

## 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

※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

※12月～3月、低山でも軽アイゼンを携行しましょう

《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)

○(-) ○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:4 口相当以上

アルパイン・雪山・岩BC・沢:8 口相当以上

### 03/01(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 三柳典子・福永 多江子・小寺 卓

お試し参加可

◇集合 3月1日 8:50am JR新神戸駅 1階

申込期限 03/01(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

スープの提供をおこないません。サーモボトルにお湯と箸・食器をご持参ください。

### 03/07(土) 六甲山系・杣谷峠620m

太陽と緑の道11 摩耶徳川道コース [グレード○]

(ハイキング部)

◇担当 富本 登

◇集合 3月7日 9:00am 阪急六甲駅改札

申込期限 02/28(土)

◇コース 阪急六甲駅→杣谷入口→杣谷峠→徳川道→森林植物園正門 9km 4.5時間

雨天中止

### 03/07(土) 六甲山系・荒地山549m

春の山と梅をたのしむ [グレード○]

(ハイキング部)

◇担当 山本 真紀

◇集合 3月7日 9:00am 阪急芦屋川駅

申込期限 03/01(日)

◇コース 阪急芦屋川→城山→荒地山→風吹岩→保久良神社→岡本梅林→岡本駅 10km 5.5 時間

雨天中止

## 03/08(日) 2026年六甲全山縦走大会

兵庫労山主催〔グレード〇〇〇〇〕

(事務局)

◇担当 兵庫労山

お試し参加可

◇集合 3月8日 5:30am~(全縦) 全縦・西半縦:須磨浦公園駅 東半縦:新神戸駅

申込期限 01/31(土)

◇コース 六甲全山縦走マップ等参照

<https://hwaf.jp.org/%e5%85%ad%e7%94%b2%e5%85%a8%e7%b8%a62026-%e9%96%8b%e5%82%ac%e6%a1%88%e5%86%85/>

例年、締切日以前に定員に達して受付締め切りとなっていますので、参加希望者は早目の参加登録をお願いします。

## 03/13(金)~03/15(日) 北ハケ岳 本沢温泉・夏沢峠

初級雪山ハイキング&温泉〔グレード〇〇〕

(ハイキング部)

◇担当 小嶋 美子

◇集合 3月13日9:00pmもしくは14日3:00am 会事務所

申込期限 02/15(日)

◇コース 3/13 集合&仮眠  
3/14 会事務所→登山口→しらび小屋→本沢温泉小屋 6km 3時間  
3/15 本沢温泉小屋→夏沢峠→根石岳小屋→夏沢峠→本沢温泉→登山口 13km 6時間  
帰神 21時頃予定

※雪山ハイキング講座受講済みの方

※根石岳小屋に行くかどうかは、天気などで判断します。

※交通費約1万円、小屋12000円

※定員4名、車提供あれば8名まで。

## 03/13(金)~03/15(日) 西穂高岳西尾根

厳冬期バリエーション〔グレード〇〇〇☆☆☆〕

(山行部)

◇担当 田崎 哲聡

◇集合 03/13 08:00 PM JR三ノ宮駅 にしむら珈琲前

申込期限 03/01(日)

◇コース 3/13(金) JR三ノ宮→道の駅ななもり清見  
3/14(土) ななもり清見→新穂高温泉→穂高平小屋→P2324(幕営) 6km 8時間  
3/15(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 ※自家用車利用協力をお願いします。

## 03/14(土)~03/15(日) 兵庫県・扇ノ山(1,310m)

中級雪山ハイキング 地形を読む〔グレード〇〇〇☆〕

(ハイキング部)

◇担当 南山 房啓

◇集合 3月14日 8:00pm JR明石駅他(参加者間で調整)

申込期限 02/28(土)

◇コース 3/14 道の駅若桜  
3/15 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)→15:00姫路集落 10.5km 9時間

保険8口相当、中級以上のアイゼントレーニング参加経験者、ピッケル、アイゼン、ワカン必須、min4名、max8名(車があれば)、トレースが期待できないコース

## 03/14(土) 六甲山最高峰・931m

太陽と緑の道⑬ 住吉道魚屋道コース を歩こう〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 岡部 久高

◇集合 3月14日 8:30am JR住吉駅

申込期限 03/08(日)

◇コース JR住吉駅前バス停→エクセル東バス停→住吉道→七曲り道→六甲山最高峰・931m →魚谷道→稻荷神社 12km 5.5時間

雨天中止 バス料金230円

## 03/15(日) 天狗岩~六甲ガーデンテラス~紅葉谷

下山後に温泉に入れるよ!〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 福本さおり

◇集合 3月15日 9:00am JR住吉駅改札口(市バス38系統へ乗ります)

申込期限 03/08(日)

◇コース 渦森橋バス停→天狗岩→みよし観音→ガーデンテラス→極楽茶屋跡→紅葉谷→ロープウェイ有馬温泉駅→池の坊駐車場 9km 5時間

雨天中止

## 03/15(日) ラクダミクラ・高御位山304m

高御位山でラクダミクラにチャレンジしよう〔グレード〇〇〇☆〕

(ハイキング部)

◇担当 向井 通孝

◇集合 3月15日 8:30am JR曾根駅

申込期限 03/07(土)

◇コース 曾根駅→豆崎登山口→大平山→地徳山→別所奥山→北宿山→鷹ノ巣山→長尾奥山→高御位山→中塚山→北山登山口→曾根駅 20km 9h

※雨天中止 ※岩場の登り下りあり

**03/19(木)~03/22(日) 美ヶ原・蓼科山2113m****中級雪山ハイキング〔グレード〇〇☆〕****(ハイキング部)**

◇担当 毛戸 伸悟

◇集合 3月19日 9:30pm 梅田(阪急三番街)

申込期限 02/18(水)

◇コース 3/19 21:40夜行バスにて松本へ  
3/20 レンタカーにて蓼科白樺ユースホテルへ  
美ヶ原(王が頭周遊)11km 6時間  
3/21 蓼科山(女神茶屋ピストン)6km 6時間  
22:30夜行バスにて大阪へ  
3/22 7:11大阪着・雪山ハイキング講座受講済。アイゼン、ワカン必携。  
・夜行バス往復(約14,600円)蓼科白樺ユースホテル(1泊2食6,930円)レンタカー(約3万円)  
車提供がある場合、日程変更有**03/19(木)~03/22(日) 赤岳・硫黄岳・天狗岳****南ハヶ岳縦走〔グレード〇〇☆☆〕****(山行部)**

◇担当 大坪 豊

◇集合 3月19日(木) 10:00pm 会事務所

申込期限 03/06(金)

◇コース 3月19日 集合(仮眠) 3月20日 会事務所4時→美濃戸口→赤岳鉱泉(テント設営) 4h 6.4km  
3月21日 赤岳鉱泉→赤岳→横岳→硫黄岳→赤岳鉱泉 7:20h 8.1km  
3月22日 赤岳鉱泉(テント撤収)→美濃戸口→帰神18時頃予定 3h 6.4km

山行部又は中級雪山アイゼントレ参加経験者・保険8口以上・滑落停止等の雪上トレーニング経験済み・ビーコン必須・4名以上の場合は車提供をお願いします。

**03/20(金) ハーブ園 400m****のんびりゆっくり歩きましょう〔グレード〇(-)〕****(ハイキング部)**

◇担当 新本佳子

◇集合 3月20日 新神戸駅 9:00am 新神戸駅

申込期限 03/15(日)

◇コース 3/20 新神戸駅→布引貯水池→風の丘中間→ハーブ園→稲妻坂→市ヶ原→新神戸駅 4.5km 3時間

昼食はとりませんのでしっかりと行動食を持参して下さい。  
雨天中止時前日18:30までメールします。**03/21(土)~03/22(日) 大山夏道 1729m****大山ブルーと大山地ビール(中級雪山ハイキング)〔グレード〇〇☆〕****(ハイキング部)**

◇担当 小石原 修一

◇集合 3月21日 12:45pm JR三ノ宮駅北にしむら珈琲前

申込期限 03/01(日)

◇コース 3/21(土)JR三ノ宮→ペンションたんね(泊) 夕食:ビア ホフ ガンバリウス  
3/22(日)夏道登山口→弥山→行者登山道→大山寺 7km 7h

※中級雪山ハイキング参加資格参照 ※ビッケル・アイゼン要 ※1泊2食10500円程度 ※自家用車使用定員4名

**03/21(土) 六甲山系・横尾山312m****須磨寺で十三佛・七福神巡りしませんか?〔グレード〇〕****(ハイキング部)**

◇担当 浜平 智子

◇集合 3月21日 9:00am 神戸市営地下鉄 板宿駅

申込期限 03/14(土)

◇コース 地下鉄板宿駅→板宿八幡神社→東山→横尾山→柵尾山→高倉山→須磨寺 6.5km 4時間

※雨天中止

※須磨寺で一旦解散し、希望者のみ十三佛・七福神巡り(納め札代200円:購入自由)をしたいと思います

**03/21(土) 鎌倉峡の後、鯖寿司&ラーメンを食べに行こう****KOBE太陽と緑の道⑤ 鎌倉峡コース〔グレード〇☆☆〕****(ハイキング部)**

◇担当 中村 依理子

◇集合 3月21日 9:00am JR道場駅

申込期限 03/15(日)

◇コース 道場駅→やまびこ駅→鎌倉峡出合→百丈岩→道場駅 12km 5時間

※雨天中止 ※前日雨で水位が高いと予想される場合も中止する可能性があります ※渡渉があります。濡れても良い恰好、もしくは靴下の替えを用意すると良いかもしれません ストックがあると良いと思います。※ハイキング装備、簡易ハーネスをするかもしれません。※希望者は、道場駅の「ラーメン・さば寿司 大正」に寄りたいを思っています。昔懐かしい感じのラーメンとさば寿司が絶品です。さば寿司を食べる方は数に限りがあるので、予約したいと思います。

<b>03/22(日) 東お多福山(697m)コース</b> <b>KOBE 太陽と緑の道 No.12〔グレードO〕</b>	<b>(ハイキング部)</b>
◇担当 宮本 裕佳子 ◇集合 3月22日 9:00am 阪急神戸線岡本駅 ◇コース 阪急岡本駅→保久良神社→東お多福山→東お多福山登山口バス停 9.5km 4時間30分	お試し参加可 申込期限 03/15(日)
<b>03/24(火) 観音山523m</b> <b>観音山と桜かも〔グレードO☆〕</b>	<b>(ハイキング部)</b>
◇担当 和田 明子 ◇集合 3月24日 8:30am 阪急神戸線夙川駅 ◇コース 夙川駅→北山公園→北山貯水池→観音山→ガベノ城→北山公園→甲陽園駅 12km 6時間	申込期限 03/17(火)
雨天中止 小さな岩場あり	
<b>03/25(水) 入道ヶ岳906m</b> <b>花シリーズ ミノコバイモ〔グレードO〕</b>	<b>(ハイキング部)</b>
◇担当 菅 千景 ◇集合 3月25日 6:00am JR三ノ宮駅など(参加者で相談) ◇コース 椿大神社→井戸谷コース→入道ヶ岳→北尾根コース→椿大神社 7km 5時間	申込期限 03/15(日)
花を探しながらゆっくり歩きます マイカー利用(キャンセル料あり)	
<b>03/28(土) 石切道紅葉谷コースを歩く</b> <b>KOBE太陽と緑の道 NO.14〔グレードO〕</b>	<b>(ハイキング部)</b>
◇担当 田中 武雄 ◇集合 3月28日 8:30am 阪急 御影駅 ◇コース 阪急御影→石切道→ガーデンテラス→紅葉谷→有馬温泉 12km 6時間	お試し参加可 申込期限 03/20(金)
雨天中止	
<b>03/28(土) 奈良高取山(584m)</b> <b>日本三大山城と桜の壺阪寺〔グレードO〕</b>	<b>(ハイキング部)</b>
◇担当 塩川 定子 ◇集合 3月28日 9:00am 近鉄壺阪山駅 ◇コース 壺阪駅→猿石→高取山→高取城址入口→五百羅漢像→壺阪寺→壺阪駅 10K5H	申込期限 03/21(土)
雨天中止・桜の開花状況によっては壺阪寺に立ち寄らない場合があります	
<b>03/28(土) 高御位山304m</b> <b>播磨アルプスから眺める景色を楽しもう〔グレードO〕</b>	<b>(ハイキング部)</b>
◇担当 富岡 延代 ◇集合 3月28日 8:30am JR曾根駅 ◇コース 曾根駅→豆崎登山口→鹿嶋神社→鷹ノ巣山→高御位山→中塚山→北山奥山→宝殿駅 11km 6時間	申込期限 03/23(月)
雨天中止 岩場あり	

### 03/28(土)～03/29(日) 岩登りB・小豆島 吉田の岩場

岩登りとキャンプを楽しむ〔グレード〇☆☆☆〕

(山行部)

◇担当 黒川 登成

◇集合 03/28 06:40 AM 山電 飾磨駅 または 姫路港フェリー乗り場

申込期限 03/15(日)

◇コース 3/28 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  
3/29 吉田の岩場→福田港17:15→姫路港18:55

※岩登りB参加資格、※労山基金8口相当、※定員5名  
※吉田の岩場が初めての方、経験の少ない方を優先します。

### 03/28(土) 六甲山系・荒地山549m

【探検的】ハイレベルハイク☆クライム〔グレード〇〇☆☆〕

(山行部)

◇担当 奥永学

◇集合 3月28日 9:00am 阪急芦屋川駅北側広場

申込期限 03/20(金)

◇コース 3/28 芦屋川駅→岩(ビックボルダーなど)→芦屋川駅 8.5km 7時間程度

藪漕ぎ 懸垂下降予定 岩登りA経験  
ハーネス クライミングシューズ 確保器(ATCなど)要  
小さめの岩課題を巡ります  
3名程度 雨天中止

### 03/29(日) 北摂・青貝山391m

のんびりミツマタを楽しもう〔グレード〇(-)〕

(ハイキング部)

◇担当 岡田 直子

◇集合 3月29日 10:00am 能勢電鉄妙見口駅

申込期限 03/23(月)

◇コース 3/29 妙見口駅→初谷コース分岐→天台山コース登山口→ミツマタポイント→青貝山→ミツマタポイント→天台山コース登山口→妙見口駅 8km 4時間

※雨天中止 ※友の会会員参加可

### 03/29(日) 大歳神社～徳川道～あいな里山公園292m～藍那駅

太陽と緑の道⑩ 白川徳川道コース〔グレード〇(-)〕

(ハイキング部)

◇担当 岡本 洋子

お試し参加可

◇集合 3月29日 9:30am 神戸市営地下鉄 名谷駅

申込期限 03/22(日)

◇コース 名谷駅→大歳神社→徳川道→あいな里山公園→神戸電鉄 藍那駅 9.5km 4.5時間

雨天中止

### 04/01(水) 森守りボランティア(桜広場)

桜広場の桜は咲いてくれるかな?森林整備。〔グレード(^)〕

(自然保護部)

◇担当 原田 勝次

◇集合 4月1日9:00am JR三ノ宮駅北側「にしむら珈琲店」前

申込期限 03/22(日)

◇コース 4/1 三ノ宮→分水嶺越林道→桜広場→三ノ宮

三ノ宮から自家用車でアジサイ広場まで移動します。雨天中止。

### 04/02(木) CLの心得・計画書の作成

ステップアップ講座【座学】〔グレード(^)〕

(教育部)

◇担当 CLの心得:藤原久美子 計画書の作成:岡本洋子

◇集合 4月2日 7:00pm 会事務所または別会場 19:00～20:30

申込期限 03/15(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/VkpWibyf91g2JjeC9>

※2025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。

## 04/04(土) 京都トレイル 北山東部コース2

歴史に彩られた山里をつなぐ峠道歩き〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 向井 通孝

◇集合 4月4日 9:00am JR京都駅 改札口前

申込期限 03/28(土)

◇コース 京都駅(京都駅バス停)→戸寺→江文峠→静原三叉路→薬王坂登り口→薬王坂→叡電鞍馬駅→貴船口→叡電 二ノ瀬駅  
8km 3.5時間

雨天中止

## 04/04(土) 六甲山系・七兵衛山462m

岡本桜回廊をあるこう〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 山本 真紀

◇集合 4月4日 9:30am JR甲南山手駅

申込期限 03/28(土)

◇コース 甲南山手駅→薬大尾根→風吹岩→七兵衛山→金鳥山→保久良神社→岡本駅 8km 5.5時間

雨天中止、お花見しながらのんびり歩きます

## 04/04(土) 黒岩尾根~摩耶山702m

Spring is lovely. The climb....less so.〔グレード〇(+)]

(ハイキング部)

◇担当 Ravi Kureti

◇集合 4月4日 8:30am 新神戸駅

申込期限 03/27(金)

◇コース 新神戸駅→黒岩尾根入口→606m峰→掬星台→上野道→神戸高校(解散) 11km 6hrs

雨天中止

## 04/04(土) 岩登りB 雪彦山地蔵岳東稜 ノーマルルート

マルチクライミングを楽しもう〔グレード〇〇☆☆☆〕

(山行部)

◇担当 田崎 哲聡

◇集合 04/04 06:30 AM JR三ノ宮駅 にしむら珈琲前

申込期限 03/22(日)

◇コース 三ノ宮駅→加野神社→雪彦山東陵取り付き→ノーマルルート→地藏岳山頂→ 下降路→加野神社 3km 6h

※雨天中止

※労山基金8口相当

※マルチクライミング経験者

※CL含め6名まで

## 04/04(土) 岩登りA座学

岩登りに必須の講座です〔グレード(^)〕

(山行部)

◇担当 小村 和也

◇集合 4月4日 7:00pm 会事務所

申込期限 03/27(金)

◇コース 19:00~20:30予定

ズボンで参加ください。ハーネスお持ちの方は持参ください。担当:和田、小村

## 04/05(日) 市ヶ原

新人歓迎会〔グレード(^)〕

(組織部)

◇担当 大坪 豊

◇集合 4/5 9:00am 新神戸駅

申込期限 03/27(金)

◇コース 4/5 新神戸→市ヶ原→新神戸

4月クリーンハイクの際に市ヶ原で行います、費用・持ち物は後日掲示板で案内します。  
新人の方以外も大勢参加をお願いします。※雨天中止

## 04/05(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 ・岡本 洋子・弘津真子・大橋紗矢香

◇集合 4月5日 8:50am JR新神戸駅 1階

◇コース 新神戸駅→再度公園→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。

## 04/08(水) 大沢石峯寺コース

KOBE太陽と緑の道No.7〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 川井 三子

◇集合 4月8日 7:50am 神戸電鉄道場南口駅

申込期限 04/01(水)

◇コース 道場南口駅8:00発のバス乗車⇒野瀬バス停8:30⇒石峯寺⇒中大沢⇒フルーツフラワーパーク⇒道場南口駅  
13.7km 5時間

雨天中止

## 04/09(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 奥永 学

◇集合 4月9日 7:00pm 会事務所または別会場 19:00~20:30

申込期限 03/15(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/VkpWiby91g2JjeC9>

※2025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。

## 04/10(金)~04/12(日) 開山前の上高地を歩きたい

中級雪山ハイキング 雪少ない可能性あり〔グレード〇〇〕

(ハイキング部)

◇担当 大坪 豊

◇集合 4月10日 8:30pm 三ノ宮駅北側 ヤマハ前

申込期限 03/28(土)

◇コース 4/10 三ノ宮⇒道の駅ななもり清見(仮眠)  
4/11 道の駅ななもり清見⇒平湯温泉⇒中の湯バス停(タクシー)⇒釜トンネル⇒大正池⇒河童橋⇒明神⇒徳澤⇒横尾  
5:25h 15.8km  
4/12 横尾⇒徳澤⇒明神⇒河童橋⇒大正池⇒釜トンネル⇒中の湯バス停(タクシー)⇒平湯温泉⇒帰神 5:00h  
15.7km

中級雪山ハイキング 保険8口以上 テント装備 アイゼン・チェーンスパイク  
開山前の上高地を散策、山には登りません。テント担いで歩くので歩荷装備になります。避難小屋が満室の場合はテント泊になります。

## 04/10(金) 六甲山・再度山470m

カレーハイク・ゴールはアールティー〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 宇野 一重

◇集合 4月10日 9:00am JR元町駅西口

申込期限 04/05(日)

◇コース 元町⇒市章山⇒再度山・修法ヶ原⇒(太子道)元町・アールティー(カレー食べる)8km 6時間

## 04/11(土) 八幡山 280m

眺め好し! 桜咲いたか?花よりスイーツ?〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 高峰 京子

◇集合 4月11日 9:00am JR 近江八幡駅

申込期限 04/02(木)

◇コース 近江八幡駅⇒八幡堀⇒八幡山⇒北之庄城跡⇒望西峰⇒百百神社⇒ラッコリーナ⇒近江八幡駅 10km 6h

雨天中止 \*阪急株主優待チケット(阪急全線ok)利用すると安い(約420円くらい)

## 04/11(土) 初心者のための気象講座

基礎から学ぼう〔グレード(^^)〕

(ハイキング部)

◇担当 岡田 直子

◇集合 4月11日 9:50am 神戸市中央区文化センター

申込期限 04/01(水)

◇コース 4/11 気象の基礎知識・雲を見る・天気を予想する・夏山の天気 16:30終了予定

※兵庫県連気象教育部講師による机上講座です ※10時から講義開始 ※定員30名ほど

## 04/12(日) 兵庫県立播磨中央公園

ゆっくりウォーキングにつきあってください〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 和仁 由里子

◇集合 4月12日 9:00am JR加古川線滝野駅

申込期限 04/05(日)

◇コース 滝野駅⇒皇太子殿下御成婚記念広場⇒展望台⇒大池⇒芝生広場⇒フラワーゾーン⇒滝野駅 12km 5時間

※復帰後初の例会です。まだ早く歩けないかもしれません。 ※雨天中止

<p><b>04/12(日) 花山駅～丹生山～衝原バス停</b>  <b>「KOBE太陽と緑の道」No.1_丹生山系縦走路コース〔グレード〇〇〇〕</b> <span style="float: right;">(ハイキング部)</span></p> <p>◇担当 永末 康史  ◇集合 4月12日 8:00am 神戸電鉄花山駅 申込期限 04/05(日)  ◇コース 花山駅→花折山→雅児ヶ墓山→帝釈山→西帝釈山→シビレ山→衝原バス停 21km 9時間  ※六甲山半縦走コースが歩ける方 小雨決行</p>
<p><b>04/12(日) 岩登りA 御着の岩場</b>  <b>岩登りを楽しもう〔グレード〇☆☆〕</b> <span style="float: right;">(山行部)</span></p> <p>◇担当 田崎哲聡  ◇集合 04/12 09:00 AM JRひめじ別所駅 申込期限 04/05(日)  ◇コース 9:00集合→10:00御着の岩場14:30→15:30ひめじ別所駅  ※登攀具一式  ※労山基金4口相当  ※雨天中止  ※岩登りA座学受講済</p>
<p><b>04/16(木) 摩耶山六甲山系・摩耶山702m 歩荷訓練と山上食</b>  <b>歩荷訓練の後、極上和牛ホルモン焼きで反省会〔グレード〇(+)*〕</b> <span style="float: right;">(山行部)</span></p> <p>◇担当 小村 和也  ◇集合 4月16日 8:30 王子公園駅東改札 ローソン前 申込期限 03/31(火)  ◇コース 王子公園駅→上野道→掬星台(解散後食事)  ※各自ケーブルで下山  定員10名まで 夏山テント泊参加希望者の意思のあるかた対象の歩荷・食事訓練、夏場の食材の保存方法について (木曾駒・宝剣・西穂一般・北穂東稜など予定・ホルモンは和牛無冷凍の極上品手配予定)</p>
<p><b>04/18(土) 天ぷらハイク 市ヶ原</b>  <b>春の野菜と山菜を食べよう〔グレード(^)*〕</b> <span style="float: right;">(ハイキング部)</span></p> <p>◇担当 宇野 康子  ◇集合 4月18日 10:00am 新神戸駅1階 申込期限 04/12(日)  ◇コース 新神戸駅→市ヶ原→新神戸駅 6km 2時間  会費¥1000程度 ※友の会、会員の知人参加可</p>
<p><b>04/18(土) 大岩岳 384m</b>  <b>ステップアップ講座実技・読図〔グレード〇〕</b> <span style="float: right;">(教育部)</span></p> <p>◇担当 菅田 大介  ◇集合 4月18日 9:00am JR道場駅 申込期限 04/11(土)  ◇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→道場 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。※スタッフ参加の応援をよろしく願いいたします。  ※班ごとに分か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</p>
<p><b>04/18(土) 岩登りA・御着の岩場</b>  <b>岩登りを楽しもう〔グレード〇☆☆〕</b> <span style="float: right;">(山行部)</span></p> <p>◇担当 久貝 壽祈  ◇集合 4月18日9:00am JRひめじ別所駅 申込期限 04/03(金)  ◇コース 9:00集合→10:00御着の岩場14:30→15:30ひめじ別所駅  ※登攀具一式 ※労山基金4口相当 ※雨天中止 ※岩登りA座学受講済</p>
<p><b>04/18(土) 六甲山系・東おたふく山695m</b>  <b>東おたふく山ハレットツゴー！〔グレード〇〕</b> <span style="float: right;">(ハイキング部)</span></p> <p>◇担当 弘津 真子  ◇集合 4月18日 8:00am 阪急神戸線 岡本駅 申込期限 04/11(土)  ◇コース 岡本駅→山の神→打越峠→雨ヶ峠→東おたふく山→風吹岩→保久良神社→岡本駅 12km 6H  雨天中止</p>

## 04/19(日) 向山連山 向山569m

ヒカゲツツジに会いに行きませんか? [グレードO(+)]

(ハイキング部)

◇担当 三柳 典子

◇集合 4月19日 8:00am 阪急電車御影駅 北口ロータリー

申込期限 04/12(日)

◇コース 水分け公園駐車場→向山三角点→五の山→清水山→駐車場 6km 4.5時間

車使用4名迄 雨天中止

## 04/19(日) 安全に山登りを楽しむために

初心者のための1日登山教室 [グレードO☆]

(組織部)

◇担当 福本 さおり

お試し参加可

◇集合 4月19日 9:00am 阪急芦屋川駅 北側広場

申込期限 04/10(金)

◇コース 阪急芦屋川駅北側広場→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

\*講座(装備・食料・歩き方)各講師は依頼中です

\*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(保険代込み・住所・氏名・電話番号をお知らせください)

## 04/19(日) 金剛山1125m

花の楽園! ニリン草は咲いてるかな [グレードO(+)]

(ハイキング部)

◇担当 塩川 定子

◇集合 4月19日 8:30am 南海線河内長野駅 8:36発のバスに乗ります

申込期限 04/11(土)

◇コース 千早本堂口登山口9:10→タカハタ登山口→金剛山→転法輪寺→金剛山葛城神社→葛木岳→金剛山→タカハタ谷登山口→金剛山麓駐車場→千早本堂登山口15:30 12キロ6H半

一部崩れている箇所あります

## 04/22(水) イブネ1160m・クラシ1145m

憧れの苔モフモフの大地へ [グレードOO]

(ハイキング部)

◇担当 小嶋 美子

◇集合 4月21日 9:30pm 会事務所(前泊)

申込期限 03/22(日)

◇コース 4月21日21時半 事務所集合・就寝

4月22日4:00会事務所→6:00 甲津畑登山口→杉峠→イブネ→クラシ→イブネ→杉峠→登山口→三宮18時頃  
11km 7h

自家用車使用、運転協力をお願いします。定員4名(CL以外)。キャンセル料あり。雨天中止。

## 04/23(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 小村 和也

◇集合 4月23日 7:00pm 会事務所 または 別会場 19:00~20:30

申込期限 03/15(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/VkpWibyf91g2JjeC9>

※2025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優先終了後、修了山行MTGを行います。

## 04/23(木) 七兵衛山462m

春の風を浴びに行こう [グレードO]

(ハイキング部)

◇担当 和田 明子

◇集合 4月23日 9:00am 阪急神戸線芦屋川駅北側広場

申込期限 04/14(火)

◇コース 芦屋川駅→風吹岩→七兵衛山→岡本駅 7.5km 4.5時間

雨天中止

## 04/24(金)~04/26(日) 唐松岳2696m

残雪の雪山テント泊 [グレードOO☆☆]

(山行部)

◇担当 大坪 豊

◇集合 4月24日 10:00pm 会事務所

申込期限 04/10(金)

◇コース 4/10 会事務所(仮眠)

4/11 会事務所→八方ゴンドラ山麓駅(リフト)→八方池山荘→八方池(テント設営)  
2h 5km

4/12 八方池→丸山ケルン→唐松岳→丸山ケルン→八方池(テント撤収)→八歩池山荘→八方ゴンドラ山麓駅(リフト)  
→帰神 6:25h 12km

山行部主催の雪山テント泊を今シーズン経験済み 保険8口以上 雪山装備一式、ビーコン必須 4名以上の場合は車提供をお願いします。

## 04/25(土) 六甲山系・再度公園387m

スベアリブを食べよう！〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 福本 さおり

◇集合 4月25日 9:00am JR元町駅 西改札口

申込期限 04/18(土)

◇コース JR元町駅→諏訪神社→諏訪山→稲荷茶屋→狸々池→大龍寺→修法ヶ原池→再度公園→大龍寺→狸々池→再度山荘  
9km 4.5時間

\*再度山荘スベアリブランチ6名(CL含む)予約済み \*小雨決行

## 04/25(土) 雪彦山(地藏岳 大天井岳)838m

県内屈指の鎖場を満喫！〔グレード〇(+)\*☆☆〕

(ハイキング部)

◇担当 小村 和也

◇集合 4月25日 7:00am 三宮駅北側 にしむら珈琲前

申込期限 04/15(水)

◇コース 登山口→虹が滝→地藏岳→鎖場→大天井岳→出雲岩→登山口 5km 5時間

三宮からマイカー 定員5 現地集合可 9:00雪彦山登山口駐車場 持ち物:ハイキングセット、ヘルメット必要 必要に応じ登山前にムンターヒッチ・クライムダウン演習します

## 04/25(土) 小野アルプス 紅山183m

岩場上り下りの練習のあと温泉でまったり〔グレード〇☆〕

(ハイキング部)

◇担当 中島 和子

◇集合 4月25日 7:15am 三ノ宮 にしむら珈琲前 など参加者で調整可

申込期限 04/15(水)

◇コース 白雲谷温泉ゆびか バス8:20発→コミセンさすみの→紅山登山口→紅山→惣山→総山→安場山→愛宕山→高山→ゆびか 8.4km 5時間

紅山の岩場の上り下りができる方 定員10名程度 車提供をお願いします  
雨天中止 終了後白雲谷温泉にいく予定

## 04/26(日) 六甲山系・赤子谷ルート～譲葉五峰

仁ちゃんに行くレアな六甲〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 坂東 美碧

◇集合 4月26日 9:00am JR生瀬駅

申込期限 04/19(日)

◇コース 生瀬駅→西宝橋→赤子谷右俣→縦走路合流→譲葉五峰→岩倉山→行者山→アヴェルデ前バス停  
7km 5時間

ガレた沢治いの道や渡渉あり

## 04/26(日) 宍粟市の山 国見山 標高465m

山サンドで、昼食を買って下山はロープウェイ〔グレード〇(-)〕

(ハイキング部)

◇担当 中津 恵美子

◇集合 4月26日 10:30am 宍粟市役所 交通手段は後日考えます

申込期限 04/20(月)

◇コース 宍粟市役所10:30→10:45山サンド→11:30国見の森→12:30国見山 昼食→13:40  
ロープウェイ山頂駅→14:00国見の森 解散 2.4km 1.5h

神戸、大阪より高速バス有り。参加者によって、後日交通手段を決めます

## 04/29(水) 丹生山義経道コース

KOBE太陽と緑の道②〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 下垣内 福世

お試し参加可

◇集合 4月29日 9:30am 神戸電鉄藍那駅

申込期限 04/22(水)

◇コース 神鉄藍那駅→藍那小学校→(藍那古道)→丹生神社前バス停→(表参道)→丹生山→(義経道)→つくはらバス停  
10km 4時間

雨天中止 丹生山へは平清盛が月詣りした表参道を上り、源義経が馬で駆け下りた山道を下ります。

## 04/29(水) 河内飯盛山314mと「むろいけ園地」

国史跡の山城と近隣の自然園を歩こう〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 岡部 久高

◇集合 4月29日 9:00am JR四条畷駅

申込期限 04/24(金)

◇コース 四条畷駅→北条神社→飯盛山→むろいけ園地内分岐→中堤→桜池→野崎観音→野崎駅 10km 5時間

雨天中止、ヤマレコ計画ID:p6292037

## 04/29(水) 伊吹山地 横山岳 1132m

伊吹山地のお花と急登を楽しもう！〔グレード〇〇〕

(ハイキング部)

◇担当 藤原 久美子

◇集合 4月29日 6:00am JR三ノ宮 にしむらコーヒー前

申込期限 04/20(月)

◇コース 白谷登山口→白谷本流コース→横山岳→横山岳・東峰→金居原コース・東尾根コース出合→東尾根コース登山口→夜這いの水→白谷登山口 9km 6時間

雨天中止・急登あり・渡渉多い・ロープあり・車利用のためキャンセル料発生します・定員3名(車提供あれば増員あり)・

## 04/30(木) 比良山系・赤坂山824m

花の100名山と新緑のメタセコイヤ並木〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 永末 康史

◇集合 4月30日 7:00am 三ノ宮駅北側にしむら珈琲前

申込期限 04/23(木)

◇コース JR三ノ宮駅→マキノ高原駐車場→栗越峠→赤坂山→栗越峠→寒風→マキノ高原駐車場→帰神 10km 6時間

帰路にメタセコイヤ並木を見学 ※マイカー利用 定員 4名、キャンセル料あり ※雨天中止

## 05/01(金)~05/05(火) 槍ヶ岳3179m

残雪期アルパイン〔グレード〇〇〇☆☆〕

(山行部)

◇担当 毛戸 伸悟

◇集合 5月1日08:20pm(夜行バスの場合) 三宮市役所前(夜行バスの場合)

申込期限 03/31(火)

◇コース 5/2 上高地→横尾→槍沢ロッジ→ババ平 15km6時間  
5/3 ババ平→折衝ヒュツテ→槍ヶ岳→ババ平 9km10時間  
5/4 ババ平→上高地 15km6時間

・雪山中級ハイキングレベルの山行経験者(ピッケル、12本爪アイゼン使用)

・雪山テント泊経験者

・バス予約状況により1日日程変更の可能性あり(下山日に帰神も可能)

・4名まで

・交通費、テント代費用概算2万6千円

・車提供希望

## 05/02(土) 生駒山系・大原山522m

生駒ツツジの回廊と絶景パノラマを楽しむ 〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 根本和子

◇集合 5月2日 9:00am 近鉄奈良線枚岡駅

申込期限 04/26(日)

◇コース 枚岡駅→枚岡展望台→神津嶽休憩所→ぼくらの広場→大原山→森のレストハウス→旗立山→つつじ園(つつじホール)→瓢箪山駅 9.5km 4.5時間

雨天中止

## 05/03(日)~05/06(水) ジャンダルム コブ尾根

残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 5/3(日)8:30pm 三ノ宮駅北側にしむらコーヒー前

申込期限 04/03(金)

◇コース 5/3道の駅ななもり清見(前泊)  
5/4ななもり清見→平湯→上高地→岳沢(幕営)  
5/5岳沢→コブ尾根→ジャンダルム→天狗の科尔→岳沢(幕営)  
5/6岳沢→上高地→平湯→帰神

雪山登攀、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、CL判断、荒天中止、マイカーの協力

## 05/03(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 村田左千代・富岡延代・大森幹治

お試し参加可

◇集合 5月3日 8:50am JR新神戸駅 1階

申込期限 05/03(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

## 05/04(月) 比良山系・大御影山950m

春の花を満喫しよう！〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 田中 武雄

◇集合 5月4日 6:30am jr三ノ宮 なか卯前

申込期限 04/26(日)

◇コース ピラビスト今津→林道出会→大御影山→林道出会い→ピラビスト今津 12k 6時間

雨天中止 花が完全に終わっている場合、中止の可能性あり

マイカー利用(キャンセル料あり)

車提供をお願いします

## 05/06(水) 登山道整備に伴う安全講習会

森守の先輩に学ぶ〔グレード〇〕

(自然保護部)

◇担当 久貝 壽祈

◇集合 5月6日 9:00am JR新神戸駅 1階

申込期限 03/15(日)

◇コース 5/6 JR新神戸駅→あじさい広場もしくは森林植物園東口→JR新神戸駅

安全対策や草刈り機の扱いを森守の先輩に教えてもらいます。申込締切日が早いので、その後も受付可。参加人数を把握したいので、当日が欠席になりそうでも興味があれば申込してくれたらありがたい。

## 05/09(土) 鈴鹿・御池岳1247m

T字尾根からテーブルランドへ〔グレード〇〇〕

(ハイキング部)

◇担当 菅 千景

◇集合 5月9日 4:30am 会事務所など(参加者で相談)

申込期限 04/28(火)

◇コース 小又谷駐車場→T字尾根→テーブルランド周回(御池岳)→土倉岳→ノタノ坂→小又谷駐車場 12km 7時間

マイカー利用(キャンセル料あり) リスのいるコースではありません

トクワカソウ・イワカガミ・シャクナゲなどが見られるかも

## 05/09(土) 須磨アルプス312m

須磨離宮公園でバラ鑑賞〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 大森 幹治

◇集合 5月9日 8:30am 山陽電鉄板宿駅

申込期限 05/01(金)

◇コース 板宿駅830→高取山→東山→横尾山→柵尾山→須磨離宮公園1230 8km 4時間

雨天中止

## 05/09(土) 岩登りA・神戸登山研修所

岩登りBを目指す方、岩登りB検定の練習をしましょう〔グレード〇☆☆〕

(山行部)

◇担当 中村 依理子

◇集合 5月9日 9:00am 神戸登山研修所

申込期限 04/24(金)

◇コース 省略

※登攀道具一式(クライミングシューズ、ハーネス、ヘルメット、確保器) ※トップロープビレイができる方を優先します。トップロープビレイができない方ばかりの場合、トップロープビレイの練習としたいと思っています。 ※岩登りBを目指す方は、岩登りB検定を受ける必要があります。岩登りB検定の練習用の例会です。岩登りB検定は、各自、自分で申し込む必要があります。 ※岩登りBCをお持ちの方も、スタッフ参加をお願いいたします。 ※施設利用料として、初回登録費500円、外岩利用料500円、会議室利用料など、諸経費がかかります。

## 05/10(日) 六甲山系・シェール槍643m

シェール槍と穂高湖へ、新緑を味わおう〔グレード〇〕

(ハイキング部)

◇担当 横田 知子

◇集合 5月10日 9:00am 神鉄谷上駅

申込期限 05/03(日)

◇コース 神鉄谷上駅→シェール槍→杣谷峠→阪急六甲駅 9.8km 6時間30分

雨天中止

## 05/10(日) セルフレスキュー講習会

安全対策部 安全講習〔グレード(^^)☆☆〕

(安全対策部)

◇担当 久貝 壽祈

◇集合 5月10日 9:00am 神戸登山研修所

申込期限 04/25(土)

◇コース 講習内容 リードレスキュー、懸垂下降からの登り返し、ロープワーク等  
※本例会は岩登りBCの安全講習です。(KCAC資料室「岩登り山行の指針」参照)  
※定員5名程度(施設利用料500円)

<p><b>05/16(土) 六甲山系・大岩岳 384m</b>  <b>KOBE 太陽と緑の道④ 千狩大岩岳コース〔グレードO〕</b></p> <p>◇担当 藤戸 里香  ◇集合 5月16日 9:00am J R道場駅  ◇コース J R道場駅→千狩岳→風吹岩→東山橋→J R道場駅 10.8km 5時間  雨天中止</p>	<p>(ハイキング部)</p> <p>お試し参加可  申込期限 05/11(月)</p>
<p><b>05/16(土) 六甲山系・旗振山253m</b>  <b>プチ竹林、里山を越え、旗振山を目指そう!〔グレードO〕</b></p> <p>◇担当 浜平 智子  ◇集合 5月16日 9:00am 神戸市営地下鉄 名谷駅  ◇コース 名谷駅→ボンボン山→多井畑厄神八幡宮→鉄拐山→旗振山→JR塩屋駅 11.5km 6時間  ※雨天中止  ※前半の半分以上は住宅街、歩道を歩きます</p>	<p>(ハイキング部)</p> <p>申込期限 05/09(土)</p>
<p><b>05/16(土) 市ヶ原周辺</b>  <b>ステップアップ講座(ロープワーク)〔グレードO〕</b></p> <p>◇担当 長西 重和  ◇集合 5月16日 9:00am 新神戸駅  ◇コース 5km 6時間  今期ステップアップ修了の方。ステップアップ終了後、受講されていない方。  ハイキング装備(スリング120cm、60cm)、ブルージックコード、環つき・環なしカラビナ:各2  雨天中止。ロープワークの基礎(ブルージックコードを使い登降下など実践練習)  スタッフ協力よろしくお願いします。</p>	<p>(安全対策部)</p> <p>申込期限 05/08(金)</p>
<p><b>05/16(土) 四国 剣山 1955m・次郎笈 1930m</b>  <b>四国随一の稜線を楽しもう!〔グレードOO〕</b></p> <p>◇担当 永末 康史  ◇集合 5月15日 10:00pm 会事務所(前泊)  ◇コース 3:00会事務所→見ノ越第一駐車場8:00→西島駅→剣山→次郎笈→大剣神社→西島駅→見ノ越第一駐車場→帰神 8.2km 6.5時間  雨天中止、早期締切有り、定員4名</p>	<p>(ハイキング部)</p> <p>申込期限 05/09(土)</p>
<p><b>05/27(水) 鈴鹿山系・鎌が岳 1161m</b>  <b>関西のmatterホルンに登ろう!〔グレードO〕</b></p> <p>◇担当 田中 武雄  ◇集合 5月27日 6:00am jr三ノ宮 なか卯前  ◇コース 宮妻峡キャンプ場→水沢峠→鎌が岳→カズラ谷道分岐→宮妻峡キャンプ場 9km 6時間  コースにガレ場あり 雨天中止 車提供お願いします(キャンセル料発生)  *駐車場の状況により事務所発の可能性あり</p>	<p>(ハイキング部)</p> <p>申込期限 05/19(火)</p>
<p><b>05/17(日) 丹生山系</b>  <b>太陽と緑の道③ 丹生山田の里コース〔グレード(^)〕</b></p> <p>◇担当 内村 忠博  ◇集合 5月17日 10:00am 神鉄箕谷駅  ◇コース 箕谷駅→無動寺→六條八幡→箱木千年家 10km 4時間  雨天中止</p>	<p>(ハイキング部)</p> <p>お試し参加可  申込期限 05/11(月)</p>
<p><b>05/20(水) 再度公園 470m</b>  <b>お茶を楽しむ のんびりハイク〔グレードO〕</b></p> <p>◇担当 塩見 直子  ◇集合 5月20日 9:00am JR元町駅  ◇コース 元町駅→錨山→市草山→再度公園→元町駅 8km 5時間  雨天中止</p>	<p>(ハイキング部)</p> <p>申込期限 05/13(水)</p>

**05/21(木)~05/23(土) 久住山1756m中岳1791m平治岳1643m****満開のミヤマキリシマに会いに行こう【グレードO(+)]****(ハイキング部)**

◇担当 岡本 洋子

◇集合 5月21日 6:00pm 神戸港(六甲アイランド)

申込期限 01/25(日)

◇コース 5/22 牧ノ戸登山口→久住山→中岳→法華院温泉山荘 9.3km 6時間  
5/23 法華院温泉山荘→坊がつる避難小屋→平治岳→長者原ビジターセンター  
10km 6時間フェリーの予約は原則各自で。5/21六甲アイランド19時発フェリー乗車。5/23大分港19:30発5/24六甲アイランド7:55着。  
2/1法華院温泉山荘(13000円)電話予約御協力お願いします。現地レンタカー使用 法華院温泉山荘が取れなかった時はルート  
変更あります。定員4名**05/22(金)~05/24(日) 東大山縦走****藪漕ぎ・岩場・一部ルーファイ・歩荷あり【グレードOO☆☆】****(山行部)**

◇担当 大坪 豊

◇集合 5月22日 10:00pm 会事務所

申込期限 05/08(金)

◇コース 5/22 会事務所(仮眠)  
5/23 会事務所→大山駐車場(タクシー)→東阪登山口→船上神社→勝田ヶ山→甲ヶ山→矢筈ヶ山→大休峠避難小屋  
7h 8km  
5/24 大休峠避難小屋→野田ヶ山→親指ピーク→振子山→ユートピア避難小屋→宝珠山→大山駐車場→帰神 7h  
6.7km保険8口以上 大休峠避難小屋が満員の場合はテント又はツェルト泊、水場あるが水でない可能性もあり水の歩荷、ヘルメット、岩  
登りA例会に参加経験済み、4名以上の場合合車提供をお願いします**05/23(土)~05/24(日) 石鎚山 1982m****4つの鎖にチャレンジ! 南尖峰まで高度感を楽しみましょう【グレードOO☆☆ (ハイキング部)**

◇担当 小村 和也

◇集合 5月23日 8:00am JR須磨駅 タクシー乗り場付近

申込期限 05/10(日)

◇コース 5/23 須磨駅→昼食 釜あげうどん 長田 in 香の香の道の駅で食材調達→前泊地未定(モンバルキャンプ場またはふれ  
あいの里)5/24 泊地→7:40ロープウェイ→頂上→南尖峰12:00→下山15:30→帰神戸20:30 10km 7.5時間

ヘルメット 岩A直近1年間に2回 もしくは小村CL雪彦山例会 定員5人

**05/23(土) 高御位山 304m****播磨アルプスを楽しもう【グレードO】****(ハイキング部)**

◇担当 富岡 延代

◇集合 5月23日 8:30am JR曾根駅

申込期限 05/18(月)

◇コース 曾根駅→豆崎登山口→鹿嶋神社→鷹ノ巣山→高御位山→中塚山→北山奥山→宝殿駅 11km 6時間

雨天中止 岩場あり

**05/24(日) 比良山系・釣瓶岳1098m****新緑のナガオ尾根から奥比良縦走路を歩く【グレードOO】****(ハイキング部)**

◇担当 西村 和也

◇集合 5月24日 7:08am JR比良駅

申込期限 05/17(日)

◇コース 比良駅→イン谷口→カモシカ台→北比良峠→イブルギノコバ→ナガオ尾根→釣瓶岳→イクワタ峠→地藏山→ヨコタ二峠  
→畑バス停 17km 8時間ナガオ尾根に登山道は有りませんが心地よく快適に歩けます。  
畑バス停15:56発の近江高島駅行きのバスに乗る予定です。220円  
次のバスは17:21発です。雨天中止**05/30(土) 六甲山系・高取山328m(禅昌寺西尾根コース)****半日だけのプチ岩稜コース【グレードO(-)]****(ハイキング部)**

◇担当 富本 登

◇集合 5月30日 9:00am 山陽電鉄板宿駅

申込期限 05/23(土)

◇コース 板宿駅→禅昌寺西尾根→高取山→滝道→板宿駅 6km 3時間

雨天中止

## 05/30(土)～06/01(月) 大峰山系・釈迦岳～八経ヶ岳～弥山

### テント泊縦走〔グレード〇〇☆〕

(ハイキング部)

◇担当 毛戸 伸悟

◇集合 5月30日 8:20am(阿部野橋6:50発) 近鉄・大和上市駅

申込期限 05/23(土)

◇コース 5/30 前鬼口→小仲坊→大日岳→深仙小屋 12.7km 6.5時間  
5/31 深仙小屋→八経ヶ岳→弥山小屋 10.0km 6時間  
6/1 弥山小屋→栃尾辻→天川川合 10.8km 5時間

・テント泊経験者(各自ソロテントまたは2人用テント使用、個食)

・交通費概算5,000円(神戸三宮から)

## 05/31(日) 摩耶山 702m

### ゆっくりと歩く黒岩尾根〔グレード〇(+)]

(ハイキング部)

◇担当 新本 佳子

◇集合 5月31日 9:00am 新神戸駅

申込期限 05/27(水)

◇コース 5/31 新神戸駅→市ヶ原→黒岩尾根→摩耶山→天狗道→新神戸駅 9.5km 7時間

雨天中止は前日18:00に連絡します。

## 06/10(水)～06/13(土) 日光白根山2578m・男体山2486m

### アラ還登山〔グレード〇〇〕

(ハイキング部)

◇担当 宇野 康子

◇集合 6月10日 7:10am 神戸空港

申込期限 05/01(金)

◇コース 6/10 神戸空港→茨城空港→レンタカーでゲストハウス泊  
6/11 宿→二荒山神社→男体山→二荒山神社→宿泊 8K 7時間  
6/12 宿→ロープウェイで山頂駅→日光白根山→山頂駅→ロープウェイ→宿 7.6K 5.5時間  
6/13 宿→日光観光→茨城空港→神戸空港

55歳～70歳の方を優先します。飛行機のチケットは各自で購入して下さい。