

## 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・ウオーキング(クリーンハイク、新神戸から桜茶屋まで)  
 ○(ー) ○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

### ＜雪山ハイキング参加資格＞

初級雪山ハイキング：雪山ハイキング講座修了済、保険5口相当

中級雪山ハイキング：昨シーズン以前に雪山ハイキング講座修了済、保険10口相当、山行部アイゼントレ又は中級雪山アイゼントレに参加必須

【350】 12/3 (土)	<b>HLTワンポイントレッスン応急手当、お助けロープの使い方</b> [グレード○☆] <b>六甲山系・地獄谷</b>
	◇担当 田中武雄 ◇集合 阪急芦屋川駅 9:00am 申込期限 11/26 (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 ※参加資格 ステップアップ修了者 CL担当者
【351】 12/3 (土)	<b>眺望のあとは色づく谷をゆっくりと</b> [グレード○] <b>六甲山系・天狗岩～紅葉谷</b>
	◇担当 永末康史 ◇集合 JR住吉駅 9:00am 神戸市バス38系統で渦森橋へ 申込期限 11/26 (土) ◇コース 渦森橋→寒天橋→天狗岩→六甲ガーデンテラス→極楽茶屋跡→紅葉谷道→有馬温泉駅 9km 5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※コース状況：紅葉谷道は渡渉あり ※雨天中止 ※神戸市バス210円 ※有馬温泉入浴可
【352】 12/3 (土)	<b>城シリーズ第26回 四百年盛衰を繰り返した淡河の城</b> [グレード○] <b>淡河城</b>
	◇担当 内村忠博 ◇集合 神鉄三木駅 9:30am 申込期限 11/26 (土) ◇コース 神鉄三木駅→神姫バス→福有橋バス停→下川原停留所→淡河城→神鉄三木駅 2km 2h ◇地図 地形図1/25000「淡河」 ※バス料金(片道)新開地～三木間740円 神姫バス三木～下川原停留所650円 ※ビジターさんお試しハイク
【353】 12/3 (土)	<b>岩登りを楽しもう</b> [グレード○☆☆] <b>岩登りB・烏帽子岩</b>
	◇担当 佐々木枝理子 ◇集合 JR道場駅 8:00am ※雨天中止 ※リードビレイができる 申込期限 11/20 (日)
12/3 (土)	<b>今年の山行を振り返って-「行く山、来る山」山行部・忘年会</b> [グレード〇] ◇担当 八重垣宏一 ◇集合 JR道場駅 16:00 申込期限 11/26 (土) *大北商店2F(道場駅前)に宿泊します(日帰り可) 食器一式、セラフ、マット、洗面具、タオル等必要 *どなたでも参加いただけます *費用は当日集金します
【354】 12/4 (日)	<b>六甲山からゴミをなくそう! クリーンハイク</b> [グレード○] ◇担当 中村博幸 渡辺和美 ◇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「シートベント」 ※ビジターさんお試しハイク
【座学】 12/6 (火)	<b>雪山ハイキング講座座学 雪山の心得・装備・食料</b> ◇担当 池脇礼子 ◇集合 会事務所 19:00開始 申込期限 11/20 (日) ※心得・歩行：山内 装備：坂東 食料：下垣内 ※雪山ハイキング例会に初めて参加される方は必ず受講して下さい ※雪山例会には保険5口以上加入が必要

【355】 12/7 (水)	森守ボランティア ◇担当 川井三子 ◇集合 JR 新神戸駅1階 9:00am ◇コース 新神戸駅→あじさい広場→トウエンティクロス→新神戸駅(解散) ※雨天中止 ※お昼に具沢山スूप用意します、食器ご持参下さい	登山道整備 [グレードO] 申込期限 12/2 (金)
【356】 12/7 (水)	ちょっと変わった谷筋から有馬へ 六甲山系・蛇谷北尾根 ◇担当 朝元茂夫 ◇集合 阪急芦屋川駅 9:20am ◇コース 阪急芦屋川駅→東お多福山登山口→東お多福山→土井割峠→蛇谷北山→石宝殿→瑞宝寺谷 ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※阪急芦屋川から東お多福山登山口までバス利用	[グレードO] 申込期限 11/30(水) →瑞宝寺公園 6km 5h ※ビジターさんお試しハイク
【357】 12/10 (土)   12/11 (日)	雪山バリエーション 宝剣岳・サギダル尾根 ◇担当 佐々木枝理子 ◇集合 阪急西宮北口南ロータリー 6:30am (参加者により変更あり) ◇コース 12/10 菅の台バスセンター12:15 発⇒千畳敷駅13:07 着⇒頂上山荘テント場15:30 幕営 12/11 頂上山荘テント場5:30⇒千畳敷⇒サギダル尾根取付き⇒宝剣岳⇒千畳敷駅⇒菅の台バスセンター ◇地図 昭文社「木曾駒・宝剣」 ※雨天中止 ※参加条件: 労山基金10口相当・山行部雪山バリエーション経験者 ※マイカーの協力をお願いします	[グレードOO☆☆☆] 申込期限 11/18 (金) ⇒帰神
12/10 (土)	<del>3度目の正直です ゆっくりゆっくと黒岩尾根を歩こう</del> 六甲山系・黒岩尾根～摩耶山702m 中止になりました	[グレードO]
【358】 12/10 (土)	二つの山を越えて修法ヶ池でほっこりしませんか 六甲山系・菊水山459m～鍋蓋山486m～修法ヶ原 ◇担当 中津恵美子 ◇集合 神戸電鉄鶴超駅 9:00am ◇コース 鶴超駅→菊水山→鍋蓋山→修法ヶ原→大師道→元町駅 11km 6h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止	[グレードO] 申込期限 12/5 (月)
【359】 12/11 (日)	甲賀忍者の里で、行場修行をしよう! はんどうさん 飯道山664m ◇担当 岡部久高 ◇集合 JR 草津線貴生川駅 9:30am ◇コース 貴生川駅→日吉神社→飯道山休憩所→杖の権現茶屋休憩所→飯道山→飯道神社→ ◇地図 地形図1/25000「三雲」 信楽高原鉄道紫香楽宮跡駅 12km 6h ※飯道神社にて岩場の行場、ロープ・鎖あり ※雨天中止 ※信楽高原鉄道は1時間に1本	[グレードO☆] 申込期限 12/4 (日)
【360】 12/11 (日)	私の初めて歩く山 No2 六甲山系・樫ヶ峰457m～東観峰383m ◇担当 柳 仁鉉 ◇集合 阪急夙川駅 9:25am さくらやまなみバス 9:31am ◇コース 六甲保養荘バス停→樫ヶ峰→社家郷山→焼石ヶ原道→行者山→東観峰→西山団地前バス停 8.5km 3.5h ◇地図 吉備人出版「六甲山系登山詳細図(東編)」 ※雨天中止	[グレードO] 申込期限 12/4 (日) ※ビジターさんお試しハイク
【361】 12/11 (日)	見晴るかす須磨ノ浦～茅渚の海 六甲西半縦・塩屋～鍋蓋山486m～新神戸 ◇担当 三浦寛治 ◇集合 JR 塩屋駅改札口 8:00am ◇コース JR 塩屋駅→旗振山→高取山→菊水山→鍋蓋山→市ヶ原→新神戸駅 22km 8h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」等 ※コースタイム以内で歩き通せる方 ※途中、自販機/コンビニ/トイレあり ※雨天中止	[グレードOO] 申込期限 12/3 (土)
【362】 12/11 (日)	岩登りを楽しもう! 岩登りA・蓬萊峽 ◇担当 久貝 壽祈 ◇集合 阪急宝塚駅改札前 9:00am ◇コース 行き タクシー使用 (バス冬季運休のため) 帰り 生瀬駅まで徒歩 3.5km 1h ◇地図 トポ ※ 登攀具一式 ※労山基金5口相当 ※雨天中止 ※岩A座学受講済み	[グレードO☆☆] 申込期限 11/30 (水)

【363】 12/17 (土)	<b>京都ブラブラ 32 鎌倉殿の13人クライマックス</b> <b>いざ鎌倉！ 鶴岡八幡宮</b> ◇担当 白川英夫 ◇集合 JR 鎌倉駅 10:30am ◇コース 鎌倉駅→鶴岡八幡→来迎寺→建長寺→本覚寺→鎌倉駅 10km 6h ◇地図 ゲーグルマップ等 ※雨天中止 ※拝観散策 2.0時間 ※拝観料等 ≒2,000円 ※ビジターさんお試しハイク	【グレード(^)^】 申込期限 12/12 (月)
【364】 12/17 (土)	<b>ゆっくり歩こう</b> <b>荒地山 549m～七兵衛山 462m～打越山 481m</b> ◇担当 池脇礼子 ◇集合 阪急芦屋川駅 9:00am ◇コース 阪急芦屋川駅→高座の滝→荒地山→七兵衛山→打越山→JR 住吉駅 10km 5.5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止	【グレードO】 申込期限 12/10 (土)
【365】 12/17 (土)	<b>H.Lスタッフ錬成 実践練習 六甲山・三枚岩</b> ◇担当 岡田直子 ◇集合 JR 新神戸駅 9:00am ◇コース 新神戸駅→市ヶ原→トウエンティックロス→桜谷分岐→三枚岩→新穂高→杣谷峠→杣谷→阪急六甲駅 13km 7.5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※ロープワーク練習 ※雨天中止 ※ヘルメット必須、スリング・カラビナ等ハイキング基本装備必要 ※参加はH.Lスタッフ錬成メンバーに限る	【グレードOO☆】 申込期限 12/9 (金)
【366】 12/18 (日)	<b>一年をふりかえって</b> <b>納山祭・市ヶ原</b> ◇担当 田崎哲聡 ◇集合 JR 新神戸駅1階 9:00am ◇コース 新神戸駅→市ヶ原→新神戸駅 7km 6h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※会費：2000円(会員・ビジター共) ※食器・箸は各自持参してください ※参加希望の方は必ず申し込みをしてください ※各自、水2リットルを持参してください ※持込大歓迎です ※健脚の方は、早めに車道出会まで来て食材などの運搬をお願いします ※お誘い合わせの上ご参加ください ※要らなくなった山道具などを売ったり買ったりのフリーマーケットを開催します 売りたいものがある方は当日品物をご持参ください ※状況により内容が変わることがあります 予めご了承いただきますようお願いいたします	【グレード(^)^】 申込期限 12/11 (日)
【367】 12/21 (水)	<b>来年も元気に歩けますように 六甲山系・摩耶山 702m</b> ◇担当 宇野康子 ◇集合 阪急王子公園駅 9:00am ◇コース 阪急王子公園駅→青谷道→掬星台→天狗道→稲妻坂→市ヶ原→新神戸駅 10km 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	【グレードO】 申込期限 12/15 (木)
【368】 12/24 (土)	<b>締めくくりはやっぱり摩耶山で</b> <b>六甲山系・摩耶山 702m</b> ◇担当 田中武雄 ◇集合 阪急王子公園駅 9:00am ◇コース 阪急王子公園駅→青谷道→掬星台→天狗道→稲妻坂→市ヶ原→新神戸駅 10km 6h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止	【グレードO】 申込期限 12/17 (土)
【369】 12/24 (土)	<b>5.11を登りましょう！ 岩登りC・不動岩</b> ◇担当 宇野一重 ◇集合 JR 道場駅 8:30am ◇コース 道場駅→不動岩→道場駅 ◇地図 トポ ※コース状況：参加者のレベルでシアター、スカーフェイス、MC、正面壁等 ※参加対象：烏帽子岩 5.10a か不動岩 5.9 以上をリードクライミングしている人で 5.10 後半～5.11 が登りたい人	【グレードO☆☆☆】 申込期限 12/17 (土)
【370】 12/24 (土)	<b>雪山ハイキング講座・アイゼントレ 蓬莱峡</b> ◇担当 田中みお ◇集合 宝塚駅バス停 9:00am ◇コース 座頭岩バス停→蓬莱峡→アイゼントレ→座頭岩バス停(タクシー利用) ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※装備：ヘルメット、アイゼン6本爪以上、ワカンなど必携 ※雪山ハイキングに行かれる方は練習しておきましょう ※小雨決行 ※雪山初級例会一般参加の方の受講も可能です	【グレードO】 申込期限 12/10 (土)
【371】 12/25 (日)	<b>2023年の縦走を目指して(六甲縦走3分割-2)</b> <b>菊水山～鍋蓋山～摩耶山</b> ◇担当 飯島雅明 ◇集合 神鉄鶴越駅 8:00am ◇コース 鶴越駅→菊水山→太龍寺→市ヶ原→掬星台→神戸ゴルフ場→油コブシ→六甲ゲブル下 13km 7h ◇地図 YAMAP「六甲山縦走」 吉備出版「六甲山系登山詳細図一西編」 ※雨天中止	【グレードOO】 申込期限 12/18 (日)

【372】 12/25 (日)	<b>中級雪山アイゼントレーニング 蓬莱峡・座頭谷</b> [グレードO☆] ◇担当 原田勝次 ◇集合 JR 生瀬駅 9:00am 申込期限 12/14 (水) ◇コース JR 生瀬駅→蓬莱峡アイゼントレ→JR 生瀬駅 ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止 ※参加資格 雪山ハイキング講座修了済、保険5口相当加入 ※装備 ハイキング基本装備、アイゼン10本爪以上、ピッケル、(持っている方は、ヘルメット、ストック、ワカン) ※中級雪山ハイキングに参加の方は受講が必要です
【373】 12/30 (金・夜)   1/1 (日・祝)	<b>蓼科頂上ヒュッテで年越イベント 蓼科山 2531m</b> [グレードOO☆] ◇担当 毛戸伸悟 ◇集合 梅田バスターミナル 21:50 申込期限 11/30 (水) ◇コース 12/31 茅野→ピラタスロープウェイ→山頂駅→7:00→蓼科頂上ヒュッテ 1/1 蓼科頂上ヒュッテ→7:30→蓼科牧場→茅野→神戸 ◇地図 昭文社「八ヶ岳・蓼科」 ※雪山ハイキング講座受講経験者対象 ※ヒュッテは寝袋持参 ※原則、夜行バス利用 自家用車の供出があれば助かります ※蓼科ヒュッテの宿泊予約が取れなかったため、泊地を変更予定です
【1】 1/1 (日)	<b>2023年のスタートに乾杯! 須磨・高倉山(おらが山)</b> [グレードO] ◇担当 大谷 学 ◇集合 JR 須磨駅 6:00am 申込期限 12/25 (日) ◇コース 須磨駅→妙見堂跡→鉄拐山→おらが山 片道3km 1h ※雨天中止 ※参加費1000円 ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※持込大歓迎 ※ビジター参加不可、会員の家族・旧会員・友人は参加可
【2】 1/4 (水)	<b>初岩登りを楽しもう! 岩登りB・山神社</b> [グレードO☆☆] ◇担当 大槻将司 ◇集合 JR ひめじ別所駅 9:00am 申込期限 12/23 (金) ◇地図 トポ ※登攀具一式 ※リードのビレイができる方
【3】 1/6 (金・夜)   1/7 (土)	<b>(中級雪山ハイキング) 兵庫県の最高峰 氷ノ山 1510m</b> [グレードOO☆☆] ◇担当 南山房啓 ◇集合 JR 三ノ宮駅 21:00 (参加者により調整あり) 申込期限 12/17 (土) ◇コース 1/6 三ノ宮→道の駅ようか但馬蔵 23時 1/7 氷ノ山国際スキー場→東尾根登山口→東尾根避難小屋→氷ノ山→ 東尾根避難小屋→スキー場 入浴、帰神 19時頃 7km 8h ◇地図 昭文社「氷ノ山」 ※マイカー利用 min3人 ※道の駅でテ泊 ※12本アイゼン、ピッケル、ワカン又はスノーシュー必須 ※悪天中止 ※中級雪山ハイキング参加資格参照
【4】 1/6 (金・夜)   1/9 (月・祝)	<b>厳冬期八ヶ岳 赤岳 2899m</b> [グレードOOO☆☆] ◇担当 西田 有希 ◇集合 参加者の都合により決定 9:00 pm頃 三ノ宮 申込期限 2022/12/16 (金) ◇コース 1/6 神戸→八ヶ岳山荘(仮眠) 1/7 八ヶ岳山荘→美濃戸山荘→行者小屋(幕営) 4h 1/8 行者小屋→地蔵尾根→赤岳展望荘→赤岳→行者小屋→八ヶ岳山荘(仮眠) 1/9 八ヶ岳山荘→帰神 ◇地図 昭文社「八ヶ岳」、カシミール地図 ※参加資格: 山行部アイゼントレ経験者&山行部雪山例会経験者&厳冬期バリエーションルート経験者 ※雪山装備、登攀用具が必要 ※マイカー使用です ご協力をお願いします ※CL 都合によりルートを変更しました
【5】 1/6 (金・夜)   1/9 (月・祝)	<b>厳冬期赤岳のバリエーション 南八ヶ岳・赤岳主稜 2899.4m</b> [グレード☆☆☆OOO] ◇担当 原田勝次 ◇集合 JR 三ノ宮駅 19:30 (参加者で調整) 申込期限 12/14 (水) ◇コース 1/6 芦屋駅→駒ヶ岳SA(泊) 1/7 駒ヶ岳SA→赤岳山荘→赤岳鉱泉→アイスクライミング体験→赤岳鉱泉(小屋泊) 8km 10h 1/8 赤岳鉱泉→赤岳主稜→赤岳→地蔵尾根→赤岳鉱泉→美濃戸口→帰神 11km 12h 1/9 予備日 ◇地図 昭文社「八ヶ岳」 ※参加資格 山行部アイゼントレ&雪山経験者
【6】 1/6 (金・夜)   1/9 (月・祝)	<b>厳冬期の八ヶ岳を体験する 阿弥陀岳北稜・赤岳南稜リッジ</b> [グレードOOO☆☆] ◇担当 毛戸伸悟 ◇集合 JR 西宮 20:30 大津 SA 21:00 申込期限 12/23 (金) ◇コース 1/6 西宮→木曾駒 SA(仮眠) 1/7 美濃戸口→行者小屋→文三郎尾根→赤岳南稜リッジ→赤岳→赤岳鉱泉(小屋泊) 10h 1/8 赤岳鉱泉→阿弥陀岳北稜→阿弥陀岳→中岳→文三郎尾根→赤岳鉱泉(小屋泊) 9.5h 1/9 赤岳鉱泉→美濃戸口→帰神 3h ◇地図 昭文社「八ヶ岳・蓼科」 ※参加資格: 山行部アイゼントレ&雪山経験者、保険10口相当、雪山装備・登攀具必要 ※マイカー利用

【7】 1/6 (金)   1/9 (月)	<b>厳冬期雪山バリエーション</b> <b>阿弥陀岳南稜</b> [グレード〇〇〇☆☆☆] ◇担当 田崎哲聡 ◇集合 1/6 (金) 夜 三ノ宮 20:30 なか卯前 申込期限 12/12 (月) ◇コース 1/6 三ノ宮→舟山十字路口 (仮眠) 1/7 舟山十字路口→広河原→旭小屋→立場岳→P1~P2 間 (幕営) 1/8 幕営地→無名峰→阿弥陀岳→不動清水→御小屋山→舟山十字路口→立場川キャンプ場 (幕営) 1/9 立場川キャンプ場→帰神 ◇地図 昭文社「ハケ岳」 ※参加資格 (山行部アイゼントレ&雪山経験者、山行部登山教室 (冬季) 修了者) ※雪山装備、登攀用具が必要 ※マイカー使用
【8】 1/8 (日)	<b>六甲山からゴミをなくそう!</b> <b>クリーンハイク</b> [グレード〇] ◇担当 河尻重和、山口亜紀 ◇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 ※新入会員研修 対象の方は途中下山になる場合があります ※ワンポイントレッスン ボウラインノット ※ビジターさんお試しハイク
【9】 1/9 (月・祝)	<b>六甲縦走3分割トレーニング①</b> <b>須磨浦公園~鶴越駅</b> [グレード〇] ◇担当 宇野康子 ◇集合 山陽須磨浦公園駅 9:00am 申込期限 1/2 (月) ◇コース 須磨浦公園駅→旗振山→横尾山→須磨アルプス→高取山→鶴越駅 15km 6h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※軽アイゼン、ヘッドランプ必携 ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク
【10】 1/9 (月・祝)	<b>城シリーズ第27回 環濠集落と塚口城</b> <b>摂津・塚口城</b> [グレード(^~)] ◇担当 内村忠博 ◇集合 阪急塚口駅 10:00am 申込期限 1/2 (月) ◇コース 阪急塚口駅→塚口城 1km 2h ◇地図 ゲーグルマップ等 ※雨天中止
【11】 1/9 (月・祝)	<b>里山をピークハントして歩こう</b> <b>交野山 341m</b> [グレード〇] ◇担当 宮本和美 ◇集合 京阪電車 河内森駅 9:00am 申込期限 1/2 (月) ◇コース 河内森駅→獅子窟寺→普見山→東照山→龍王山→旗振山→交野山→白旗池→サンドイッチ山 →アンテナ山→国見山→津田駅 11km 5.5h ◇地図 地形図 1/25000「枚方」 ※コース状況: 短い急登あり ※雨天中止 日程変更させて頂きました
【12】 1/11 (水)	<b>森守ボランティア</b> <b>登山道整備</b> [グレード〇] ◇担当 川井三子 ◇集合 JR 新神戸駅 8:30am 申込期限 1/6 (金) ◇コース 新神戸→あじさい広場→トゥエンティクロス→新神戸駅 (解散) ※雨天中止 ※お汁粉用意します 食器ご持参ください
【13】 1/14 (土)	<b>京都ブラブラ 33 どうする家康 関西家康の軌跡</b> <b>京都・南禅寺~知恩院</b> [グレード(^~)] ◇担当 白川英夫 ◇集合 京都地下鉄東西線蹴上駅 10:00am 申込期限 1/9 (月) ◇コース 蹴上駅→金地院→南禅寺→蹴上インクライン→平安神宮→東大路通り→知恩院 10km 6h ◇地図 ゲーグルマップ等 拝観散策 2h ※雨天中止 ※拝観料等 ≒2000円 ※ビジターさんお試しハイク
【14】 1/14 (土)	<b>山羊がいる?尾根を歩いて檜に登ろう</b> <b>六甲山系・山羊の戸渡</b> [グレード〇] ◇担当 塩川定子 ◇集合 六甲ケーブル下駅 9:00am 申込期限 1/10 (火) ◇コース 六甲ケーブル下→山羊の戸渡→市立自然の家→穂高湖→シェール檜→掬星台→青谷道→王子公園 ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※岩・細尾根あり ※雨天中止 11km 6h

【15】 1/14 (土)	(中級雪山ハイキング) 雪上トレーニング 比良・蓬莱山 1174m 〔グレード〇〇☆☆〕 ◇担当 南山房啓 ◇集合 JR 湖西線蓬莱駅 8:35am 申込期限 12/24 (土) ◇コース 蓬莱駅→薬師ノ滝→小女郎峠(雪上トレーニング)→蓬莱山→金毘羅峠→金毘羅神社→蓬莱駅 ◇地図 昭文社「比良山」 ⇒三宮駅 19時頃 12km 8h ※悪天中止 ※12本アイゼン、ピッケル、ワカン又はスノーシュー必須 ※中級雪山ハイキング参加資格参照 ※JR 明石 6:15-三宮駅 6:39の快速電車で最寄駅より乗車し、京都 7:57の普通に乗り換え蓬莱駅 8:35着
【16】 1/14 (土)	雪山ハイキング講座 No.1 比良・蓬莱山 1174m 〔グレード〇〇〕 ◇担当 小石原修一 ◇集合 JR 三ノ宮駅 6:39 発 蓬莱駅 8:35 着便 申込期限 12/24 (土) ◇コース 蓬莱駅→薬師ノ滝→小女郎峠→蓬莱山→打見山→クロノトハゲ→駐車場下→志賀駅 12km 8h ◇地図 昭文社「比良山系武奈ヶ岳・赤坂山」 ※アイゼン、ストック、ワカン又はスノーシュー必須 ※保険5口以上 ※悪天中止 ※打見山到着が14:00を超えた場合はロープウェイにて下山 ※びわ湖バレイロープウェイ 1900円、バス山麓駅～志賀駅 390円 (2021年実績)
【17】 1/14 (土)	岩登りを楽しもう！ 岩登りA・千石岩 〔グレード〇☆☆〕 ◇担当 宇野一重 ◇集合 JR 湖西線大津京駅 9:00am 申込期限 1/7 (土) ◇コース 大津京駅→(アプローチ約1時間) 千石岩→大津京駅 ◇地図 トポ ※岩登攀具一式 ※労山基金5口相当 ※岩A座学受講済み ※定員リーダー含み5名
【18】 1/15 (日)	初級雪山スノーシューハイク 霊仙山・南西尾根 1083.5m 〔グレード〇〇☆〕 ◇担当 原田勝次 ◇集合 JR 三ノ宮駅 6:00am (参加者で調整) 申込期限 12/28 (水) ◇コース 三ノ宮駅⇒多賀 SA⇒廃村今畑⇒南西尾根⇒霊仙山⇒南西尾根⇒今畑⇒帰神 12km 8h ◇地図 昭文社「御在所・霊仙・伊吹」 ※マイカー利用 ※装備 スノーシュー又はワカン&アイゼン&ピッケル又はストック ※初級雪山ハイキング参加資格参照
【19】 1/15 (日)	紅山と温泉を楽しもう 播磨・小野アルプス 199m 〔グレード〇☆〕 ◇担当 三浦寛治 ◇集合 小野市ゆびかバス停 9:00am 申込期限 1/4 (水) ◇コース ゆびか→前山→総山→惣山→紅山→惣山→総山→前山→ゆびか 16km 5h ◇地図 地形図 1/25000「笠原・社・三木」 ※コース状況：紅山は岩山です 下山ルートに分ける場合があります ※JR 市場駅 8:31 神鉄樫山駅 8:28 (ゆびか送迎要相談) ※雨天中止 ※風呂セット
【20】 1/18 (水)	兵庫 100 山に登った後は牡蠣三昧 雄鷹台山 252m～後山 251mと坂越の牡蠣 〔グレード〇〕 ◇担当 毛戸伸悟 ◇集合 JR 播州赤穂駅 9:20(三ノ宮 7:14の快速で9:14着) 申込期限 1/10 (火) ◇コース 播州赤穂駅→雄鷹台山→後山→坂越駅 5km 2h30m 下山後、坂越港で牡蠣昼食 ◇地図 カシ米尔 1/25000「相生」 ※雨天の場合ハイキングは中止 11:00 坂越駅集合
【21】 1/21 (土)	ポタリング(サイクリングとハイキングを楽しむ) 平荘湖畔・黒岩山 132m～升田山 105m 〔グレード〇〕 ◇担当 向井通孝 ◇集合 JR 加古川駅 9:00am 加古川駅でレンタサイクルを借ります 400円 申込期限 1/14 (土) ◇コース 加古川駅⇒ウェルネスパーク⇒黒岩山⇒洞貝山⇒飯盛山⇒升田山⇒ウェルネスパーク⇒加古川駅 ◇地図 地形図 1/25000「加古川」 サイクリング:15km ハイキング:7km 5h ※コース状況：岩稜帯あり ※雨天中止
【22】 1/21 (土)	雪の上をアイゼン付けて楽しく歩こう 金剛山 1125m 〔グレード〇〕 ◇担当 相原泰夫 ◇集合 南海電車 河内長野駅 8:45am 申込期限 1/16 (月) ◇コース 金剛登山口→転法輪寺→展望台(昼食)→伏見峠→久留野峠→ロープウェイバス停 10km 6h ◇地図 昭文社「金剛・葛城」 ※JR 三ノ宮 7:05(新快) 7:28 JR 大阪駅 7:40(快速奈良行) 7:55 新今宮 8:15(南海電車/急行橋本行) 8:42 河内長野駅 9:00-9:28 金剛登山口 ※南海電車窓口で【金剛山ハイキング切符】を購入してください <電車・バス割引切符> ※ビジターさんお試しハイク

<p>【23】 1/21 (土)   1/22 (日)</p>	<p>(中級雪山ハイキング) 北アルプス南部の大展望 [グレードOO☆☆] <b>奥飛騨温泉郷・福地山 1671.7m</b></p> <p>◇担当 原田勝次 ◇集合 JR三ノ宮駅付近 13:00 (参加者で調整) 申込期限 1/4 (水) ◇コース 1/21 JR三宮駅→道の駅「ななもり清見」(テント泊) トイレあり 1/22 道の駅「ななもり清見」→福地温泉→福地山→福地温泉→帰神 11km 9h ◇地図 カシ米尔地図 ※マイカー利用 ※スノーシュー又はワカン&amp;アイゼン&amp;ピッケル又はストック ※中級雪山ハイキング参加資格参照</p>
<p>【24】 1/22 (日)</p>	<p>穴場コースでハイキングを楽しもう [グレードO] <b>六甲山系・ごろごろ岳 565m～観音山 526m</b></p> <p>◇担当 山口優子 ◇集合 阪急芦屋川駅 9:00am 申込期限 1/15 (日) ◇コース 芦屋川駅→前山公園→鉄塔No.34→鉄塔No.40→ごろごろ岳→北尾根道→観音山→鷲林寺→北山公園 →苦楽園口駅 14km 6h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 吉備人出版「六甲山系登山詳細図(東編)」 ※雨天中止</p>
<p>【25】 1/22 (日)</p>	<p>三輪山登拝 奈良県大神神社・三輪山 467m [グレードO] ◇担当 山口亜樹 ◇集合 阪神神戸三宮駅 8:00am 申込期限 1/15 (日) ◇コース 三輪駅→大神神社参拝→三輪山登拝→展望台→三輪駅 4km 4h ◇地図 地形図 1/25000 「桜井」 大神神社ホームページ <a href="https://oomiwa.or.jp/jinja/miwayama/tohai/">https://oomiwa.or.jp/jinja/miwayama/tohai/</a> ※コース状況: 御神体である三輪山の登拝となりますので、水分補給以外の飲食禁止、撮影禁止等の決まり事があります 登拝料 300円 ※登拝禁止の場合、延期または中止 ※雨天中止 ※少人数 ※ビジターさんお試しハイク</p>
<p>【26】 1/22 (日)</p>	<p>(初級雪山ハイキング) 岡山最高峰の稜線を楽しむ [グレードO☆☆] <b>中国山地東部・後山 1344m</b></p> <p>◇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 1/12 (木) ◇コース 三宮なか卯前→駒の尾登山口→駒の尾山→船木山→後山(ピストン)→帰神 10km 5h ◇地図 昭文社「氷ノ山・鉢伏・神鍋」 ※参加人数により自家用車の提供をお願いします ※雨天・荒天時は中止 ※雪山ハイキング装備 ※初級雪山ハイキング参加資格参照</p>
<p>【27】 1/25 (水)</p>	<p>岩登りを楽しもう! 岩登りA・山神社 [グレードO☆☆] ◇担当 森本友美 ◇集合 JRひめじ別所駅 9:00am 申込期限 1/15 (日) ◇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 ※雨天中止</p>
<p>【28】 1/25 (水) 日帰り &amp; お泊り</p>	<p>日帰りハイキングと淡路島3年フグ [グレードO] <b>諭鶴羽山 608m・灘黒岩水仙郷</b></p> <p>◇担当 毛戸伸悟 ◇集合 山陽舞子駅 7:30 ◇申込期限 お泊りチーム: 12/23 (金) 日帰りチーム: 1/18 (水) ◇コース 舞子駅→陸の駅西淡→市→17:00→諭鶴羽山・灘黒岩水仙郷→陸の駅西淡 ・日帰りチーム→舞子駅 ・お泊りチーム→福良民宿でフグ料理 ※申し込みの際は、日帰りかお泊りが明記してください ※自家用車を供出OKの方お申し出ください ※雨天中止</p>
<p>【29】 1/27 (金)   1/28 (土)</p>	<p>比良山系のバリエーション入門 [グレードOO☆☆] <b>堂満岳・第一ルンゼ 1057m</b></p> <p>◇担当 南山房啓 ◇集合 JR三ノ宮駅付近 21:00 (参加者により調整あり) 申込期限 1/14 (土) ◇コース 1/27 (金) 三ノ宮→道の駅びわ湖大橋 1/28 (土) 道の駅→イン谷口 0700→堂満第一ルンゼ→堂満岳→第三ルンゼ→ イン谷口→比良とびあ入浴→帰神 1900頃 10km 8h ※現地積雪状況により一般ルートに変更あり ※保険 10口相当 ◇地図 1/25000 「北小松・比良」 ※マイカー利用 min3人, max4人 ※道の駅でテント泊 ※悪天中止 ※参加資格: 山行部アイゼントレ又は中級雪山ハイクアイゼントレ参加者 ピッケル・アイゼン・ワカン必須</p>
<p>【30】 1/27 (金・夜)   1/29 (日)</p>	<p>厳冬期北アルプス 焼岳 2455.4m [グレードO☆☆] ◇担当 西田有希 ◇集合 参加者の都合により決定 三ノ宮 8:00頃 申込期限 2022/12/23 (金) ◇コース 1/27 神戸→道の駅 ななもり清見(仮眠) 1/28 道の駅 ななもり清美→中の湯→焼岳→中の湯(宿泊) 1/29 中の湯→帰神 ◇地図 昭文社「槍ヶ岳・穂高岳」 ※参加資格 (山行部アイゼントレ経験者&amp;山行部雪山例会経験者) ※雪山装備、登攀用具が必要 ※マイカー使用です ご協力をお願いします</p>

【31】 1/27 (金)   1/29 (日)	<b>厳冬期の西穂高岳のバリエーション</b> [グレード☆☆☆〇〇〇] <b>西穂高岳・西尾根 2908.2m</b> ◇担当 原田勝次 ◇集合 JR三ノ宮駅 19:30 (参加者で調整) 申込期限 1/4 (水) ◇コース 1/27 三宮駅→新穂高温泉(泊) 1/28 新穂高温泉→穂高平小屋→西尾根→2343mピーク(幕営) 12km 12h 1/29 幕営地→西穂高岳→西穂山荘→西穂高口→ロープウェイ→新穂高温泉→帰神 11km 10h ◇地図 昭文社「槍ヶ岳・穂高岳」 ※参加資格 山行部アイゼントレ&雪山経験者
【32】 1/28 (土)	<b>六甲縦走3分割トレーニング②</b> [グレード〇〇] <b>鶴越～六甲ゴルフ場</b> ◇担当 坂本千代子 ◇集合 神戸電鉄 鶴越駅 8:00am 申込期限 1/19 (木) ◇コース 鶴越駅→菊水山→太龍寺→市ヶ原→掬星台→記念碑台→ゴルフ場→油コブシ→六甲ケーブル下駅 ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 神戸市「六甲全山縦走マップ」 13km 7h ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク
【33】 1/28 (土)	<b>(初級雪山ハイキング) 兵庫の山で雪を楽しもう</b> [グレード〇☆] <b>県境の山・三室山 1358m</b> ◇担当 田中武雄 ◇集合 三宮 なか卯前 6:30am 申込期限 1/21 (土) ◇コース 三室山野外活動センター→登山口→三室山→登山口→活動センター 8km 6h ◇地図 昭文社「氷ノ山・鉢伏」 ※アイゼン・ワカン・ストック必携 ※初級雪山ハイキング参加資格参照 雪山ハイキング講座受講中も可 ※雨天・積雪のない場合中止 ※車の提供お願いします(なき場合5名まで)
【34】 1/29 (日)	<b>東西お多福山コース</b> [グレード〇] <b>六甲山系・東お多福山～西お多福山</b> ◇担当 柳 仁絃 ◇集合 阪急芦屋川駅北側集合 9:00am ⇒阪急バス東お多福山バス停 申込期限 1/22 (日) ◇コース 東お多福山バス停→東お多福山→六甲最高峰→西お多福山→五助堰堤→エクセル東バス停→JR住吉駅 ◇地図 吉備人出版「六甲山系登山詳細図」(東編) 11km 4.5h ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク
【35】 1/29 (日)	<b>雪山ハイキング講座 No2 赤坂山 824m</b> [グレード〇〇] ◇担当 永末康史 ◇集合 JR三ノ宮駅 7:00am 湖西線マキノ駅 9:26 着便 申込期限 1/22 (日) ◇コース JRマキノ駅→(バス)マキノ高原→マキノスキー場→武奈の木平→栗柄越→赤坂山 ピストン 8km 6h ◇地図 昭文社「比良山系武奈ヶ岳・赤坂山」 ※アイゼン、ストック、ワカン又はスノーシュー必須 ※保険5口以上 ※悪天中止 ※コースの状況、コースタイムなどの判断により途中で切り上げる場合があります
【36】 2/1 (水)	<b>森守ボランティア</b> [グレード〇] <b>植樹の準備</b> ◇担当 川井三子 ◇集合 JR新神戸駅1階 9:00am 申込期限 1/27 (金) ◇コース 新神戸駅→あじさい広場→トゥエンティクロス→新神戸駅(解散) ※雨天中止 ※お昼にスープ用意します、食器ご持参下さい
【37】 2/1 (水)	<b>紀州海峡の離島散策とクエ鍋</b> [グレード〇] <b>友ヶ島</b> ◇担当 毛戸伸悟 ◇集合 JR関西本線加太駅 10:00am (三ノ宮駅 7:30 発の新快速) 申込期限 1/24 (火) ◇コース 加太駅→15分→加太港 11:00⇒20分⇒友ヶ島港→島内散策→友ヶ島港 16:30⇒20分⇒加太港 和歌山市内でクエ鍋を食し帰神 ※雨天中止
【38】 2/4 (土)	<b>講習付きハイキング(スマホGPSを使って山登り)</b> [グレード〇] <b>六甲山系・梶尾山～高取山</b> ◇担当 原田勝次 ◇集合 JR須磨駅北側 8:45am 申込期限 1/25(水) ◇コース 山陽須磨駅離宮公園行きバス停⇒離宮公園→梶尾山→須磨アルプス→妙法寺→高取山→神戸電鉄鶴越 ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 10km 5.5h ※スマホGPSを使って読図を行います ※一部、六甲縦走のショートカット(時短)コースを歩きます ※事前にお手持ちのスマホにGPSアプリ(ジオグラフィカ、ヤマレコ、スーパー地形のいずれか)をインストールしておいて下さい 課金の必要はありません ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク (65歳までの方)



【39】 2/4 (土)	(中級雪山ハイキング) 比良山系 <b>武奈ヶ岳 1214m</b> グレード【OO☆☆】
	◇担当 川井三子 ◇集合 JR三ノ宮駅 6:20am 申込期限 1/4 (水) ◇コース 三ノ宮⇒葛川坊村→御殿山→ワサビ峠→西南稜→武奈ヶ岳→ワサビ峠→御殿山→坊村 8km 7h ◇地図 昭文社「比良山系」 ※マイカー利用 車の提供をお願いします ※12本アイゼン、ピッケル、ワカン又はスノーシュー必須 ※悪天中止 ※中級雪山ハイキング参加資格参照
【40】 2/4 (土)	美しい京の雪景色を満喫しよう <b>京都・貴船神社～鞍馬寺 584m</b> 【グレードO】
	◇担当 坂東美碧 ◇集合 叡山電車貴船口駅 10:00am 申込期限 1/28 (土) ◇コース 貴船口駅→貴船神社→貴船神社奥宮→鞍馬寺西門→鞍馬寺仁王門→鞍馬駅 8km 4.5h ◇地図 「鞍馬山案内」ガイドマップ ※鞍馬寺西門からは木の階段の急登、寺の下りは石の階段が続く 鞍馬山山頂には行きません ※雨天中止 ※チェーンスパイクとストック必要
【41】 2/4 (土)	マルチで登ろう 中の壁・奥の壁 岩登りB・妙号岩 【グレードO☆☆】
	◇担当 祝良治 ◇集合 神鉄鈴蘭台駅 9:00am 申込期限 1/28(土) ※リードビレイができる方 ※終了地点セット1 クイックドロウ4
【42】 2/5 (日)	六甲山からゴミをなくそう！ <b>クリーンハイク</b> 【グレードO】
	◇担当 南祐二、川井三子 ◇集合 JR新神戸駅1階 8:50am 出発 9:00am ◇コース 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 三角巾の使い方 ※ビジターさんお試しハイク <b>※クリーンハイク後に全体集会があります</b>
【43】 2/7 (火)   2/8 (水)	比良の雪&岩にチャレンジ <b>堂満岳・中央稜</b> 【グレードOO☆☆】
	◇担当 原田勝次 ◇集合 参加者の都合により決定 20:30頃 JR尼崎駅 申込期限 1/18(水) ◇コース 2/7(火) 神戸⇒道の駅琵琶湖大橋 2/8(水) イン谷口→堂満ルンゼ取り付き→ルンゼ登攀→堂満岳→イン谷口⇒帰神 ◇地図 昭文社「比良山系」、カシミール地図 ※参加資格：山行部アイゼントレ経験者&雪山例会経験者 ※雪山装備(ワカン、ピッケル、アイゼン等)、登攀用具が必要 ※マイカー利用です ご協力をお願いします
【44】 2/8 (水)	六甲縦走平日3分割トレーニング① <b>須磨浦公園～鶴越駅</b> 【グレードO】
	◇担当 宇都宮孝美 ◇集合 山陽電鉄須磨浦公園駅 9:00am 申込期限 2/1(水) ◇コース 須磨浦公園→旗振山→高倉台→須磨アルプス→高取山→鶴越駅 15km 6h ◇地図 神戸市「六甲全山縦走マップ」 ※軽アイゼン・ヘッドランプ持参 ※小雨決行 ※ビジターさんお試しハイク
【45】 2/10 (金)   2/11 (土)	雪山訓練 <b>大山元谷周辺</b> 【グレードOO☆☆】
	◇担当 原田勝次 ◇集合 JR三ノ宮駅付近 19:00頃、参加メンバーで調整します 申込期限 1/20(金) ◇コース 2/10 三ノ宮 20:00⇒大山駐車場(駐車)(仮眠) 2/11 駐車場→元谷小屋(BC設営)→宝珠尾根取付(ワカン登行等の体力訓練)→(BC幕営) ◇地図 昭文社「大山」 ※訓練内容(滑落停止、確保技術、ビーコン、引上げシステム等) ※参加資格：山行部アイゼントレ修了者 ※装備：雪山登攀具、ワカン、アイゼン等 ※参加人数制限あります
【46】 2/11 (土・祝)	カレー好き集まれ！カレーハイクト <b>六甲山系・記念碑台</b> 【グレードO】
	◇担当 宇野一重 ◇集合 六甲ケーブル下駅 9:00am 申込期限 2/4(土) ◇コース ケーブル下駅→アイスロード→記念碑台→天覧カフェ(ランチ)→ケーブル下駅 10km 6h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※天覧カフェ：六甲山のやまみつカレー950円、他

<p>【47】 2/11 (土・夜)   2/12 (日)</p>	<p>(中級雪山ハイキング) 鳥取県・伯耆大山 大山7合尾根 1709m 〔グレード〇〇☆☆〕</p> <p>◇担当 南山房啓 ◇集合 JR三ノ宮駅付近 17:00 (参加者により調整あり) 申込期限 1/11 (水) ◇コース 2/11 三ノ宮⇒大山駐車場又は適地(泊) 2/12 駐車場⇒大山寺⇒元谷⇒7合尾根⇒大山⇒6合避難小屋⇒元谷⇒大山寺⇒駐車場 入浴、帰神 19時頃 8km 7h ◇地図 昭文社「大山・蒜山高原」 ※12本アイゼン、ピッケル、ワカン又はスノーシュー必須 ※悪天中止 ※マイカー利用 min4人、車あれば max8人 ※2/5ミーティング予定 ※中級雪山ハイキング参加資格参照</p>
<p>【48】 2/11 (土)   2/12 (日)</p>	<p>氷壁を登る アイスクライミング 〔グレード〇☆☆☆〕</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 21:00pm) 申込期限 1/27 (金) ※当日のコンディションで山域を決定します(候補地:大峰アイスガーデン、藤内沢、濁河はもずし) ※参加資格:雪山ハイキング講座修了者&amp;保険10口&amp;山行部アイゼントレ経験者 ※雪山装備、登攀具が必要</p>
<p>【49】 2/11 (土)   2/12 (日)</p>	<p>厳冬期大山北壁にチャレンジ 大山弥山東稜 〔グレード〇〇☆☆☆〕</p> <p>◇担当 原田勝次 ◇集合 2/10 集合は参加メンバーにより調整 申込期限 2/1 (水) ◇コース 2/11 元谷小屋(前日からの雪山訓練と合流) 2/12 元谷小屋⇒弥山東稜⇒夏道下降⇒元谷小屋⇒大山駐車場⇒帰神 12h 14k ◇地図 「大山」カシミール地図 ※マイカー利用、ご協力お願いします ※参加資格:山行部アイゼントレ受講者&amp;山行部雪山経験者、リーダー判断あり</p>
<p>【50】 2/12 (日)</p>	<p>HLスタッフ錬成 実践練習 六甲山系・三枚岩 〔グレード〇〇☆〕</p> <p>◇担当 久貝壽祈 ◇集合 JR新神戸駅 9:00am 申込期限 2/4 (土) ◇コース 新神戸駅⇒市ヶ原⇒トゥエンティクロス⇒桜谷分岐⇒三枚岩⇒新穂高⇒杣谷峠⇒杣谷⇒阪急六甲駅 ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 13km 7.5h ※ロープワーク練習 ※雨天中止 ※ヘルメット必須、スリング・カラビナ等ハイキング基本装備必要 ※参加はHLスタッフ錬成メンバーに限る</p>
<p>【51】 2/12 (日)</p>	<p>六甲縦走3分割トレーニング③ 六甲ケーブル下～宝塚駅 〔グレード〇〇〕</p> <p>◇担当 飯島雅明 ◇集合 六甲ケーブル下駅 8:30am 申込期限 2/5 (日) ◇コース 六甲ケーブル下駅⇒油コブシ⇒ガーデンテラス⇒軒茶屋⇒塩尾寺⇒宝塚駅 17km 6h ◇地図 吉備人出版「六甲山系登山詳細図 東編」 ※雨天中止 ※軽アイゼン・ヘッドランプ必携 ※ビジターさんお試しハイク</p>
<p>【52】 2/15 (水)</p>	<p>冬の七兵衛山でゆっくりしませんか? 金鳥山 338m～七兵衛山 462m～打越山 480m 〔グレード〇〕</p> <p>◇担当 藤原久美子 ◇集合 JR甲南山手駅 9:00am 申込期限 2/7 (火) ◇コース JR甲南山手駅⇒森山ノ神⇒金鳥山⇒七兵衛山⇒打越山⇒JR住吉駅 10km 5.5h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止</p>
<p>【53】 2/16 (木)   2/19 (日)</p>	<p>雪の中央アルプス縦走にチャレンジ 中央アルプス・宝剣岳～空木岳 〔グレード〇〇〇☆☆〕</p> <p>◇担当 原田勝次 ◇集合 2/16 阪急西宮北口駅又はJR尼崎駅 21:00頃 申込期限 1/25 (水) ◇コース 2/16 西北駅⇒菅ノ台バスセンター(泊) 2/17 バスセンター⇒ロープウェイ⇒千畳敷⇒宝剣岳⇒檜尾岳⇒檜尾岳避難小屋(泊) 10h 12km 2/18 檜尾岳避難小屋⇒空木岳⇒空木岳避難小屋⇒池山小屋⇒菅ノ台⇒神戸 12h 14km 2/19 予備日 ◇地図 昭文社「木曾駒・空木岳」カシミール地図 ※参加資格:山行部アイゼントレ&amp;山行部雪山経験者</p>
<p>【54】 2/18 (土)</p>	<p>六甲全山縦走コース前半 六甲全山縦走トレーニング 西半縦走コース 〔グレード〇〇+〕</p> <p>◇担当 岡田直子 ◇集合 山陽電鉄須磨浦公園駅 7:30am～8:30am(班ごとに時差集合予定) 申込期限 2/10 (金) ◇コース 須磨浦公園駅⇒横尾山⇒高取山⇒菊水山⇒鍋蓋山⇒市ヶ原⇒新神戸駅 25km 8h ◇地図 神戸市「六甲全山縦走マップ」 ※小雨決行 ※ヘッドランプ・軽アイゼン必携 ※班行動になりますので予めご了承の上ご参加ください ※経験者の応援参加よろしく申し上げます ※ビジターさんお試しハイク</p>

【55】 2/18 (土)	<b>岩登りを楽しもう 岩登りA・蓬莱峡</b> [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 2/3 (金) ※登攀具一式 ※労山基金5口相当 ※岩A座学受講済み
【56】 2/18 (土)   2/19 (日)	<b>雪山ハイキング講座 修了山行 上蒜山 1199m</b> [グレードOO] ◇担当 中村博幸 ◇集合 三ノ宮 ヤマハ神戸の道路向かい 2/18(土) 10:00am (参加者で調整) 申込期限 1/27 (金) ◇コース 2/18 三ノ宮⇒だんだん村(ログコテージ) だんだん村付近でトレーニング 2/19 だんだん村⇒上蒜山(ピストン) ⇒17:30 までに帰神 9.6km 6h ◇地図 昭文社「大山・蒜山高原」 ※参加資格 雪山ハイキング受講生とスタッフを優先 ※保険5口以上 ※レンタカー利用(運転者は免許証コピーの提出をお願いします) 参加人数により自家用車の提供をお願いします ※わかん/アイゼン/ストック/防寒用具必携 布団数に限りがあるのでスタッフはシュラフを持参願います ※積雪状態によって行先変更の可能性があります ※荒天時は中止、レンタカーのキャンセル料が発生するので、中止連絡時期は状況を見て判断します
【57】 2/19 (日)	<b>三田、千丈寺湖を巡る山々を歩こう</b> [グレードO] <b>三田・千丈寺山 589m～大谷山 417m～中山 307m</b> ◇担当 岡部久高 ◇集合 JR 三田駅改札前 8:50am 申込期限 2/12 (日) 三田駅北口 9:05 発 神姫バス 24 系統 乙原(おちはら) バレイ行きに乗車、乙原口バス停で下車 ◇コース 乙原口バス停⇒乙原てんぐの森⇒松住権現⇒北千丈寺山⇒千丈寺山⇒北浦天満宮⇒大谷山⇒中山 ◇地図 地形図 1/25000「藍本」 →JR 相野駅 13km 6h ※雨天中止 ※集合場所の三田へは、神鉄も利用できます ※バスダイヤ改定などにより集合時間変更もあり
【58】 2/19 (日)	<b>(初級雪山ハイキング) 雪山で琵琶湖の展望を楽しもう!</b> [グレードO☆] <b>比良山系・蛇谷ヶ峰 902m</b> ◇担当 大槻将司 ◇集合 JR 大阪駅 6:00am または 登山口駐車場 8:00am 等 申込期限 2/10 (金) ◇コース 駐車地⇒557m 地点⇒カツラ谷合入⇒蛇谷ヶ峰山頂(ピストンで下山) 7km 6h ◇地図 昭文社「比良山系」 ※雪山ハイキング講座受講済み アイゼン、ワカン、ストックなど雪山装備必要 ※雨天中止 ※積雪量によってコース変更の可能性あり ※初級雪山ハイキング参加資格参照 ※マイカー利用です ご協力をお願いします
【59】 2/21 (火)   2/22 (水)	<b>氷に打ち込め! アイゼンとピッケル</b> [グレードOO☆☆] <b>御在所岳・藤内沢</b> ◇担当 原田勝次 ◇集合 2/21(火) 19 時以降、参加者都合で調整 申込期限 2/9(木) ◇コース 2/21(火) 神戸 ⇒道の駅(泊) 2/22(水) 道の駅⇒裏道登山道⇒藤内沢(第二 or 第三ルンゼ)⇒御在所山上公園⇒中道登山道⇒帰神 ◇地図 昭文社「御在所岳」 ※参加資格: 山行部アイゼントレ参加者 8km 12h
【60】 2/22 (水)	<b>六甲縦走平日3分割トレーニング②</b> [グレードOO] <b>鶉越～六甲ゴルフ場</b> ◇担当 川井三子 ◇集合 神戸電鉄鶉越駅 8:00am 申込期限 2/15 (水) ◇コース 鶉越駅⇒菊水山⇒大龍寺⇒市ヶ原⇒掬星台⇒記念碑台⇒ゴルフ場⇒油コブシ⇒六甲ケーブル下駅 ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 13km 7h ※雨天中止 ※ヘッドランプ・軽アイゼン必携 ※ビジターさんお試しハイク
【61】 2/22 (水・夜)   2/23 (木・祝)	<b>(中級雪山ハイキング) 大パノラマ絶景の白山</b> [グレードOO☆☆] <b>大日ヶ岳 1709m</b> ◇担当 野々脇千紗 ◇集合 JR 三ノ宮駅 19:00 (参加者により調整あり) 申込期限 2/8 (水) ◇コース 2/22 三ノ宮⇒ひるがの高原サービスエリア 23 時 2/23 高鷲スノーパークゴンドラ山頂駅⇒大日ヶ岳⇒天狗岳⇒大日ヶ岳⇒ゴンドラ山頂駅 ◇地図 昭文社「白山」 地形図 1/25000「二ノ峰」 6.5km 5h 入浴、帰神 19 時頃 ※マイカー提供をお願いします ※悪天中止 ※12 本アイゼン、ピッケル、ワカン又はスノーシュー必須 ※中級雪山ハイキング参加資格参照
【62】 2/23 (木・祝)	<b>城シリーズ第28回 源平合戦の地</b> [グレードO] <b>加東市・三草山城</b> ◇担当 内村忠博 ◇集合 JR 三ノ宮駅南口 9:00am 申込期 2/16 (木) ◇コース 三ノ宮駅⇒登山口駐車場⇒三草山城⇒登山口駐車場⇒三ノ宮駅 5km 4h ◇地図 地形図 1/25000「比延」 ※雨天中止 ※車の提供をお願いします

【63】 2/23 (木・祝)	<b>冬の滝 凍るかな!!</b> <span style="float: right;">〔グレードO〕</span> <b>六甲山系・紅葉谷～天狗岩 769m</b> ◇担当 柳 仁鉉 ◇集合 神鉄有馬温泉駅 9:00am 申込期限 2/16 (木) ◇コース 有馬温泉駅前→紅葉谷出合→極楽茶屋跡→みよし観音→天狗岩→渦森橋バス停 10km 4h ◇地図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止 ※軽アイゼン必携 ※ビジターさんお試しハイク
【64】 2/23 (木・祝)	<b>ふるさと兵庫 100 山 別名宝塚ロックガーデンを楽しもう</b> <span style="float: right;">〔グレードO〕</span> <b>中山連山縦走 478m</b> ◇担当 中村依理子 ◇集合 阪急宝塚線山本駅 9:00am 申込期限 2/15 (水) ◇コース 山本駅→最明寺滝→岩場→満願寺西山→中山連山最高峰→中山寺奥ノ院→清荒神最澄寺 10km 6h ◇地図 昭文社「北摂・京都西山」 ※コース状況：岩場あり ※雨天中止 ※JR 沿線の方、帰りは宝塚まで歩いても良いと思います(20分)
【65】 2/23 (木・祝)	<b>5.11 を登りましょう!</b> <b>岩登りC・不動岩</b> <span style="float: right;">〔グレードO☆☆☆〕</span> ◇担当 宇野一重 ◇集合 JR 道場駅 8:30am 申込期限 2/16 (木) ◇コース 道場駅→不動岩→道場駅 ◇地図 トポ ※コース状況：スカーフェイス、MC フェース、ビックボルダー等 ※参加対象：烏帽子岩 5.10a、不動岩 5.9 以上がリードできること・5.10 後半～5.11 が登りたい人
【66】 2/25 (土)	<b>京都ブラブラ 34 どうする家康 関西家康の軌跡 2</b> <span style="float: right;">〔グレード(^)〕</span> <b>大阪夏の陣 天王寺界限</b> ◇担当 白川英夫 ◇集合 JR 天王寺駅(動物園口) 10:00am 申込期限 2/20 (月) ◇コース 庚申堂→四天王寺→一心寺→安居神社→堀越神社→茶臼山→大阪城 10km 6h ◇地図 ゲーグルマップ等 ※雨天中止 ※拝観散策 2 時間 ※拝観料等 ≒600 円 ※ビジターさんお試しハイク
【67】 2/25 (土)	<b>高御位でラクダミクラに挑戦しよう</b> <span style="float: right;">〔グレードOO+〕</span> <b>播磨アルプス・高御位山 304m</b> ◇担当 向井通孝 ◇集合 JR 曾根駅 8:30am 申込期限 2/18 (土) ◇コース 曾根駅→豆崎登山口→大平山→地徳山→鷹ノ巣山→長尾奥山→高御位山→豆崎登山口→曾根駅 20km 8h ◇地図 地形図 1/25000「加古川」 ※コース状況：岩稜帯・岩場多数あり 1500m 程の登り下りがあります ※雨天中止
【68】 2/25 (土・夜)   2/26 (日)	<b>(中級雪山ハイキング) 雪の大峰大展望</b> <span style="float: right;">〔グレードOO☆☆〕</span> <b>大峰山系・稲村が岳 1726.1m</b> ◇担当 原田勝次 ◇集合 JR 尼崎駅南側ロータリー 20:30 申込期限 2/8 (水) ◇コース 2/25 JR 尼崎⇒天川村⇒観音峰登山口(虹トンネル) 駐車場 テント泊 トイレあり 2/26 観音峰登山口⇒洞川温泉駐車場⇒法力峠⇒山上辻⇒稲村が岳⇒法力峠⇒洞川温泉⇒JR 尼崎駅 ◇地図 昭文社「大峰山脈」 10km 6h ※参加資格：中級アイゼントレ受講又は山行部アイゼントレ受講者 リーダー判断あり ※12 本爪アイゼン&ピッケル&ワカン ※マイカー利用、協力お願いします ※中級雪山ハイキング参加資格参照
【69】 2/26 (日)	<b>六甲全山縦走コース後半</b> <span style="float: right;">〔グレードOO+〕</span> <b>六甲全山縦走トレーニング 東半縦走コース</b> ◇担当 逢坂亜紀 ◇集合 JR 新神戸駅 1 階 8:00am 申込期限 2/16 (木) ◇コース 新神戸駅→掬星台→六甲ガーデンテラス→軒茶屋→船坂峠→塩尾寺駐車場(ゴール) 26km 8h ◇地図 神戸市「六甲全山縦走マップ」 ※小雨決行 ※ヘッドランプ・チェーンアイゼンまたは軽アイゼン必携 ※ビジターさんお試しハイク