

2022年5月山歩案内 4月13日版

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

山行中に撮った写真はブログやチラシに使うことがあります。不都合な場合はリーダーにお知らせいただき、写りこまないようにご協力ください。

★ 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い。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）。

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。ホームページでもお知らせします。ご確認ください。



山行名：雪山奥穂高岳 実施日：4月29日（金/祝）～5月2日（月）

対象 | 会員 グレード | 技術＝雪山中級／体力＝雪山中級

申し込みは締め切りしました

持ち物 | 12本または10本爪アイゼン、ピッケル、ヘルメット他雪山登山装備

コース | 大阪、芦屋～上高地～涸沢（からさわ）、雪上訓練～涸沢～奥穂高岳（涸沢岳又は奥穂高山荘）～涸沢～上高地～移動（自家用車かバスで移動、テント又は小屋泊）



涸沢岳から望む奥穂高岳

出典：YAMAP 2019.05.05

山行名：小野アルプス 実施日：5月1日（日）

対象	会員	リーダー	大石
グレード	体力：ハイキング初級／技術：初級	サブリーダー	矢口
申込先	大石までショートメール（090-4272-4756）か LINE		申込締切日
集合場所	JR 市場駅改札口前	雨天時	中止
集合時間	9時35分（JR大阪8:15＝尼崎8:21＝芦屋8:29＝三ノ宮8:39＝神戸8:42＝加古川9:08着の新快速姫路行に乗車、9:13発加古川線西脇行5・6番線に乗換え＝市場9:29着）		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク		
コース	JR 市場駅～白雲谷温泉ゆぴか～高山～前山（NTT 中継所）～愛宕山～安場山～アザメ峠～総山～アンテナ山～惣山～岩倉峠～鴨池～小野町駅（解散）		
概況	小野市と加古川市の境にある標高 200m ほどの低山をアップダウンを繰り返しながら縦走します。歩行距離約 10km、約 5 時間。		

山行名：リトル比良 実施日：5月5日（木）

対象	会員、一般	グレード	体力ハイキング中級/技術初級	
集合時間	午前9時	集合場所	JR 湖西線近江高島駅改札前	リーダー
参加費	会員以外は 400 円	雨天時	少雨実施	サブリーダー
申込締切日	4月30日（土）	持ち物	飲み物、昼食、雨具、マスク	
申込先	伝助 https://densuke.biz/list?cd=AgB3QfPXGnu49GAL または辻本まで。 一般の方は alpenrosan@gmail.com まで。			
コース	JR 近江高島～白坂～岳山～オウム岩～鳥越峰～岩阿沙利山～寒風峠～涼峠～比良元気村～JR 北小松			
概況	標高は最高所で 700m と低いが、アップダウンが続いて意外に登り度がある。白坂の珍しい景観や琵琶湖の眺めも楽しめる。下りの途中、時間があれば楊梅の滝に寄る。比良元気村までトイレはありません。参考／新快速敦賀行き：三ノ宮 0720＝芦屋 0729＝大阪 0745＝京都 0815＝近江高島 0854 が便利。2.5 万図「北小松」			

山行名：健康長寿ハイキング⑤ 三田 高平の田園を歩く

実施日：5月5日（木/祝 - 子どもの日）

対象	会員、会員の家族友人、過去アルペン芦山の例会山行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
参加費	会員以外 400 円	サブリーダー	前田
集合時間	9：55	参考：JR 宝塚駅発 普通 9：20→三田着 9：37 着、 又は 9：38 発→三田着 9：54 着に乗車が便利	
集合場所	JR 三田駅改札を出た所	雨天時	中止
申込先	福富まで 090-2114-4832 電話、ショートメール、 又はPCメール ccc76790@nyc.odn.ne.jp 又はサブリーダーまで		
持ち物	弁当、水筒、雨具、マスク着用	申込締切日	5月3日

コース 三田駅（北口）神姫バス⑪番のりば 10：10 発→高平小学校前下車～羽束川沿いに右岸を歩く～高売布神社～阿弥陀橋～高平ふれあい交流センター（トイレ）～ここで折り返し、羽束川の左岸を戻る～つくしの里～上槻瀬（かみづきせ）公民館前バス停 15：07 発→三田駅（北口）着 15：29 （解散）（バス代 往復 990 円）
三田駅発 15：41 宝塚大阪方面行丹波路快速あり

概況 三田市が推奨の三田高平ウォーキングコースです。のどかな田園風景を楽しみながら清流の羽束川（はつかがわ・天然記念物オオサンショウウオ生息地）沿いを回遊します。ふるさと兵庫の山 50 の大船山も望めます。高売布（たかめふ）神社の本殿と木造狛犬は重要文化財。終点はつくしの里（地元もち所、軽食、トイレ）
日蔭がないので日よけ帽子が良い。（歩行約 8 km、休憩含み約 3 時間半）

山行名：京都北山 シャクナゲ尾根 実施日：5月8日（日）

対象	会員、会員家族・友人	リーダー	尾村
グレード	体力：ハイキング初級、技術：初級	サブリーダー	参加者から選任
集合時間	午前 9：15	参加費	会員以外：400 円
集合場所	国際会館駅前京都バス④のりば（地下鉄 1 番出口前）		
申込先	尾村まで PC メール	申込締切日	5月1日
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク	雨天時	中止



コース 国際会館駅前…小出石（下車）～シャクナゲ尾根～天ヶ岳～薬王坂～叡電鞍馬駅（解散）

概況 国際会館駅（駅番号は K01）は、京都市営地下鉄烏丸線の終着駅です。国際会館駅前 9：35 発の京都バス 19 系統大原・小出石行きに乗ります。大原の奥、小出石からシャクナゲ尾根を登り、天ヶ岳を経由して鞍馬に行きます。シャクナゲ尾根は名の通りシャクナゲの花で有名な尾根です。見ごろな時期に行くことになればいいのですが…。「山と高原地図 46 京都北山」参照。

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：5月12日（木）（3月17日から延期）

対象	会員と一般	近江商人屋敷
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
定員	先着 25 名	雨天時 小雨決行
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 マスク着用、水筒、雨具、履き慣れた靴、他
参加費 会員 ¥4900, 一般 ¥5300（ランチ・①、②入館料・資料代込み。4月1日から入館料が変更になりました）。但し近江鉄道バス代・飲み物は別。
おつりのないように準備をお願いします。
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 4 km)

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: ロッククライミング 蓬莱峡 (登山セミナー) 実施日: 5月14日 (土)

対象	セミナー生	集合時間	8:00 (8:27 発のバスに乗車)
雨天時	翌日に延期	集合場所	阪急宝塚駅改札前
リーダー	上田	サブリーダー	橋本
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～座頭谷バス停～蓬莱峡ゲレンデ～座頭谷バス停～宝塚 (帰路: 座頭谷 14:30 発)

概況 アルペン芦山の岩例会でお馴染みの蓬莱峡で、登山セミナー受講生にロッククライミングの体験をしていただきます。

山行名: 第79回 歴史ハイキング「今井町」 実施日: 5月15日 (日)

対象	会員と一般	リーダー	東郷	サブリーダー	前田	
集合時間	午前9時00分	集合場所	近鉄八木西口駅改札前	雨天時	小雨決行	
申込先	東郷まで: 072-692-7441 携帯: 090-3990-7441 PC: togo863@neko.zaqa.jp 携帯メール: togo.s863@softbank.ne.jp					
参加費	一般 900 円・会員 500 円 (今西家拝観料込)、別に資料 (先着 20 名限り) 代 600 円					
持ち物	弁当、マスク着用、水筒、雨具、履き慣れた靴、他				申込締切日	5月7日

コース 八木西口駅 9:00～蘇武橋～蘇武橋のエノキ～今井蘇武橋公園～今井まちなみ交流センター (華葺)～辰巳口門跡～御堂筋～中橋家～称念寺～夢ら咲長屋 (案内所兼休憩所)～南口門跡～旧環濠復元～旧常福寺・春日神社～西口門跡～今西家 (事前予約 ¥500)～豊田家～今井まちや館～上田家～音村家～旧米谷家～河合家・河合酒造 (試飲)～高木家～今井蘇武橋公園 (昼食)～太神宮燈籠 (移転地)～接待場跡～横大路 (伊勢街道)～札の辻～旧旅籠平田家 (西)～旧旅籠平田家 (東) 見学～下ツ道～15:00 近鉄八木駅解散 (歩く距離: 約 6km)

概況 「海の堺」に対し、「陸の今井」と呼ばれた橿原市の今井町。商人を中心に最盛期には約 4000 人が暮らす商業都市として栄えた。町に入ると江戸時代へとタイムスリップしたかのような錯覚に陥る。今井町と八木町の町並み散策を行う。毎年 5 月第 2 土曜日～第 3 日曜日まで御堂筋でイベント開催。又第 3 日曜日には今井六斎市が開かれる。参考: 大阪駅環状線外回り 7:53 発～8:09 着鶴橋で近鉄大阪線急行青山町行 8:15 発～8:48 着大和八木で橿原線橿原神宮前行 8:53 発～8:54 着八木西口駅。



今井まちなみ交流センター

山行名：テント泊 高島トレイル（大谷山・大御影山・三重岳・武奈ヶ岳）
実施日：5月21日（土）～22日（日）

対象	会員	グレード	体力：中級 技術：中級
雨天時	中止	リーダー	寺田
申込締切日	5月7日（土）	サブリーダー	神田
集合	新快速敦賀行大阪 8:45 発車中（マキノ駅 9:26 着 バス停 9:32 発乗車）		
申込先	伝助 https://densuke.biz/list?cd=n9JPx3KqQJ4xwGL3		
持ち物	詳細はミーティングにて決定		

コース	21日：JR マキノバス石庭～登山口～大谷山～抜土（水場）～近江坂（テント場）7.5K 22日：近江坂～大御影山～三重岳～武奈ヶ岳～登山口～保坂バス停～JR 近江今津 15.5K
-----	--

概況	高島トレイルの核心部を歩く。ブナ林を通り大御影山を越すと日本海を眺望、高島トレイルの最高峰三重岳から琵琶湖や伊吹山を眺め、最後のピーク武奈ヶ岳を越え水坂峠へ。テント2張り7名。
----	--



山行名：歩荷 武奈ヶ岳（登山セミナー兼例会）
実施日：5月28日（土）（予備日：5月29日）

対象	セミナー生、会員	リーダー	神田
グレード	体力：山行初級・中級／技術：初級	サブリーダー	辻本
集合時間	8時40分（JR 大阪駅 7:45 発の新快速乗車）	集合場所	JR 堅田駅改札前
雨天時	雨天時 5月29日に延期	申込締切日	5月20日
申込先	神田携帯ショートメール または伝助 https://densuke.biz/list?cd=UDuftTtyc2FVSZuC		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク		

コース	大阪駅（7:45）＝堅田駅（8:35）～（バス 8:50 発）～坊村（9:27）～御殿山～武奈ヶ岳～八雲ヶ原～北比良峠～大山口～イン谷口（最終バス 16:40 発）～比良駅（最終バス 16:50 着）＝大阪駅
-----	--

概況	登山セミナーの歩荷トレーニングで比良山系の最高峰の武奈ヶ岳（標高 1214m）に登ります。坊村（標高 290m）をスタートし、御殿山経由で山頂を目指します。山頂からの 360 度の景色を楽しんだ後は八雲ヶ原を抜け、琵琶湖側に下山します。荷重の目安は「初級 8 kg～10 kg」「中級 10 kg～12 kg」です。セミナー生の方は 10kg 前後の荷重で参加してください（要相談）。一般の例会も兼ねていますので、夏のアルプス参加予定の方の参加も推奨します。
----	---

山行名：(定例) 北山から甲山、森林公園へ 実施日：5月29日(日)

対象	会員と会員の家族友人	リーダー	渡辺
グレード	体力：ハイキング初級/技術：初級	サブリーダー	川島
集合時間	09:00	参加費	会員以外：400円
集合場所	阪急苦楽園口駅東側の大正庵横	雨天時	小雨決行
申込先	渡辺まで、メール、ショートメール、電話(090-7483-7683)		
持ち物	昼食、飲み物、雨具、マスク	申込締切日	5月25日(水)

コース 苦楽園口駅～北山公園～北山貯水池～甲山山頂～モリアオガエル観察池～甲山森林公園/石丁場～出口で解散～(阪急仁川駅/甲陽園駅)

概況 去年、コロナと雨で中途半端になったコースに再挑戦です。今年はモリアオガエルの産卵期に合わせました。ラッキーなら卵が見られるかも♪ 甲山森林公園では大阪城建設のために石を切り出した石丁場を見学します。



山行名：地獄谷清掃ハイク+テントとロープワーク(兼セミナー) 実施日：6月5日(日)

対象	会員とセミナー受講者	雨天時	6月12日(日)に延期
グレード	体力：ハイキング初級、技術：中級	リーダー	安藤
集合時間	午前9時	サブリーダー	上田
集合場所	阪急芦屋川駅北側広場	申込締切日	6月1日(水)
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=TfTGXdEg5urGJB3w またはリーダーまで		
持ち物	雨具、弁当、飲み物、ヘルメット、シュリンゲ、マスク		

コース 芦屋川駅～高座の滝～地獄谷～万物相～中央稜～横池

概況 恒例の芦屋地獄谷清掃ハイキングです。岩場や徒渉、ザレ場など変化と展望に富んだコースを歩いてコースを清掃します。午後からはテントの設営、ロープワークの講習を行います



山行名：第 80 回 歴史ハイキング「明日香村-2」 実施日：6 月 11 日（土）

対象	会員と一般	集合時間	午前 8 時 00 分
雨天時	小雨決行	集合場所	近鉄大阪阿部野橋駅西改札口前
リーダー	東郷	サブリーダー	前田
申込締切日	6 月 4 日	持ち物	弁当、マスク、水筒、雨具、履き慣れた靴、他
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		
参加費	一般 400 円（電車・バス代、拝観料別）、別に資料（先着 20 名限り）代 600 円		

コース 大阪阿部野橋駅 8：20～急行吉野行（前 4 両に乗車）～8：57 橿原神宮前駅東改札口 9：21～バス～甘樫丘・展望台～入鹿首塚～飛鳥寺（¥350）～万葉文化館～亀形石・酒船石（¥300）～和菓子屋（今西誠進堂）～飛鳥京跡～石舞台古墳（¥300）（昼食）～橘寺・二面石（¥350）～川原寺（¥300）～亀石～天武・持統合葬陵～鬼の俎～鬼の雪隠～吉備姫王墓・猿石～欽明天皇陵～15：00 近鉄飛鳥駅解散（歩く距離：約 8 km）

概況 古代飛鳥の歴史建造物を訪ね歩きます。今から 14 年前の 2008 年に第 1 回歴史ハイキング「明日香村」を始めた場所です。コースを変更し再び実施します。



亀石



石舞台

山行名（定例）荒地山（六甲山） 実施日：6 月 12 日（日）

対象	会員	リーダー	村井
グレード	ハイキング初級／技術初級	サブリーダー	米本
集合時間	午前 9 時	雨天時	雨天中止
集合場所	芦屋川駅北川広場	申込締切日	6 月 6 日（月）
申込先	村井へショートメール、又は伝助 https://densuke.biz/list?cd=5FfcsERyEwGCWGPB		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク、ヘルメット（推奨）		

コース 芦屋川駅～鷹尾山～岩梯子～荒地山～雨ヶ峠～住吉川左岸～打越峠～天上川公園～阪急岡本駅

概況 定例山行です。初夏の六甲山をゆっくりと登りましょう♪ 雨ヶ峠の東屋は新しく、椅子は撤去され、新しい地図が設置されました。



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

・・・ その他の近々の予定 ・・・

詳しくは6月山歩案内にてご確認ください

6月19日（日）午後 **アルペン芦山定期総会**（芦屋市民会館）

6月25日（土）五助山～記念碑台～アイスロード（古田／矢口）

6月26日（日）RC 烏帽子岩

6月26日（日）健康長寿ハイキング⑥ あびぎ湿原（福富）



翠石

…★ 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 ★…

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があります。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>」でご覧いただくことができます。ご利用ください。