

2022年9月山歩案内 8月14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。

熱中症にもご注意を！



山行名：獅子窟寺～交野山（生駒） 実施日：9月4日（日）

対象	会員	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	リーダー	寺田
集合場所	JR 河内磐船改札口	サブリーダー	江澤（恭）
申込締切日	8月31日（水）	雨天時	中止
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=dbxprAACAnuSnasF		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク		

コース JR 河内磐船駅～獅子窟寺～旗振山～交野山（こうのさん）～国見山～国見山登山口～JR 津田駅。約9K、5時間半。

概況 獅子窟寺は空海も修行した伝説の寺で、急な登りが少しあります。交野山山頂には観音岩の巨石が有り、明石海峡まで望めます。



山行名：後立山 八峰キレット（五竜岳・鹿島槍ヶ岳）

実施日：9月9日（金）～11日（日）

対象	会員（募集終了）	リーダー	安藤
グレード	山行中級／技術上級	サブリーダー	上田
コース	9/9（金）アルプス平駅 -地蔵の頭 -五竜山荘 8.6k 9/10（土）北尾根ノ頭-キレット小屋-八峰キレット-鹿島槍ヶ岳-冷池山荘 7.9k 9/11（日）冷乗越-爺ヶ岳北峰-爺ヶ岳南峰-種池山荘-柏原新道登山口-扇沢 9.1k		
概況	日本を代表する三大キレットの一つ八峰キレットを縦走します。岩稜帯の縦走です。		



山行名：六角坂から書写山（姫路） 実施日：9月11日（日）

対象	会員と一般	リーダー	辻本
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
集合時間	午前9時30分（9時40分発のバスに乗車）	雨天時	中止
参加費	なし（交通費別）会員以外は+400円	申込締切日	9月7日（水）
集合場所	JR姫路駅北口神姫バス42系統バースタウン行き乗り場。 バスの本数が大変少ないので遅れないよう。		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=nucpwzNnGNfwnF6g または辻本まで。 一般参加ご希望の方は alpenrosan@gmail.com までご連絡ください。		
持ち物	飲み物、昼食、雨具、マスク		
コース	姫路駅北口 0940＝1009 バスで六角～六角坂～摩尼殿～山上見学～書写山 ロープウェイ山上駅～東坂～書写山ロープウェイバス停＝姫路駅		
概況	書写山には多くの登山道があります。日陰の多い六角坂から書写山へ。 円教寺の諸堂を見学し、東坂から下山します。下山はロープウェイ利用も可能です。約3時間半、2.5万円「姫路北部」		

山行名：菊水ルンゼ（六甲山系） 実施日：9月17日（土）

対象	会員と、会員の推薦のある家族、友人	リーダー	辻本
グレード	体力：ハイキング初級／技術：中級	サブリーダー	岡島
参加費	なし（交通費別）+会員以外400円	集合時間	午前9時
集合場所	神戸電鉄新開地駅 構内 売店横	雨天時	中止
持ち物	雨具、昼食、飲み物、マスク、ヘルメット	申込締切日	9月14日（水）
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=rTcrE63mrVGS7bL2 または辻本まで。 会員以外は mailto:alpenrosan@gmail.com にメールでご相談ください。		
コース	新開地駅＝鈴蘭台駅～菊水ルンゼ～菊水山頂～石井ダム～烏原水源地～石井橋バス停（解散）		
概況	六甲全山縦走大会でおなじみの菊水山に登るバリエーションルートです。西側のルンゼ（岩溝）をたどり、頂上に出ます。岩場を3点支持で登ります。下山コースは変更することがあります。		

山行名：烏帽子岩クライミング 実施日：9月25日（日）

対象	会員	リーダー	安藤
集合時間	9：00	サブリーダー	橋本
集合場所	道場	雨天時	中止
申込締切日	9月18日（日）		
申込先	alpenrosan@gmail.com まで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 影のないゲレンデを登るので、まだ暑さ対策は必須です。十分な水分をご用意ください。



山行名：健康長寿ハイキング⑧ 奈良飛鳥 稲渕の棚田と彼岸花

実施日：9月25日（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		
集合場所	近鉄大阪阿部野橋駅西改札口前		
集合時間	8：30		
リーダー	福富		
サブリーダー	矢口		
雨天時	中止		
参加費	一般 400 円		
申込締切日	9月23日		
申込先	福富まで電話 090-2114-4832 又は携帯にショートメール 又はPCメール ccc76790@nyc.odn.ne.jp 又はSL まで		
持ち物	弁当、水筒、雨具、マスク着用		



コース 大阪阿部野橋駅 8:50 発急行吉野行乗車（前より4両目）→飛鳥駅 9:33 下車。駅前より奈良交通バス石舞台行 9:55 乗車→10:11 石舞台下車～棚田展望台（トイレ）～稲渕の棚田（彼岸花が見ごろ・案山子コンテストがあるかも）周遊～石舞台。石舞台奈良交通バス 15:43 発→飛鳥駅 16:02 着（一旦解散）。飛鳥発 16:25 急行大阪阿部野橋行に乗車～17:12 大阪阿部野橋駅着。※ 電車 720 円、バス 280 円（いずれも片道）。石舞台発 15:13→阿部野橋着 16:42 の場合もあり。

概況

平安の頃から飛鳥地方につくられた美しい棚田。棚田 100 選に認定されています。この時期、彼岸花祭りが開かれて見頃です。またコースは案山子ロードと云われ、ユニークな案山子が楽しませてくれるかも。ゆるやかな道、約 6 km、ゆっくり景色を楽しみながら歩きます。



山行名：第 83 回 歴史ハイキング「伏見-2」 実施日：10 月 1 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	京阪丹波橋駅改札口前	申込締切日	9 月 24 日
持ち物	弁当、マスク、水筒、雨具、シート、履き慣れた靴、他	雨天時	小雨決行
参加費	一般 400 円（但し拝観料別） 別に資料（先着 20 名限り）代 600 円		
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		

コース コース：丹波橋駅 9：00～伏見薩摩藩邸跡碑～大黒寺（九烈士の墓・金運清水）～金礼宮～毛利橋通～濠川～新高瀬川～酒蔵（松本酒造）～坂本龍馬、避難の材木小屋跡～電気鉄道事業発祥の地碑～西岸寺（油掛地藏・芭蕉の句碑）～京菓子司富英堂～寺田屋～会津藩駐屯地跡（伏見御坊）～伏見土佐藩邸跡碑～伏見夢百衆～月桂冠大倉記念館（¥600）～十石舟乗場～弁天橋～長建寺～蓬莱橋～龍馬とお龍の像～伏見出会橋～角倉了以水利功碑（昼食）～伏見みなと橋～三栖閣門資料館～三栖閣門～伏見港公園～15：00 中書島駅解散（歩く距離：約 6 km）

概況 悠久のロマン漂う古跡・社寺、かつての港町・宿場町を偲ばせる町並み、豊かな地下水に育まれた名酒や名水伝説など、伏見には見どころがたくさん。



松本酒造の酒蔵（出典：m's diary"）



三栖閣門（出典：ぼちぼちいきましょ）

山行名：芦屋 地獄谷清掃ハイキング 実施日：10 月 2 日（日）

対象	会員	リーダー	岡島
グレード	体力ハイキング初級／技術中級	サブリーダー	寺田
集合時間	午前 9 時	雨天時	中止
集合場所	阪急芦屋川駅北側広場	申込締切日	9 月 29 日（木）
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=RLR65qZwbArVrLGs または岡島まで		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、ヘルメット、カラビナ、シュリング、マスク		

コース 阪急芦屋川～高座の滝～芦屋地獄谷（清掃）～中央稜登山路～高座谷～地獄谷堰堤
13:30 から芦屋市民センターにて「安全登山強化研修」も開催。

概況 恒例の芦屋地獄谷清掃ハイキングです。滝や岩場のある流れに沿った涼しいコースを清掃しながら遡ります。
午後は会員みんなで安全登山を考える機会とするため、芦屋市民センターで「安全登山強化研修」を開催します。

★ 山行名：安全登山強化研修 ★ 実施日：10月2日（日）★

対象	会員	リーダー	藤原
集合時間	開始 13:30 ~ 終了予定 16:30	サブリーダー	神田
集合場所	芦屋市民センター 203号室	雨天時	実施
申込締切日	9月29日（木）	持ち物	筆記用具、飲み物
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=RLR65qZwbArVrLGs または藤原まで		

概況 登山をする我々にとって事故のリスクは常について回ります。安全登山を考える機会として「安全登山強化研修」を開催します。過去の事故や経験談から、安全について会員みんなで考えたいと思いますので、多くの会員の参加をお願いします。

山行名：蒜山三座縦走＋烏ヶ山（下蒜山・中蒜山・上蒜山・烏ヶ山）

実施日：10月8日（土）・9日（日） *3連休の最初2日

対象	会員（募集終了）	リーダー	江澤（紳）
グレード	体力：山行初級、技術：初級	サブリーダー	濱中
集合場所	JR 芦屋駅北側 ホテル竹園前	集合時間	午前6時30分

コース 10/8（土）JR 芦屋（自家用車）→鏡ヶ成キャンプ場→烏ヶ山→新小屋峠→鏡ヶ成キャンプ場→休暇村 *5時間15分、5.4km / 10/9（日）休暇村（バス）→下蒜山登山口→下蒜山→中蒜山→上蒜山→上蒜山登山口→休暇村→JR 芦屋 *6時間45分、10.4km

概況 二百名山の蒜山三座、大山などを眺めながらの縦走。（紅葉には少し早い？）その前に足慣らしを兼ねて烏ヶ山を登り天然水のCM（宇多田ヒカル）を体験します。

山行名：健康長寿ハイキング⑨ 丹生山田の里 六条八幡宮の大銀杏

実施日：10月9日（日）

対象	会員、会員の家族友人、過去アルペン芦山例会に参加経験のある方。		
グレード	体力：ゆっくり/技術：基礎	リーダー	福富
集合時間	8時40分	サブリーダー	大石
集合場所	神戸電鉄 新開地駅 三田方面行のりば	参加費	一般 400円
雨天時	中止	申込締切日	前日まで
申込先	福富 090-2114-4832 ショートメール 又はPCメール ccc76790@nyc.odn.ne.jp 又はSLまで		
持ち物	弁当、水筒、雨具、マスク		

コース 新開地駅発 8:56 準急三田行乗車→箕谷駅 9:18 下車。駅出口より坂道1分下る。神戸市営バス箕谷駅前発 9:38 衝原行き乗車→七社前 9:47 下車～七社神社～六条八幡宮～新兵衛石～成道寺～蔵本バス停発 14:24 又は 15:13 発→箕谷駅前へ、解散。

概況 播磨の丹生の里といわれるあたり 「太陽と緑の道」と 「近畿自然歩道」 を周遊して、伝説や歴史のある田園風景を楽しみます。六条八幡宮の大銀杏（神戸市民の木）の色つきがどうなっているか楽しみです。山登りはありません。ゆっくり約7km。

※ 神鉄沿線の方は直接箕谷駅で合流も可。



・・・ 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 ・・・

一般の方（会員以外）にご参加いただける例会は、色でも示しています。

一般の方の参加可

条件付き一般の方の参加可

[その他、10月の予定]

-- 詳しくは10月山歩案内にてご確認ください --

15日（土）歩荷（神田）

15日（土）歴史ハイキング「関ヶ原-2」（東郷／前田）

16日（日）定例 中山（兼子）

16日（日）RC 烏帽子岩（安藤／橋本）

20日（木）大文字山（尾村）

22日（土）～23日（日）甲ヶ山・矢筈ヶ山大休峠避難小屋（ゴジラの背）（安藤／上田）

29日（土）～30日（日）ビバーク訓練 大普賢岳（神田）

30日（日）加西アルプス

※ 今秋「京都トレイル」を始めます！ 詳しくは次号にて



・・・ ★ お問い合わせ、お申し込みなどは、メールでこちらまで：alpenrosan@gmail.com ★ ・・・

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。