

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)
- (-) ○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登山基金口数》

- 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

<p>【352】 12/3 (土)</p>	<p>城シリーズ第26回 四百年盛衰を繰り返した淡河の城 淡河城</p> <p>◇担当 内村忠博 ◇集合 神鉄三木駅 9:30am ◇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 ◇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</p>	<p>〔グレードO〕</p> <p style="text-align: right;">申込期限 11/26 (土) 2km 2h</p>
<p>【354】 12/4 (日)</p>	<p>六甲山からゴミをなくそう！ クリーンハイク</p> <p>◇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</p>	<p>〔グレードO〕</p>
<p>【356】 12/7 (水)</p>	<p>ちょっと変わった谷筋から有馬へ 六甲山系・蛇谷北尾根</p> <p>◇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→石室殿→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 ※ビジターさんお試しハイク</p>	<p>〔グレードO〕</p> <p style="text-align: right;">申込期限 11/30(水) 6km 5h</p>
<p>【360】 12/11 (日)</p>	<p>私の初めて歩く山 No.2 六甲山系・檜ヶ峰 457m~東観峰 383m</p> <p>◇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→檜ヶ峰→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 ※ビジターさんお試しハイク</p>	<p>〔グレードO〕</p> <p style="text-align: right;">申込期限 12/4 (日)</p>
<p>【363】 12/17 (土)</p>	<p>京都ブラブラ 32 鎌倉殿の13人クライマックス いざ鎌倉！ 鶴岡八幡宮</p> <p>◇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</p>	<p>〔グレード(^)〕</p> <p style="text-align: right;">申込期限 12/12 (月)</p>
<p>【367】 12/21 (水)</p>	<p>来年も元気に歩けますように 六甲山系・摩耶山 702m</p> <p>◇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</p>	<p>〔グレードO〕</p> <p style="text-align: right;">申込期限 12/15 (木)</p>

【8】 1/8 (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 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 ポウラインノット ※ビジターさんお試しハイク
【9】 1/9 (月・祝)	六甲縦走3分割トレーニング① 〔グレードO〕 須磨浦公園～鶴越駅 ◇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
【13】 1/14 (土)	京都ブラブラ33 どうする家康 関西家康の軌跡 〔グレード(^)〕 京都・南禅寺～知恩院 ◇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
【22】 1/21 (土)	雪の上をアイゼン付けて楽しく歩こう 〔グレードO〕 金剛山 1125m ◇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 河内長野駅バ ス 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
【25】 1/22 (日)	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 https://oomiwa.or.jp/jinja/miwayama/tohai/ ※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
【32】 1/28 (土)	六甲縦走3分割トレーニング② 〔グレードOO〕 鶴越～六甲ゴルフ場 ◇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
【34】 1/29 (日)	東西お多福山コース 〔グレードO〕 六甲山系・東お多福山～西お多福山 ◇担当 柳 仁鉉 ◇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

<p>【38】 2/4 (土)</p>	<p>講習付きハイキング (スマホ GPS を使って山登り) 【グレードO】 六甲山系・柵尾山～高取山</p> <p>◇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→柵尾山→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)</p>
<p>【42】 2/5 (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 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</p> <p style="text-align:center">※クリーンハイク後に全体集会があります</p>
<p>【44】 2/8 (水)</p>	<p>六甲縦走平日3分割トレーニング① 【グレードO】 須磨浦公園～鶴越駅</p> <p>◇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</p>
<p>【51】 2/12 (日)</p>	<p>六甲縦走3分割トレーニング③ 【グレードOO】 六甲ケーブル下～宝塚駅</p> <p>◇担当 飯島雅明 ◇集合 六甲ケーブル下駅 8:30 am 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>【54】 2/18 (土)</p>	<p>六甲全山縦走コース前半 【グレードOO+】 六甲全山縦走トレーニング 西半縦走コース</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お願ひします ※ビジターさんお試しハイク</p>
<p>【60】 2/22 (水)</p>	<p>六甲縦走平日3分割トレーニング② 【グレードOO】 鶴越～六甲ゴルフ場</p> <p>◇担当 川井三子 ◇集合 神戸電鉄鶴越駅 8:00am 申込期限 2/15 (水) ◇コース 鶴越駅→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</p>
<p>【63】 2/23 (木・祝)</p>	<p>冬の滝 凍るかな!! 【グレードO】 六甲山系・紅葉谷～天狗岩 769m</p> <p>◇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</p>

<p>【66】 2/25 (土)</p>	<p>京都ブラブラ 34 どうする家康 関西家康の軌跡2 [グレード(^~)] 大阪夏の陣 天王寺界限</p> <p>◇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</p>
<p>【69】 2/26 (日)</p>	<p>六甲全山縦走コース後半 [グレード〇〇+] 六甲全山縦走トレーニング 東半縦走コース</p> <p>◇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</p>