

# 2020年11月山歩案内

芦屋の総合山岳会

ろさん  
アルペン芦山

TEL&FAX 0797-31-6311  
〒659-0072 芦屋市川西町 2-37  
アシヤサウザンドビル 205

- ・山行中の事故は、参加者個人の責任です。当会及びリーダーは、責任は負いません。
- ・会員はハイキングなど山行の際、長さ120~150cm、幅20mm程度のテープシュリング、安全環付きカラビナ、ヘッドランプ、コンパス および 笛を携帯してください。いざというときの備えです。

## ★ 山行参加時、山行中は以下の点に注意して下さい。

<https://alpenrosan-ashiya.jimdofree.com/>  
<https://www.facebook.com/alpenrosan/>

- ・移動の車内では大声で会話しない。マスクを着用する。
- ・ほかの乗客と間隔を空けて座る。
- ・例会の参加者名簿は自筆でなくリーダーが記入する。
- ・おやつのやり取りはやめる。
- ・使ったティッシュペーパー、割り箸などはポリ袋に入れ、自宅に持ち帰る。
- ・本人や家族が微熱、倦怠感など新型コロナウイルス感染の症状を疑ったら参加しない。回復しても2週間は参加しない。
- ・適度に間隔を空けて歩く。参加人数によってはグループ分けを行う。
- ・終了後の懇親会はしない。
- ・マスク必携とします（集合時、ミーティング時、混雑時、休憩時など、状況に応じ適宜着用）。

★ 会員以外の一般参加ご希望の方は alpenrosan@gmail.com までメールでお申し込みください。

## ■ ハイキングリーダー講座を開きます ■

11月1日(日)、14日(土) 両日とも10~16時、会事務所にて

延び延びになっていたハイキングリーダー講座を開きます。どちらも内容は同じで、都合のいい日に出席してください。会員対象。特に受けてほしいと考える方には、メールで個別にお願いしますが、そのほかの方はどなたでも受けてください。申し込みは「伝助」(下のURLをクリックして入力)またはハイキング部、辻本まで。 <https://densuke.biz/list?cd=PYrzcSGppkEQpyKa>

テキストは新型コロナウイルス(covid-19)感染対応や、原稿提出先の変更などの改訂中です。でき次第お送りします。



山行名：丹波篠山の名峰白髪岳から松尾山へ 実施日：11月3日(火/祝)

対象	会員	集合時間	9時(08:57着電車あり)
グレード	体力ハイキング中級・技術中級	集合場所	JR福知山線古市駅 (普通のみ停車)
参加費	なし	リーダー	北河
申込先	北河まで	副リーダー	参加者から選任
申込締切	10月31日(土)		
雨天時	中止(3日前から降雨があれば急坂で滑るので中止します)		
持ち物	弁当、飲み物、タオル、雨具、軍手(藪漕ぎもできる服装で)、マスク(必携)		

**コース** 古市駅～住山～親水公園～急坂・岩場～白髪岳（2等三角点）～松尾山～肩腰の辻～文保寺（トイレあり）～地藏堂～JR篠山口（地藏堂からのバスは13:21が最終）

**概況** 以前何回か例会が組まれました。今回は古市～住山～親水公園までは普通のハイキング。しばらく歩くと一気に急坂に。下見でたまたま同行した方は数メートルスリップしたそうです。白髪岳手前で急に須磨アルプスよりキツ～イ岩場になり、3点支持で登っていくと眺望抜群の2等三角点に到着します。そこから急坂をアップダウンすると城跡の松尾山。さらに急坂を下ると肩腰の辻に出ます。約50分下れば落ち着いた雰囲気の名刹に出ます。寺からは畑の間を20分で地藏堂、さらに15分でJR篠山口です。歩行距離約15km、約7時間。地図：2.5万図「篠山」

山行名：**雪彦山マルチピッチクライミング** 実施日：**11月7日（土）** 予備日8日（日）

対象	会員
定員	CLとSLも合わせて5名
参加費	なし
集合時間	後日山行計画にてお知らせ
集合場所	後日山行計画にてお知らせ
リーダー	上田 申込先   上田
副リーダー	安藤 雨天時   中止
持ち物	クライミング用具（ヘルメット、シューズ、カラビナ、ヌンチャク、ダブルロープ等）弁当、水分など。詳細は山行計画にてお知らせ



**コース** 登山口 8:30～ 地藏岳取りつき、9:00～ 6から7ピッチのクライミング～地藏岳頂上、13:00～ 登山口 14:00

**概況** マルチピッチクライミング経験者限定です。ダブルロープ等のクライミング用具も必須。

山行名：**播州のじ菊の里 日笠山～一本松 縦走** 実施日：**11月8日（日）**

対象	会員	集合時間	午前9時30分
グレード	体力ハイキングゆっくり / 技術基礎	集合場所	山陽電車山陽曾根駅改札口
参加費	なし	リーダー	福富
雨天時	中止	副リーダー	松下
申込先	福富まで	申込締切	11月7日（土）
持ち物	弁当、水筒、雨具、マスク（必携）		

**コース** 山陽曾根駅～曾根天満宮～黒岩十三仏～日笠山（62m）～夫婦岩～馬坂峠～亀石～一本松（135m）～のじ菊公園～大塩駅解散（歩行約4時間）

**概況** 曾根は、のじ菊の花で有名。(兵庫の花「のじ菊」の発祥地)。のじ菊は季節的に今が盛りと思いますが、年により外れることもあります。現地の栽培も少なくなっています。CL、SLはともに80歳代の高齢ですから、低山尾根のゆっくり、ゆっくり歩きです。眺望も少々あって気持ちのよい歩きになるでしょう。起伏も緩やかです。ただし一本松からの下りは短い距離ですが、少々急な岩道ですので慎重に歩きましょう。

参考) 阪神電車芦屋発 8:18 直通特急山陽姫路行き乗車  
→ 阪神三宮 8:31 → 新開地 8:38 → 東二見で普通に乗  
り換え → 山陽曾根 9:30 着。阪急の方は新開地から上記  
8:38 発直通特急山陽姫路行きに乗りこんでこられてもよ  
し。地図: 国土地理院 2.5万図「加古川」



**山行名: アルペン芦山第4回ランチ de グルメ & ミニハイキング  
浪花八百八橋 実施日: 11月8日(日)**

対象	会員と一般(先着10名)	集合時間	10時00分
参加費	会員 2600円 / 一般 3000円(ランチ・資料代込み)	集合場所	大阪市役所前
雨天時	小雨決行	リーダー	東郷
申込先	東郷まで 電話: 072-692-7441 / 携帯: 090-3990-7441 メール: togo863@ezweb.ne.jp / PCメール: togo863@neko.zaq.jp		
持ち物	水筒、雨具、履き慣れた靴、マスク(必携)、他		

**コース** 大阪市役所前 10:00~大江橋~水晶橋~大阪府立中之島図書館~大阪市中央公会堂~  
鉾流橋(ほこながしはし)~大阪市立東洋陶器美術館~難波橋(なにわばし)~難波  
橋南詰(阿咩ライオン)~~柵檀木橋(せんだんのきばし)~大江橋~梅田・グラン  
フロント大阪北館2階レストラン「WWW.W」

**概況** ランチ de グルメを主にしたミニハイキングの第4弾です。中之島界隈の浪花八百八  
橋を巡ります。お昼はサントリー直営レストラン「WWW.W(フォーダブリュー)」です。

**山行名: 荒地山岩場巡り 実施日: 11月15日(日)**

対象	会員限定	集合時間	午前9時
グレード	ハイキング初級/技術中級	集合場所	阪急芦屋川駅北側広場
参加費	なし	申込締切日	11月10日(火)
雨天時	中止	リーダー	山本
申込先	山本までショートメール	副リーダー	板倉
持ち物	弁当・飲み物・雨具・テープシュリング 120cm(簡易ハーネス用)・安全環付カラ ビナ・マスク(必携)		

**コース** 荒地山の名前の付いた岩場を巡ります。コースは参加者のレベルに合わせて設定します。

**概況** 地図には載っていないコースを行きますので、前後の人を見失わないように

山行名：らく楽ハイク ～ 滋賀県高島市  
メタセコイヤを見る 実施日：11月21日（土）

対象	会員と家族・友人	集合時間	午前 10 時
グレード	体力ハイキングゆっくり級/技術基礎	集合場所	JR マキノ駅西側
参加費	会員以外 400 円	リーダー	鬼塚
雨天時	中止（朝 06:50 の TV で 60%以上なら）	申し込み	不要
持ち物	飲み物ほか、マスク（必携）		

**コース** マキノ駅～メタセコイヤ並木～マキノ駅

**概況** メタセコイヤの並木を見て皆で食事します。場所未定

山行名：訓練山行 ビバーク訓練 実施日：11月21日（土）

対象	会員限定	集合時間	12 時 30 分
グレード	体力：初級 技術：初級	集合場所	阪急芦屋川駅
参加費	なし	リーダー	戸田
雨天時	少雨決行	副リーダー	古田、藤原
申込先	戸田までメール、ショットメール	申込締切	11 月 16 日（月）
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク（必携）、ヘッドライト（必携）、ツェルト（持っている人）		

**コース** 芦屋ハイランド行 12:40 乗車 == 東お多福山登山口下車 12:52 —— 東お多福山／土樋割峠分岐 13:10 訓練開始 ～ 17:10 —— 東お多福山山頂 —— 土樋割峠 —— 訓練場所 —— バス停 19:30 （バス 19:38 最終）解散 == 阪急芦屋川

**概況** ビバークとは天候の悪化、道迷い、怪我など想定外の事のため、山中で夜を過ごさざるを得ないことを言います。このような場合、テントなどの用意のないことが一般的ですから、何とか体力の消耗を防いで生き延びることが肝心です。一生のうちで遭遇することは 1 度あるかないかですが、だからこそ訓練をしておくことが必要です。

こうしたことは高い山だけでなく六甲でも起こり得ます。したがって日頃ハイキングしかしない人も是非参加してください。また夜間、ライトをつけて山を歩く体験も同時に行います。（神戸の日の入り：16:51）

訓練は安全なビバーク地の選び方、ツェルトの張り方、手持ちのシートでタープを張ること、簡易燃料で



お湯を沸かすこと、焚火のやり方などできるだけ実践的に行います。ツェルトを持っている人は全員もってきてください。当然のことながら決まっているテープシュリング、カラビナ、コンパス、笛なども持参してください。またマグカップもご持参ください。11 月下旬になると夜は結構冷えますので防寒を考えてください。午後 8 時には下界に下りていますが、軽いお弁当を夕食用に持参ください。

少雨なら決行しますが、雨の場合は中止します。当日の午前 9 時までに連絡します。

山行名：アルペン芦山第 61 回歴史ハイキング  
**富田林・寺内町** 実施日：11 月 22 日（日）

対象	会員と一般	集合時間	午前 9 時 15 分
グレード	体力ゆっくり級/技術基礎	集合場所	近鉄長野線川西駅改札前
雨天時	小雨決行	リーダー	東郷
参加費	一般参加 400 円（拝観料別） 別に資料代（先着 20 名限り）600 円	副リーダー	前田
申込先	東郷 072-692-7441PC : togo863@neko.zaq.jp (携帯 090-3990-7441 / メール togo863@ezweb.ne.jp)		
持ち物	弁当、水筒、雨具、履き慣れた靴、マスク必携、他		

**コース** 近鉄川西駅～錦織神社～川西駅～電車～富田林駅～きらめきファクトリー（観光交流施設）～本町公園（織田作之助記念碑・石上露子「小坂橋」詩歌碑）～お地藏さん～旧田中家住宅（見学）～浄谷寺～旧郡役所の石垣～西方寺～寺内町センター～旧杉山家（重文・見学 ¥400）～仲村家（表格子に駒つなぎの環）～道標“町中くわえきせる火なわ火無用”～橋本家（駒つなぎの石）～展望広場（昼食）～山中田坂（かつての木戸門辺り～山中田坂の横を通る排水路～興正寺別院（重文・伏見城の門、見学）～城之門筋（日本の道 100 選）～寺内町交流館～お地藏さん（北口地藏）～老舗和菓子屋“柏屋葛城堂～15:00 近鉄富田林駅解散（歩く距離：約 6km）

**概況** 河岸段丘の地形を生かした寺内町。中世の面影を今に残している町屋等見どころを散策します。近鉄南大阪線大阪阿部野橋駅準急（河内長野行）08:34 発 ～ 09:07 川西駅着



山行名：紅葉谷～有馬（六甲山） 実施日：11 月 23 日（月/祝）

対象	会員と登山入門セミナー受講生	集合時間	9 時
グレード	体力ハイキング中級/技術基礎	集合場所	JR 住吉駅南側階段下広場
参加費	受講生 400 円	リーダー	大石
雨天時	中止	副リーダー	当日選任
申込先	大石までショートメール	申込締切日	11 月 21 日（土）
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク（必携）		

**コース** JR 住吉駅バス停留所…渦森台～寒天山道～六甲ケーブル山上駅～ガーデンテラス～紅葉谷～有馬（解散）

**概況** 寒天山道は途中で油こぶしからの道と合流し六甲ケーブル山上駅へ通ずるルート。下りは縦走路を進み極楽茶屋跡の分岐で紅葉谷を抜けて有馬へ。  
JR 住吉駅前から 9:09 発の神戸市営バスに乗車し終点の渦森台に 9:29 着。  
運賃 210 円

山行名：紅葉の妙見山 実施日：11月25日（水）

対象	会員と一般	集合時間	午前9時30分
グレード	体力：ハイキング初級 / 技術：基礎	集合場所	能勢電鉄妙見口駅 改札前
参加費	一般参加400円	リーダー	江澤（恭）
雨天時	中止	副リーダー	参加者から選任
申込先	江澤（恭）まで電話、メールなど	申込締切日	11月23日（月）
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク（必携）		



**コース** 妙見口駅～初谷溪谷コース～能勢妙見宮～ふれあい広場～大堂越～妙見ケーブル下～妙見口駅

**概況** 初谷溪谷コースは、何度も渡渉を繰り返す溪流沿いのコースで、「大阪みどりの100選」にも選ばれています。ふれあい広場は紅葉スポット。妙見の水を汲むことができます。歩行時間は約3時間半（休憩除く）。  
地図：山と高原地図48「北摂 京都西山」。

山行名：岩例会 蓬莱峡 実施日：11月29日（日）

対象	会員とセミナー受講生	雨天時	中止
グレード	なし	集合場所	阪急バス宝塚駅2番のりば
参加費	全員200円（会ロープ使用料） セミナー受講生は+2000円	集合時間	午前8:10 （08:20発のバスに乗車）
申込締切日	11月24日（水）	リーダー	上田
申込先	上田までショートメール	副リーダー	安藤
持ち物	岩登り用具一式（ヘルメット、ハーネス、クライミングシューズ、セルフビレイコードなど）、一般登山用具、行動食、水分、マスク（必携）		

**コース** 宝塚駅～座頭谷バス停～蓬莱峡（各ルート）～宝塚駅

**概況** トップロープをメインに多くの方に岩登りを楽しんで頂きます。

山行名：アイゼントレーニング 蓬莱峡 実施日：12月5日（土）

対象	会員（雪山例会参加希望者）	集合時間	午前8:10（8:20発のバスに乗車）
グレード	なし	集合場所	阪急バス宝塚駅2番のりば
参加費	200円（会ロープ使用料）	リーダー	神田
雨天時	中止	副リーダー	参加者から選任
申込先	神田までショートメール	申込締切日	11月30日（月）

持ち物	アイゼン（10本爪以上）、冬靴、ピッケル、ヘルメット、手袋、ロングスパッツ、幅広テープシュリング（簡易ハーネス用、体格に合った長さ）1本、テープシュリング（セルフビレー用120cm程度）1本、ロープシュリング（プルージック用）1本、安全環付きカラビナ2-3枚、昼食、水分、マスク（必携）
-----	---

コース	宝塚駅～座頭谷バス停～蓬莱峡(各ルート)～宝塚駅
-----	--------------------------

概況	基本的なアイゼン歩行の練習を行います。午前中：砂の塔での歩行訓練。午後：下降路での岩稜歩行訓練。
----	--

山行名：六甲山・アカシア尾根	実施日：12月6日（日）
----------------	--------------

対象	会員と登山入門セミナー受講者	集合時間	午前9時
グレード	初級	集合場所	阪急芦屋川
雨天時	雨天中止	リーダー	張本
申込先	unohiro_dostres55@yahoo.co.jp	副リーダー	岡本
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク（必携）	申込締切日	11月29日

コース	芦屋川駅～高座の滝～高座谷～アカシア尾根～横池～七兵衛山～八幡谷～阪急岡本駅（解散）
-----	--

概況	歩行距離8キロ、歩行時間4時間
----	-----------------

山行名：アルペン芦山第62回歴史ハイキング 福知山	実施日：12月6日（日）
------------------------------	--------------

対象	会員と一般	集合時間	午前10時00分
雨天時	小雨決行	集合場所	JR山陰本線 福知山駅 改札前
リーダー	東郷	副リーダー	前田
参加費	一般400円（拝観料；城+ミュージアム共通券¥700別） 別に資料（先着20名限り）代600円		
申込先	東郷 072-692-7441PC : togo863@neko.zaq.jp (携帯 090-3990-7441 メール togo863@ezweb.ne.jp)		
持ち物	弁当、水筒、雨具、履き慣れた靴、マスク（必携）他		

コース	福知山駅10:00～福知山観光案内所～丹波生活衣館～福知山城（見学）～光秀ミュージアム（見学）～福知山城公園（昼食）～由良川堤防（明智藪）～明覚寺～上渡船口～城見地蔵～金元稲荷神社・水天宮社～下船渡口～治水記念館（見学）～福知山鉄道館（見学）～和菓子・三万二千石音無瀬堂～御霊神社～15:00 亀岡駅解散（歩く距離：約6km）
-----	---

概況	明智光秀が築いた城下町福知山、石垣に五輪塔や宝篋印塔などの石造物が転用石として使われています。又珍しい治水記念館も見学します。（大阪発7:23 丹波路快速福知山行～福知山着9:29、京都発7:35 嵯峨野線 快速福知山行～福知山着9:48）
----	--

## その後の予定

ツレモテイコラ熊野ツアー2020 12月5日(土)～8日(火)

対象：会員＆一般

高野山から熊野本宮までの小辺路を3泊4日で歩きます。

リーダー＆問合先：瀬

定員に達しましたので、キャンセルが出た場合のみ、随時、追加募集します。

納山ハイク兼地獄谷清掃(9時～) & 納山祭(13時半～) 12月13日(日)

○ 納山ハイク兼地獄谷清掃 集合：阪急芦屋川駅北側広場 / 午前9時

○ 納山祭(バザーも開催) 芦屋市民センター301室

参加費：2000円(お弁当+お茶代含む) / 新入会員(2020年の入会者)1000円

\* 対象：会員。コロナ感染対策のため、例年のような宴会ではなく、アルコール抜きの茶話会形式になります。詳細は12月の山歩案内でお知らせします。

らく楽ハイク 年末は餅つきを楽しむ 12月26日(土)

対象：会員＆会員の家族や友人。

川島山荘(丹波篠山市)にて。昼食は餅とバーベキュー。

宿泊もOKです(シュラフ持参)。

リーダー＆申込先：鬼塚(080-4245-6302)。



…★ 会員以外の一般参加ご希望の方は [alpenrosan@gmail.com](mailto:alpenrosan@gmail.com) までメールでお申し込みください ★…

### 重要事項の説明 アルペン芦山の山行(アルペン芦山主催の行事全てを含む)参加についてのご注意

アルペン芦山の山行は営業(商売)として行うものではありません。山行については当会ならびに当山行リーダーの都合、判断によって変更や中止の場合もあります。また当山歩案内に記載通りのコース、目的地を歩行するとは限りません。会員及び一般参加者は協力して安全な楽しい山行をしましょう。

山行中の事故(アルペン芦山主催の行事全てを含む)については、いかなる事態においても当会及び当山行リーダー、担当者は責任を負いません。山行中の事故は参加者自身の自己責任とします。状況により参加をお断りする場合もあります。参加にあたっては、次の事項の同意が必要です。

#### <確認・同意書>

私はアルペン芦山主催の山行(アルペン芦山主催の行事全てを含む)に参加するにあたり、万一、山行中の事故によって、怪我、死亡、障害等が発生した場合は、いかなる場合も、私の自己責任とします。従って、私、私の家族、私の関係者、私の関係する団体が当該山行の主催者及びリーダーならびに山行関係者に対し、責任の追及及び賠償を求めるとは一切いたしません。またリーダーの判断による歩行ルートを承諾します。以上、同意のうえ、当山行に参加を申し込みます。

★ アルペン芦山では新会員を募集しています。詳細はいつでも会員にお尋ねください。

★ アルペン芦山の活動報告や毎月のハイキング案内また新入会員手続きなどは「アルペン芦山 芦屋の山の会 (<https://alpenrosan-ashiya.jimdofree.com/>)」や「トミおじさんのホームページ (<http://tomiojisan.web.fc2.com/>)」でご覧いただくことができます。ご利用ください。