

芦屋やまぼうし 例会計画書<2020年1月～3月>

2020年2月5日
修正発行

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サポート	行き先 テーマ	集合場所 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 (高低差300m) ②歩行時間 ③交通費など	
1月	14日 (火)	<C> ① 田仲和彦 ② (調整中)	驚林寺から観音山、ごろごろ岳へ	阪神芦屋駅改札前 9時10分	往路:阪神芦屋駅(9:19発)⇒西宮駅(9:22着)・阪神バス驚林寺線(9:37発)⇒驚林寺バス停(9:57着) 復路:奥池バス停(12:35発)⇒JR南側バス停(12:55「着」)・(徒歩で)かごの屋(13:00着・新年会)	※阪急夙川駅前9:45発(甲山高校前行き)で驚林寺バス停(10着)も可。驚林寺バス停(10:00スタート)・・・驚林寺(10:15)<体操>10:30出発・・・展望の良い岩場・観音山(11:15着)・・・(時間が早かったので叉路)・・・遊びの・広場・・・奥池集会所(11:50)・・・(予定のバス発車に時間があり、15名は東おたふく山登山口バス停まで歩いた)	☆	☆	① 7km (高度差:300m) ② 2.5時間 ③ 阪神140円+バス220円=360円+(ゴロゴロ橋から芦屋)380円)
	28日 悪天候のため 2月4日に 順延	<A> ① 宇賀 弘 ② 平野雄造	雨森山 (あめもりやま) 雨森山の展望を楽しみ地千湖畔へ下る	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(遅延して8:50着・今津線8:59発)⇒宝塚(9:13着・宝塚線9:15発)⇒川西能勢口(9:32着・能勢電9:34発)⇒日生中央(9:54着) 復路:・能勢電山下(14:42発)⇒川西能勢口(14:59着・宝塚線15:03発)⇒十三(15:20着・神戸線15:26発⇒芦屋川15:50着)※当初計画より10分遅れ	能勢電日生中央駅(トイレ休憩後10:00スタート)・・・近畿自然歩道を北上)・・・林道分岐の十字路(11:00)・・・雨森山<383.78m>(11:50<昼食>12:30スタート)・・・第3の広場・・・第2の広場・・・第1の広場(トイレ有り)・・・知明湖畔(逆コースの登山口)(13:10)・・・一庫ダム(13:55)・・・能勢電山下駅(14:37)お目※全員歩いた。	☆	☆	① 10km (高度差370m) ②約3.5時間 ③阪急芦屋川から生中央280円:600円、山下から阪急芦屋川:570円、深谷から山下のバス:180円
2月	11日 (火)	 ① 稲垣保夫	東おたふく山・六甲最高峰・有馬へ 最高峰付近は雪かな?有馬での温泉はご自由に	右記指定バス所より指定車に乗車し東おたふく山登山口で下車	往路:阪急バス(芦屋ハイランド行き)阪神芦屋(8:55発)⇒JR芦屋(9:00発)⇒芦屋川(9:03発)⇒東おたふく山登山口(9:14着) 復路:有馬温泉バス停 14:40発(次は16:40)⇒阪急芦屋川⇒JR芦屋川・・・阪神芦屋	体操後、東おたふく山登山口(9:25スタート)・・・東おたふく山(10:20)・・・一軒茶屋(11:35)・・・六甲最高峰<標高931m>(11:45<昼食>12:20)・・・魚屋道経由・・・有馬温泉(13:50)<温泉入浴を含めて自由行動>・・・有馬温泉(太閤橋)バス停(14:05)※状況に依り軽アイゼンが必要	☆	☆	①10km (高低差600m) ②4時間 ③バス代(東おたふく山迄340円、有馬から800円)※高齢者バス割引で半額)

実施日		①リーダー ②サポート	行き先 テーマ	集合場所 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 (高低差300m) ②歩行時間 ③交通費など
2月	25日 (火)	<C> ① 田中和彦 ②(調整中)	(京都) 音羽山 逢阪関跡から東海自然歩道辿り琵琶湖と京都との眺望を楽しむ	JR芦屋駅 改札前 8時20分	往路:JR芦屋駅(8:30発新快速)⇒山科駅(9:24着)⇒京阪京津(けいしん)線(9:37発)⇒大谷駅(9:43着) 復路:京阪京津線追分駅⇒四条烏丸駅⇒阪急 or JRで自由に帰芦(芦屋着は16時頃)	大谷駅前(10:00 スタート:00)・・・蟬丸神社(10:10・体操)・・・音羽山<標高 593m>(11:30<昼食>12:00出発)・・・牛尾観(12:45)・・・(音羽川沿いに下る)・・・京阪京津線追分駅(14:30頃)	☆	☆	① 10km (高低差):500m ② 4時間 ③ 往路:芦屋・京都間の回数券850円+山科での精190円)、復路:地下鉄320円+阪急全線切符450円~460円)
	10日 (火)	<A> ① 井筒ふさ子 ② 石濱 輝代	牛松山 <中止> 別名は丹波富士。山頂近くの金毘羅神社への山道が登山道。山のほとんどが自然林で、気持ちの良い山歩きができる。	JR芦屋駅 改札前 8時00分	往路:JR芦屋(8:12発・新快速)⇒JR京都(8:57着・・・(山陰線 9:14発)⇒亀岡(9:46着)・・・亀岡駅北口バス停9:53発バス⇒国分バス停(10:01着) 復路:JR亀岡(14:33発 or 14:52発 or 15:06発 ⇒ 芦屋着(15:40 ~16:30着)	国分バス停前(10:05スタート)・・・愛宕神社・・・牛松山(12:00)<昼食>・・・福性寺・・・北保津・・・亀岡駅(14:30頃に到着予定)	☆	☆	① 10km (高度差430m) ②4時間15分 ③京都までの回数券850円+京都亀岡間420円=1270円の往復分で2,540円
3月	24日 (火)	 ①草部邦親 ②(調整中)	七兵衛山・横池・保久良梅 六甲前山を回遊し保久良神社にて梅を楽しむ	阪急 芦屋川北 広場 9時10分	往路:阪急芦屋川(9:19発)⇒岡本(9:22着) 復路:阪急岡本(14:44発)⇒芦屋川駅(14:47着)	阪急岡本(9:30スタート)・・・岡本八幡神社(9:50)・・・登山口・・・打越峠(11:10)・・・七兵衛山(11:30<昼食>12:15)・・・横池雌池・雄池(12:40)・・・風吹き岩(13:20)・・・保久良梅林(14:10)・・・阪急岡本(14:40着予定)	☆	☆	①5km (高低差440m)②3時間55分 ③320円

JRの昼特チケットは全ての販売が終了したが回数券は従来通り利用可。例えば芦屋～京都間は格安安自販機の芦屋駅北で850円、南で860円(※京都までの場合、芦屋～大阪間の回数券を用意し京都で精算しても余り変わらない。京都以東に行くときは京都までの回数券購入が必要)。JR青春18切符は従来通りで、利用期間は12月10日～1月10日、3月1日～4月10日、7月20日～9月10日の3期間。発売開始は利用開始日の10日前から。料金は各駅の案内所で買うと5枚セットで11,500円。阪急の全線切符(株主用)も従来通りで、格安チケット自動販売機で(芦屋駅北で450円、南で460円)