

- ・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4月山歩案内 3月8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：桜の園と福知山線廃線跡		実施日：4月1日(土)	
山名/山域	宝塚・西宮		
対象	会員、一般	リーダー	矢口
グレード	体力ゆっくり級/技術初級	サブリーダー	参加者から選任
集合時間	10時	参加費	会員以外400円
集合場所	JR 武田尾	雨天時	中止
申込締切日	3月22日(水)		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=LgXKbAXnwHpG49Nd またはCLまで。		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、ヘッドライト（または懐中電灯）必携		
コース	JR 武田尾～桜の園～親水広場～JR 名塩		
概況	旧福知山線が通っていた武庫川沿いの廃線跡は素敵なハイキングコースになっています。途中には水上勉の小説「桜守」のモデルとなった笹部新太郎さんの研究林が桜の園「亦楽山荘（えきらくさんそう）」として整備され、多種類の桜が楽しめます。武庫川溪谷も美しく、真っ暗なトンネルはちょっとスリルも。		

山行名：芦屋 地獄谷清掃ハイキング + お花見		実施日：4月2日(日)	
山名/山域	芦屋地獄谷		
対象	会員	リーダー	吉川（直）
グレード	体力ハイキング初級/技術中級	サブリーダー	吉川（雅）
集合時間	地獄谷清掃は午前9時	参加費	-
集合場所	阪急芦屋川駅北側広場	雨天時	中止
申込締切日	3月26日（日）		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=5gEfu6VJrGuZPwDZ		
持ち物	ゴミ袋 ヘルメット 飲み物 弁当 雨具 マスク		
コース	芦屋川駅～高座の滝～地獄谷（清掃）～横池（昼食）～中野谷西尾根（薬大桜道）～神戸薬科大		
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コースを清掃しながら廻ります。横池で昼食後に解散し、お花見を楽しみたい方は桜道を下山します。		

山行名：登山セミナー 地図読み	実施日：4月8日（土）
-----------------	-------------

山行名：健康長寿ハイキング⑩ 桜ロード JR 道場駅～塩田八幡宮			実施日：4月9日（日）
山名/山域	兵庫県 神戸・三田		
対象	会員、会員の家族友人	リーダー	合田
グレード	体力；ハイキングゆっくり級/技術：基礎	サブリーダー	前田
集合時間	9時40分	参加費	一般400円
集合場所	JR 道場駅 改札口前広場	雨天時	中止
申込締切日	前日までOK		
申込先	伝助又は合田迄ショートメール https://densuke.biz/list?cd=2PnDRes7CXpZvEcD または合田まで又はSL 前田 まで		
持ち物	弁当、水筒、雨具、マスク（個人判断で）		
コース	JR 道場駅～武庫川右岸道～春日橋公園～有馬川右岸道～塩田八幡宮～神鉄三田本町駅		
概況	武庫川右岸、やがて有馬川右岸に沿って「神戸ふるさと桜つつみ回廊、桜ロード」が続いています。満開の桜と川土手に咲く春の草花、のどかな川の流れを楽しみながらゆっくり歩きます。歩く距離約6km、休憩含み3時間程度の行程です。高齢会員に限らず、中堅、若年会員のかたも遠慮なくご参加下さい。		

山行名：雪山初級 十石山			実施日：4月9日（日）
山名/山域	乗鞍		
対象	会員	リーダー	神田
グレード	体力：雪山初級 技術：雪山初級	サブリーダー	参加者から選任
集合時間	15:00（車利用。参加者に応じ集合時間と場所を考慮します）	参加費	-
集合場所	JR 芦屋、西宮駅南側（参加者に応じ集合時間と場所を考慮します）	雨天時	荒天時中止
申込締切日	3月21日（火）		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=gh4HvUVGRCSMdTC6 又は神田までショートメール		
持ち物	雪山装備（10本爪以上のアイゼン、ピッケル、ストック、事前に打ち合わせします）		
コース	4/8：芦屋、西宮…（車）…（高山～白骨温泉間で宿泊） 4/9：白骨温泉駐車場～登山口～山頂（2,525m）～登山口～白骨温泉駐車場…（車）…芦屋、西宮		
概況	登山口から山頂のピストンで標高差は1,200mになります。山頂付近から間近に見える乗鞍や北アルプスの素晴らしい景色が楽しめます。行動時間7時間の予定。		

山行名：第92回歴史ハイキング「当麻の里」			実施日：4月14日（金）
山名/山域	二上		
対象	会員と一般	リーダー	東郷
集合時間	午前10時00分	サブリーダー	前田
集合場所	近鉄南大阪線二上神社口駅改札口前	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	4月7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、水筒、雨具、履き慣れた靴他		
コース	二上神社口駅 10:00～教善寺～加守神社～道の駅ふたかみパーク当麻～二上ふるさと公園～巖島神社～傘堂～当麻山口神社～鳥谷口古墳～公園（昼食）～石光寺（¥400）～当麻寺（¥500）・中之坊（¥500）・西南院（¥300）～当麻蹴速塚～相撲館けはや座（¥300）～和菓子・中将堂本舗～15:00 当麻寺駅解散（歩く距離：約6km）		
概況	二上山の美しい姿を仰ぎながら中将姫伝説と花（ぼたん）に彩られた寺を訪ねる。当麻寺では練供養会式が16時から行われます。		

山行名：岩稜歩きトレーニング			実施日：4月15日（土）
山名/山域	六甲山系		
対象	会員	リーダー	神田
グレード	体力：初級～中級（負荷に応じて異なる） 技術：中級	サブリーダー	参加者から選任
集合時間	9:00	参加費	-
集合場所	阪急芦屋川駅北側広場	雨天時	中止
申込締切日	4月9日（日）		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=RHkGNTphSJSJPC4W 又は神田までショートメール		
持ち物	ヘルメット、飲み物、昼食		
コース	高座の滝～地獄谷～A 懸垂岩～C 懸垂岩跡～B 懸垂岩跡～万物相～キャッスルウォール横～ブラックフェース～（往路を戻る）～高座の滝		
概況	荷物を担いで岩稜歩きを実施します。5kg～10kgの間で各自設定してください。		

山行名：雪彦山			実施日：4月22日（土）
山名/山域	雪彦山		
対象	会員	リーダー	安藤
グレード	体力：山行初級・技術：中級	サブリーダー	参加者から選任
集合時間	7:00	参加費	-
集合場所	JR 明石駅（車の手配により変更有）	雨天時	中止
申込締切日	4月15日（土）		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=G2zLXRW9CamvZ3kd 又は安藤までショートメール		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、ヘルメット		
コース	JR 明石駅（自家用車）→雪彦山登山口→大天井岳→地藏岳分岐→雪彦山→地藏岳分岐→地藏岳→虹ヶ滝→大曲→雪彦山登山口（自家用車）→JR 明石駅		
概況	雪彦山は、弥彦山、英彦山と共に日本三彦山として知られる修験道の地です。クライミングでも有名な岩山で、岩の隙間をとおり抜けたり鎖場があるなど、少しスリリングで楽しいルートです。（交通の便が悪いので自家用車を使用します。提供いただける車の都合により定員を設けさせていただきます。）		

山行名：L 企画 「霊仙山」～展望広がるカルスト台地へ			実施日：4月23日（日）
山名/山域	鈴鹿北部（滋賀県）		
対象	会員	リーダー	富田
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 8:20	参加費	-
集合場所	JR 柏原駅前（東海道線）	雨天時	小雨実施/荒天中止
申込締切日	4月20日		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=qpn2EmZeyRhGNPMK		
持ち物	弁当、行動食、飲み物、防寒服、雨具、マスク		
コース	JR 柏原駅 0830～一合目（二本杉）～四合目避難小屋～七合目～避難小屋（昼食）～経塚山～霊仙山（1083.5m）～経塚山～汗拭峠～樽ヶ畑（廃村）～1600 醒ヶ井養鱒場==（タクシー）==JR 米原駅（解散）		
概況	※コースタイム 6時間半の健脚者向けのロングコースです。登り4時間、下り1時間半＋1時間強のロードがあり、やや速足の歩行になります。山頂付近は石灰岩のカーレンフェルト（墓石石灰岩）やドリーネ（くぼみ）が点在し、上手くすればウミユリの化石が見つかるかもしれません。二万五千分の一地形図：「彦根東部」 ※参考：新大阪 07:18==（ひかり 638号）==07:52 米原 08:04===8:18 柏原。米原からJR 東海へは ICCOCA/PiTaPa は使えませんので乗車券を購入する必要があります。養鱒場からのバスは無くなりました。		

山行名：徳川道②		実施日：4月30日（日）	
山名/山域	六甲山系		
対象	会員と一般	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	参加者から選任
集合時間	9:00	参加費	一般400円
集合場所	JR三ノ宮駅東口改札前	雨天時	中止
申込締切日	4月28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		
コース	三宮バスターミナル前バス停＝神戸森林植物園正門前～五辻～鈴蘭台の市街地（舗装道路）～鶴越道～相談ヶ辻～太陽と緑の道・徳川道～白川の大歳神社～白川台バス停＝地下鉄名谷駅解散		
概況	六甲山ハイキングコースに馴染みのある「徳川道」という曰くありげな名称に関心を持たれたことがあると思います。150年昔の幕末の頃に西国街道のバイパスとして石屋川から大蔵谷までの34.5kmの距離を突貫工事で完成させた幻の道です。今回は第2弾として神戸森林植物園正門から北区鈴蘭台の市街地（舗装道路）を抜け太陽と緑の道・徳川道を通り白川まで歩きます。現在は宅地開発で地形が変わっていますが、神戸のプチ歴史を知る上で地図を見ながら探っていくのは楽しいですよ。前回に続いて是非ご参加下さい。歩行距離は約12.5km、時間は約5時間です。注：三宮バスターミナル前4番バス停（ミント神戸1階屋外エレベーター横）から9：20発の神戸市バス25系統・森林植物園前行に乗車します。運賃560円		

山行名：雪山 立山三山と奥大日岳		実施日：5月4日～6日 （予備日：5月7日）	
山名/山域	立山		
対象	会員	リーダー	神田
グレード	体力：雪山初級、技術：雪山初級	サブリーダー	橋本
集合時間	参加者に別途連絡	参加費	-
集合場所	参加者に別途連絡	雨天時	荒天中止
申込締切日	4月2日（日）		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=JTKkkNxnPrB6Nfmh 又は神田までショートメール		
持ち物	10-12本爪アイゼン、ピッケル、ヘルメットほか雪山登山装備 （事前に打ち合わせします）		
コース	5/4 芦屋、西宮…（車、ケーブル、バス）…立山室堂～雷鳥沢 雪上訓練実施（小屋又はテント泊） 5/5 立山三山縦走（小屋又はテント泊） 5/6 午前：雷鳥沢～奥大日岳～雷鳥沢、午後：雷鳥沢～室堂…（車、ケーブル、バス）… 芦屋、西宮		
概況	雪山シーズンの総仕上げとなる春山例会です。拠点の雷鳥沢付近で雪上訓練を実施し、翌日以降に立山三山縦走と奥大日岳登頂を目指します。今期の雪山例会や雪山個人山行での経験を積み、必要な体力と技術を有すると判断された方に限定します。		

山行名：比良 シャクナゲ		実施日：5月3日（水 祝日）	
山名/山域	比良山系		
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	9:00（大阪駅 7:45 発新快速に乗車、京都乗り換え）	参加費	-
集合場所	JR 比良駅改札前	雨天時	中止
申込締切日	4月28日		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=rphLbC5Am2muFtpJ		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク		
コース	比良駅前 9:10 発イン谷口行きバスに乗車…イン谷口～ノタノホリ～堂満岳～金糞峠～北比良峠～大山口～イン谷口～JR 比良駅（解散）		
概況	堂満岳から北比良峠にかけて群生するシャクナゲの花を見に行きます。去年は裏年だったようですので、今年を期待しましょう。この時期は他に、フジ、イワカガミ、イワウチワ、ゴヨウツツジ、ミツバツツジ、ヤマツツジ、キレンゲツツジなど色んな花が咲いていると思われます。歩行：約5時間半 帰りは、イン谷口発のバス時刻に合えば乗車します（15:25, 16:00, 16:40）		

山行名：高島トレイル		実施日：5月20日～21日	
百里ヶ岳、三国（みくに）岳、三国（さんごく）岳			
山名/山域	滋賀県、京都府		
対象	会員	リーダー	寺田
グレード	体力：山行中級 技術：初級	サブリーダー	神田
集合時間	新快速敦賀行大阪 7:45 発	参加費	-
集合場所	安曇川駅 8:57 着タクシー乗り場	雨天時	中止
申込締切日	5月8日（月）		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=GEvHw7nsU9rZMCU3		
持ち物	詳細はミーティングにて決定		
コース	20日 JR 安曇川駅～タクシー木地山 BS～登山口～木地山峠（水場）～百里ヶ岳～百里新道分岐～根来坂～おにゅう峠～ナベクボ峠（テント場） 21日 ナベクボ峠～三国岳～地蔵峠～カベヨシ～岩谷峠～三国岳～桑原 BS13:44 発～JR 安曇川駅（堅田駅）23K タクシー堅田駅に変更もあり。		
概況	トレイル4分割最後朽木の山は、黄色のテープも少なく距離も長いですが福井県若狭湾、京都府美山研究林、滋賀県琵琶湖展望楽しめます。集合時間、アクセス悪く早い新快速に変更もあります。テント2張り。		

◆5月の山行予定◆

5/3-6	立山（神田）	5/17	山麓リボンの道⑤（合田）
5/6	比良シャクナゲ	5/21	黒五谷クリンソウ（尾村/）
5/7	健康長寿白毫寺(福富)	5/20-21	L企画 高島トレイル（寺田）
5/7	ランチ de グルメ & ミニハイキング 「山科」（東郷）	5/27	渡渉訓練（戸田）
5/14	小天狗山（尾村）	5/27-28	奥大山(江澤)
5/14	歴史ハイク山の辺の道2（東郷）	5/28	京都トレイル4

◆6月以降の宿泊山行予定◆

6/2-4	L企画 弥山・八経ヶ岳 (神田) (弥山川ルート)	8/4-6	L企画 針ノ木岳・爺ヶ岳周回 (山崎)
6/24-25	大杉谷 (寺田)	8/11-12	一の森・剣山・次郎笈 (富田)
7/4-6	L企画 福井県の三の峰往復 (戸田)	8/25-28	L企画 月山・鳥海山 (江澤)
7/15-16	L企画 木曾駒ヶ岳周回 (寺田) 福島Bコース	9/8-11	白馬三山 (濱中)
7/21-22	セミナー修了山行 仙丈ヶ岳	9/30-10/3	L企画 大キレットと紅葉の涸沢(松田)
7/28-30	中央分水嶺トレイル (江澤) (霧ヶ峰から美ヶ原を歩く)	9/30-10/1	L企画 鋸岳 (神田)
		10/21-22	石鎚東稜 (神田)
		10/6-7	L企画 中央アルプス縦走 (兼子)



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。