丸山荘で焼肉!? 石鎚山系・伊予富士 1756m 笹ヶ峰 1860m [グレードOO] ◇担当 三浦寛治 ◇集合 三宮駅北側なか卯前 20:00 申込期限 10/1 (土) ◇コース 10/21 三ノ宮→寒風山トンネル南口駐車場 幕営仮眠 10/22 寒風山トンネル南口駐車場→桑瀬峠→伊予富士→桑瀬峠→寒風山→丸山荘 11km 7h 10/23 丸山荘→笹ヶ峰→南尾根登山口→寒風山南口駐車場→帰神 7km 3h ◇地図 昭文社「石鎚・四国剣山」 ※コース状況：笹原の縦走路、笹ヶ峰からは長い急坂と林道歩き ※雨天中止 ※車の提供をお願いします ※丸山荘 1泊3食 7700円 (22/6 現在)
【286】 10/22 (土) 10/23 (日)	紅葉の中でBBQキャンプをしよう! 氷ノ山 1510m [グレードO] ◇担当 宇野康子 ◇集合 三ノ宮駅又は参加者で調整 10:00am 申込期限 10/8 (土) ◇コース 22日 三ノ宮駅→和田山→福定親水公園キャンプ場テント泊 23日 福定親水公園→氷ノ山越→氷ノ山山頂→神大ヒュッテ→福定親水公園→帰神 10km 5.5h ◇地図 昭文社「氷ノ山・鉢伏・神鍋」 ※キャンプ場にテント装備を置いて軽い装備で登ります ※雨天中止 ※マイカーの提供をお願いします
【287】 10/22 (土)	大峰山脈の支峰 (関西百名山) 大峰山系・稲村ヶ岳 1726m [グレードOO] ◇担当 中村博幸 ◇集合 三宮なか卯前 7:00am (参加者で調整) 申込期限 10/13 (木) ◇コース 三宮なか卯前→洞川温泉→法力峠→山上辻→稲村ヶ岳(ピストン) →洞川温泉→帰神(三宮なか卯前) ◇地図 昭文社「大峰山脈」 15km 6.5h ※「10-12月 例会企画案」では青葉山を予定していましたが、前週の例会と重複したため先行を変更 ※人数により家用車の提供をお願いします ※雨天中止
【288】 10/22 (土)	紅葉を堪能しましょう 六甲山系・旧摩耶道～トゥエンティクロス [グレードO] ◇担当 大坪 豊 ◇集合 JR 新神戸駅 8:45am 申込期限 10/15 (土) ◇コース 新神戸駅→旧摩耶道→掬星台→桜谷道→トゥエンティクロス→新神戸駅 12km 6.5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止
【座学】 10/23 (日)	登りの心得・装備・ロープワーク 岩登りA・座学 [グレード☆] ◇担当 西田有希 ◇集合 会事務所 16:00 申込期限 10/14 (金) ※岩登りA実技参加には事前座学受講が必須です (労山基金5口相当加入必要) ※受講者対象・岩A実技予定日 10/30 蓬萊峽
【289】 10/23 (日)	曾爾高原にススキを見に行きましょう 室生山地・倶留尊山 1037m [グレードO] ◇担当 渡辺和美 ◇集合 近鉄名張駅 10:00am 申込期限 10/16 (日) ◇コース 名張駅→中太郎生→西浦峠→三ツ岩→倶留尊山→二本ボソ→亀山峠→曾爾高原→名張駅 9km 4h ◇地図 昭文社「大台ヶ原」 ※バス代 1660円 入山料 500円 ※雨天中止
【290】 10/23 (日)	涼くなってきたかな? 秋のハイキングを楽しもう! 中山連山 478m [グレードO] ◇担当 石田沙有里 ◇集合 阪急中山観音駅 9:00am 申込期限 10/16 (日) ◇コース 阪急中山観音駅→夫婦岩→中山最高峰→満願寺西山→阪急山本駅 11km 4.5h ◇地図 昭文社「北摂・京都西山」 ※コース状況：岩場あり ※雨天中止

【291】 10/26 (水)	城シリーズ第24回 信長の天下統一の城 安土城 ◇担当 内村忠博 ◇集合 JR三ノ宮駅 9:00am ◇コース JR三ノ宮→JR安土駅→安土城→JR安土駅→JR三ノ宮 3km 4h ◇地図 グーグルマップ等 ※雨天中止	【グレードO】 申込期限 10/19 (水) ※ビジターさんお試しハイク
【292】 10/26 (水)	秋風を感じながら歩きましょう 播磨・高御位山 304m ◇担当 長谷川豊美 ◇集合 JR曾根駅 9:00am ◇コース 曾根駅→豆崎登山口→大谷山→百間岩→高御位山→馬の背→大鳥居→曾根駅 10k 6h ◇地図 地形図1/25000「加古川」 ※コース状況：岩場があります ※雨天中止	【グレードO】 申込期限 10/19 (水)
【293】 10/29 (土)	色づいたブナの原生林を歩く 岡山県・高清水トレイル ◇担当 菅 千景 ◇集合 JR三ノ宮駅 6:30am 参加者により調整有り ◇コース 人形峠駐車場→高清水高原→霧ヶ原→伯州山→赤和瀬駐車場 8km 5h ◇地図 地形図1/25000「上斎原」「三朝」 ※雨天中止 ※マイカー利用 ご協力お願いします ※駐車場連絡便(有料)を利用する場合があります	【グレードO】 申込期限 10/19 (水)
【294】 10/29 (土)	リベンジ! ムラサキセンブリ ナガモッコク尾根 ◇担当 西村和也 ◇集合 宝塚バス停2番乗り場 8:20am 8:27 発の有馬温泉行に乗車します ◇コース しるべ岩バス停→座頭谷→ムラサキセンブリ群落→ナガモッコク尾根→岩原山→縦走路→焼石原→社家郷山→東屋(昼食)→六甲保養荘 10km 5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※コース状況：ナガモッコク尾根下部はロープの急な登りです ※六甲保養荘は日帰り入浴可能 550円、15:00迄 ※六甲保養荘から夙川・西宮北口までさくらやまなみバス220円です ※雨天中止	【グレードO+】 申込期限 10/22 (土)
【295】 10/29 (土)	美味しいスペアリブを食べに行こう! 再度山荘でスペアリブランチ ◇担当 坂本千代子 ◇集合 JR新神戸駅 10:00am ◇コース 新神戸駅→大龍寺→修法ヶ原→再度山荘→JR元町駅 6km 3h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天時、JR元町駅から直接再度山荘へ向かいます ランチセット2,000円 ※定員8名	【グレード(^~)] 申込期限 10/21 (金)
【296】 10/29 (土)	堡壘のクラックを登ろう 岩登りB・堡壘岩 ◇担当 祝 良治 ◇集合 堡壘岩P 9:30am ※リードビレイができる方	【グレードO☆☆】 申込期限 10/22 (土)
【297】 10/29 (土)	初級マルチピッチクライミング 岩登りB・百丈岩 ◇担当 毛戸伸悟 ◇集合 JR道場駅 9:00am ※雨天中止 ※労山基金10口相当以上 ※定員5名	【グレードO☆☆】 申込期限 10/22 (土)
【298】 10/29 (土) 10/30 (日)	紅葉に恵まれた稜線を歩きたい 四国・三嶺山 1894m~剣山 1955m縦走 ◇担当 藤戸里香 ◇集合 JR明石駅 7:00am 車提供あれば参加者による ◇コース 10/29 見ノ越→バス利用11:25名頃→名頃登山口→三嶺ヒュッテ→三嶺山→三嶺ヒュッテ泊 5km 4h 10/30 三嶺ヒュッテ6:00→高の瀬→丸石→剣山→見ノ越駐車場 入浴後帰神 20:00頃 18km 7h ◇地図 昭文社「石鎚・四国剣山」 ※定員4名 車の提供あれば8名 ※無人避難小屋のためマット・シュラフが必要 個食・念のため水担ぎます ※雨天中止 ※一部に岩稜・鎖場あり	【グレードOO】 申込期限 10/17 (月)
【299】 10/30 (日)	秋です 大阪府と和歌山県の県境を歩こう 紀泉アルプス・雲山峰 490m~紀ノ川 ◇担当 岡部久高 ◇集合 JR阪和線山中溪駅 9:30am ◇コース 山中溪駅→四ノ谷山→雲山峰→地蔵山→行者堂分岐→大関橋→JR六十谷駅 12km 5.5h ◇地図 地形図1/25000「淡輪」 ※雨天中止	【グレードO】 申込期限 10/23 (日) ※ビジターさんお試しハイク

<p>【300】 10/30 (日)</p>	<p>スキの山で亀甲白熊を探そう 〔グレードO〕 岩湧山 897m</p> <p>◇担当 岡田直子 ◇集合 南海高野線 河内長野駅 8:45am 申込期限 10/21 (金) ◇コース 河内長野駅→滝畑ダムバス停→滝畑登山口→千石谷林道→扇山分岐→扇山→岩湧山→五ツ辻→根古峰→岩湧山三合目→紀見峠駅 10km 6h ◇地図 昭文社「金剛・葛城」 ※9:04 発のバスに乗車します ※雨天中止</p>
<p>【301】 10/30 (日)</p>	<p>岩登りを楽しもう！ 〔グレードO☆☆〕 岩登りA・蓬萊峽</p> <p>◇担当 西田有希 ◇集合 宝塚バス停 9:00am 申込期限 10/21 (金) ◇地図 トポ ※登攀具一式 ※労山基金5口相当 ※岩A座学受講済み</p>
<p>【302】 10/30 (日)</p>	<p>ハードフリーでマルチピッチクライミングを楽しもう！ 〔グレードOO☆☆☆〕 雪彦山・三峰岳・友人登路 5.11b (5.10b)</p> <p>◇担当 宇野一重 ◇集合 賀野神社P 9:00am もしくは JR 神戸駅前 6:30am マイカー 申込期限 10/23 (日) ◇コース 賀野神社P・登山口→三峰取付・4ピッチクライミング→ピーク→懸垂2回・クライムダウン→地藏東稜取付→登山口・賀野神社P ◇地図 トポ ※参加レベル：烏帽子、駒形 5.10b 以上・不動 5.10a 以上をリードクライミングしていること ※コース状況：ルートは参加者のレベルで 5.11b か 5.10b を選択します 定員：リーダー以外 3 人まで</p>