

芦屋やまぼうし 例会計画書<2018年10月 ~12月>

2018年11月2日修正

①例会決行の可否は朝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、紛らわしい場合に限り前日に当該例会担当グループより何らかの連絡がされるので前日のメールをチェックして下さい。②中止になった例会を順延する場合に限り例会担当グループより連絡をする。③集合の場所・時間に変更がある場合に限り例会担当グループより連絡する。④<体力度>と<難易度>が以下の基準で、☆マーク1つから3つまでの3段階に設定されているので参加の可否判断の参考にして下さい。<体力度の基準⇒【☆ = 標高差:500m程度まで、歩行時間:3~5時間程度まで、歩行距離10kmまで。☆☆ = 標高差:500m~1000m程度、歩行時間:5~6時間、歩行距離:10~15km。☆☆☆ = 標高差1000m以上、歩行時間:6時間以上、歩行距離:15km以上】但し、標高差と歩行時間と歩行距離のバランス、登りが急か緩やか、登り下りの回数が多いか少ないか等により担当グループの判断で流動的になる場合がある> <難易度の基準⇒個別の事例毎に判断して設定する> ⑤コース地図は基本的には用意しませんので必要があれば各自でインターネット検索や関連書籍などでご準備下さい。⑥**交通費は通常料金で表示されています。各自で割安になるように工夫して下さい。**⑦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下さい。また必要に応じて高齢者を示す証明書をご持参下さい。

| 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 | 9日 | <A> ①井筒ふさ子 ②久保田美和 | 京都・洛北 ～ 沢ノ池 ～ 高雄 北山杉の美しい林道に行く | 阪急 芦屋川駅 北広場 8時00分 | 往路:阪急芦屋川(8:07発)⇒西宮北口(8:14着、8:17発特急)⇒十三(8:29着、8:38発京都市バス(女塚=げんたく行き9:25発)⇒鷹峯源光庵バス停(10:02着) 復路:京都市営バス・山城バス停(14:40発)or高雄バス停⇒四条大宮(15:18着)・四条大宮(15:28発)⇒芦屋(16:40着) | 鷹峯源光庵バス停(10:15スタート)・(50分)・北山工房(11:05)・(25分)・上ノ水峠(11:30)・(25分)・沢ノ池(12:00・昼食・12:40位にスタート)・(40分)・仏栗(ほぐり)峠(標高:400m)・(40分)・福ヶ谷林道出合(13:20)・(30分)・周山街道出合(13:50)・(20分)・山城高雄JRバス停(14:10着予定) | ☆ | ☆ | ① 8.5km、 (高度差250m) ② 3時間15分 ③1,810円 ※阪急全線チケット利用で割り安 |
| | 16日 | ① 稲垣 保夫 ② 草部 邦親 | 甲山・ 北山緑化 植物園: 甲山を中心に周辺の美しい森林公園を歩く | 阪急芦屋 川北広場 8時55分 | 往路:阪急芦屋川駅(9:05発)⇒西宮北口(9:11着)・(9:18発今津線)⇒仁川(9:24着) 復路:銀水橋で解散し、有志で須藤さん宅へ | 阪急仁川駅(9:30)・上ヶ原浄水場・甲山森林公園入口(10:15)・甲山自然の家・(11:13)・北山貯水池(12:00)<昼食後12:20スタート>・北山緑化植物園(12:50)<散策後13:20スタート>・銀水橋・須藤さんの宅家(14:15)・苦楽園麓バス停から芦屋へ | ☆ | ☆ | ① 9km (高度差:250m) ② 3時間20分 ③190円+夙川～芦屋 |
| | 30日 | <C> ① 田仲 和彦 ② 初瀬 佳子 | 虚空蔵山 こくぞうさん 秋の丹波路、信仰の山で展望と、立杭焼陶の里を楽しむ | 阪急芦屋 川北広場 9時 | 往路:阪急芦屋川駅(9:05発)⇒西宮北口(9:11着)・(9:18発今津線)⇒宝塚(9:32着)・(9:47発・丹波路快速)⇒JR藍本駅(10:15着) 神姫バス立杭の里バス停(15:22発)⇒相野駅バス停(15:40着)・JR相野駅(16:01発丹波路快速)⇒JR宝塚(16:25着)・阪急などで芦屋へ | JR藍本駅前(10:30スタート)・酒滴神社(10:30)・虚空蔵堂(11:20)・虚空蔵山の山頂(12:12:10着、昼食、12:45発)・立杭陶の里への分岐(13:00)・立杭陶の里(13:30着)バス発車(15:22)に間に合うように約1時間40分散策) | ☆ | ☆ | ① 6km (高度差:400m) ② 3時間30分 ③ 往路:800円 復路:1,020円 |

| 実施日 | | ①リーダー ②副リーダー | tatik 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 | 13日 | <A> ① 田中 克明 ② 宇賀 弘 | こんぜ 金勝 アルプス <small>アルプスの名の通り天狗岩・耳岩など風化した花崗岩の岩峰が点在する人気のコース</small> | JR芦屋駅 改札口前 7時20分 | 往路:JR芦屋駅(7:28発・新快速) ⇒ JR草津駅(8:41着・駅構内でトイレ)・帝産バス・草津駅東口(9:00発) ⇒ 上桐生バス停(9:30着) 復路:同バス・上桐生バス停(15:55発) ⇒ 草津駅東口(16:25着)・草津駅16:27or16:55発) ⇒ JR芦屋駅(17:43着or17:52) | 上桐生バス停(トイレと体操後、9:45スタート)・・・落ヶ滝分岐(10:20)＜落ヶ滝往復・・・分岐10:40)・・・K6・鶏冠山との分岐(11:20)・・・天狗岩(12:30)＜昼食と岩登りを楽しんで13:20スタート＞・耳岩(13:35)・・・白石峰(13:50)・・・重岩(14:05)・国見岩・・・狛坂磨崖仏(14:15・休憩)・・・KS5・出合(14:40)・・・逆さ観音・上桐生バス停(15:40着予定) 復路の念の為＜芦屋～京都間＞の回数券をご用意下さい。芦屋駅南と北の格安チケット券売機ではどちらも同区間の回数券が830円、昼得チケットが700円で差は僅か130円でした。 | ☆ | ☆ | ① 9.5km (高度差:420m) ② 4.5時間 ③ (JR芦屋・京都間回数券830円+京都・草津間410円+バス430円)×往復＝ |
| | 20日 | ① 高橋 近子 ② 福田 由子 | 城趾 高取山 「壺坂霊験記」の名刹から日本一の山城を登る | JR芦屋駅 改札口前 7時45分 | 往路:JR芦屋駅(7:55発・新快速) ⇒ 大阪(8:10)・・・環状線に乗り換え(8:17発)⇒天王寺(8:39着)・・・近鉄阿倍野橋駅(8:50発・急行) ⇒ 壺阪山駅(9:37着) 復路:近鉄・壺阪山駅(15:23発) ⇒ 阿部野橋(16:12着)※この後はご自由に帰芦 | ※芦屋駅発までに各自でトイレをお済ませ下さい 壺阪山駅(トイレ後9:45スタート)・・・石の道標(10:10)・・・壺阪寺(11:00)・・・登山口(11:20)・・・天守閣跡取付(12:00)・・・城趾高取山(12:30・昼食後13:00出発)・・・砂防公園(トイレ後・14:30発)・・・壺阪山駅(15:00) | ☆ | ☆ | ① 10km (高度差:470m) ② 4時間 ③ 2,340円 |
| | 27日 | <C> ① 福原 智恵 ② 田仲 和彦 | 六甲最高峰 から有馬へ 大展望と真っ盛りの紅葉を楽しむ | 阪急バス・芦屋ハイランド行き の右記各停留所より乗車 | 往路:阪神芦屋バス停(8:55発)⇒JR芦屋駅南口バス停(8:58発)⇒JR芦屋駅北口バス停(9:00発)⇒阪急芦屋川バス停(9:03発) ⇒ 東お多福山登山口バス停(9:14着)下車 復路:瑞宝寺公園で自由散策後に自由行動 | 東お多福山登山口(9:30)・・・土樋割り峠(10:00)・・・七曲がり・・・一軒茶屋を経て六甲最高峰(11:10)・・・一軒茶屋で昼食(11:30～12:00)・・・魚谷道を経て瑞宝寺公園(13:30)自由散策 自由散策後に阪急バス瑞宝寺公園前からバス:14:44発、or16:44発、有馬温泉まで一緒に歩いてバスに乗る方14:40発or16:40発 | ☆ | ☆ | ① 8km 高度差:550m) ② 4時間30分 ③ バス代:往路330円、復路780円(70歳以上は半額) |
| 12月 | 4日 | <A> ① 石濱 輝代 ② 木下 文子 | 太神山 (たなかみやま) 湖南アルプスで石仏も面白い | JR芦屋駅 改札口前 8時 | 往路:JR芦屋駅(8:12発・野洲行き新快速) ⇒ JR石山駅(9:13着)・・・帝産バス(9:25発) ⇒ アルプス登山口バス停(9:50着) 復路:アルプス登山口バス停(14:55発) ⇒ JR石山駅バス停(15:20着)・・・(15:30発・新快速) ⇒ JR芦屋駅(16:28着) | アルプス登山口バス停(10:00)・・・迎不動・・・泣不動・・・太神山・不動寺(12:20)＜食後12:50出発＞・・・アルプス登山口バス停(14:40頃) 往路のJR＜芦屋から京都＞の回数券、復路の＜京都から芦屋＞の昼得チケットは各自でチケットショップなどでお求め下さい。別にバス代:390円×往復 | ☆ | ☆ | ① 9.5km (高度差:490m) ② 4時間10分 ③ 3,420円※各自手配の回数券と昼特購入 |
| | 18日 | ① 草部 邦親 ② 須藤 慎 | 布引から修法ケ原・太龍寺・桜茶屋～新神戸駅 神戸の裏山を軽く歩いて新神戸駅近くの「豆の畑」で忘年会 | JR新神戸駅1階の登りエスカレータの前回り 9時集合で便利なルートでお集まり下さい | 往路:(参考)JR芦屋(8:20発・新快速) ⇒ 三宮(8:31着)、阪神芦屋(8:13発・特急) ⇒ 三宮(8:25着)、阪急芦屋川(8:18発) ⇒ 岡本(8:20着・8:22発特急) ⇒ 三宮(8:32)・・・(三宮から徒歩約20分～25分で新神戸駅 忘年会後、現地で解散し自由に帰芦 | 新神戸(9:00スタート)・・・布引滝・・・市ケ原(10:00)・・・再度公園・修法ケ原＜標高406m＞(10:40着・11:00発)・・・大竜寺(11:20)・・・桜茶屋(11:40)・・・新神戸駅(12:30) 忘年会「豆の畑・創作和食バイキング」代:1,580円(飲み物は別)、70歳以上の方は1,080円(年齢が分かる証明書を持参) | ☆ | ☆ | ① 6km (高度差:346m) ② 3時間30分 ③ 交通費440 + 左記食事代 |

JRの昼特券の駅券売機での販売が9月30日で終了しましたが、チケットショップでは、現状は従来通り販売されています。京都以東への往路の回数券、復路の昼得チケットは各自でチケットショップなどでお求め下さい。尚、阪急の全線券、JR利用での回数券と青春18切符は従来通りですが、JRの昼得切符は今12月28日でチケットショップでの販売もなくなります。