

# 芦屋やまぼうし 例会計画書<2016年4月～6月>

2016年3月13日

①決行の可否は朝6時55分のNHK総合テレビ天気予報で行先での行動時間中に傘マークがあれば原則としては中止とするが、微妙な場合や紛らわしい場合は前日に当該企画担当のグループより連絡するので、前日のメールをチェック願います。②天候事情などで中止となった例会を翌週などに順延する場合に限り担当グループよりその旨を連絡する。(連絡がなければ順延は無い) ③集合場所と集合時間が変更される場合に限り担当グループより連絡する。(若干のコース変更や所要時間の変更などは連絡しない) ④「難易度」は道の険しさなどのコースの難しさを、「体力度」は歩行距離や標高差等を勘案し、それぞれ☆一つから三つまでの幅で示しており、各自の状況に合わせてご判断願います。⑤コース地図は特別の記載がない場合は用意しないので、各自の必要に応じてインターネットでの検索や関連書籍などでご準備願います。⑥お弁当、飲み物、帽子、必要があれば雨具、手袋、ストック、自分用のお薬などは各自でご準備願います。⑦交通費は原則として通常料金を記してあり、下記ヒントを参考に各自で割安にする工夫を願います。

実施日		①リーダー ②副リーダー	行き先 ・ テーマ	集合場所 ・ 集合時間	アクセス・<特記事項>	コースの概要 及び 距離・歩行時間など	難 易 度	体 力 度	①歩行距離と標高差 ②歩行時間 ③交通費等
月	日								
4月	5日 <火>	<事務局>	総会	13時30分	会場:リード芦屋(あしや市民活動センター・公光町5-8:☎0797-26-6452・公光郵便局の向かい)。議題:27年度の活動報告と28年度の活動方針。後半はグループ会議。総会が本会の最高意思決定機関です。是非、ご出席下さい。				
	12日 <火>	<B> ① 高橋 近子 ② 稲垣 保夫	吉野 下千本・中千本 上千本 山桜を訪ねて	JR芦屋 駅改札 前 7時20分	往路:JR芦屋(7:28発) ⇒ 天王寺(8:10着)・近鉄阿部野橋(8:20発) ⇒ 近鉄・吉野(9:52着) 復路:(逆コース)	近鉄吉野駅(10:00スタート)・・・七曲り・・・金峰山寺蔵王堂(10:45着)・・・桜本坊<標高:480m>(11:15着)・・・花矢倉展望台(12:00着)<昼食>(12:30出発)・・・金峰神社(13:00着)・・・奥千本口(13:30発のバス) ⇒ 竹林院前(13:40着)・・・吉野駅(15:00着)	☆	☆	①10km(高度差200m) ②4時間 ③3,240円
	26日 <火>	<C> ①井筒ふさ子 ② 須藤 慎	中山最高峰	阪急芦屋川北 広場 8時45分	往路:芦屋川(8:54発) ⇒ 西宮北口(9:01着・8:08発) ⇒ 宝塚(9:22着・9:24発) ⇒ 清荒神(9:26着) 復路:中山観音駅(14:57発) ⇒ 宝塚(15:03着・15:06発) ⇒ 西宮北口(15:20着・15:24発) ⇒ 芦屋川(15:30着)	清荒神駅・・・(15分)・・・清澄寺・・・(75分)・・・やすらぎ広場・・・(25分)・・・中山寺奥の院・・・(45分)・・・中山最高峰<標高:478m>・・・(20分)・・・天宮塚・・・(20分)・・・足洗川・・・(70分)・・・中山寺・・・(10分)・・・中山観音駅	☆	☆	①9.9km(高度差415m) ②4時間40分 ③540円
5月	10日 <火>	<D> ① 福原 智恵 ② 前田 律子	北摂 三草山 <雨天中止> 長谷の棚田も楽しみ	阪急芦屋川北 広場 8時30分	往路:阪急芦屋川(8:37発) ⇒ 西宮北口(8:45着・8:51発) ⇒ 宝塚(9:06着)・・・急行宝塚行き(9:09発) ⇒ 川西能勢口(9:21着)・・・(能勢電鉄 妙見口行き9:23発) ⇒ 山下駅(9:40着)・・・阪急バス(77系統 10:00発) ⇒ 森上バス停(10:18着) 復路:森上阪急バス停(14:23or15:15発、※約1時間に1本) ⇒ 能勢電山下駅 ⇒ 逆コースで阪急芦屋川着(15:50 or16:51着)	森上バス停(10:20スタート)・・・慈眼寺(11:00着)・・・ゼフィルスの森・・・三草山<標高:564m>(11:45着)<昼食>(12:30 出発)・・・才の神峠(13:00着)・・・長谷の棚田・・・慈眼寺(13:30)<境内散策>・・・森上バス停(14:00頃着予定)	☆	☆	①8km(高度差300m) ②3.5時間 ③1960円(内、バス代820円)

実施日		①リーダー	行き先 テーマ	集合場所 集合時間	アクセス・<特記事項>	コースの概要 及び 距離・歩行時間など	難易度	体力度	①歩行距離と標高差 ②歩行時間 ③交通費等
月	日	②副リーダー							
5月	17日	<A> ① 大井 鐵也 ② 進 静子	鳥見山公園と 長谷寺への 東海自然歩道  静寂な聖跡である 鳥見山公園と長谷寺への 東海自然 歩道歩きを楽しむ	芦屋市 役所北 広場北 端  8時00分	往路:阪神芦屋(8:05発) ⇒ 大阪上本町 で乗り換え⇒ 榛原駅(9:38着)  復路:近鉄長谷寺駅で解散<15:30頃頃> 長谷寺駅(15:43発) ⇒ 大和八木・鶴橋経 由 ⇒ 阪神芦屋(17:16着) ※鶴橋からJR 利用可で(JR芦屋駅到着時間、交通費ほぼ 同等)	榛原駅(9:50スタート)・・・(40分)・・・登山口・・・ (25分)・・・鳥見山公園<標高:630m><園内 散策>・・・(60分)・・・高東城跡<昼食>・・・(80 分)・・・まほろば湖・・・初瀬ダム<休憩>・・・(30 分)・・・長谷寺<休憩>・・・(25分)・・・長谷寺駅 <15:30頃解散>※長谷寺(入山料500円)に は時間の関係で立ち寄らないがツツジが見 頃。	☆	☆	①12km(高度差310m) ②4.5時間 ③2,310円
	24日	<B> ① 草部 邦親 ② 中松 良雄	水晶山 摩耶山  清閑な裏六甲から 喧噪なる表六甲 へ	芦屋市 役所北 広場北 端  7時30分	往路:阪神芦屋(7:37発) ⇒ 高速・新開地 (7:56着)・・・神戸電鉄・新開地(8:10発) ⇒ 神戸電鉄・大池(8:41着) ※阪急で神戸電鉄・新開地駅へ直行の方: 阪急芦屋川(7:38発) ⇒ 岡本(7:40着・特急 7:43発) ⇒ 高速・新開地(8:00着) 復路:阪急王子公園駅 ⇒ 阪急芦屋川	神戸電鉄・大池駅・・・(30分)・・・地獄谷西尾 根・・・水晶山<標高:710m>・・・ダイヤモンド ポイント・・・三国池・・・自然の家・・・木山谷 峠<昼食>・・・穂高湖・・・天上寺・・・掬星台・・・ 青谷道経由・・・摩耶史跡公園・・・行者茶屋 跡・・・青谷・・・阪急王子公園	☆	☆☆	①10km(高度差600m) ②5時間20分 ③1,110円
6月	7日	<C> ① 井筒ふさ子 ② 久保田武利	三輪山 <small>(みわやま)</small> <small>(三諸山みもろやまとの云々)</small> <small>雨天中止</small>  大神(おおみわ)神社の 御神体で 神宿る山に威儀を正し て	芦屋市 役所北 広場北 端  8時25分	往路:阪神芦屋(8:35発) ⇒ 近鉄・鶴橋 (9:16着・9:18発) ⇒ 桜井(9:56着)・・・JR桜 井(10:00発) ⇒ JR三輪(10:03着)  復路:近鉄・桜井(14:30発) ⇒ 鶴橋(15:15 着・15:26発) ⇒ 阪神芦屋(16:07着)	JR三輪・・・(10分)・・・狭井神社(さいじん じゃ)・・・(10分)・・・大神神社(おおみわじん じゃ)・・・(60分)・・・三輪山<標高:467m>・・・ (50分)・・・狭井神社・・・(10分)・・・大神神社・・・ (60分)・・・おみわ	☆	☆	①7.1km(標高差:390m) ②3時間20分 ③2,260円+参拝料 300円
	21日	<D> ① 田仲 和彦 ② 福原 智恵	京都 西山古道から 長岡天神へ  西山古道の緑と 古刹を巡る	阪急芦 屋川北 広場  8時20分	往路:阪急芦屋川(8:29発) ⇒ 夙川(8:32 着・特急8:36発) ⇒ 十三(8:51着・京都行 特急8:54発) ⇒ 長岡天神(9:22着・9:24発 普通) ⇒ 東向日(9:28着)・・・阪急バス (9:42発 善峯寺行き) ⇒ 灰方バス停(9:57 着)  復路:阪急長岡天神(16:03発 特急) ⇒ 十 三で乗換 ⇒ 阪急芦屋川(16:51着)	灰方バス停(10:00スタート)・・・大歳神社<体 操>・・・十輪寺(10:30)・・・善峯寺(11:00) ・・・西山古道を経て・・・京青の森<標高: 400m>(12:00)<昼食>(12:45 出発)・・・楊 谷寺(13:45)・・・立石(14:45)・・・天満宮・・・ 長岡天神駅(15:30)	☆	☆	①12km(高度差 300m) km ②4時間 ③1000円(内、バス 代200円)

※注:阪急全線切符は三宮から嵐山、烏丸、河原町など全線で終日使え、JRは区間によるが昼得チケット(平日は乗車時刻 10時～17時限定、土日祝日は終日利用可)、普通回数券(終日利用可)などがある。例えば阪急全線切符は芦屋のチケットショップでは450円で、大阪のチケットショップでは400円、JRの大阪～京都間の昼得切符も大阪で買うと350円などと幅がある。朝、京都まで行くときは芦屋駅前南口と北口のチケットショップの自動券売機で回数券を購入すると割安となる。