

## 例会案内

※例会申し込みの際は、携帯番号を記載してリーダーに申し込みいただきますようお願いいたします

※車利用例会には申込期限後に実費以外のキャンセル料がかかる例会もあります

※12月～3月の山行には低山でも軽アイゼンを携行しましょう

※雪山ハイキング参加条件:初級雪山ハイキング:雪山ハイキング講座修了済、保険4口相当

※中級雪山ハイキング:初級雪山ハイキング講座修了済。保険8口相当。中級雪山アイゼントレ以上に参加必須

〔グレード〕《体力度》(計画書で指示された荷物を持って)

《岩登り区分》

(^^) 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)

岩登りA 初心者対象

○(-) ○より難度が軽い○(+)  
○より難度が重い

岩登りB 経験者対象

○ 一日の歩行時間3～6時間(六甲縦走路 須磨から高取まで)

岩登りC CL、SL対象

○○ 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)

《例会参加のための必要労山基金口数》

☆(夏) 三点確保で岩場の登降が確実にできる

ハイキング:3 口相当以上

☆☆(夏) 会の初級程度の岩登り経験者

岩A・沢入門:4 口相当以上

☆☆☆ 別途、参加資格条件を例会案内に記載

アルパイン・雪山・岩BC・沢:8 口相当以上

### 02/01(土) 六甲山系・風吹岩～七兵衛山

仁ちゃんに行くレアな六甲〔グレード○〕

(ハイキング部)

◇担当 岡田 直子

◇集合 2月1日 9:00am 阪急電鉄芦屋川駅

申込期限 01/26(日)

◇コース 芦屋川駅→会下山遺跡コース→蛙岩→風吹岩→打越峠→七兵衛山→ハブ谷→山の神→岡本駅 12.5km 5.5時間

※雨天中止

### 02/01(土) 比良山系 釈迦岳 1060m

雪山ハイキング講座 修了山行〔グレード○○〕

(教育部)

◇担当 大坪 豊

◇集合 2月1日 7:05am JR三ノ宮駅 上りホーム 7:20新快速⇒8:28大津京⇒8:54比良

申込期限 01/17(金)

◇コース 比良駅⇒イン谷口⇒釈迦岳⇒イン谷口⇒比良駅 7km 7h

※雪山ハイキング装備一式:アイゼン、ワカン、ストック、防寒用具必須 ※保険4口相当以上 ※比良駅からイン谷口まではタクシー利用で検討します。 ※積雪状態によっては行先変更の可能性あります。

### 02/01(土) 銀杏峯(げなんぼ)

雪原の大舞台〔グレード○○○☆〕

(山行部)

◇担当 田中 みお

◇集合 1/31(金) 20:00ごろ 三ノ宮駅周辺、参加者で調整

申込期限 01/17(金)

◇コース 2/1(土) 宝慶寺いこいの森→銀杏峯→部子山→宝慶寺いこいの森 14km 8時間

雪山ハイキング講座修了相当、車提供おねがいします

### 02/02(日) クリーンハイク

六甲山からゴミをなくそう!〔グレード○〕

(自然保護部)

◇担当 富本 登・石田 沙有里

お試し参加可

◇集合 2月2日 8:50am JR新神戸駅 1階

申込期限 02/02(日)

◇コース 新神戸駅→市ヶ原→修法ヶ原(ゴミ計測)→大師道→諏訪山公園(解散)

ゴミ袋 ゴミばさみを持参ください。雨天決行 下山後、全体集会があります。

## 02/02(日) 全体集会

安全登山に向けた勉強会〔グレード(^)〕

(事務局)

◇担当 なし

◇集合 14:00~16:00 クリーンハイクから会場に向かいます。こうべまちづくり会館2Fホール 申込期限 02/02(日)

◇コース 場所変更の場合お知らせします

ヒヤリハット事例、例会案内作成解説等

## 02/05(水) 六甲ケーブル下~宝塚駅

平日六甲縦走3分割トレーニング③〔グレード〇〇〕

(ハイキング部)

◇担当 中村 依理子

お試し参加可

◇集合 2月5日 8:30am 神戸六甲鉄道六甲ケーブル下駅

申込期限 01/22(水)

◇コース 六甲ケーブル下駅→油コブシ→ガーデンテラス→一軒茶屋→塩尾寺→宝塚駅 19km 7時間

※雨天中止、小雨決行 ※軽アイゼン、ヘッドランプ必携

## 02/05(水) 登山道整備

森守ボランティア〔グレード〇〕

(自然保護部)

◇担当 川井三子

◇集合 2月5日 9:00am JR新神戸駅

申込期限 01/29(水)

◇コース JR新神戸駅→市ヶ原→あじさい広場→市ヶ原→新神戸駅

友の会参加可 雨天中止

## 02/08(土)~02/09(日) 南アルプス 仙丈ヶ岳 3033m

厳冬期の南アルプスの女王に会いに〔グレード〇〇〇☆☆〕

(山行部)

◇担当 田中 みお

◇集合 2/7(金) 20:00ごろ 三ノ宮駅周辺、参加者で調整

申込期限 01/16(木)

◇コース 2/8(土) 柏木登山口→丸山谷ノ頭→2400m幕営 9.9km 8時間

2/9(日) 幕営地→仙丈ヶ岳→幕営地→丸山谷ノ頭→柏木登山口 14.8km 10時間

山行部雪山例会参加相当、雪山テント泊経験者、車の提供をお願いします

## 02/08(土) 六甲全山縦走トレーニング 西半縦走コース

六甲全山縦走コース前半〔グレード〇〇+〕

(ハイキング部)

◇担当 永末 康史

◇集合 2月8日 8:00am 山陽電鉄須磨浦公園駅

申込期限 02/01(土)

◇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 8時間

※小雨決行 ※ヘッドランプ・軽アイゼン必携

## 02/08(土) 岩登りB・御着の岩場

岩登りB検定合格後のスキルアップ研修第3弾〔グレード〇☆☆〕

(山行部)

◇担当 祝 良治

◇集合 2月8日 9:00am JR ひめじ別所駅

申込期限 01/31(金)

◇コース ひめじ別所駅→御着の岩場→ひめじ別所駅

※第3回カリキュラム:ゲレンデ岩場でのリードクライミングの基礎等

※本例会は昨年に引き続き、第3弾のカリキュラムを最初に実施します

※第1、第2弾については今後開催予定です

※リードクライミングに必要な装備及び会のロープまたは個人ロープを各自持参

※定員5名 ※雨天中止

## 02/09(日) 姫路・増位山259m、弥高山339m

ヤマガラに会えるかなあ? [グレード○]

(ハイキング部)

◇担当 大橋 紗矢香

◇集合 2月9日 9:00am JR野里駅

申込期限 02/04(火)

◇コース 駐車場→随願寺→増位山→弥高山→駐車場 5.5km 3時間

雨天中止

## 02/09(日) 比良山系・武奈が岳 1214m

中級雪山ハイキング [グレード○○☆☆]

(ハイキング部)

◇担当 田中 武雄

◇集合 2月9日 6:20am JR 三ノ宮駅

申込期限 02/02(日)

◇コース 葛川防村→御殿山→ワサビ峠→西南稜→武奈ヶ岳→ワサビ峠→御殿山→防村 8km 7h

12本アイゼン・ピッケル・ワカンまたはスノーシュー必須  
\*雨天中止 \*中級雪山ハイキング講座参加資格ご参照  
\*マイカー利用 min 4名 車あればmax8名  
\*締め切り後のキャンセルはキャンセル料が必要

## 02/11(火) 六甲山全山縦走トレーニング 西半縦コース

六甲全山縦走コース前半 [グレード○○+]

(ハイキング部)

◇担当 大坪 豊

お試し参加可

◇集合 2月11日 8:00am 山陽電鉄須磨浦公園駅

申込期限 02/01(土)

◇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 25km 8h

※小雨決行 ※ヘッドランプ・軽アイゼン必須 ※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をお願いします

## 02/12(水) 岩登りA・蓬莱峡

岩登りを楽しもう [グレード○☆☆]

(山行部)

◇担当 野々脇 千紗

◇集合 02/12 09:00 AM 宝塚駅

申込期限 02/05(水)

◇コース 宝塚駅→蓬莱峡→宝塚駅

※登攀道具一式、雨天中止 ※労山基金4口相当 ※岩座学受講

## 02/13(木) 須磨アルプス

寒くても元気に歩こう [グレード○]

(ハイキング部)

◇担当 宇野 康子

お試し参加可

◇集合 2月13日 9:00am 山陽電鉄板宿駅

申込期限 02/08(土)

◇コース 板宿駅→東山→須磨アルプス→横尾山→旗振山→塩屋駅 10km 6時間

雨天中止

## 02/14(金)~02/15(土) 荒島岳 1523m

中級雪山ハイキング [グレード○○]

(ハイキング部)

◇担当 田崎 哲聡

◇集合 02/14 09:00 PM 会事務所

申込期限 02/01(土)

◇コース 2/14 会事務所(前泊)

2/15 会事務所→勝原登山口→シャクナゲ平→前荒島岳→荒島岳→前荒島岳→シャクナゲ平→勝原登山口 9km 7時間

※山行部アイゼントレor中級雪山アイゼントレ参加者  
※労山基金8口相当以上  
※アイゼン、ピッケル、ワカン必携

## 02/14(金)~02/16(日) 大山(弥山東稜&別山中央稜)

大山北壁にチャレンジ! [グレード〇〇〇☆☆☆☆]

(山行部)

◇担当 原田 勝次

◇集合 02/14 08:00 PM JR加古川駅北側ロータリー

申込期限 01/22(水)

◇コース 2/14 加古川駅⇒大山駐車場  
2/15 大山駐車場⇒元谷小屋⇒弥山東稜取付⇒弥山⇒6合避難小屋⇒元谷小屋(泊) 10km 12時間  
2/16 元谷小屋⇒別山中央稜取付⇒別山⇒弥山⇒6合避難小屋⇒元谷小屋⇒大山駐車場⇒加古川駅 10km 12時間

参加資格:雪山バリエーション経験者

## 02/15(土) 神河町・笠形山939m

扁妙の滝は氷瀑ってるかな! [グレード〇]

(ハイキング部)

◇担当 三浦 寛治

◇集合 2月15日 7:00am JR三宮駅北側西村珈琲店前

申込期限 02/09(日)

◇コース グリーンエコー笠形山登山口9:00⇒扁妙の滝9:40⇒笠形山13:00⇒15:00グリーンエコー笠形山登山口 6.4km 5.5時間

雪山ハイキング講座受講済 マイカー利用 (ご協力願います。要スタッドレスタイヤ) 労山保険4口相当以上 雪山ハイキング装備一式:アイゼン6本爪以上、ワカン、ストック、防寒具、手袋 雨天中止

## 02/15(土) 六甲山系・風吹岩447mー保久良神社

「梅は咲いたか、桜はまだか」、岡本の梅林へ [グレード〇]

(ハイキング部)

◇担当 岡部 久高

◇集合 2月15日 9:30am JR神戸線甲南山手駅

申込期限 02/10(月)

◇コース 甲南山手駅⇒(魚谷道)⇒風吹岩⇒横池⇒保久良神社⇒阪急岡本駅(JR摂津本山駅)7km 4時間

雨天中止、チェーンスパイク(軽アイゼン)

## 02/15(土)~02/16(日) 大山7号尾根・雪上訓練

後期登山教室コラボ例会 [グレード〇〇☆☆☆☆]

(山行部)

◇担当 大坪 豊

◇集合 2月15日 7:00am JR三ノ宮駅にしむら珈琲前

申込期限 01/31(金)

◇コース 2/15三ノ宮にしむら珈琲前⇒大山駐車場⇒大山寺⇒元谷小屋 雪山訓練(滑落停止・確保技術・ビーコン・引き上げシステム等)  
2/16元谷小屋⇒7号尾根⇒大山⇒6号避難小屋⇒元谷小屋⇒大山駐車場⇒帰神 8k 7時間

※12本アイゼン、ピッケル、登攀用具一式(クライミング靴を除く)、シュラフ、マット、防寒具 ※山行部、又は、中級アイゼントレ経験者 ※保険8口相当以上 ※4人以上の場合は車提供をお願いします

## 02/15(土)~02/16(日) 常念岳東尾根

冬期限定ルート絶景の尾根を行く [グレード〇〇〇☆☆☆☆]

(山行部)

◇担当 田中 みお

◇集合 2/14(金) 20:00ごろ 三ノ宮駅周辺、参加者で調整

申込期限 01/23(木)

◇コース 2/15(土) 須砂渡ゲート⇒2178P(幕営) 8.4km 8時間  
2/16(日) 2178P⇒前常念岳⇒常念岳⇒前常念岳⇒須砂渡ゲート 13.5km 10時間

山行部雪山例会参加相当、雪山テント泊経験者、車提供をお願いします

## 02/16(日) 六甲全山縦走トレーニング 東半縦走コース

六甲全山縦走コース後半 [グレード〇〇+]

(ハイキング部)

◇担当 村川 徹

◇集合 2月16日 8:00am JR新神戸駅1階

申込期限 02/06(木)

◇コース 新神戸駅⇒掬星台⇒六甲ガーデンテラス⇒一軒茶屋⇒船坂峠⇒塩屋寺駐車場 26km 8h

※小雨決行 ※ヘッドランプ・軽アイゼン必携

## 02/16(日) 兵庫県・三室山(1,358m)

中級雪山ハイキング入門〔グレード〇〇☆〕

(ハイキング部)

◇担当 南山 房啓

◇集合 2月16日 6:00am JR明石駅他(参加者間で調整)

申込期限 02/02(日)

◇コース 三室野外センター(8:30)→三室山(13:00)→大通峠→三室野外センター(16:00)→帰神(20:00) 8.8km 7.5時間

・雪山ハイキング講座受講済み ・中級雪山ハイキングアイゼントレーニング参加済み ・ワカン、アイゼン、ピッケル必修 ・保険:8口相当 ・定員min4名 車提供あれば8名まで

## 02/16(日) 播磨アルプス・高御位山304m

ワンコ好き集まれ!ワンコみくら〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 石田 沙有里

◇集合 2月16日 8:30am JR宝殿駅

申込期限 02/09(日)

◇コース 2/16 宝殿駅→市ノ池公園駐車場→鹿島神社→百枚岩→別所奥山→鷹ノ巣山→市ノ池公園→高御位山→公園墓地→市ノ池公園駐車場→宝殿駅 12km 6時間

雨天中止、JR宝殿駅でレンタサイクルを借ります(一人500円)

## 02/19(水) 丹波山系・金山504m

スプリングエフェメラルを求めて!〔グレード〇(-)〕

(ハイキング部) 例会中止

◇担当 藤原 久美子

◇集合 2月19日 9:00am JR六甲道駅 南側→阪急六甲

申込期限 02/14(金)

◇コース 登山口→金山→鬼の架け橋→金山→大乗寺→追手神社 6km 3時間

車を使用のため、定員3名 気温によっては春の花に会えるかどうか分かりません・・・金山に登って後で、神社にお花を見に行きます。

## 02/19(水) 七兵衛山462m

冬の七兵衛山でゆっくりしませんか?〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 藤原久美子

◇集合 2月19日 9:00am JR甲南山手駅

申込期限 02/14(金)

◇コース 森山の神→金鳥山→七兵衛山→打越山→JR住吉駅 9km 4時間

雨天中止

## 02/21(金)~02/24(月) 権現岳~阿弥陀岳縦走

厳冬期八ヶ岳縦走〔グレード〇〇〇〇☆☆☆〕

(山行部)

◇担当 佐々木枝理子

◇集合 2月21日 20:00 阪急西宮北口駅

申込期限 01/20(月)

◇コース 2/22 舟山十字路→西岳→青年小屋→権現小屋(幕営)8km 8時間  
2/23 権現岳→旭岳→キレット小屋→赤岳→中岳鞍部(幕営)5km 7時間  
2/24 中岳→阿弥陀岳→御小屋山→船山十字路→帰神 5km 5時間

雨天中止 ※労山基金8口相当 ※厳冬期山行経験者  
天候、参加メンバーによりコース変更あり、車の提供をお願いします

**02/21(金)～02/23(日) 酒沢岳西尾根・奥穂高岳****積雪期バリエーション【グレード〇〇〇〇☆☆☆】****(山行部)**

◇担当 八重垣 宏一

◇集合 2月21日 21:00頃 参加者で決定 JR三ノ宮駅北側にしむらこーヒー前

申込期限 01/27(月)

◇コース 2/21金 三ノ宮⇨新穂高温泉(仮眠)  
2/22土 新穂高温泉→白出沢出合→西尾根取付き→2400m(幕営)10h  
2/23日 2400m→酒沢岳→奥穂高岳→酒沢岳→2400m(幕営)10h  
2/24月祝 2400m→白出沢出合→新穂高温泉⇨帰神雪山、登攀用具一式  
山行部雪山バリエーション経験者  
登攀捜索保険及び傷害保険  
雪上走行対応のマイカーの提供をお願いします  
荒天中止**02/22(土) 東半縦走コース 新神戸～宝塚****六甲全山縦走トレーニング【グレード〇〇+】****(ハイキング部)**

◇担当 飯島 雅明

お試し参加可

◇集合 2月22日 7:40am JR新神戸駅1階 駅レンタカー横

申込期限 02/15(土)

◇コース 新神戸→市ヶ原→掬星台(摩耶山)→ガーデンテラス12:30→1軒茶屋→塩尾寺16:30→17:00阪急宝塚駅 26km  
8h

雨天中止。参加者多数の場合は班別に集合・出発します。

**02/22(土) 岩登りA・御着の岩場****岩登りを楽しもう！【グレード〇☆☆】****(山行部)**

◇担当 國里 良太

◇集合 2月22日(土)9:00am JRひめじ別所駅

申込期限 02/14(金)

◇コース 省略

岩座学受講済み

**02/23(日) 雪山ハイキング 氷ノ山三の丸コース 1,510m****氷ノ山のモンスターに会いに行こう【グレード〇〇☆】****(ハイキング部)**

◇担当 大坪 豊

◇集合 2月23日 7:00am JR明石駅北側

申込期限 02/14(金)

◇コース JR明石駅⇨響の森駐車場→氷ノ越→氷ノ山→三ノ丸→わかさ氷ノ山スキー場→響の森駐車場⇨JR明石駅 10km  
6:30h ※帰神20時予定※雪山ハイキング講座修了以上の経験 ※労山保険4口相当以上 ※コースの大半はワカン又はスノーシューでの山行になります  
※6本爪以上アイゼン必須 ※4名上の場合車提供をお願いします。**02/23(日) 雄岡山241m～雌岡山249m****梅を探して低山ハイキング【グレード〇(-)】****(ハイキング部)**

◇担当 下垣内 福世

◇集合 02/23 09:30 AM 神戸電鉄緑ヶ丘駅

申込期限 02/16(日)

◇コース 緑ヶ丘駅→雄岡山→金棒池→雌岡山梅林→雌岡山→兵庫楽農生活センター→宮が谷池休憩所→緑ヶ丘駅 11km  
3.5h

KOBE太陽と緑の道No8を中心に歩きます。雨天中止

**02/24(月) 平荘湖畔・黒岩山132m～升田山105m****ポタリング(サイクリングとハイクを楽しむ)【グレード〇】****(ハイキング部)**

◇担当 向井 通孝

◇集合 2月24日 9:00am JR加古川駅

申込期限 02/17(月)

◇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 サイクリング:  
15km ハイク:7km 5時間

雨天中止

**02/24(月) 六甲山系・城山～荒地山549m****岡本の梅を見に行こう！〔グレード〇〕****(ハイキング部)**

◇担当 永末 康史

◇集合 2月24日 9:00am 阪急芦屋川駅

申込期限 02/16(日)

◇コース 阪急芦屋川駅→鷹尾山→岩梯子→荒地山→風吹岩→魚屋道分岐→保久良梅林→阪急岡本駅 9km 5時間

※コース状況:岩梯子通過は3点支持で登ります ※雨天中止

**02/26(水) 六甲山系・六甲山最高峰麓(一軒茶屋)878m****のんびり歩こう有馬温泉地まで〔グレード〇〕****(ハイキング部)**

◇担当 新本佳子

◇集合 2月26日 8:30am 阪急電鉄芦屋川駅

申込期限 02/21(金)

◇コース 2/26 芦屋川駅→風吹岩→一軒茶屋→有馬温泉 12km 5.5時間

体力

**02/26(水) 岩登りA・妙号岩****岩登りを楽しもう〔グレード〇☆☆〕****(山行部)**

◇担当 野々脇 千紗

◇集合 02/26 09:00 AM 鈴蘭台駅

申込期限 02/19(水)

◇コース 鈴蘭台駅→妙号岩→鈴蘭台駅

※登攀道具一式、雨天中止 ※労山基金5口相当 ※岩座学受講

**02/28(金)～03/02(日) 八ヶ岳(中山尾根登攀)****厳冬期八ヶ岳のバリエーション〔グレード〇〇〇☆☆☆〕****(山行部)**

◇担当 原田 勝次

◇集合 2月28日 21:00 JR高槻南側ロータリー

申込期限 02/08(土)

◇コース 2/28 JR高槻→駒ヶ岳SA

3/1 駒ヶ岳SA→赤岳山荘→赤岳鉱泉(泊) 3km 3時間

3/2 赤岳鉱泉→中山尾根→地藏尾根→行者小屋→赤岳鉱泉→赤岳山荘→高槻 12km 12時間

雪山バリエーション経験者

**02/28(金)～03/01(土) 木曾駒ヶ岳****中級雪山ハイキング〔グレード〇〇☆〕****(ハイキング部)**

◇担当 佐々木 枝理子

◇集合 02/28 08:00 PM 阪急西宮北口駅

申込期限 02/08(土)

◇コース 2/28 菅の台バスターミナル(仮眠)

3/1 菅の台バスターミナル→千畳敷駅→乗越浄土→中岳→乗越浄土→千畳敷駅→菅の台バスターミナル→帰神 山行

時間4:30 3.5km

中級アイゼントレーニング受講済み・労山基金8口相当・雨天中止・車の提供をお願いします

※ロープウェイの時間により途中で引き返すこともあります

**02/28(金)～03/02(日) 北八ヶ岳 白駒池/縞枯山2403m****(初級雪山ハイキング)凍った白駒池・八ヶ岳ブルー〔グレード〇☆〕****(ハイキング部)**

◇担当 小嶋 美子

◇集合 2月28日 21:30 会事務所(仮眠)

申込期限 02/02(日)

◇コース 3/1(土)3:30出発→北八ヶ岳ロープウェイ山頂駅→麦草峠→白駒山荘(泊) 7km 4h

3/2(日)白駒山荘→茶臼山→縞枯山→北八ヶ岳ロープウェイ山頂駅 7km 5h 帰神 20時頃

※初級雪山ハイキング参加資格参照 アイゼン(前爪アリを推奨)、ワカンかスノーシュー

※マイカー使用予定 定員4名(運転の協力をお願いします)、交通費約1万円、白駒山荘1泊2食13,500円(2/21~キャンセル料発生)

※締め切り後キャンセルの場合、車使用に関するキャンセル料発生します。

### 03/01(土) 六甲縦走西半縦プラス 須磨浦公園～摩耶山702m

大会1週間前のスピードになれる調整です〔グレード〇〇〇〕

(ハイキング部)

◇担当 飯島 雅明

◇集合 3月1日 7:00am 山陽電鉄須磨浦公園駅改札前

申込期限 02/22(土)

◇コース 須磨浦公園→高取山→菊水山→市ヶ原→掬星台→神戸高校 27km 9時間30分

縦走大会完走目標タイム13時間以内の人。

参加人数とメンバーによりますが、目標の近い人どうしの班で歩きます。

### 03/01(土)～03/02(日) 爺ヶ岳東尾根 2670m

後立山連峰バリエーションルート歩く〔グレード〇〇〇☆☆☆〕

(山行部)

◇担当 田中 みお

◇集合 2/28(金) 20:30頃 メンバーにて調整 三宮駅周辺 メンバーにて調整

申込期限 02/13(木)

◇コース 3/1(土) 鹿島山荘→ジャンクションピーク→ピーク3(幕堂) 7.5時間  
3/2(日) ピーク3→爺ヶ岳中峰→ピーク3→ジャンクションピーク→鹿島山荘 8.5時間

※山行部アイゼントレ参加、雪山テント泊経験者、車の提供お願いします

### 03/02(日) クリーンハイク

六甲山からゴミをなくそう!〔グレード〇〕

(自然保護部)

◇担当 向井通孝・弘津真子・大橋紗矢香

お試し参加可

◇集合 3月2日 8:50am JR新神戸駅 1階

申込期限 03/02(日)

◇コース 新神戸駅→市ヶ原→あじさい広場→森林植物園東門→桜谷→摩耶山→上野道→神戸高校(解散)必要に応じ、下山グループ編成あり。雨天時短縮コースあり ゴミ袋 ゴミばさみを持参ください。雨天決行

リーダーの仕事が輻輳してきたため3月度より3人体制です。

### 03/05(水) 草刈り

森守ボランティア〔グレード〇〕

(自然保護部)

◇担当 川井三子

◇集合 3月5日 9:00am JR新神戸駅

申込期限 02/26(水)

◇コース 新神戸駅→市ヶ原→作業場所→市ヶ原→新神戸駅

### 03/08(土) 北摂・中山連山

梅はまだ楽しめるかな?〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 岡田 直子

◇集合 3月8日 9:00am 阪急電鉄山本駅

申込期限 03/03(月)

◇コース 山本駅→最明寺滝→萬願寺西山→長尾山→中山→中山奥之院→夫婦岩→中山観音駅 10km 5.5時間

※雨天中止 ※岩場あり ※友の会参加可

### 03/08(土) 岩登りB 不動岩

岩登りを楽しもう〔グレード〇☆☆☆〕

(山行部)

◇担当 佐々木 枝理子

◇集合 3月8日 9:00am JR道場駅

申込期限 02/20(木)

◇コース 省略

岩B参加資格・リードビレイが出来ること・  
労山基金8口相当・雨天中止

## 03/09(日) 2025年六甲全縦大会

兵庫労山主催 [グレード0000]

(事務局)

◇担当 兵庫労山

◇集合 3/9 全縦am5:30~7:00 西半am7:30~8:00 東半am7:30~8:00 全縦&西半:山| 申込期限 01/31(金)

◇コース 各ポイントに通過設定時間あり(省略)  
全縦:菊水山下→大龍寺前→最高峰下13:00~18:15→塩尾寺下15:00~21:00  
西半:菊水山下→大龍寺前12:30~16:30  
東半:最高峰下→塩尾寺下14:00~18:00

※事前トレーニングに参加要、軽アイゼン、ヘッドン必携

※詳細、申し込みは、六甲全縦大会サイトに <https://rokkozenjyu.sakura.ne.jp/>

## 03/12(水) 岩登りA・妙号岩

岩登りを楽しもう [グレード0☆☆]

(山行部)

◇担当 野々脇 千紗

◇集合 03/12 09:00 AM 鈴蘭台駅

申込期限 03/05(水)

◇コース 鈴蘭台駅→妙号岩→鈴蘭台駅

※登攀道具一式、雨天中止 ※労山基金4口相当 ※岩座学受講 ※場所変更の可能性有

## 03/12(水) 加古川 城シリーズ36回 神吉城

秀吉勢二万にたいして神吉城兵八千の防御戦 [グレード(^~)]

(ハイキング部)

◇担当 内村 忠博

◇集合 2025年3月12日 水曜日 10時 JR加古川 10時 中央改札口

申込期限 03/05(水)

◇コース 加古川駅→神吉城→加古川駅 8km 3時間 レンタサイクル使用

## 03/14(金)~03/16(日) 中山尾根から日ノ岳

赤岳西壁のバリエーション [グレード0000☆☆☆]

(山行部)

◇担当 原田 勝次

◇集合 03/14 09:00 PM JR高槻南側口→タリー

申込期限 03/01(土)

◇コース 3/14 JR高槻→赤岳山荘  
3/15 赤岳山荘→赤岳鉱泉→中山尾根→地蔵尾根→赤岳鉱泉(泊) 12km 14時間  
3/16 赤岳鉱泉→赤岳山荘→JR高槻

厳冬期赤岳バリエーション経験者

## 03/14(金)~03/16(日) 西穂高岳西尾根 2,909m

厳冬期バリエーションルート [グレード0000☆☆☆]

(山行部)

◇担当 田崎 哲聡

◇集合 03/14 08:30 PM JR三ノ宮 にしむら珈琲前

申込期限 03/02(日)

◇コース 3/14(金) JR三ノ宮→道の駅ななもり清見  
3/15(土) ななもり清見→新穂高温泉→穂高平小屋→P2324(幕営) 6km 8時間  
3/16(日) P2324→西穂高岳→西穂山荘→西穂高口→新穂高温泉→帰神 6km 9時間

※山行部アイゼントレ参加者

※山行部雪山経験者

※自家用車利用協力お願いします。

## 03/15(土)~03/16(日) 兵庫県・扇ノ山(1,310m)

中級雪山ハイキングスキルアップ [グレード00☆]

(ハイキング部)

◇担当 南山 房啓

◇集合 3月15日(土)20:00 JR明石駅他(参加者間で調整)

申込期限 02/28(金)

◇コース 3/15 道の駅若桜  
3/16 八頭町姫路集落6:00→西尾根(仮称)→10:00扇ノ山→南西尾根(仮称)P1079.4m  
→北西尾根(仮称)→14:00姫路集落 8時間

保険8口以上、中級雪山アイゼントレ参加経験者、ピッケル、アイゼン(10本爪以上)、ワカン必須、定員min4名、車提供があればmax8名、トレースは期待できないコース

**03/15(土) 芦屋川～六甲最高峰～有馬温泉**

下山後は有馬温泉でゆっくり〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 池脇 礼子

◇集合 3月15日 9:00am 阪急芦屋川駅

申込期限 03/08(土)

◇コース 阪急芦屋川→六甲最高峰→有馬温泉 13km 5.5時間

**03/15(土) 六甲山系.高取山328m**

六甲縦走の後のプチ六甲縦走に行きませんか〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 新本佳子

◇集合 3月15日 9:00am 山陽須磨浦公園公園駅

申込期限 03/10(月)

◇コース 3/15 須磨浦公園→高取山→鶴越駅15km6.5時間

雨天時中止

**03/16(日) 六甲山系・風吹岩～七兵衛山462m**

春の六甲を歩こう〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 坂本 千代子

◇集合 3月16日 9:00am 阪急芦屋川駅

申込期限 03/09(日)

◇コース 芦屋川駅→会下山遺跡→蛙岩→風吹岩→雨が峠→住吉道→打越峠→七兵衛山→金鳥山→保久良神社 11km 6時間

**03/20(木) 岩登りA 山神社**

岩登りを楽しもう〔グレード〇☆☆〕

(山行部)

◇担当 佐々木 枝理子

◇集合 03/20 09:00 AM JRひめじ別所

申込期限 03/01(土)

◇コース 省略

岩座学受講済み・労山基金5口相当・雨天中止・登攀具一式

**03/20(木) 六甲山系・高取山**

須磨離宮公園を目指して〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 和田 純也

◇集合 3月20日 8:00am予定 神戸市営地下鉄長田駅

申込期限 03/15(土)

◇コース 長田駅→高取山→横尾山→須磨離宮公園 9.1km 5時間

**03/21(金)～03/22(土) 伯耆大山1729m**

中級雪山ハイキング〔グレード〇〇☆〕

(ハイキング部)

◇担当 大坪豊

◇集合 3月21日 20:30 JR明石駅北側ロータリー

申込期限 03/08(土)

◇コース 3/21 明石駅北側→道の駅大山(仮眠) 参加者で相談  
3/22 道の駅大山→大山駐車場→六合目非難小屋→大山(弥山)→六合目非難小屋→元谷→大山駐車場 8.9km 6時間半中級雪山ハイキングアイゼントレ経験者、又は中級雪山ハイキング参加経験者  
保険8口相当以上、アイゼン・ピッケル・ワカン必須**03/22(土) 六甲山系・シュラインロード～アイスロード**

カタカナ道で六甲山越え〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 富本 登

◇集合 3月22日 9:00am 神鉄有馬口駅

申込期限 03/15(日)

◇コース 有馬口駅 9:00→シュラインロード→前が辻→記念碑台(昼食)13:00 →前が辻→アイスロード→六甲ケーブル下駅 15:30(解散)

**03/23(日) 六甲山系・船坂谷 六甲山931.3m**

新緑のパワーをいただきます。〔グレード〇(+)]

(ハイキング部)

◇担当 三柳 典子  
◇集合 3月23日 8:10 阪急夙川駅さくらやまなみバス8:20発 申込期限 03/16(日)  
◇コース 船坂谷登山口バス停到着8:55 船坂谷登り詰11:30-五助谷 10Km 4.5時間  
雨天中止

**03/23(日) 六甲山系 高雄山498m**  
**森林植物園で「春に会おう」もちろんゆるりハイキング【グレード○】** (ハイキング部)

◇担当 藤戸 里香  
◇集合 3月23日 9:00am 市営地下鉄(神鉄)谷上駅 申込期限 03/15(土)  
◇コース 谷上駅→山田道→森林植物園 自然観察 昼食→高雄山→市ヶ原→新神戸駅 10km 6時間  
雨天中止 入園料300円

**03/26(水) 岩登りA・妙号岩**  
**岩登りを楽しもう【グレード○☆☆】** (山行部)

◇担当 野々脇 千紗  
◇集合 03/26 09:00 AM 鈴蘭台駅 申込期限 03/19(水)  
◇コース 鈴蘭台駅→妙号岩→鈴蘭台駅  
※登攀道具一式、雨天中止 ※労山基金4口相当 ※岩座学受講 ※場所変更の可能性有

**03/26(水) 愛宕神社924m**  
**年度末のお詣りへ一緒に行きませんか【グレード○】** (ハイキング部)

◇担当 澤村 摩耶  
◇集合 3月26日 8:45am 阪急電鉄嵐山駅 申込期限 03/19(水)  
◇コース 清滝バス停→月輪寺→愛宕神社→(表参道)→清滝バス停 10.5km 5時間  
雨天中止  
阪急嵐山駅9:00発のバスに乘車  
愛宕神社付近は雪解けで泥濘の可能性

**03/28(金)~03/31(月) 白馬岳・主稜 2932m**  
**春山バリエーション【グレード○○○☆☆☆】** (山行部)

◇担当 野々脇 千紗  
◇集合 3月28日 20:00 JR三ノ宮北側にしむら珈琲前 申込期限 03/07(金)  
◇コース 3/28 JR三ノ宮→アルプス安曇野ほりがねの里(仮眠)  
3/29 アルプス安曇野ほりがねの里→猿倉→白馬尻荘(テント泊)  
3/30 白馬尻荘→主稜→白馬岳→白馬山荘→大雪溪→白馬尻荘(テント泊)  
3/31 白馬尻荘→猿倉→帰神  
※猿倉線が交通止めの可能性があるため猿倉まで歩きます。  
山行部後期登山教室卒業、または同等の経験者以上(確保支点構築技術、滑落停止、山中泊等)

**03/29(土)~03/30(日) 明神山・七種山**  
**ミツマタ(明神山)とゆるキャンを楽しみましょう！【グレード○(+)]** (ハイキング部)

◇担当 長谷川 豊美  
◇集合 3月29日 7:15am JR西明石駅 申込期限 03/14(金)  
◇コース 3/29 西明石駅→夢やかた駐車場→Bコース→明神山→カジカコース(ミツマタ)→駐車場→福崎町青少年活動センター(ゆるキャン) 6km 5時間  
3/30 宿泊地→七種滝→七種山→駐車場→香寺荘(日帰り入浴)→西明石駅 7km 4時間  
明神山岩場あり、車提供あれば8名 BBQ予定 野外センター利用料 1000円(貸し出し毛布あり) 雨天は状況で決める

**03/29(土) 須磨アルプス**  
**須磨浦公園でお花見しましょう【グレード○】** (ハイキング部)

◇担当 岡本 洋子  
◇集合 3月29日 9:00am JR鷹取駅 申込期限 03/22(土)  
◇コース JR鷹取駅→妙法寺川公園→東山→馬の背→横尾山→高倉山→旗振山→須磨浦公園 8.8km5.5時間  
雨天中止

**03/29(土) JR福知山線廃線敷~桜の園ハイクとキリンビール工場見学**  
**仁ちゃんと行くレアな六甲【グレード○】** (ハイキング部)

◇担当 永末 康史  
◇集合 3月29日 9:00am JR 西宮名塩駅 申込期限 03/15(土)  
◇コース JR 西宮名塩駅→廃線敷入口→桜の園(周回)→廃線敷出口→JR 武田尾駅 7km 3時間  
※廃線敷トンネルはヘッドランプ必携(トンネル内は足元の枕木に注意) ※雨天中止  
13:50ピール工場見学開始(70分間の予定) 参加費500円 募集定員8名(早期締切有)

**03/29(土)~03/30(日) 岩登りA 小豆島・吉田の岩場**  
岩登りを楽しむ。〔グレードO☆☆〕 (山行部)

◇担当 黒川 登成  
◇集合 3月29日 6:45am 姫路港フェリー乗り場(参加メンバーで調整) 申込期限 03/17(月)  
◇コース 3/29 姫路港7:15→福田港8:55→吉田の岩場、吉田オートビレッジにてテント泊  
3/30 吉田の岩場→福田港17:15→姫路港18:55  
※労山基金4口相当、※岩登り例会参加経験者、※登攀具一式、※定員5名

**03/30(日) 大文字山463m**  
京都トレイル 東山ええとこどり〔グレードO〕 (ハイキング部)

◇担当 佐藤 拓也  
◇集合 3月30日 9:00am 京阪 祇園四条駅 申込期限 03/23(日)  
◇コース 祇園四条駅→八坂神社→東山山頂公園→蹴上→大文字山→哲学の道→浄土寺橋 13km 5時間

**04/02(水) 八幡山・鶴翼山(かくよくざん)280m**  
桜と琵琶湖とスイーツ! 堪能できますように〔グレードO(-)〕 (ハイキング部)

◇担当 高峰 京子  
◇集合 04/02 09:00 AM JR近江八幡駅 申込期限 03/27(木)  
◇コース 近江八幡駅→八幡堀→八幡山→北之庄城跡→望西峰→百々神社→ラッコリーナ→近江八幡駅 10km 6時間  
\*雨天中止

**04/02(水) 登山道補修**  
森守ボランティア〔グレードO〕 (自然保護部)

◇担当 川井三子  
◇集合 4月2日 9:00am JR新神戸駅 申込期限 03/26(水)  
◇コース 新神戸駅→市ヶ原→あじさい広場→市ヶ原→新神戸駅  
雨天中止

**04/03(木) 「太陽と緑の道」藍那~丹生会館**  
藍那古道に歴史のロマンを求めて!〔グレードO(-)〕 (ハイキング部)

◇担当 野俣 智子  
◇集合 4月3日 9:00am 神戸電鉄 藍那駅 申込期限 03/27(木)  
◇コース 藍那→丹生会館 5km 6時間  
雨天中止

**04/03(木) CLの心得・計画書作成**  
ステップアップ講座【座学】〔グレード(^)〕 (教育部)

◇担当 CLの心得:三浦 寛治 計画書作成:大坪 豊  
◇集合 4月3日 19:00pm 会事務所 または 別会場 19:00~20:30 申込期限 03/16(日)  
◇コース ステップアップ講座申込時に参加可否を記入 <https://forms.gle/uECpWnbPFjaFcs9T7>  
※2024年度夏山登山教室受講済の方および諸事情により未受講の方のみ 受講必須です。

**04/05(土) 鈴鹿山脈・御池岳1247m/鈴ヶ岳1130m**  
しまりす/福寿草どっちも?〔グレードO(+)] (ハイキング部)

◇担当 三浦 寛治  
◇集合 4月5日(土)3:00am 会事務所 申込期限 03/28(金)  
◇コース コグルミ谷駐車場→御池岳→鈴ヶ岳→駐車場 9.4km 6.5h

※車の提供をお願いします。2班に分けることが出来れば交差縦走をします。  
1班のみの場合は、登山口スタートゴールの周回になります。※雨天中止

## 04/05(土) 能勢・大堂越435m

日本一の里山を歩こう【グレード〇】

(ハイキング部)

◇担当 山本 潔

◇集合 4月5日 9:30am 能勢電鉄 妙見口駅前

申込期限 03/31(月)

◇コース 妙見口駅前→黒川里山センター→出野三角点→野間の大ケヤキ→大堂越→黒川駅跡→妙見口駅前 11km 4時間30分

友の会参加可

## 04/05(土) 鳥取県・投入堂899.9m

706年にどうやって建立された?日本遺産第1号【グレード〇(-)☆】

(ハイキング部)

◇担当 藤原 久美子

◇集合 4月5日 7:30am JR 六甲道→阪急六甲(参加者で相談)

申込期限 03/29(土)

◇コース 三徳山三沸寺拝観受け付け→三沸寺本堂→投入堂→三沸寺本堂→受付 2km 2時間

車の運転ご協力をお願いします。距離は短いですが、鎖ありロープあります。

帰りに鳥取の美味しいお寿司を食べたい!

## 04/05(土) 岩登りA座学 岩登りの心得・装備・ロープワーク

岩登りを始める方の必須講座【グレード(^)☆】

(山行部)

◇担当 中村 依理子

◇集合 4月5日(土)17:00 会事務所

申込期限 03/28(金)

◇コース 省略

※18:30~19:00までを予定しております。

※岩登りAへの参加には、本講座の受講が必須です。

## 04/06(日) クリーンハイク(新入会員歓迎会あり)

六甲山からゴミをなくそう!【グレード〇(-)】

(自然保護部)

◇担当 大塚 春生・岡本 洋子・福永 多江子

◇集合 4月6日 8:50am JR新神戸駅 1階

申込期限 04/06(日)

◇コース 新神戸駅→市ヶ原(新入会員歓迎会)→新神戸駅

今回はビジターさんの受付は有りません。

## 04/09(水) 岩登りA・蓬莱峡

岩登りを楽しもう【グレード〇☆☆】

(山行部)

◇担当 野々脇 千紗

◇集合 04/09 09:00 AM 阪急宝塚改札前

申込期限 04/02(水)

◇コース 宝塚→蓬莱峡→生瀬

※登攀道具一式、雨天中止 ※労山基金4口相当 ※岩座学受講 ※場所変更の可能性有

## 04/09(水) 六甲山系・ガベノ城483m

春爛漫 お花見に行きましょう！【グレード〇】

(ハイキング部)

◇担当 新井 公子

◇集合 4月9日 9:00am 阪急電鉄夙川駅

申込期限 04/02(水)

◇コース 阪急夙川→銀水橋→北山緑化植物園→ガベノ城→観音山→鷲林寺→北山貯水池→北山→苦楽園 12km 7時間

友の会参加可能

## 04/10(木) 応急手当

ステップアップ講座【座学】【グレード(^ ^)】

(教育部)

◇担当 宇野 一重

◇集合 4月10日 19:00pm 会事務所 または 別会場 19:00~20:30

申込期限 03/16(日)

◇コース ステップアップ講座申込時に参加可否を記入 <https://forms.gle/uECpWnbPFjaFcs9T7>

※2024年度夏山登山教室受講済の方および諸事情により未受講の方のみ 受講必須です。  
三角巾必携、登山靴持参をお勧めします。

## 04/11(金)~04/12(土) 能郷白山1617m

中級雪山ハイキング【グレード〇〇☆】

(ハイキング部)

◇担当 大坪 豊

◇集合 4月11日 8:30pm JR三ノ宮駅 にしむら珈琲前

申込期限 03/21(金)

◇コース 4/11三ノ宮駅にしむら珈琲前20:30⇒道の駅うすずみ桜の里23:00(前泊)  
4/12道の駅うすずみ桜の里5:30⇒林道ゲート6:00⇒能郷谷登山口7:10⇒前山9:40⇒能郷白山10:50⇒白山神社奥宮神社10:55⇒前山12:10⇒能郷谷登山口14:00⇒林道ゲート15:00⇒帰神20:30予定 15.9km 8:30h

中級雪山ハイキングアイゼントレ経験者 保険8口相当以上 4名以上の場合車提供をお願いします。

## 04/12(土) 市ヶ原

天ぷらハイク 春の山菜を食べる【グレード(^ ^)】

(ハイキング部)

◇担当 宇野 康子

◇集合 4月12日 10:00am 新神戸駅1階

申込期限 04/06(日)

◇コース 新神戸駅→市ヶ原→新神戸駅 6km 2時間

会費¥1,000程度、食器、お箸、飲み物は各自持参 ※友の会メンバー、会員の知人参加可

## 04/12(土) 岩登りB 駒形岩

エイドクライミングに挑戦(アブミ)【グレード〇☆☆☆】

(山行部)

◇担当 佐々木 枝理子

◇集合 4月12日 9:00am JR道場駅

申込期限 03/22(土)

◇コース 道場駅→駒形岩

労山基金8口相当 雨天中止 リードビレイか出来ること

## 04/12(土) 湖南アルプス堂山 384m

吉田類の百低山・岩あり, 渡渉あり楽しい堂山〔グレードO(+)]

(ハイキング部)

◇担当 三柳 典子

◇集合 4月12日 9:30am JR石山駅

申込期限 04/06(日)

◇コース 帝産バスアルプス登山口10:00 -向不動・トイレ  
10:40-堂山12:10-登山口14:00 7.7k 4時間

岩登り座学すみの方 三点支持少しあり

## 04/13(日) のんびりスローハイキング 六甲山系・ガーデンテラス

山歩きの後は、ジンギス汗鍋!〔グレードO〕

(ハイキング部)

◇担当 岡部 久高

◇集合 4月13日 9:00am JR住吉駅

申込期限 04/08(火)

◇コース 神戸市バス住吉駅前→渦森台(終点)→(寒天山道)→六甲ケーブル上→ガーデンテラス 4km 2時間40分

※一旦解散後、ジンギスカンパレスで昼食 食べ放題¥3,000(税込・アルコール別)ラム肉の他、チキン、ポーク、ビーフ、野菜などを含む

※雨天中止 ※帰りは、バス、ケーブルで下山する事 ※神戸市バス¥210 ※10人程度まで

## 04/13(日) 初心者のための1日登山教室

安全に山登りを楽しむために〔グレードO(-)]

(組織部)

◇担当 田中 みお

お試し参加可

◇集合 04/13 09:00 AM 阪急芦屋川

申込期限 04/05(土)

◇コース 4/13 阪急芦屋川駅→高座の滝→風吹き岩→金鳥山→保久良神社→阪急岡本駅 6km 6時間

※新入会員と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。  
※受講料:ビジター600円(保険代込:住所、氏名、TELをご連絡ください)

## 04/16(水) 鈴鹿・釈迦ヶ岳~三池岳

花シリーズ イワウチワ・アカヤシオ〔グレードO(+)]

(ハイキング部)

◇担当 菅 千景

◇集合 4月16日 5:30am JR三ノ宮駅(参加メンバーによって調整)

申込期限 04/02(水)

◇コース 八風ロッジ→北山→岩ヶ峰→釈迦ヶ岳→仙香山→八風峠→八風ロッジ 8km 6時間

※雨天中止 ※マイカー利用 キャンセル料あり

## 04/19(土) 大岩岳 384m

ステップアップ講座実技・読図〔グレードO〕

(教育部)

◇担当 國里 良太

◇集合 4月19日 9:00am JR道場駅

申込期限 04/06(日)

◇コース 道場駅→不動岩下の駐車場→大岩岳→東大岩岳→丸山湿原→四等三角点→東山橋→ゴール 11km 5.5時間

※ステップアップ講座受講生並びにその修了者。先輩方の応援参加をお願いします。

※班毎に分れ実技演習を行います。※ハイキング装備(コンパス必携)※雨天中止

## 04/19(土) ほしだの森・星のブランコ

春だし、森の中をまったりとウォーキングしようよ〔グレードO(-)]

(ハイキング部)

◇担当 和仁 由里子

◇集合 04/19 09:00 AM 京阪 私市駅

申込期限 04/12(土)

◇コース 私市駅→森林鉄道風歩道橋→わんぱく広場→星のブランコ→やまびこ広場→らくようの路→私市駅 7.5km 5時間

※星のブランコは全長280mの巨大な吊り橋です。

※歩きやすい遊歩道です。ガッツリ派には物足りないかも。

※雨天中止

**04/19(土) 岩登りC 鈴鹿山系・鬼ヶ牙488m**

マルチクライミングを楽しもう〔グレード〇(+)\*☆☆〕

(山行部)

◇担当 佐々木 枝理子

◇集合 04/19 06:00 AM 阪急西宮北口駅

申込期限 04/05(土)

◇コース 西宮北口駅→石水溪キャンプ場→取り付き→クライミング→鬼ヶ牙ピーク→石水溪キャンプ場→帰神

雨天中止 労山基金8口相当 マルチクライミング経験者 アブミ経験者

**04/19(土) 鈴鹿山脈・イブネ1,160m**

日帰りで鈴鹿の秘境へ〔グレード〇〇〇〕

(ハイキング部)

◇担当 石田 沙有里

◇集合 4/19 会事務所 5時 会事務所前

申込期限 04/12(土)

◇コース 4/19 甲津畑登山口→杉峠→イブネ→杉峠→甲津畑登山口 17km 9時間

CL含め定員4人まで

**04/19(土)~04/20(日) 鹿島槍ヶ岳 2889m**

残雪期の後立山連峰を歩く〔グレード〇〇〇☆☆☆〕

(山行部)

◇担当 田中 みお

◇集合 4/18(金) 20:00頃 参加者で調整 三ノ宮駅周辺

申込期限 03/27(木)

◇コース 4/19 柏原新道入口→爺ヶ岳南峰→冷池山荘(幕営) 7km 8H

4/20 冷池山荘→鹿島槍ヶ岳→冷池山荘→爺ヶ岳南峰→柏原新道入口 12km 10H

雪山中級ハイキング例会参加相当、リーダー判断、テントor冬期小屋泊

**04/20(日) 宍粟市 国見山 465m**

山サンドで、お昼を買って、帰りはモノレールで下山〔グレード〇(-)\*☆〕

(ハイキング部)

◇担当 中津 恵美子

◇集合 4月20日 10:00AM 宍粟市役所 宍粟市役所駐車場

申込期限 04/13(日)

◇コース 4/20 宍粟市役所10:00→10:15 山サンド→10:30登山口→11:50国見山山頂(昼食)12:10→12:25モノレール山頂駅12:40→13:00山麓駅 2.4km 1.5時間

車提供あれば、神戸や明石から集合も考えます。雨天中止

**04/20(日) 播磨・桶居山247m**

岩場歩きと読図を楽しもう〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 岡田 直子

◇集合 4月20日 8:40am JRひめじ別所駅

申込期限 04/14(月)

◇コース ひめじ別所駅→山神社→桶居山→高御位山分岐→鷹ノ巣山→住吉神社→ひめじ別所駅 9km 5.5時間

※SLは柳仁鉉さん ※岩場の急な登り下りあり ※コンパスを合わせながら歩くためコースタイムより山行時間は長くなります

**04/23(水) 岩登りA・妙号岩**

岩登りを楽しもう〔グレード〇☆☆〕

(山行部)

◇担当 野々脇 千紗

◇集合 4月23日 9:00am 鈴蘭台駅

申込期限 04/16(水)

◇コース 鈴蘭台駅→妙号岩→鈴蘭台駅

※登攀道具一式、雨天中止 ※労山基金4口相当 ※岩座学受講 ※場所変更の可能性有

## 04/24(木) ヤマレコ・コンパスの説明

ステップアップ講座【座学】〔グレード(^^)〕

(教育部)

◇担当 小石原 修一

◇集合 4月24日 19:00pm 会事務所 または 別会場 19:00~20:30

申込期限 03/16(日)

◇コース ステップアップ講座申込時に参加可否の記入 <https://forms.gle/uECpWnbPFjaFcs9T7>

※2024年度夏山登山教室を受講の方および諸事情により未受講の方優先  
終了後、修了山行MTGを行います。

## 04/24(木) 明神山218m・大日山326m・大文字465m・善気山271m

平日の京都を散策しませんか？京都トレイル東山〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 岡本 洋子

◇集合 4月24日 9:00am JR東福寺駅

申込期限 04/17(木)

◇コース 東福寺→清水山→東山山頂公園→蹴上駅→大文字山→火床→哲学の道→蹴上駅 16km. 6.5時間

雨天中止

## 04/25(金)~04/27(日) 奥大日岳2606m~立山3015m

北アルプスの春山〔グレード〇〇☆☆〕

(山行部)

◇担当 大坪 豊

◇集合 4月25日 8:30pm JR三ノ宮駅 にしむら珈琲前

申込期限 04/05(土)

◇コース 4/25 三ノ宮駅にしむら珈琲前20:30⇒立山アルペン村(前泊)25:00  
4/26 立山アルペン村5:00⇒立山駅6:00⇒室堂9:00⇒雷鳥沢キャンプ場(テント設営)10:00⇒新室堂乗越11:40⇒奥大日岳12:40⇒新室堂乗越14:40⇒雷鳥沢キャンプ 4:30h 8.3km  
4/27 雷鳥沢キャンプ場4:00⇒一の越荘5:30⇒雄山7:10⇒立山⇒大汝山8:00⇒富士ノ折立8:20⇒雷鳥沢キャンプ場(テント撤収)12:00⇒室堂13:20⇒立山駅14:40⇒帰神22:00予定  
6:40h 8km

中級雪山ハイキング参加経験者、保険8口以上、テント泊山行ですが小屋泊希望の方は各自で山小屋予約をお願いします。4名上の場合車提供をお願いします。

## 04/26(土)~04/27(日) 四国.岳人の森と山犬嶽 997m

苔とお花をゆっくり楽しみましょう！〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 長谷川 豊美

◇集合 4月26日 7:00am JR 垂水駅

申込期限 04/10(木)

◇コース 4/26 垂水駅⇒岳人の森⇒散策と砥石権現ピストン⇒ふれあいの里さかもと(宿泊) 4km 5時間  
4/27 宿⇒登山口⇒檜原棚田⇒山犬嶽⇒西峰⇒登山口⇒垂水駅 6km 5時間

車、運転協力をお願いします。雨天時は散策 ふれあいの里宿泊(9000円)

## 04/26(土)~04/27(日) 大杉谷~大台ヶ原 1695m

ヒルが出る前に三大溪谷を歩こう！〔グレード〇〇〕

(ハイキング部)

◇担当 坂本 千代子

◇集合 4月26日 7:30am 近鉄鶴橋駅

申込期限 03/08(土)

◇コース 4/26 近鉄鶴橋駅⇒JR三瀬谷駅(バス)⇒大杉谷溪谷登山口⇒千尋滝前⇒桃の木小屋 6Km 6時間  
4/27 桃の木小屋⇒堂倉滝吊り橋⇒日出ヶ岳⇒大台ヶ原⇒大和八木駅⇒帰神戸 8.5Km 7時間

※参加資格:六甲縦走路(半分)を標準タイムで歩ける方 ※雨天中止

※登山バス予約開始:昨年3/11、今年未定

## 04/26(土) 金勝アルプス

絶景の琵琶湖と雄大な岩々を満喫！〔グレード〇☆☆〕

(ハイキング部)

◇担当 根本和子

◇集合 4月26日 9:15am JR草津駅

申込期限 04/20(日)

◇コース JR草津駅⇒上桐生バス停⇒落ヶ滝⇒天狗岩⇒白石峯⇒耳岩⇒上桐生バス亭⇒草津駅 10km 5h

※草津駅東口のバス亭9:30発 バス片道500円 ※岩場あり ※雨天中止

## 04/27(日) 三国峠・776m

芦生原生林を満喫しよう〔グレード〇〇〕

(ハイキング部)

◇担当 田中 武雄

◇集合 4月27日 AM6:00 三ノ宮 なか卯前

申込期限 04/20(日)

◇コース 生杉原生林入り口⇒地藏峠⇒三国峠⇒野田畑峠⇒シンコボ⇒野田畑峠⇒三国峠⇒生杉原生林入り口 11k  
6h

渡渉あり・増水時中止・雨天中止・車の提供ない場合 定員5名

## 04/29(火) 生駒山

庄巻のつつじロールを見ながらランチ！〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 塩川 定子

◇集合 4月29日9:30AM 近鉄難波奈良線石切駅

申込期限 04/22(火)

◇コース 石切駅→岩坂山→遊園地→生駒山→鬼取山→暗峠→府民の森→瓢箪山駅 12km 5時間

## 05/18(日) リトル比良・岳山565m～岩阿砂利山686m～滝山703m

新緑のプチ縦走〔グレード〇〇〕

(ハイキング部)

◇担当 岡田 直子

◇集合 5月18日 9:00am JR湖西線近江高島駅

申込期限 05/12(月)

◇コース 5/18 近江高島駅→大炊神社→岳山→オウム岩→岩阿砂利山→滝山→寒風峠→北小松駅 12km 7時間50分

※雨天中止

## 06/06(金)～06/09(月) 佐渡島 大佐渡山脈縦走

アラ還+α 佐渡島へ行こう！〔グレード〇〇〕

(ハイキング部)

◇担当 宇野 康子

◇集合 6月6日 7:30am 伊丹空港

申込期限 03/06(木)

◇コース 6/6 伊丹空港→新潟空港→両津港→ドンデン高原ロッジ泊  
6/7 ドンデン高原ロッジ→金北山→白雲台→両津港民宿泊 13km 8時間  
6/8 民宿→天然杉ウォーク、自然探勝路ウォーク、金山見学等観光→民宿泊  
6/9 両津港→新潟空港→伊丹空港

55歳～65歳のアラ還登山ですが+-5歳程度の方もどうぞ  
飛行機のチケットは各自で購入お願いします