

# 芦屋やまぼうし 例会計画書<2024年4月～6月>

2024年3月5日

①当日朝6時の天気予報で行先での行動時間中に傘マーク、降水確率60%超なら原則中止。紛らわしい場合は、前日に担当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LINE等で連絡する。②集合の場所・時間の変更や順延する場合も担当より連絡する。③コースは<体力度>と<難易度>で2段階評価、<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＝を基準に判断><難易度の基準⇒個別の事例毎に判断> 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。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で、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
4月 2日 <火>	① 石濱輝代 ② -	<A> 長等公園山科疎水 花見と琵琶湖の眺望楽しむ	JR 芦屋駅 8時30分	往路:JR芦屋駅(8:36発 新快速) ⇒ 大津(9:36着)	JR大津駅前(9:40スタート)→札の辻経由→琵琶湖疎水起点→長等公園→小関峠(11:00)→疎水沿い<途中で昼食>→毘沙門堂(13:40)→JR山科駅(14:20)	☆	☆	① 8km (高低差190m) ② 4時間 ③ 2510円
4月 23日 <火>	① 田仲和彦	<B> ポンポン山から善峰寺 新緑を楽しむ	JR 芦屋駅 8:10	JR芦屋(8:17発新快速)→JR高槻駅(8:52着)→高槻市営バス高槻駅北(9:12発)→神峰山口着(9:30着) 善峰寺発阪急バス 2:24, 3:24(最終) 阪急東向日、JR向日駅へ	バス停(9:30)→神峰山寺(10:00、体操 10:15発)→本山寺(11:30)→ポンポン山(679m、12:40、昼食)→釈迦岳(13:40)→善峰寺(14:10)	☆	☆	①8km (高低差500m) ②4時間 ③行きJR740円、 帰りバス390円 JR950円
5月 7日 <火>	① 高橋近子 ② 棚原博子	<A> 石楠花山 六甲山で静かな山歩きを堪能する	新幹線 新神戸駅 1F 9:10	各自新神戸駅へ 神鉄 花山駅→谷上→三宮(神戸市営)	新神戸駅 9:10発→市ヶ原 9:50→徳川道分岐 11:10→石楠花山(652m) 12:00→中継アンテナ 13:00→側道→花山駅 14:00	☆	☆	①11km (高低差400m) ②4時間30分 ③花山→三宮470円

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
5月	21日 ＜火＞	① 木下 ②	河内 飯盛山 歴史の里,眺望を楽しむ	JR芦屋駅 8時30分	JR芦屋駅(8:44発新快速)→尼崎駅(8:51着、東西線四条畷行きに乗換、8:58発)→野崎駅(9:35着)	野崎駅(9:45発)→野崎観音→展望台→飯盛山(314m)→城跡記念碑・楠正行銅像→昼食(11:45)→権現川ハイキングコース→四条畷神社→四条畷駅(14:00)	☆	☆	①6km ②4時間 ③片道570円
5月	28日 ＜火＞	①石濱輝代 ②	比叡山系 水井山 横高山 比叡山を大原から登ってみよう	JR芦屋駅 8:00	JR芦屋 8:07発新快速→京都駅 8:55 →地下鉄烏丸線 9:02発 →国際会館 9:22着 京都バス 9:35発 →野村分かれ 10:00着  登山口バス停 「国際会館行」 毎時 14分、44分 乗河原、JR京都」 毎時20分、59分  「国際出町柳、四	野村分かれ 10:00発→仰木峠 11:15→水井山(791m)→昼食→横高山 13:00 →玉体杉→分岐 14:00→青龍寺→黒谷越→登山口バス停	☆	☆	①7km・高度差550m ②4時間30分 ③JR・地下鉄行き1400円 バス行き340円復240円、帰りは阪急で
6月	11日 ＜火＞	① 三浦 ②	東お多福から最高峰往復	阪急バス各自 9:00	阪急バス奥池行(阪神芦屋、JR芦屋)→、阪急芦屋川(9:00)→東お多福山登山口(9:11)	東お多福山バス停(9:15)→土樋割峠(10:15)→蛇谷北山経由→石の宝殿(11:10)→最高峰(11:30、昼食、12:00発)→七曲り→土樋割峠→東お多福山登山口バス停(13:38発バス乗車)→阪急芦屋川	☆	☆	① 8km ②(高緯度500m) ③4時間
6月	25日 ＜火＞	①高橋近子 ②棚原博子	前山公園から荒地山 近場で楽しむ	阪急芦屋川 9:00		前山公園(9:30)→芦屋ゲート(11:00)→荒地山(11:30)→黒五谷(12:00昼食)→横池→雨ヶ峠→城山(14:30着)	☆	☆	①8km 高度差 530m ②4時間 ③