

芦屋やまぼうし 例会計画書<2016年10月～12月>

2016年12月20日
(一部を実績で修正)

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をご準備願います。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								
10月	11日	<C> ① 福原 智恵 ② 前田 律子	北摂 三草山 貴重な自然が残る北摂、日本棚田百選の長谷棚田など美景の里を歩く	阪急芦屋川北 広場 8時30分	往路: 芦屋川(8:39発) ⇒ 西宮北口(8:45着・今津線に乗換 8:51発) ⇒ 宝塚(9:06着・梅田行急行9:09発) ⇒ 川西能勢口(9:21着・能勢電鉄妙見口行 9:23発) ⇒ 山下駅(9:40着)・・・阪急バス77系統(10:00発) ⇒ 森上バス例(10:18着) 復路: 阪急バス 森上バス停(14:23発or15:15発 ※1時間に1本) ⇒ 能勢電山下駅(以下逆コースで阪急芦屋川着(15:50or16:51着)	森上バス停(10:20)・・・慈眼寺(11:00)・・・ゼフィルスの森・・・三草山(11:45・昼食、12:30発)・・・才の神峠(13:00)・・・長谷の棚田・・・慈眼寺(13:30着・境内散策)・・・森上バス停(14:00)	☆	☆	①8km (標高差300m) ②3.5時間 ③1,960円(電車570円+バス410)×往復
	18日	<A> ① 木口 和子 ②久保田美和	山の辺の道 柿実る万葉の道を歩く	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(8:40着・青山町行き急行に乗換 8:52発) ⇒ 桜井(9:39着)・・・JR桜井駅(10:00発) ⇒ 三輪駅(10:03着) 復路: 近鉄天理(15:33発) ⇒ 大和西大寺(15:52着・三宮行き快速急行に乗換 15:54発) ⇒ 阪神芦屋(16:54着)	JR三輪駅(10:05スタート)・・・大神神社(10:15)・・・桧原神社(10:45) <茶屋で休憩>・・・景行天皇陵(11:35)・・・天理市トレイルセンター<改装工事中の為、周辺で昼食>(12:30出発)・・・竹之内環濠集落(13:30)・・・分・・・夜都伎神社(13:20)・・・山下農園販売所(13:40) <季節野菜や果物を販売>・・・石上神社(14:10着・14:15発)・・・(天理教本部、商店街を通過)・・・近鉄天理駅(14:45着) <解散>	☆	☆	①13km ②4時間10分 ③1,060円×往復+タクシー相乗り代250円位
11月	1日	 ① 進 静子 ② 草部邦親	朝日峯 紅葉の名所「高尾」から北山杉の美しい峰を登る	JR芦屋 駅改札前 7時45分	往路: JR芦屋(7:55) ⇒ JR京都(8:52) ⇒ 京都駅バス停(9:00) ⇒ 山城高雄(9:49) 復路: 梅尾バス停(14:40) ⇒ 京都(15:36) ⇒ JR京都(16:00) ⇒ JR芦屋(16:43) ※屋～京都間 ⇒ 往路は回数券、復路は昼割チケット購入で割安	高雄バス停(9:49)・・・登山口(9:53) <体操>6号橋(10:40)・・・松尾峠(11:40)・・・朝日峯<標高688m>(12:00) <昼食>・・・下山開始(12:40)・・・林道終点から登山道(13:10)・・・高山寺(14:25)・・・梅尾バス停(14:30)	☆	☆	①11.5km (標高差528m) ②4.5時間 ③3,200円(芦屋～京都往復+バス代)

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								
11月	15日	<C> ① 田仲 和彦 ② 森 田 晃	九度山 空海が開いた高野山へ至る町石道を下り、大河ドラマで人気の柿の里九度山を巡る	JR芦屋駅 改札前 7時30分	往路:JR芦屋(7:37発)⇒大阪駅(7:52着)・環状線乗換 7:57発⇒新今宮(8:15着)・・・南海高野線(8:22発)⇒橋本(9:11着)・乗換 9:16発⇒上古沢(9:40着)＜優しいコース組＞橋本(和歌山線9:27発)⇒笠田(9:45着)・・・コミュニティバス(10:00発)⇒丹生都比神社(10:30着) 復路:南海九度山駅(15:12発)⇒新今宮⇒大阪駅⇒芦屋(17:00頃着)	<足に自信がある人>上古沢駅(9:40)・・・古峠(11:00)・・・展望台 <優しいコース>JR和歌山線笠田駅・・・(コミュニティーバス)・・・丹生都比売神社(10:30)・・・展望台 (展望台で合流して昼食後は全員で)六本杉(12:00)・・・(高野町石道を辿り)・・・雨引山分岐・・・(13:20)・・・慈尊院(14:00)・・・道の駅(買い物)・・・南海九度山駅	☆	☆	①13km (標高差300m) ②4時間 ②2,580円
	29日	<A> ①磯部 輝久 ②井筒ふさ子	中山連山 縦走路を歩く 大阪湾を一望にして縦走、岩場、滝も楽しむ	阪急芦屋川北 広場 8時30分	往路:阪急芦屋川(8:39発)⇒西宮北口(8:45着)・今津線に乗換 8:52発⇒宝塚(9:05着)・梅田行き急行9:09発⇒中山観音駅(9:14着) 復路:阪急山本駅で解散(15:00)	中山観音駅<9:20スタート>・・・(40分)夫婦岩園地(休憩)・・・(30分)・・・中山寺奥の院(休憩)・・・(40分)・・・中山(昼食)・・・小広場(12:30)・・・<展望のよい尾根筋のアップダウンの繰り返し>・・・鉄塔下広場(13:30)・・・<高低差100m超の岩場下り、慎重に、ロープなし>・・・最明寺滝(休憩)・・・山本駅(15:00)	☆	☆	①10km (標高差450m) ②4時間 ③540円
12月	6日	 ① 草部 邦親 ② 稲垣 保夫	鷹尾山 と 荒地山 芦屋川の景観の出でくる城山へ	阪急芦屋川北 広場 8時50分	往路:阪急芦屋川 9時に徒歩でスタート 復路:15時頃に出発地へ帰着予定	阪急芦屋川駅・・・山芦屋公園(体操)・・・鷹尾山(城山9:50)・・・岩梯子(11:50着)・・・荒地山(11:30着)＜昼食＞(12:10スタート)・・・芦屋ゲート・・・弁天岩(13:50)・・・阪急芦屋川(14:40)	☆	☆	①7.8km (標高差:530m) ②4時間10分 ③0円
	20日	<C> ① 田仲 和彦 ② 福原 智恵	多田神社 から 満願寺 多田源氏ゆかりの寺を巡り、歩き納めの懇親会食	阪急芦屋川北 広場 8時30分	往路:阪急芦屋川駅(8:39発)⇒西宮北口(8:45着)・今津線に乘換 8:51発⇒宝塚(9:05着)・梅田行き急行に乗り換え 9:09発・・・川西能勢口(9:21着)・能勢電に乗り換え 9:23発⇒多田駅(9:32着) 復路:(今津線)宝塚駅⇒西宮北口⇒阪急芦屋川駅(3:00頃)	能勢電鉄多田駅(9:35)・・・多田神社(10:00)・・・湯山台・・・満願寺(11:15)・・・最明寺滝(12:00)・・・阪急山本駅(12:40)・・・宝塚駅(12:50)・・・(13:00頃)がんど宝塚店<歩き修め懇親会食(13:00～14:30)> ※会食代は1,680円+税=1,800円の予定(飲み物代は別途各自で精算)	☆	☆	①7km (標高差150m) ②2時間 ③920円+会食代

※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い、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。