

- 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。

2023年2月山歩案内 1月15日版

- ★ 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。
- ★ 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。
 - ・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。
 - ・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）。

山行名：L企画 有馬氷瀑めぐり		実施日：2月4日（土）	
山名/山域	裏六甲		
対象	会員と家族、友人	リーダー	辻本
グレード	体力ハイキング中級/技術雪山ハイク ただし無雪期なら技術中級レベルです	サブリーダー	参加者から選任
集合時間	午前9時	参加費	会員以外400円
集合場所	神鉄有馬温泉駅前	雨天時	雨天中止/凍結していなければ中止
申込締切日	2月1日（水）		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=YLbdCKVGEAshZ7H5 または辻本まで 会員以外は alpenrosan@gmail.com にメールで連絡ください		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク、軽アイゼン		
コース	有馬温泉駅～ロープウェイ駅～白石滝～白竜滝～七曲滝～有馬温泉		
概況	しばらくぶりの有馬氷瀑めぐりです。道の崩壊があり、交差しにくい難路があるため、4時間半～5時間のコースです。急坂、徒渉もあります。滝が凍結していればいいですね。アイゼンは着脱を練習してきてください。		

山行名：芦屋 地獄谷清掃ハイキング&城山ピストン+ おいしい豚汁		実施日：2月5日（日）	
山名/山域	芦屋地獄谷		
対象	会員	リーダー	山崎 城山コース寺田
グレード	体力ハイキング初級/技術中級	サブリーダー	参加者から選任
集合時間	地獄谷清掃は午前9時 城山ピストンは午前10時	参加費	材料代300円程度
集合場所	阪急芦屋川駅北側広場	雨天時	中止
申込締切日	1月29日（日）		
申込先	地獄谷伝助 https://densuke.biz/list?cd=dUFuBncvcEnrtsvM 城山伝助 https://densuke.biz/list?cd=vLde6vr23Afp7cY9 豚汁のみ参加用伝助 https://densuke.biz/list?cd=2M4r55BRTFtmHHTm		
持ち物	飲み物、雨具、ヘルメット（城山コースは不要）、マスク、ごはん、箸、お椀		
コース	芦屋川駅～高座の滝～芦屋地獄谷（清掃）～地獄谷堰堤		
概況	<ul style="list-style-type: none"> ・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コースを清掃しながら廻ります。清掃終了後に豚汁を食べる予定です。 ・城山ピストンコースは城山登山口から頂上往復後、豚汁に合流予定です。 		

山行名：L企画 「三峰山（みうねやま）」霧氷ハイキング			実施日：2月11日（土）
山名/山域	三峰山（みうねやま）/高見山地（三重県・奈良県）		
対象	会員、8名以上の場合はバスの事前予約がとれた場合OK（申し込み順）	リーダー	江澤 紳二郎
グレード	体力 ハイキング初級 技術 雪山ハイク	サブリーダー	参加者から選任
集合時間	午前8時5分	参加費	-
集合場所	近鉄榛原駅南口 霧氷バスのりば（三峰山行き）	雨天時	荒天中止:
申込締切日	2月3日（金）		
申込先	下記「伝助」に登録願います。 https://densuke.biz/list?cd=Dcq9QsCguYDPvDWM *江澤（紳）宛 ショートメールも可		
持ち物	軽アイゼン(必携)、防寒具、雨具、弁当、飲み物、マスク		
コース	榛原駅前(霧氷バス 8:15 発)～(9:24 着)みつえ青少年旅行村～三峰山登山口～不動滝～避難小屋～三峰山山頂～避難小屋～休憩小屋～みつえ青少年旅行村(霧氷バス:16:00 発)～(17:09 着)榛原駅前(解散) 【参考】 *(往路)近鉄・上本町発 急行 7:06⇒8:00 榛原、急行 6:35⇒7:32 榛原、または特急 7:08⇒7:49 榛原(特急料金要)を利用ください。 *(復路)榛原発急行 17:33⇒18:24 上本町		
概況	*三峰山(日本三百名山 標高 1235m)では 1~3 月の厳冬期に関西では珍しい霧氷（エビの尻尾）を見ることができます。 *「みつえ青少年旅行村」では、恒例の「霧氷まつり」が開催されており、2/11 は「おもちの配布」も予定されています。 *歩行約 7.7 キロ、約 4 時間、高低差 700m 程度 山頂まで約 2 時間 *14:30 までに「みつえ青少年旅行村」に下山し、「姫石の湯」で入浴も可能です。（当日参加メンバーで決めましょう）【入浴料 700 円、タオル付】 *1月~2月の土日祝に期間限定で運行される「霧氷バス」に乗ります。時間厳守でお願いします。今年度から事前予約制となりましたが、会で一括予約します。（片道：1,380 円ですが 8 名上の場合団体割引あり）当日は、高見山行きのバスも同時刻に発車しますのでご注意ください。		

山行名：ドントリッジ～高雄山			実施日：2月12日（日）
山名/山域	六甲山		
対象	会員	リーダー	大石
グレード	体力ハイキング中級/技術中級	サブリーダー	参加者から選任
集合時間	午前9時15分	参加費	-
集合場所	JR 神戸駅中央南口	雨天時	中止
申込締切日	2月10日		
申込先	大石までショートメール 090-4272-4756 か LINE		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク（必携）		
コース	JR 神戸駅南口＝水源池～洞川湖～神戸森林植物園～南・北ドントリッジ～高雄山～市ヶ原～新神戸駅（解散）		
概況	北ドントリッジは地図上にハイキングコースとして紹介されていません。森林植物園内に北からの取り付き場所があり、西門から入場料を払って入って行きます。痩せ尾根で適度なアップダウンと岩場のあるエリアで、石柱を目印に辿って進んで行きます。注1：スタート地点の「水源池」の停留所は JR 神戸駅前から 9：31 発の阪急バスに乗って行きます（運賃 390 円）。注2：神戸森林植物園は兵庫県在住で 65 歳以上の方は公的証明書提示で無料。（以外の方は 300 円が必要です）		

山行名：山麓リボンの道 ②			実施日：2月15日（水）
山名/山域	六甲山系 南側 山麓の道		
対象	会員・元会員・家族・友人	リーダー	合田
グレード	体力ゆっくり/技術基礎	サブリーダー	矢口
集合時間	午前10時	参加費	一般 400円

集合場所	阪急御影駅 北側広場	雨天時	中止
申込締切日	開催日前日まで		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=hpnqNGREeD72eyec または合田まで		
持ち物	飲み物、昼食、雨具、マスク ハイキイグシューズ 必要な方はストック		
コース	阪急御影～高羽交差点(石屋川)～六甲カトリック教会～護国神社～摩耶ケーブル駅～神戸高校～妙光院～上春日野公園～新幹線新神戸駅		
概況	普段歩かない神戸の山麓道を歩きます。どこからでもバスでエスケープ可能。西へ西へアスファルトが続きます。六甲全縦の下界版です。		

山行名：六甲全山縦走トレーニング 東半縦		実施日：2月19日(日)	
山名/山域	六甲山		
対象	会員、一般	リーダー	辻本
グレード	体力ハイキング中級/技術初級	サブリーダー	参加者から選任
集合時間	午前8時	参加費	会員以外は400円
集合場所	新幹線新神戸駅1階	雨天時	少雨実施
申込締切日	2月12日(日)		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=JQstXnv34epGr7z2 または辻本まで。 会員以外の方は alpenrosan@gmail.com にメール連絡ください。		
持ち物	行動食(座らないで食べられるもの)、飲み物、雨具、ヘッドランプ(必携)		
コース	新神戸駅～市ヶ原～天狗道～摩耶山～記念碑台～ガーデンテラス～最高峰下～縦走路分岐～大平山～大谷乗越～塩尾寺広場(解散)～宝塚駅(約30km=神戸市の全縦マップによる)		
概況	兵庫労山六甲全縦大会(3/12)のためのトレーニングです。本番に参加しない方もどうぞ。 摩耶山、六甲最高峰、塩尾寺(宝塚)とたどります。ヘッドランプ必携です。山頂付近は寒いので着や帽子、手袋なども準備してください。 西コーストレーニング(1/21)と合わせるとすべてのコースがたどれます。 神戸市発行の「六甲全山縦走マップ」(800円)がよく分かります。 https://www.city.kobe.lg.jp/a36708/kanko/event/rokko/map.html		

山行名：第90回歴史ハイキング「鳥羽作道」		実施日：2月23日(木・祝)	
山名/山域	近鉄竹田		
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	近鉄竹田駅(地下鉄竹田駅)南改札前	雨天時	小雨決行
参加費	一般¥400(但し拝観料別)、別に資料(先着20名限り)代¥600		
申込締切日	2月16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、マスク着用、水筒、雨具、履き慣れた靴、防寒具他		
コース	竹田駅9:00～近衛天皇安楽寿院南陵～安楽寿院～鳥羽天皇安楽寿院陵～北向山不動院～白河天皇成菩提院陵～城南宮(庭園拝観¥800)～鳥羽離宮跡公園(昼食)～鳥羽伏見戦跡(小枝橋)～浄禅寺(鳥羽地蔵)～羅城門跡～教王護国寺(東寺)～15:00 近鉄東寺駅解散(歩く距離：約7km)		
概況	コロナ禍で延期していた計画の3年振りの再開です。平安時代後期の院政期の鳥羽離宮跡、戊辰戦争の鳥羽合戦跡及び城南宮の神苑「楽水苑」はしだれ梅と椿の花が見頃。		

山行名：京都一周トレイル2		実施日：2月23日(木・祝)	
山名/山域	京都東山		
対象	会員、一般	リーダー	中村
グレード	体力ハイキング初級/技術初級	サブリーダー	古田
集合時間	午前9時	参加費	会員以外は400円

集合場所	JR 京阪 東福寺駅 ファミリーマート前	雨天時	中止
申込締切日	2月16日(木)		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=XtaT5CCvfMLsZmbf 会員以外は alpenrosan@gmail.com にメールで申し込んでください		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク		
コース	東福寺駅→剣神社→清水山→東山山頂公園(昼食)→蹴上→七福思案処→大文字山山頂→(急坂)→桜門の滝→霊鑑寺→法然院→哲学の道→銀閣寺道 16:00 解散		
概況	清水寺の背後にそびえる清水山に上り、東山山頂公園で少し早めのお昼ご飯。將軍塚を経て蹴上にいったん下ります。山中で多くの道が交差する「七福思案処」を経て大文字山(465m)へ。火床には寄らないで急坂を哲学の道に向かう、やや長いコースです。		

山行名：L企画 スノーシュー体験【日程変更につき再募集】 (関西の秘境・芦生 & 三国峠登頂)		実施日：2月25日(土)	
山名/山域	比良山系 芦生 & 三国峠		
対象	会員 10名以上15名まで	リーダー	江澤紳
グレード	体力：初級 技術：初級	サブリーダー	参加者から選定
集合時間	9:00 *JR 芦屋 7:29 発新快速・敦賀行に乗車下さい。8:54 近江高島着	参加費	11,880円(団体割引適用) 料金に含まれるもの ・ガイド料金 ・主要レンタル装備料金(スノーシュー & ストック セット) ・暖かランチ ・ツアー写真料金(そとあそび特典)、消費税
集合場所	JR 湖西線近江高島駅改札 改札出口にて集合後、 滋賀県高島市勝野 1400 たかしまびれっじ 7号館 ゼログラビティー 滋賀事務所へ全員で向かいます。		
雨天時	天候不良時等主催者が判断し中止の場合あり	申込締切日	2月15日(水)
申込先	下記伝助または江澤紳二郎まで https://densuke.biz/list?cd=QhDf9r7dREAaDqe7		
持ち物	持ち物・服装 *ランチ付につき弁当不要 ●【持ち物】 ◆防水防寒ウェア上下(ボードウェアでOK、レインウェア上下でもOK) ◆防寒帽子 & 手袋(出来たら予備も) ◆ハイカットのトレッキングシューズ or スノーシューズ(登山靴、スノボブーツでOK) ◆サングラス or ゴーグル ◆飲み物 ◆嗜好品 ◆常備薬、マスク (あると便利なもの) ◇ロングスパッツ ◇ホッカイロ		
コース	生杉-三国峠分岐-クチクボ峠-三国峠-生杉 (当日の積雪コンディション状況で変更あり)		
概況	ゼログラビティー社の主催するスノーシュー日帰りツアーに参加します。 《スノーシューマウンテニアリング》に初挑戦の方にピッタリのコース!(※スノーシュー初心者OK) 芦生原生林トレッキングだけでなく、山頂からの景観も楽しめる変化に富んだガイドおすすめコースです。 芦生原生林の福井-京都-滋賀の三県境のピークを目指します。 高低差 200m 位のアップダウンですので少しの頑張りでもOK! プナの爽快な稜線を登り、雪山の山頂からのスペシャルな景色をゲット!		

山行名：雪山初級 伊吹山		実施日：2月26日(日)	
山名/山域	伊吹山		
対象	会員	リーダー	神田
グレード	体力：雪山初級～中級 技術：雪山初級	サブリーダー	橋本
集合時間	9:00(大阪駅7:15発の新快速に乗車、米原で8:46発大垣行きに乗り換え)	参加費	-
集合場所	JR 近江長岡駅改札前	雨天時	雨天時中止
申込締切日	2月20日(月)		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=XTeTpbwXnc3cVcX 又は神田までショートメール		

持ち物	近郊雪山の日帰り装備（10本爪以上のアイゼンおよびワカンまたはスノーシューを持参できること。会の共用装備の利用など相談に応じます。）、マスク
コース	近江長岡駅…（タクシー）…伊吹山登山口～6合目避難小屋～山頂～伊吹山登山口…（タクシー）…近江長岡駅～大阪駅（解散）
概況	登山口から山頂までの標高差は約1100m。8合目からは高度感のある急斜面の為ピッケルを使って登ります。急斜面でフィックスロープを用いた歩行訓練や滑落停止訓練なども実施予定です。オプションとして希望者（4名以内）があれば前日（2/25）に現地入りして3合目付近でテント泊を行います。

山行名：音羽山から石山寺へ梅見ハイク		実施日：2月26日（日）	
山名/山域	音羽山		
対象	会員、一般	リーダー	江澤（恭）
グレード	体力ハイキング初級/技術初級	サブリーダー	江澤（紳）
集合時間	9時30分	参加費	会員以外は400円
集合場所	京阪「大谷駅」改札前	雨天時	中止
申込締切日	2月20日		
申込先	江澤（恭）まで。または伝助 https://densuke.biz/list?cd=cmTsquZfJCbdrE9X 一般参加ご希望の方は alpenrosan@gmail.com までメールでご連絡ください		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、防寒具、マスク必携		
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（拝観後解散）		
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40分の道路歩き。石山寺（拝観料600円）で観梅を楽しみます。歩行距離約12km。 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：石山寺からバスでJR石山・京阪石山		

山行名：マニアック六甲山巡り② 射場山～瑞宝寺谷～後鉢巻山		実施日：3月5日（日）	
山名/山域	六甲山系		
対象	会員	リーダー	尾村
グレード	体力：ハイキング中級、技術：初級	サブリーダー	参加者から選任
集合時間	午前9:10	参加費	—
集合場所	神鉄有馬温泉駅改札前	雨天時	中止
申込締切日	2月28日		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=vaf5wyE7mxeGPfxQ		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク（必携）、ヘルメット（推奨）		
コース	有馬温泉駅～射場山～瑞宝寺谷～後鉢巻山～六甲最高峰下の休憩所～魚屋道・住吉道またはその間道～エクセル東バス停（解散）		
概況	今回のマニアックは、魚屋道に沿って六甲山越えをします。射場山(690m)は余り馴染みがないためか的場山と間違われたりしていますが、その分深い山を感じさせます。ここは歩きやすいところを探しながら直登します。瑞宝寺谷は数年前にボランティアによって整備され、歩きやすくなっています。後鉢巻山(898m)は神戸市、西宮市、芦屋市の境界にある六甲山に次いで高い山で、西宮市と芦屋市の最高峰です。今回のマニアック度は高いですが、当会の例会では初めて行くこととなります。 下りはその時の状況に応じて、魚屋道・住吉道またはその間道を選択します。歩行約11km。参考：JR さくら夙川 8：14 → 阪急夙川 8：20 → 有馬温泉 8：58 着		

山行名：桜の宮島 弥山(535m)ハイキングと巖島神社		実施日：3月29日（水） ～30日（木）	
山名/山域	宮島 弥山		
対象	会員と一般	リーダー	松田
グレード	ハイキング初級/技術初級	サブリーダー	濱中

集合時間	姫路着 7:55 の新快速に乗車	参加費	一般¥1,000 (諸費用は別途) ¥34,000 前後+食事代等 (一人¥2,000 のクーポンあり)
集合場所		雨天時	両日とも雨の場合は中止 (小雨決行)
申込締切日	3月15日		
申込先	メールで松田まで 会員以外はメールで alpenrosan@gmail.com まで		
持ち物	行動食、弁当、飲み物、雨具、マスク、お泊りセット、(ストック) ワクチン3回接種証明(或いはPCR検査等陰性証明)+身分証明書		
コース	①3/29(水) (大阪6:50-尼崎6:56-芦屋7:04-三ノ宮7:13) - [新快速] - 7:55 姫路 8:04 - [新幹線ひかり号] - 9:04 広島 9:15-9:41 宮島口~フェリー乗り場 9:55 - [フェリー] - 10:05 宮島 ハイキング: 宮島棧橋~厳島神社~大元コース~弥山山頂~弥山本堂・霊火堂~獅子岩展望台~ロープウェイ獅子岩駅(コースタイム 3:10、行動時間 4:50) ロープウェイ獅子岩駅~榎谷駅~紅葉谷駅~紅葉谷公園~厳島神社~大元公園・国民宿舎みやじま杜の宿(1泊2食付)泊 ②3/30(木) 午前: 厳島神社他 午後: 解散自由行動可 (但し1日目雨天の場合、2日目にハイキング)		
概況	大元コースを登って奇岩の山上から多島美の瀬戸内海の絶景を眺め、ロープウェイで下山します。大改修を終えた大鳥居が美しい姿を見せてくれる事でしょう。宮島の二大グルメ、牡蠣とあなごめしも楽しめます。(宿泊費全国旅行支援割適用)		

◆3月の山行予定◆

3/5 マニアック射場山~後鉢巻山(尾村)	3/21 (L)天台山、光明山ミツマタ(江澤恭)
3/11 春山訓練(神田)	3/21 歩荷訓練(橋本)
3/12 六甲全山縦走大会	3/25 歴史ハイク 第91回山科
3/15 山麓リボンの道③(合田)	3/25 地図読み中級(江澤紳)
3/18 登山セミナー 座学	3/25 クライミング(安藤)
3/19 杉尾の巨石(瀬)	3/26 京都トレイル3(矢口/尾村)



重要事項の説明

- ★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
- ★新会員募集中。詳細は会員にお訊ねいただくか、メールでお問い合わせください。
- ★アルペン芦山の活動の様子や、案内下記ホームページをご覧ください
 アルペン芦山のホームページ: <https://alpenrosan-ashiya.jimdofree.com>
 トミおじさんのホームページ: <http://tomiojisan.web.fc2.com>

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。