

芦屋やまぼうし 例会計画書<2022年10月～12月>

2022年10月5日

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コース地図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
10月	4日 <火>	① 田仲 和彦 ②	天王山から 長岡天満宮 秋の西山古道と史跡を楽しむ	阪急芦屋川駅 8時30分	阪急芦屋川駅(8:39発)⇒西宮北口(8:45着、特急乗替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、京都市行普通乗換9:26発)⇒阪急大山崎駅(9:33着) 復路 阪急長岡京市駅 ⇒ 阪急芦屋川駅	阪急・大山崎駅(9:40)・・・宝積寺(9:55・体操・10:10発)・・・天王山頂上<標高270m><(10:40)・・・(乗願寺分岐)・・・西台里山公園(12:15<昼食>12:45出発)・・・サントリー長岡京ビール工場で見学と試飲	☆	☆	①8km (高低差 250m) ②4時間 ③行き 400円、帰り阪急400円
10月	11日 <火>	①石濱輝代 ②高橋近子	高代寺山・ 黒川ダリア園 日本の里100選に選ばれた山里と370種1000株のダリアが見頃	阪急芦屋川北広場 8時30分	往路:阪急芦屋川(8:39発)⇒ 十三(8:59着)・・・(9:03発)⇒(9:21着)川西能勢口(9:24発)⇒ 能勢電鉄 妙見口(9:51着) 復路:妙見口(15:03or15:14)⇒ 川西能勢口 ⇒)宝塚⇒ (15:30)芦屋川(16:20～16:30)	妙見口(10:00スタート)・・・高台寺本堂(11:00)・・・吉川城趾(11:45)<昼食>12:10出発)>(11:15)・・・黒川ダリア園(13:40～14:00)・・・黒川公民館・・・妙見口(15:00)	☆	☆	①7.5km (高低差 300m) ②3時間10分 ③1220円、ダリア園300円
10月	25日 <火>	① 田仲和彦 ②	奈良・山の 辺の道 秋の味覚と古道の情緒を味わう	阪神芦屋駅 8時20分	往路:阪神芦屋駅奈良行急行(8:29発)⇒ 難波経由 ⇒ 鶴橋駅(9:07着)・・・近鉄大阪線青山行き急行(9:13発)に乗換へ ⇒ 桜井(9:55着)・・・JR万葉まほろば線(10:09発)に乗換え ⇒ 巻向駅(10:14着) 復路:近鉄天理(15:13発平端行) ⇒ 平端で檉原線京都市行急行に乗換 ⇒ 大和西大寺駅(15:36着 ⇒ 三宮行急行(15:32発)⇒芦屋着(16:57着)	巻向駅(10:20発)・・・箸塚古墳(卑弥呼の墓説あり)・・・相撲神社から山の辺の道に入り北上・・・桧原神社・・・トレイルセンター青垣(11:30<昼食>、12:00スタート)・・・(天理教本部を経て)・・・理駅(15:00着)	☆	☆	①7Km (高低差少ない) ② 4時間 ③行き 1270円、帰り1080円

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
11月	8日 ＜火＞	①高橋近子 ②棚原博子	再度山 紅葉を楽しむ	新神戸駅一階 9時25分	各自、新神戸駅エスカレーター前集合	新神戸駅(9:30)・・・布引の滝・・・市ヶ原・・・修法ヶ原池(11:30着＜昼食＞12:20スタート)・・・再度山山頂＜標高470m＞・・・諏訪山公園(14:30)	☆	☆	①8.5km (高度差 420m) ②4時間
11月	22日 ＜火＞	①井筒ふさ子 ②	荒地山から七兵衛山 近場で秋	芦屋ゲート 9:15	各自バスで阪急バス(阪神芦屋駅(8:49)、JR芦屋駅(8:55)、阪急芦屋川(9:00)に乗車⇒芦屋ゲートバス停下車	芦屋ゲートバス停(体操後9:30スタート)・・・荒地山(10:15)・・・石の広場・・・黒五谷・・・打越峠・・・七兵衛山(12:00＜昼食＞12:30スタート)・・・横池(13:00)・・・高座谷・・・高座の滝(14:15)解散	☆	☆	①7km (高低差 500m) ②4時間 ③バス代 220円
12月	6日 ＜火＞	①高橋近子 ②棚原博子	東おたふく山 すすきと紅葉の中を歩く	東おたふく山登山口バス停 9時15分	阪急バス 阪神芦屋(8:49)⇒JR芦屋北側(8:55)⇒阪急芦屋川(9:00)⇒東おたふく山登山口下車(9:11) 各自最寄りのバス停をご利用ください。	東おたふく山登山口(9:20)・・・東おたふく山＜標高697m＞・・・雨ヶ峠・・・(12:00)・・・石の広場＜昼食＞(12:40スタート)・・・会下山・・・芦屋川(14:30)解散	☆	☆	①8.5km (高度差 420m) ②4時間
12月	20日 ＜火＞		神戸裏山歩き忘年会 ①事務局 田仲	新神戸駅 9時	歩く方は新幹線新神戸駅1Fに各自集合 忘年会は正午から三宮の中華「ラオファン」で予定(2時間)	新神戸駅(9時)・・・城山城趾m＜標高323m＞・・・市章山・・・諏訪山・・・下山手通りを経て忘年会会場「老房」(12:00)	☆	☆	①5km ③忘年会 ラオファン、スペシャルランチコース 1760円で予約済