

# 芦屋やまぼうし 例会計画書<2017年10月～12月>

2017年9月25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グループより連絡があるので、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変更の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、各自で参加の可否をご判断願います。⑤コース地図は特別の記載がない場合は用意しませんお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表示の為、下記ヒントを参考に各自で割安になるように工夫を、また高齢者割引有りの入園などには高齢者証明書の持参を忘れずに。

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交通費等
月	日	②副リーダー	テーマ	集合時間					
10月	10日	<A> ① 鳥居 麗子 ② 木下 文子	高御位山 (たかみくらやま)	JR芦屋 駅改札前	往路:JR芦屋駅(8:38発新快速)⇒加古川駅(9:20着)・・・(赤穂行き快速に乗り換え9:23発)⇒JR曾根駅(9:30着)・・・神姫バス(曾根駅前バス停(9:44発)⇒鹿嶋神社バス停(9:56着)  復路:北山バス停(16:23発)⇒加古川(16:51着)・・・加古川(17:06発新快速)⇒JR芦屋(17:45着) ※JR芦屋～加古川間のJR乗車券は通常で970円、回数券をJR芦屋南側のショップ券売機では850円、北側のショップ券売機では810円(右記交通費は810円として積算)尚、往路の加古川と曾根間は現地で精算	鹿嶋神社バス停(10:00スタート)・・・(階段)・・・鹿嶋神社(トイレ・10:20)・・・(階段を上げて山道に)・・・百間岩の登り(約50分)・・・(更に50分)・・・鷹ノ巣山(12:00)<標高:264m>・・・(12:10)・・・<少し先の広場で昼食(12:10～12:40)・・・(80分)・・・高御位山<標高 304m>(14:00)(トイレ・14:20スタート)・・・(少し岩の下り)・・・小高位山・・・中塚山・・・北山鹿嶋神社(16:00頃)・・・北山バス停(16:23発に乗車) ※「播磨の山らしく岩場が多くやや厳しい箇所もあるが、全行程で展望が素晴らしい楽しい山だった」との下見された方々の報告。尚、前日が雨天の場合も滑り易い為に中止又は順延とする。	☆☆	☆☆	①約10km<高度差:300m>  ② 約4時間  ③2,360円<芦屋⇒曾根:810+200円、曾根⇒鹿嶋神社(バス210円)、北山バス停⇒加古川(バス330円)、加古川～芦屋:810円>
	17日	<B> ① 高橋 近子 ② 福田 由子	金剛山	JR芦屋駅 改札前	往路:JR芦屋(8:21発)⇒大阪(8:37着)・・・(環状線に乗り換え 8:45発)⇒新今宮(9:07着)・・・(南海線に乗り換え) 新今宮(9:12発)⇒河内長野(9:38着)・・・(9:55発の南海バスに乗り換え)⇒金剛登山口(10:23着)  復路:金剛山ロープウェイ前バス停(15:44発)⇒河内長野(16:16着)・・・南海電車 河内長野(16:29発)⇒新今宮(16:54着)・・・難波(15:57発)⇒阪神芦屋 ※JR芦屋・阪急芦屋川へは新今宮からJRへ乗り換え	金剛登山口(10:30スタート～・・・千早城跡(10:50)・・・五合目(11:20)・・・11:40 国見城跡(金剛山)<標高:1,125m>(12:10)<昼食後 12:40スタート)・・・展望台(13:10)・・・伏見台(13:30)・・・久留野峠(14:20)・・・金剛山ロープウェイ前バス停(15:30)	☆	☆☆	①7km<高度差:600m>  ② 4時間30分  ③ 2,890円(JRで帰芦した場合は普通料金)
11月	7日	<C> ① 田仲 和彦 ② 前田 律子 福原知恵	能勢妙見山 上杉尾根から 初谷溪谷	阪急芦屋 川北広場	往路:阪急芦屋川(8:23発)⇒西宮北口(8:30着)・・・今津線(8:38発)⇒宝塚(8:52着)・・・(宝塚線 8:58発)⇒川西能勢口(9:11着)・・・(能勢電9:12発)⇒山下駅(乗換)妙見口(9:41着)  復路:妙見口を14:54発で、芦屋川(16:00頃着)	妙見口駅(9:45スタート)・・・(上杉尾根コース)・・・八丁茶屋跡(10:45)・・・妙見山山頂<標高:660m>(11:45)<昼食後 12:30スタート)・・・伐採地上部(13:15)・・・初谷川河原(14:00)・・・妙見口駅(14:30着予定)	☆	☆☆	① 10km<高度差:400m>  ② 4時間  ③ 往復1,200円

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	21日	<A> ① 井筒ふさ子 ② 石濱 輝代	大国見山 展望コース	芦屋市役 所北広場 北端 ベンチ 8時50分	往路:阪神芦屋駅(9:04発 奈良行き快速急行)⇒大和西大寺駅(9:22着)・・(近鉄樫原線 天理行き急行に乗り換え 10:08発) ⇒近鉄天理駅(10:26着)・・(タクシーに分乗して石上神社へ) 復路:天理(15:33発)⇒西大寺(15:52着・15:54発 三宮行き快速急行に乗り換え)⇒阪神芦屋(16:56着) ※尚、天理(15:15発)もあるが乗換が多く、阪神芦屋着は同じ16:56着になる。	石上神社(10:40スタート)・・(50分)・・桃尾の滝(11:30)・・(20分)・・竜福寺跡(大親寺 11:50)・・大国見山山頂<標高:498m>(12:30)<昼食後13:10スタート>・・(50分)・・岩屋の町並み(14:00)・・(70分)・・近鉄天理駅(15:10着予定)	☆	☆	① 12km <高度差:480m> ② 4時間 ③ 往復 2, 120円+タクシー分乗負担 200円位
	28日	<B> ① 福田 由子 ② 草部 邦親	有馬三山 紅葉の 有馬三山を歩く	各自指定 の有馬行 き阪急バ スに乗車 右記	往路:阪急バス(有馬温泉行) 阪神芦屋(8:30発) ⇒ JR芦屋(8:35発) ⇒ 阪急芦屋川(8:38発) ⇒ 有馬駅前(9:11着) 復路:阪急バス(芦屋行き) 有間温泉(14:40) ⇒ 市内各駅 ※有馬温泉で金・銀泉等を楽しむなどは各自ご自由に	有馬温泉バス停(9:20スタート)・・落葉山<標高:533m>(10:05)・・灰形山<標高619m>(11:05)・・12:05 湯槽谷山<標高:801m>(12:05着)<昼食後12:40スタート>・・湯槽谷峠(12:50)・・紅葉谷道出合(13:20)・・魚屋道出合(13:40)・・(魚屋道)・・有馬温泉バス停(14:40発阪急バスの乗れる時間に到着予定)※次発は2時間後の16:40発	☆	☆☆	① 6.5km(水平距離なので登り下りを加えると少し長くなる)<高度差:400m> ② 4時間30分 ③ 1,560円(高齢者カード者は半額)
12月	5日	<C> ① 田仲 和彦 ② 前田 律子 福原知恵	ポンポン山 から善峯寺	JR芦屋 駅改札前 8時40分	往路:JR芦屋駅(8:47発 新快速) ⇒ JR高槻駅(9:21着)・・高槻市営バス北口乗り場(9:34発 中畑回転場行) ⇒ 神峰山口(9:51着) 復路:善峯寺バス停(14:24発 or 15:24発) ⇒ 阪急東向日駅 ⇒ JR向日駅	神峰山口バス停(10:00)・・神峰山寺(10:15)・・本山寺(11:15)・・高槻の古木(11:45)・・ポンポン山頂<標高:679m>(12:30着)<昼食後13:15スタート>・・杉谷(13:40)・・善峯寺(14:00) ※紅葉が素晴らしい場合は善峯寺に入山・見学(入山料:500円)も検討	☆	☆	①12km <高度差550m> ② 4時間 ③ 往復:2, 200円(通常料金)
	19日	<A> ① 宇賀 弘 ② 久保田美和	芦屋の裏山 を歩いて	阪急芦屋 川北広場 9時00分	往路:(集合場所より徒歩にてスタート) 復路:阪急バス(芦屋市内行き) 東お多福山登山口バス停(12:36発) ⇒ JR芦屋駅南口(12:52) 懇親会食に関連して:雨天で山歩きが中止の場合も食事は実施します。12月10日位に食事会への出欠可否を確認させていただきますので宜しくお願いします。会食だけへの出席も歓迎します。	阪急芦屋川北広場(9:10スタート)・・(30分)・高座の滝(9:40)・・(ロックガーデン)・・風吹岩(10:30)・・(芦屋カンツリーゴルフクラブ付近)・・雨ヶ峠(11:30)・・東お多福山(12:00)・・東お多福山バス停(12:30頃)<12:36発に乗車> ⇒ JR芦屋駅(12:52着)・・<かごの屋芦屋店>13:00着 ※かごの屋芦屋店(借り切り部屋を予約済み)にて懇親会食	☆	☆	① 約7km <高度差:680m> ② 約4時間 ③ 阪急バス270円、懇親会の食事代:約2,000円+飲料代(約500円~1,000円)

※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利用可。JRは区間によるが昼得切符(平日は乗車時刻 10時~17時限定、土日祝日は終日利用可)など有り。尚、どれも芦屋のチケットショップでよりも大阪や三宮・元町などのチケットショップで買うと更に割安。また姫路・加古川・明石など行くとき、昼得利用時間帯外での昼得利用区間へは芦屋駅前南口と北口のチケットショップ自動券売機で普通回数券(終日利用可)を購入すると割安。また70歳以上の方は阪急バス高齢者カードで芦屋市内発着バスで半額、JRでの遠隔地へはジパングで割安など。