

芦屋やまぼうし 例会計画書<2016年7月～9月>

2016年6月15日発行

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	行き先	集合場所	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
月	日	②副リーダー	テーマ	集合時間					
7月	5日	<A> ① 大井 鐵也	ろっかやま 「六個山」	阪急 芦屋川駅 北広場	往路:阪急芦屋川(8:39発) ⇒ 箕面駅 (9:28着)	箕面駅前<9:40スタート> ..(20分).. 桜広場(体操) ..(30分).. ハート広場分岐(休憩).. <こもれびコース>.. (50分).. ハート広場(休憩) ..(30分).. 六個山<標高396m>(昼食).. (55分).. バス道..(30分).. 箕面駅 <14:10頃解散>	☆	☆	① 7.5km ② 3時間20分 ③ 320円×往復
	<火>	② 青谷 桂子	自然豊かな市民の森を歩く	8時30分	復路:箕面駅で解散<14:10頃>				
7月	19日	 ① 稲垣保夫	逢山峡から 六甲山へ	JR芦屋 駅改札 前	往路:JR芦屋(8:38発) ⇒ 5三宮(8:45着).. 神戸市営地下鉄・三宮(8:54発) ⇒ 谷上(9:06着).. 神戸電鉄・谷上(9:21発) ⇒ 有馬口(9:32着)	有馬口駅..(30分).. 東山橋...逢山峡 経由..(90分).. <シュラインロード 経由>.. 行者堂..(20分).. 六甲山 ホテル横.. アイスロード経由..(80分).. 六甲ケーブル下駅..(40分).. 阪急六甲駅	☆	☆	①9km ② 4時間20分 ③ 1,330円
<火>	② 高橋近子	有馬口から六甲を北から南へ横断、古道を歩く	8時30分	復路:阪急六甲 ⇒ 阪急芦屋川					
8月	2日	<プロジェクト> ① 草部邦親	唐松岳 <中止>	JR芦屋 駅改札 前	<往路>JR芦屋駅発(6:06発)⇒ 新大阪(6:32着).. (新幹線 のぞみ292号 6:40発)⇒ 名古屋(7:30着).. (しなの3号 8:00発)⇒ 松本(10:05着).. (あずさ3号 10:27発) ⇒ 白馬(11:28着).. (路線バスorタクシーで約10分) ⇒ ゴンドラ乗り場<八方駅>(11:40)	<1日目>八方駅(ゴンドラリフト・アダムで8分)⇒ 兔平駅(アルペン・クワットリフトで7分)⇒ 黒菱平<1,650m>(グラードクワットリフトで5分)⇒ 八方池山荘(1,835m).. 八方山ケルン(1,974m).. 第2ケルン(2,005m).. 八方ケルン(2,005m).. 八方池<2,060m>.. 丸山ケルン<2,430m>.. 唐松岳頂上山荘<2,620m>(4:00～4:30到着予定)	☆	☆	① 5km (標高差:785m) ② 4時間00分 ③約40,000円
<火>	② 宇賀 弘	高山植物の夏山を楽しむ	6時10分						

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								
8月	3日	上記①② は仮(案)	同、2日目		＜復路＞白馬(あずさ26号 14:37発)⇒ 松本(15:43着)・・・(しなの11号 15:53 発)⇒名古屋(18:05着)・・・(新幹線 の ぞみ49号 18:14発) ⇒新大阪(19:06着)・・・(快速 19:16 発)⇒JR芦屋駅(19:38着)	唐松岳頂上山荘・・・唐松岳<2,696m> (ご来光)・・・唐松岳頂上山荘(朝食) ⇒ (以下、一日目の逆コースで下山)八方駅 (リフト下駅に12:00着)・・・八方温泉(入 浴と昼食) ⇒タクシーで白馬駅(14:38発あずさ26に 間に合うように)	☆	☆	①5km ②4時間 ③ 明細:交通費 25,000円、山小 屋9800円他
	23日	<C> ① 田仲和彦 ② 福田由子	摂津峡 水辺の清涼	JR芦屋 駅改札 前 8時40分	往路:JR芦屋駅(8:47発) ⇒ JR高 槻駅(9:21着)・・・(高槻市営バス)高 槻北バス停(9:34発)⇒ 塚脇バス停 (9:50着) ※往路 の交通費:回数券購入が割安 復路:JR高槻(14:43発)⇒ JR芦屋 (15:13着) ※復路の交通費:高槻～大阪は普通乗車券で大 阪～芦屋は昼得に分けるのが割安。 阪急高槻市駅⇒芦屋は更に割安	塚脇バス停((9:50スタート)・・・三好山 (標高180m)・芥川山城跡(10:50 着)・・・白滝(11:30着)・・・摂津峡公園(昼 食、溪流沿い散策後 13:00出発)・・・芥 川緑地公園(13:30着)・・・西国街道・旧 芥川宿(14:15着)・・・JR高槻駅(14:30 着)	☆	☆	① 10km (高度差:170m) ② 3時間 ③ 710円×往復 +市バス220円
9月	13日	<A> ① 磯部輝久 ②久保田美和	「油コブシ」 (六甲山) <雨天中止> たっぷり森林浴 と 山頂直下広 場からの大展望 を楽しむ	阪急 芦屋川 駅北広 場 9時20分	往路:阪急芦屋川(9:27発) ⇒ 阪 急六甲駅(9:34着) 復路:阪急御影駅で解散<14:40頃 >	阪急六甲駅<9:40スタート>・・・(3 5分)・・・大土神社(体操)・・・(5分)・・・六 甲ケーブル下駅・・・(10分)・・・登山 口・・・(60分)・・・芝生広場(昼食)・・・(5 分)・・・油コブシ山頂<標高626m>・・・ (10分)・・・寒天山道合流・・・(40分)・・・ 鉄塔分岐(休憩)・・・<背山散策路 >・・・(40分)・・・関電新神戸変電所・・・ (30分)御影駅<14:40頃解散>	☆	☆	① 8km ② 3時間40分 ③ 190円×往 復
	27日	 ① 草部邦親 ② 棚原博子	長峰山 (天狗塚) 穂高湖～摩耶山 天狗塚から360 度の展望を 楽しむ	阪急 芦屋川 駅北広 場 8時30分	往路:阪急芦屋川(8:41発) ⇒ 阪 急六甲(8:49着) 復路:阪急六甲 ⇒ 阪急芦屋川	阪急六甲・・・(40分)・・・伯母野住宅碑・・・ (60分)・・・長峰山<高度688m>・・・(4 0分)・・・穂高湖(昼食)・・・(20分)・・・杣谷 峠・・・(35分)・・・掬星台展望台・・・(50 分)・・・(山寺尾根を下る 20分)・・・長 峰堰堤・・・(40分)・・・阪急六甲駅(解 散:15:30の予定)	☆	☆	①10km (高度差616m) ② 5時間 ③ 380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くと350円などと幅がある。朝、京都まで行くときは芦屋駅前の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。