

# 芦屋やまぼうし 例会計画書<2022年4月～6月>

2022年5月10日修正

①例会決行の可否は当日朝6時前のNHK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中止。紛らわしい場合は、前日に担当Gより注意喚起の連絡をし、当日午前7時までに最終判断をメール等で連絡する。②集合の場所・時間変更や順延する場合も担当Gより連絡する。③コースは<体力度>と<難易度>で2段階評価、参加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、または歩行時間5時間程度まで。☆☆＝標高差:500m以上かつ同5時間以上＝を基準に、担当Gが判断> <難易度の基準⇒個別の事例毎に担当Gで判断> ④コース地区は原則用意しません。必要に応じ各自ご準備下さい。⑤交通費は通常料金で表示、割安切符などの手配は各自でお願いします。⑥弁当・飲み物・帽子・雨具・手袋・ストック・自分用のお薬などは各自ご準備下さい。また必要に応じて年齢、住所等を示す証明書をご持参下さい。

実施日		①リーダー②サポーター	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(高度差) ②歩行時間 ③交通費など
4月	5日	<A>	山科疎水	JR芦屋駅改札前	往路:JR芦屋駅(8:38発 新快速)⇒大津(9:39着)  復路:京都市営地下鉄・東西線の蹴上(15:47発)⇒JR山科駅(15:53着)⇒JR芦屋駅(16:59着)	JR大津駅前(9:40スタート)・・・長等公園・・・小関峠・・・<途中で昼食>・・・毘沙門堂(12:40)・・・本圀寺(ほんこくじ)・・・栄興寺・・・日向神社<標高100m>・・・インクライン往復・・・地下鉄・蹴上駅	☆	☆	① 11km(高低差50m) ② 4時間50分 ③ 2,770円 拝観料500
	<火>	① 石濱輝代 ② -	高低差が少なくお花見しながら	8時30分					
4月	26日	<B> 雨天中止	天王山から柳谷観音・長岡天神	阪急芦屋川駅	阪急芦屋川(8:39発)⇒西宮北口(8:45着、特急乗換8:49発)⇒十三(8:59着、京都市行特急に乗換9:04発)⇒高槻市駅(9:24着、乗換 9:26発京都市行)⇒大山崎(9:33着)	山崎駅(9:40)・・・宝積寺(9:55、体操 10:10発)・・・天王山頂上(10:40)・・・乗願寺分岐道・・・西台里山公園(12:10<昼食>12:40出発)・・・長岡天満宮(13:15)散策後14時に解散し、各自で帰芦	☆	☆	①8km(高低差250m) ②4時間 ③行き400円、帰り阪急400円
	<火>	① 田仲和彦 ② 平野雄造	満開のキリシマツツジを愛でる	8時30分	各自で阪急、JRの利用可				
5月	10日	<A>	芦屋・西宮ベイエリアウォーキング	阪神芦屋駅南側の公園(市役所前)	往路:集合場所から徒歩でスタート  復路:阪神西宮駅で解散	阪神芦屋駅公園9:00スタート)・・・芦屋(松林)公園・・・潮風大橋(9:30)・・・総合公園・・・芦屋浜・・・湾岸線の側道<最高点:50m>(10:10)・・・湾岸添に西宮へ(11:10)・・・西宮ヨットハーバー・・・御前浜公園・・・夙川沿いに香櫨園(12:00)・・・西宮えびす神社・・・12:20陳餐閣<ランチ>・・・阪神西宮駅<解散>	☆	☆	① 10km(高低差50m) ② 3.5時間 ③ランチ中華1380円
	<火>	① 稲垣保夫 ② -	午前中はウォーキングを楽しみ、昼から食事会	8時50分					

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(高度差) ②歩行時間 ③交通費など
5月	17日	<B> ① 進 静子 ② 田仲和彦 ③ 三浦 恵	大和葛城山 圧巻のツツジの大群生	JR芦屋駅 7時55分	JR芦屋駅(7:58発新快速今津行)⇒大阪駅(8:14着、環状線乗換8:22発)⇒天王寺駅(8:42着、近鉄に乗換)⇒大阪阿部野橋駅(8:50発急行吉野行)⇒尺度(9:21着、乗換、9:26発)⇒近鉄御所駅(9:34着)⇒タクシー相乗りでロープウェイ駅(9:50)まで  バス停・葛城ロープウェイ前発(14:56)→近鉄御所駅(15:11)、バス乗り遅れの際は御所駅まで徒歩45分	葛城ロープウェイ前不動寺(10:00発)・・・北尾根ルート・・・山頂部(12:00、昼食)・・・山頂部散策後ロープウェイで下山・・・バスで近鉄・膳所駅へ	☆	☆☆	①8km、高度差700m ②4時間 ③行き 1110円＋バス300円、ロープウェイ片道900円、御所→ロープウェイ駅タクシー利用は1600円程度(1台ごと精算)
5月	31日	<A> ① 草部 邦親 ② -	打越山～奥高座滝 六甲展望	JR芦屋駅改札口前 9時	往路:JR芦屋駅(各停 9:07発) ⇒ JR住吉(9:14着)・・・くるくるバス(9:26発) ⇒ エクセル東で下車  復路:高座の滝で解散 雨 天の時6月14日に延期する	くるくるバスエクセル東バス停<標高:274m>(9:50スタート)・・・打越山<480m>(11:00)・・・横池(11:40)<昼食>(12:15スタート)・・・展望岩・・・五叉路・・・だるま岩・・・奥高座の滝(13:00)・・・(高座谷道を下山)・・・高座の滝(14:00)<解散>	☆	☆☆	① 7.6km(高度差:206m) ② 3時間10分 ③ 370円(内、くるくるバス代210円)
6月	7日	<B> ① 福田由子 ② (調整中)	甲山森林公園・北山植物園 初夏の近郊で緑楽しむ	阪急芦屋川 8:55	芦屋川(9:05発)→西宮北口(9:12着、今津線乗換9:18発)→仁川駅(9:24着)	仁川駅(9:30)→甲山森林公園東入口(10:10)→展望台・自然の家→甲山(11:20)→北山貯水池(11:40、昼食、12:10発)→北山緑化植物園(12:30、散策、12:50出発)→銀水橋→阪急甲陽園駅(13:30) 解散	☆	☆☆	① 9km(高緯度250m) ② 3時間半 ③ 片道190円
6月	21日	<A> ① 高橋 近子 ② 棚原 博子	神戸森林植物園から再度山 新緑を楽しむ	地下鉄三宮駅改札前 9時15分	往路:地下鉄三宮駅(9:24発 谷上行) ⇒ 谷上(9:34着)  復路:元町で解散	谷上駅(9:40スタート)・・・神戸森林植物園(11:00着)<昼食>(12:00スタート)・・・再度公園(13:30)・・・(時間の都合で再度山に登る)・・・諏訪山公園(14:30)・・・元町<解散>	☆	☆☆	① 7.6km(高度差:230m) ② 3時間30分 ③ 720円