

2022年3月山歩案内

3月3日改訂版

芦屋の総合山岳会

ろさん

アルペン芦山

TEL&FAX: 0797-31-6311

Email: alpenrosan@gmail.com

〒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。
- 例会参加時には、**健康保険証**をご持参ください。
- 会員は、**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、笛**を携帯してください。

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

<https://www.facebook.com/alpenrosan/>

★ 一般の方（会員以外）にご参加いただける山行例会も企画しています。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。

一般の方の参加可

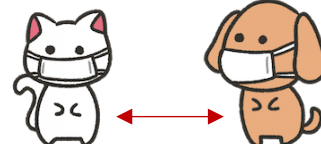
条件付き一般の方の参加可

- 山行参加時、山行中は以下の点に注意して下さい。
 - 移動の車内では大声で会話しな。マスクを着用する。
 - 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。
 - 山行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）。

- ※ 緊急事態宣言が発令された場合、例会は全面中止。
- ※ まん延防止の場合は人数制限をして兵庫県内の例会のみ開催。一般は受け入れない。おやつのやり取りも禁止。
- ※ 中止に関してはリーダー/サブリーダーの判断が最優先される。

予定は、コロナの状況によって変更する可能性があります。

ご確認ください。
ホームページでもお知らせします。



山行名：歩荷 初級・中級（六甲山） 実施日：3月5日（土）

対象	会員（7人まで）	グレード	技術＝山行初級／体力＝山行初級・中級
集合時間	8：00	リーダー	神田
集合場所	芦屋川駅北側広場	サブリーダー	参加者から選任
申込締切日	2月26日（土）	雨天時	荒天時中止
申込先	神田携帯ショートメール または伝助 https://densuke.biz/list?cd=QVFh3xkSNtDMLPM9		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、ヘッドランプ、マスク		

コース 高座の滝～中央稜～雨ヶ峠～一軒茶屋～六甲最高峰～東六甲縦走路～塩尾寺

概況 荷重は「初級8kg～10kg」「中級10kg～12kg」です。雪山山行や春山、夏のアルプス参加予定の方の参加を推奨します。歩行時間：7時間20分。

山行名：音羽山から石山寺へ梅見ハイク 実施日：3月6日（日）

対象	会員、会員家族・友人
グレード	体力：ハイキング初級／技術：初級
集合時間	9時30分
集合場所	京阪「大谷駅」改札
リーダー	江澤（恭）
サブリーダー	江澤（紳）
雨天時	中止
申込締切日	3月1日（火）
申込先	https://densuke.biz/list?cd=yrXYCPgt2FwCSGCs
参加費	会員以外400円 持ち物：弁当、飲み物、雨具、防寒具、マスク



コース 京阪大谷駅～蟬丸神社～音羽山～パノラマ台～西山路傍
休憩地～石山寺～京阪石山寺駅（解散）

概況 蟬丸神社から音羽山を経て梅の名所・石山寺へと、東海自然歩道を歩きます。最初の40～50分は、丸太と石の階段が続く急坂上り。そこを過ぎれば、比較的歩きやすい山道が続きます。音羽山山頂からは琵琶湖や比良山、伊吹山が一望のもとに。気持ちの良い溪流沿いの山道を下ったら、最後は約1時間の道路歩きを頑張って、石山寺（拝観料600円）で観梅を楽しみます。歩行距離約14km。行き：JR大阪8:30発新快速→山科で京阪に乗り換え（びわ湖浜大津・石山寺方向行）9:10発→大谷9:16着（大谷駅はトイレなし。駅を出て右手に約100mのところにあります）。帰り：京阪石山寺→京阪石山でJRに乗り換え。

2022 登山セミナー 机上講座 実施日：3月12日（土）



対象	セミナー受講生
時間	10時～16時
場所	芦屋市民センター206号室（事務所から変更）
チラシはこちらから	https://tinyurl.com/4shsyub8

2022年 登山入門セミナー

募集対象：60歳くらいまでの健康な方（お気軽にご相談ください）
受講料：4,000円（山行にかかる費用、山岳保険は別）
但：会員は無料 / 要申込
申込締切：3月5日（土） お問合せ：alpenrosan@gmail.com

スケジュール

3月12日（土） 机上講座（アルペン芦山事務所 10時～16時）
4月9日（土） 地図読み講習
5月14日（土） ロッククライミング体験（蓬莱峡）
5月28日（土） 武奈ヶ岳（歩荷訓練）
6月5日（日） 地獄谷ハイキング + テント・ロープワーク講習
7月29日（金）～31日（日） 修了山行 白馬岳

山行名：春の探鳥会 IN 森林植物園 実施日：3月13日（日）

対象	会員	雨天時	中止
グレード	ゆっくり、技術初級	リーダー	矢口
集合場所	神戸森林植物園森林展示館前（正門すぐ）	サブリーダー	渡辺（トより）
集合時間	午前9時20分（神鉄北鈴蘭台駅9:05発送迎バスあり）		
申込先	矢口までショートメール090-8369-9769	申込締切日	2月11日（金）
参加費	* 森林植物園入園料300円（県内在住65歳以上無料） * 探鳥会参加費300円		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、タオル、あれば双眼鏡、野鳥図鑑など。		

コース 北鈴蘭台駅（送迎バス）～森林植物園展示館前～探鳥会参加～昼食後解散

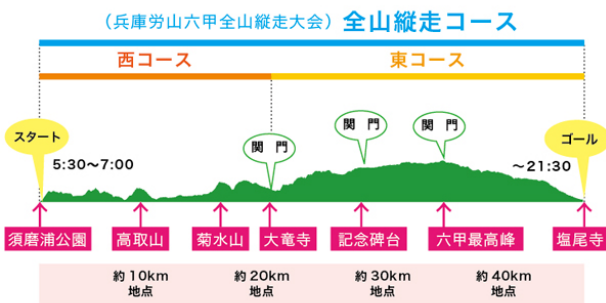
概況 ☆探鳥会に参加するには1か月前（2月13日）にWEBで予約申し込みが必要なので、締め切りを早く設定しています。☆定員10名くらい。

山行名：六甲全山縦走西コース+摩耶山 実施日：3月13日（日）

対象	会員（7人まで）、会員の知人、家族	グレード	体力ハイキング上級/技術初級
集合時間	午前8時	集合場所	山陽電車須磨浦公園駅改札前
雨天時	小雨実施	リーダー	辻本
参加費	会員以外400円	サブリーダー	参加申込者から選任
申込締切日	3月9日（水）	持ち物	雨具、行動食、飲み物、マスク
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=qYYa4hy6RJPC5d23 または辻本（090-4768-2149）まで		

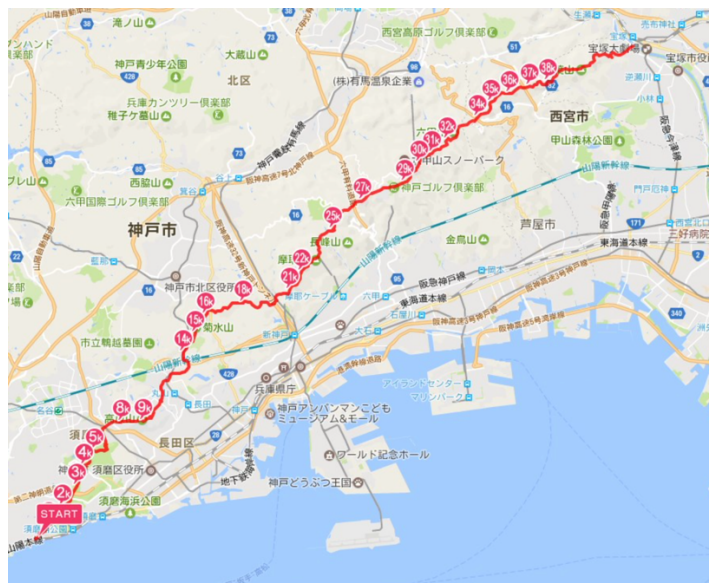
コース 須磨浦公園～鉢伏山～鉄拐山～横尾山～須磨アルプス～高取山～鶴越駅～菊水山～鍋蓋山～大竜寺～市ヶ原～摩耶山～ロープウェイ&ケーブルで下山（解散）

概況 六甲全山縦走の西半分プラス摩耶山というコースです。一部市街地を歩きます。食事はゆっくり取れないため「行動食」です。歩きながらも食べられるものを用意してください。途中のトイレは高取山、菊水山の手前の浄水場、市ヶ原にあります。歩荷する人以外、荷物は軽く。約8時間。



出典：浅く広くのアウトドア日記

出典：お釈迦様の肩車



山行名：アルペン芦山第5回ランチ de グルメ & ミニハイキング
「五個荘」 実施日：3月17日（木）

対象 会員と一般
集合時間 午前9時05分
集合場所 JR能登川駅改札口前
リーダー 東郷
サブリーダー 瀬
雨天時 小雨決行
定員 先着25名
申込先 東郷まで：072-692-7441
携帯 090-3990-7441



近江商人屋敷

PC: togo863@neko.zaq.jp 携帯メール togo.s863@softbank.ne.jp
持ち物 マスク着用、水筒、雨具、履き慣れた靴、他
参加費 会員¥4500、一般¥4900。おつりの無いように準備をお願いします。
(昼食、①②の2館共通入館料・資料代込み。但し近江鉄道バス代・飲み物は別)。
注：当日のキャンセルは100%チャージがかかります。

コース 能登川駅9:15発～近江鉄道バス(¥350)～9:25着ぶらぎ三方よし前～観光案内所
～寺前・鯉通り～弘誓寺～浄栄寺～堂中通り～金堂まちなみ保存交流会～勝徳寺～中
江準五郎邸①～花筏通り～外村繁邸②～大和郡山藩陣屋跡～祭・馬場通り～安福寺・
五輪塔～大城神社・若宮～観光案内所 11:30～送迎バス～12:00 日本料理・あびこ
家うなぎ御膳(昼食; あびこ家のHP⇒ <https://abikoya.gorp.jp/>) 13:30～送迎バス
～14:00 JR能登川駅解散(歩く距離:約4km)

概況 近江商人発祥の地、天秤の里、白壁・舟板張りの蔵屋敷が続く風情豊かなまち及び映画
のロケ地巡りを行います。又ランチは絶品のうなぎ御膳を堪能していただきます。
参考：JR大阪駅7:45発・新快速米原行～9:02着・能登川駅。

山行名：ダイトレ、杉尾の巨石、オーガニックカフェ（金剛山系）
実施日：3月19日（土）

対象	会員と一般	グレード	ハイキング、技術共初級
集合時間	午前9時00分	参加費	会員：800円(お茶&ケーキ) 一般：1200円
リーダー	瀬	集合場所	南海高野線紀見峠駅改札
サブリーダー	渡辺	持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク、他
申込締切日	3月16日	雨天時	延期
申込先	瀬のメールアドレス mamekiyo1@gmail.com		

コース 紀見峠一山の神一西の行者一タンガ山一
杉尾の巨石一Kusati一橋本市民病院

概況 去年春開催のハイキングが好評でしたので、
毎年企画することができました。ダイトレ(ダイヤモンドトレール)を外れてからは
急な下りが続き、山伏さんの修行の場の杉尾の巨石が現れ、オーガニックカフェのKusati
ではヤギさん、ニワトリさん、猫さんがお出迎えて、ティータイム。ご希望で小さなシェ
フのマサヤ君のピザ焼きも。Kusati(クサティ)：<https://kusati.jimdofree.com>



クサティ
ウェブサイトより

山行名：ミツバツツジを楽しむ～六甲山・式盛道 実施日：3月20日（日）

対象	会員（7人まで）	グレード	ハイキング初級／技術：初級	リーダー	張本
集合時間	午前9時30分	集合場所	阪急芦屋川駅北側広場	サブリーダー	山本
申込締切日	3月12日	持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク	雨天時	雨天中止
申込先	メール unohiro_dostres55@yahoo.co.jp か、張本まで				

コース 阪急芦屋川駅～高座の滝～地獄谷～式盛道～パノラマコース～重岩～五叉路～だるま岩～高座谷～阪急芦屋川・解散

概況 歩行距離8キロ、歩行時間4時間

山行名：第76回 歴史ハイキング「高槻城下町」 実施日：3月26日（土）

対象	会員と一般	リーダー	東郷
集合時間	午前9時00分	サブリーダー	前田
集合場所	阪急高槻市駅 出口⑦前	雨天時	小雨決行
参加費	一般400円（拝観料別）	申込締切日	3月19日
申込先	別に資料（先着20名限り）代600円		
持ち物	東郷まで：072-692-7441 携帯：090-3990-7441 PC: togo863@neko.zaq.jp 携帯メール：togo.s863@softbank.ne.jp		

高山右近



コース 阪急高槻市駅 9:00～理安寺～光松寺～本行寺～カトリック高槻教会～藤井竹外邸跡～野見神社・永井神社～高山右近高槻天主教会堂跡～しろあと歴史館～工兵隊営門哨兵所跡～高槻城跡碑～高山右近像～歴史民俗資料館・高槻城公園（昼食）～菁莪堂跡碑～八幡大神宮～東大手門跡～大阪医科薬科大学病院歴史資料館（ヴォーリズ建築物）～八丁畷～安満遺跡公園～15:00 阪急高槻市駅解散（歩く距離：約6km）

概況 江戸時代には高槻城の城下町として賑わいを見せ、今もなお往時の面影を色濃く残す地区。趣深い史跡や文化財を巡れば、高槻の歴史を肌で感じることができる。

山行名：地図読みハイク（中級） 荒地山・横ノ池・地獄谷・ロックガーデン 実施日：3月27日（日）

対象	会員	リーダー	江澤（紳）
グレード	体力：ハイキング初級／技術：中級	サブリーダー	尾村
集合時間	9:00	集合場所	阪急芦屋川駅北側広場
申込締切日	3月21日（月・祝）	雨天時	中止
申込先	伝助 https://densuke.biz/list?cd=HvbJDfp5SYnnkLYh または江澤（紳）宛ショートメール		
持ち物	コンパス、弁当、飲み物、雨具、マスク		

コース 阪急芦屋川駅北側広場（集合）→ 城山 → 荒地山 → 横ノ池 → 地獄谷 → ロックガーデン → 高座の滝（解散）

- 概況
- ① メインは、現在登山道になっていない地図上の登山道（ほぼ藪漕ぎ）を地図読みしながら歩きます。
 - ② コンパスが使用できる方の参加を想定してます。
 - ③ 約8km、6時間、累計登り・下りとも約759m、地図読みしながらゆっくり歩きます。
 - ④ 地図は事前に参加者にメール送信する予定です。

山行名：烏帽子岩クライミング 実施日：3月27日（日）

対象	会員	集合時間	8:00	リーダー	上田
グレード	なし	集合場所	道場	サブリーダー	橋本
雨天時	中止	申込締切日	3月20日		
申込先	alpenrosan@gmail.com メールにてご連絡ください。				
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				

コース JR 道場駅～徒歩約30分～烏帽子岩

概況 蓬莱峡のルートよりややひねりがありますが、バリエーションに富んだルートは楽しいですよ。人気のゲレンデなので日曜日は混みます。

山行名：健康長寿ハイキング③ 押部谷の田園と明石川の春
実施日：3月27日（日）

対象	会員、会員の家族友人、過去にアルペン芦山の例会に参加経験のある方。				
グレード	体力：ハイキングゆっくり級／技術：基礎	リーダー	福富		
集合時間	9時30分	サブリーダー	矢口		
集合場所	神戸電鉄 新開地駅 粟生方面行のりば	参加費	一般400円		
申込締切日	前日までOK	雨天時	中止		
申込先	伝助 https://densuke.biz/list?cd=7xVFXsVbFkrabLxM				
持ち物	弁当 水筒 雨具 マスク				

コース 神戸電鉄新開地駅発 09:52 粟生行き乗車⇒押部谷駅 10:27 着下車⇒
明石川沿いを歩く⇒栄駅で解散。(約7km 休憩含み3時間半)

概況 春が来た・・・♪ 神戸市西区北部、押部谷の田園、明石川沿いの桜並木をゆっくり歩きます。「春の小川」を想わせるような風景が広がり、美しい雄岡山、雌岡山も望めます。

山行名：かんざし岩（桶居山） 実施日：4月2日（土）

対象	会員	集合時間	9:40
グレード	体力：ハイキング初～中級、技術：中級	集合場所	ひめじ別所
雨天時	中止	リーダー	上田
申込先	alpenrosan@gmail.com	サブリーダー	藤原
	メールにてご連絡ください。	申込締切日	3月26日
持ち物	一般ハイキング装備（雨具、昼食、飲み物等）、ヘルメット、マスク		

コース JR ひめじ別所～登山口～かんざし岩～桶居山（おけすけやま）～登山口～JR ひめじ別所

概況 低山ですが、駅から徒歩30分とは思えぬ奇岩や頂上からの西に広がる播州平野の景色は爽快です。ルートはクライミングとまではいきませんが、確実な三点支持が必要です。険しい稜線や岩稜帯を登り、ザレた尾根を下山しなくていけませんので、気を抜けません。参考：JR 下り 9:35 着。

山行名：地獄谷清掃ハイク & 害虫を知る 実施日：4月3日（日）

対象	会員	グレード	体力：ハイキング初級／技術中級	リーダー	濱中
集合時間	9：00	集合場所	阪急芦屋川北広場	サブリーダー	古田
申込締切日	3月27日	申込先	メール 090-2190-1484	雨天時	当日雨天中止
持ち物	ヘルメット（必携）、マスク、飲み物、雨具、ゴミ袋、手袋				

コース 地獄谷 - ピラー口 - 風吹岩 - 横池

概況 恒例の清掃ハイクです。ヘルメットを忘れた方は参加できません。横池での昼食後、害虫の種類、その対策をプリントを見ながら簡単に学びます。現地解散です。



山行名：第77回 歴史ハイキング「加古川」 実施日：4月9日（土）

対象	会員と一般	リーダー	東郷
集合時間	午前9時00分	サブリーダー	前田
集合場所	JR 神戸線加古川駅改札口前	雨天時	小雨決行
参加費	一般 1500 円、会員 1100 円（但し拝観料込）別に資料（先着 20 名限り）代 600 円		
申込締切日	4月2日		
申込先	東郷まで：072-692-7441	携帯：090-3990-7441	
	PC: togo863@neko.zaq.jp	携帯メール：togo.s863@softbank.ne.jp	
持ち物	弁当、水筒、雨具、マスク着用、履き慣れた靴、シート、他		

コース 加古川駅 9：00～ベルデモール～寺家町商店街～光念寺～神田家住宅洋館～春日神社・赤壁神社～ニッケ社宅倶楽部～称名寺（加古川城跡）～和菓子・春光堂本店～加古川図書館（旧加古川町公会堂）～あかりの鹿児資料館（ガイド・実演付 ¥300）～鹿児の庭～12：30 鶴林寺公園（昼食）13：00～鶴林寺（ガイド付・入山料+宝物館拝観料セット券 ¥800）～15：00 山陽電鉄・尾上の松駅解散（歩く距離：約 6 km）

概況 奈良時代には当時日本最大級の駅家（うまや）である「賀古駅家」（かこのうまや）が置かれました。江戸時代には山陽道の宿場町「加古川宿」として本陣・陣屋が設けられ、高瀬舟の往来で賑わいました。鶴林寺は聖徳太子創建と伝えられ、「播磨の法隆寺」と呼ばれ、国宝・重文が多数あります。

山行名：川西周辺花見ハイク 実施日：4月10日（日）

対象	会員と、会員の家族／友人	グレード	体力：ハイキング初級、技術：初級
集合時間	午前9時	集合場所	能勢電鉄日生中央駅改札口
参加費	一般 400 円	リーダー	川島
雨天時	中止の場合 4月8日夜連絡	サブリーダー	渡辺
申込締切日	4月6日（水）	持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク
申込先	川島までショートメール 090-7101-4869		

コース 日生中央駅～一庫ダム展望台～一庫公園森の遊び場（昼食）～繩手橋～黒川公民館～ケーブル黒川駅～妙見口駅

概況 日生中央駅前を出発して近畿自然歩道を行き、日本のダム湖百選のひとつ、一庫ダムを経て、知明湖畔を散策。昔ながらのどこか懐かしい自然豊かなこのコースでは、江戸彼岸桜（うばさくら）や新緑、紅葉など、季節ごとの景色を楽しむ事ができます。「日本一」とも称される里山の風景を訪ねてウォークを楽しみましょう。歩行約 4 時間、距離 12km。



・・・ その他の近々の予定 ・・・

4月9日(土) 歩荷

4月17日(日)(定例) 七兵衛山(古田)

4月17日(日) RC 烏帽子(上田/橋本)

4月20日(水) 歴史ハイキング「東海道・水口宿」(東郷/前田)

4月23日(土) 二上山～当麻寺(寺田/江澤(恭))

4月24日(日) マニアック六甲山巡り⑩ 瑞宝寺谷(尾村)

4月29日(金) 金勝アルプス(江澤(恭)/村井)

4月29日(金)～5月3日(火) 奥穂～涸沢～北穂(神田)

一般の方(会員以外)にご参加いただける例会は色で示しています。

一般の方の参加可

条件付き一般の方の参加可



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。山行の実施、およびコースや目的地については、当会ならびに当山行リーダーの都合や判断によって変更、中止することがあります。参加者は安全で楽しい山行のためにご協力ください。アルペン芦山主催の山行およびその他すべての行事における事故については、いかなる事態においても当会及び当山行リーダー、担当者は責任を負わず、各参加者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などの行事に参加するにあたり、万一事故によって怪我、死亡、障害等が発生した場合は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ことは一切ありません。またリーダーの判断による変更や中止を承諾します。以上、同意のうえ、当山行に参加を申し込みます。

★新会員募集中。詳細は会員にお訊ねいただくか、メールで alpenrosan@gmail.com までお問い合わせください。

★アルペン芦山の活動の様子や、企画をご案内する毎月の「山歩案内」、また入会案内などは、「アルペン芦山のホームページ <https://alpenrosan-ashiya.jimdofree.com/>」や、「トミおじさんのホームページ <http://tomiojisan.web.fc2.com>」で閲覧いただくことができます。ご利用ください。