

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

《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

《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

《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

【71】 3/1 (水)	六甲縦走平日3分割トレーニング③ 六甲ケーブル下～宝塚 ◇担 当 宇都宮孝美 ◇集 合 六甲ケーブル下駅 8:30am ◇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 ◇地 図 昭文社「六甲・摩耶」 ※小雨決行 ※軽アイゼン・ヘットランプ必携	【グレード○○】 申込期限 2/23 (木) 17km 6h ※ビジターさんお試しハイク
【76】 3/4 (土)	講習付きハイキング 岩場の歩き方 播磨アルプス・高御位山 304m ◇担 当 原田勝次 ◇集 合 JR 曾根駅 9:00am ◇コース JR 曾根駅→中所登山口→百間岩→鷹ノ巣山→桶居山分岐→高御位山→小高御位山→長尾→JR 曾根駅 ◇地 図 地形図 1/25000「加古川」 ※コース状況：岩場あり ※雨天中止	【グレード○+】 申込期限 2/20 (月) 10km 6h ※ビジターさんお試しハイク
【81】 3/5 (日)	六甲山からゴミをなくそう！ クリーンハイク & 植樹 ◇担 当 中津恵美子、小石原修一 ◇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 担架搬出 ※ナツツバキ、ヤマモミジ、ヤマボウシの植樹をしますので、ご協力ください ※ビジターさんお試しハイク	【グレード○】
【84】 3/11 (土)	のんびり歩こう 六甲山系・七兵衛山 462m ◇担 当 野々脇千紗 ◇集 合 阪急芦屋川駅北側公園 9:00am ◇コース 阪急芦屋川→高座の滝→ピラーロック（一般道から外れて寄り道）→風吹岩→横池→七兵衛山→岡本 ◇地 図 昭文社「六甲・摩耶」 ※悪天中止	【グレード○】 申込期限 3/1 (水) 7km 4h ※ビジターさんお試しハイク
【85】 3/11 (土)	城シリーズ第28回 赤松則祐が尊氏から感謝状を貰った城 西播磨・感状山城 ◇担 当 内村忠博 ◇集 合 JR 相生駅 10:00am ◇コース 相生駅→瓜生バス停→羅漢の里→感状山城→瓜生バス停→相生駅 ◇地 図 地形図 1/25000「二木」 ※雨天中止	【グレード○】 申込期限 3/4 (土) 4km 2h ※ビジターさんお試しハイク
【98】 3/21 (火・祝)	表六甲の隠れた名山へ 岩峰で海を眺める 六甲山系・ダイヤモンドポイント～長峰山 688m ◇担 当 柳 仁鉉 ◇集 合 神鉄大池駅前 9:00am ◇コース 神鉄大池駅→西尾根分岐～ダイヤモンドポイント～杣谷峠～長峰山～伯母野山～阪急六甲駅 ◇地 図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止	【グレード○】 申込期限 3/14 (火) 11.5km 5h ※ビジターさんお試しハイク

【103】 3/25 (土)	京都ブラブラ 35 どうする家康 関西家康の軌跡 3 【グレード(^)】 夏の陣・家康討ち死伝説 堺 ◇担 当 白川英夫 ◇集 合 JR 阪和線三国ヶ丘駅 10:00am 申込期限 3/20 (月) ◇コース 三国ヶ丘→南宗寺→一心寺→千利休生家→竹内街道→中百舌鳥古墳群→大仙古墳 10km 6h ◇地 図 ゲーグルマップ等 ※雨天中止 ※拝観料等 ≒600 円 拝観散策 2.0 時間 ※ビジターさんお試しハイク
【113】 4/2 (日)	六甲山からゴミをなくそう！ クリーンハイク 【グレードO】 ◇担 当 新本桂子 逢坂亜紀 ◇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→修法ヶ原 (昼食) →市ヶ原 (ゴミ計量) →新神戸駅 (解散) ◇地 図 昭文社「六甲・摩耶」 ※ビジターさんお試しハイク ※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「簡易ハーネスの作り方」
【114】 4/5 (水)	ツツジの播磨アルプスを歩く 播磨・高御位山 304m 【グレードO+】 ◇担 当 川井三子 ◇集 合 JR 曾根駅 9:00am 申込期限 3/31 (金) ◇コース JR 曾根駅→中所登山口→百間岩→鷹ノ巣山→桶居山分岐→高御位山→辻登山口→JR 宝殿駅 10km 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 ※ビジターさんお試しハイク
【118】 4/8 (土)	岩場を登ろう 播磨・高御位山 304m 【グレードO+】 ◇担 当 西田有希 申込期限 3/31 (金) ◇集 合 JR 曾根駅 9:00am 10km 6h ◇コース JR 曾根駅→中所登山口→百間岩→鷹ノ巣山→桶居山分岐→高御位山→西神吉町辻登山口→JR 宝殿駅 ◇地 図 地形図 1/25000「加古川」 ※コース状況：岩場あり ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク
【122】 4/9 (日)	安全に山登りを楽しむために 初心者のための一日登山教室 【グレードO】 ◇担 当 逢坂亜紀 ◇集 合 阪急芦屋川駅 8:50am 申込期限 4/2 (日) ◇コース 阪急芦屋川駅→高座の滝→風吹き岩→金烏山→保久良神社→阪急岡本駅 6km 6h ◇地 図 昭文社「六甲・摩耶」 ※ハイキング経験の少ない会員の方は是非受講してください ※雨天中止 ※受講料：ビジター600 円 (保険代込：住所、氏名、電話番号をご連絡ください) ※ビジターさんお試しハイク
【127】 4/15 (土)	楠木正成の歴史を勉強して登ってみよう 河内・飯盛山 314m 【グレードO】 ◇担 当 相原泰夫 ◇集 合 JR 片町線 野崎駅 10:00am 申込期限 4/10 (月) ◇コース 野崎駅→慈眼寺 (野崎観音) →飯盛山→権現の滝→府民の森・むろいけ園地→御机神社→四條畷神社→四條畷駅 10km 5h ◇地 図 地形図 1/25000「生駒山」 ※三ノ宮 9:06 (新快速) 大阪 9:33 (環状線外回り) 京橋 9:43 (片町線快速) 9:52 住道 9:54 (各停) 9:57 野崎 ※ビジターさんお試しハイク
【136】 4/22 (土)	京都ブラブラ 36 どうする家康 関西家康の軌跡 4 【グレードO】 逃げろ家康 伊賀越え道 (田原道) ◇担 当 白川英夫 ◇集 合 JR 京田辺駅 10:00am 申込期限 4/17 (月) ◇コース JR 京田辺駅→尊延寺バス停→甘南備山展望台→酬恩庵一休寺→穴山梅雪の墓→飯岡の茶畑→草内の渡し場跡→JR 京田辺駅 16km 5h 拝観散策 1h ◇地 図 ゲーグルマップ等 ※雨天中止 ※拝観料等 ≒600 円 ※ビジターさんお試しハイク
【137】 4/23 (日)	裏六甲の隠れた名山へ 六甲山系・石楠花山 652m 【グレードO】 ◇担 当 柳 仁鉉 ◇集 合 神戸電鉄 谷上駅 9:00am 申込期限 4/16 (日) ◇コース 谷上駅→炭ヶ谷→瀬池分岐→石楠花山→黄蓮谷出合→植物園東口→市ヶ原→新神戸駅 11km 5h ◇地 図 昭文社「六甲・摩耶」 ※雨天中止 ※北神急行 三宮→神鉄谷上駅 280 円 ※ビジターさんお試しハイク
【140】 4/29 (土)	馬の背を反対側から歩きたい 高取山・須磨アルプス 312m 【グレードO】 ◇担 当 逢坂亜紀 ◇集 合 山電板宿駅 9:30am 申込期限 4/21 (金) ◇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→梶尾山→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」 ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク

【149】 5/7 (日)	六甲山からゴミをなくそう！ クリーンハイク [グレードO] ◇担 当 奥村奈美 藤原久美子 ◇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 ※ビジターさんお試しハイク
【155】 5/14 (日)	春の森林植物園で一休みしては？ [グレードO] 六甲山系・森林植物園～鍋蓋山 486.1m ◇担 当 柳 仁鉉 ◇集 合 神鉄谷上駅 9:00am 申込期限 5/7 (日) ◇コース 神鉄谷上駅→山田道→森林植物園→鍋蓋山→平野谷西尾根→平野谷コース→五宮町バス停 12km 4h ◇地 図 吉備人出版「六甲山系登山詳細図(西編)」 ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク
【164】 5/20 (土)	京都ブラブラ 37 どうする家康 関西家康の軌跡5 [グレードO] 逃げろ家康 伊賀越え道(田原道) ◇担 当 白川英夫 ◇集 合 JR 奈良線 山城青谷駅 10:00am 申込期限 5/15 (月) ◇コース 山城青谷駅→松井蔵人館旧跡の道標→親水公園→R307→湯屋谷街並→永谷宗円生家→茶宗明神社 →松峠→正寿院→茶屋村バス停 16km 5h 拝観散策 1h ◇地 図 ゲーグルマップ等 ※雨天中止 ※拝観料等≒600円 ※ビジターさんお試しハイク
【166】 5/24 (水)	箕面の山から大阪平野を眺めよう [グレードO] 箕面・箕面山 355m～六個山 395m ◇担 当 岡部久高 ◇集 合 阪急箕面駅 9:00am 申込期限 5/19 (金) ◇コース 箕面駅→箕面公園→箕面山→六個山→五月山→阪急池田駅 14km 6h ◇地 図 地形図 1/25000「広根」「伊丹」 ※状況によりコースの変更あり ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク
【167】 5/24 (水)	山登りの後は植物園へ 須磨アルプス～須磨離宮公園 [グレードO] ◇担 当 堀井正博 ◇集 合 山電板宿駅改札前 9:00am 申込期限 5/18 (木) ◇コース 板宿駅→板宿八幡神社→東山→馬の背→横尾山→梶尾山→須磨離宮公園 5km 3h ◇地 図 昭文社「六甲・摩耶」 ※離宮公園の入園料：400円(兵庫県内在住で65歳以上の方は、運転免許証や健康保険証の提示で入園料が無料となります) ※園内で昼食取ります ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク
【173】 5/28 (日)	岩場歩きと 妙号岩からの眺望景観 [グレードO] 高取山 328m～イヤガ谷東尾根 ◇担 当 田中清隆 ◇集 合 山電板宿駅 9:00am 申込期限 5/21 (日) ◇コース 山電板宿駅→禅昌寺コース→高取山→鶴越駅→イヤガ谷東尾根→鈴蘭台駅 10km 5h ◇地 図 昭文社「六甲・摩耶」 ※コース状況：20分岩場歩きます 妙号岩に行きます ※雨天中止 ※ビジターさんお試しハイク



冬期は安全のため、近郊の低山でも
軽アイゼンを持参しましょう