

- 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12月山歩案内 11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。
- ★ 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。
- ★ コロナの感染が収まっていませんので、健康管理と密接時のマスク着用など、感染予防に注意して下さい。

| 山行名：L企画 もう一度小辺路 | | 11/29(水)~12/2(土) | |
|-----------------|--|------------------|----------------------------|
| 山名/山域 | 小辺路 | | |
| 対象 | 会員と一般 | リーダー | 瀬 |
| グレード | 体力：ハイキング中級/技術：初級 | サブリーダー | メンバーから選任 |
| 集合時間 | 11月29日18時 | 参加費 | 一般：1,000円 概算：35,000円 |
| 集合場所 | 野迫川温泉のかわらび荘 | 雨天時 | 大雨の場合は、歩かずに次の宿泊地迄バス・タクシー移動 |
| 申込締切日 | 9月30日 10名で締め切ります。 | | |
| 申込先 | 瀬までメール mamekiyo1@gmail.com | | |
| 持ち物 | 登山道具一式 | | |
| コース | 11月29日 高野山千住院橋から16時15発の野迫川村コミュニティーバス乗車 11月30日 大股~三浦口 15.1キロ(伯母子峠：1,246m) 12月1日 三浦口~西中バス停 11.9キロ(三浦峠：1,080m) 12月2日 十津川温泉~八木尾 10.4キロ(果無峠：1,114m) 奈良交通バス、龍神バスを利用し、紀伊田辺からJR又は高速バスで帰阪 | | |
| 概況 | 紅葉がまだ残る小辺路を3年ぶりに歩きます。 リーダーの都合により高野山から野迫川温泉はカットしますが、希望者は高野山に早く到着して、歩くことができます。 宿泊：11月29日野迫川温泉かわらび荘、11月30日農家民宿山本、 12月1日十津川温泉民宿太陽 | | |

| 山行名：五助山 | | 実施日：12月3日(日) | |
|---------|---|--------------|---------|
| 山名/山域 | 六甲山系 | | |
| 対象 | 会員 | 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 | 参加者から選任 |
| 集合時間 | 08:50(09:05バス乗車) | 参加費 | - |
| 集合場所 | JR住吉駅南側くるくるバス停前(くるくるバス停は2号線沿い北側です) = 現金のみ (阪急御影からは山手幹線沿いの平生記念館前でくるくるバス09:01に乗れば住吉駅で合流できます) | 雨天時 | 中止 |
| 申込締切日 | 11月25日(土) | | |
| 申込先 | 『伝助』 https://densuke.biz/list?cd=X69R5H2KUHSTRcFk または古田まで | | |
| 持ち物 | 弁当、飲み物、雨具 | | |
| コース | JR住吉クルクルバス停=(バス)=エクセル前~五助堰堤~登山口~五助山~縦走路~六甲ガーデンテラス~ケーブル上駅~油こぶし~ケーブル下駅 | | |
| 概況 | このころは紅葉が綺麗だと思います。楽しみながらゆっくり歩きましょう。 2年位前から中止続きなので今年は是非とも登りたいものです、崩落箇所があるので場合によってはコース変更も有ります | | |

| | | | |
|-------------------------------|--|--------|---------------------|
| 山行名：第 99 回歴史ハイキング「堺-2」 | | | 実施日：12月3日（日） |
| 山名/山域 | 堺 | | |
| 対象 | 会員と一般 | リーダー | 東郷 |
| 集合時間 | 午前9時15分 | サブリーダー | 前田 |
| 集合場所 | 南海高野線堺東駅西口改札口前 | 雨天時 | 小雨決行 |
| 参加費 | 会員 900 円、一般 1300 円（但し参加費・拝観料込み）、別に資料（先着 20 名限り）代 600 円、お釣りの無いように準備をお願いします。 | | |
| 申込締切日 | 11 月 25 日 | | |
| 申込先 | 東郷まで：072-692-7441 携帯：090-3990-7441（前田 090-8143-1697） 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、シート他 | | |
| コース | 堺東駅 9：15～堺市役所展望台～竹内街道（西高野街道）～土居川公園～大安寺～南宗寺（¥400）～宿院頓宮～千利休屋敷跡～与謝野晶子生家跡～開口神社～菅原神社～堺奉行所跡～和菓子司「天神餅」～12：30 ザビエル公園（昼食）13：00～堺伝統産業会館～妙國寺（¥400）～本願寺堺別院～堺鉄砲館（¥100）～河口慧海像～15：00 南海本線七道駅解散（歩く距離：約 8 km） | | |
| 概況 | 環濠都市として栄えた堺の史跡を巡ります。 | | |

| | | | |
|--------------------|---|--------|----------------------|
| 山行名：京都トレイル⑦ | | | 実施日：12月10日（日） |
| 山名/山域 | 京都北山 | | |
| 対象 | 会員、一般 | リーダー | 岸田 |
| 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 9:00 | 参加費 | 一般 400 円 |
| 集合場所 | 阪急四条大宮改札 | 雨天時 | 中止 |
| 申込締切日 | 12 月 6 日 | | |
| 申込先 | 『伝助』又は岸田までメール（090-4281-1531） https://densuke.biz/list?cd=rE4aTshQVEPpch7t | | |
| 持ち物 | 弁当 飲み物 雨具 | | |
| コース | 四条大宮 9:10 バス～鷹峯源光跡前バス停～京見峠登り口～上ノ水峠～沢ノ池林道出合～沢ノ池北端～仏栗峠～福ヶ谷林道分岐～高雄白雲橋、母ノ尾バス停 | | |
| 概況 | 北山西部コース 2 を歩きます。鷹峯三山や京都市街の絶景。長坂越と呼ばれる旧道では懐かしい街道風景が展開します。不動岩、京見峠茶屋など見どころの多いコースです。 | | |

| | | | |
|-------------------------------|---|--------|----------------------|
| 山行名：第 100 回歴史ハイキング「嵯峨」 | | | 実施日：12月16日（土） |
| 山名/山域 | 嵯峨 | | |
| 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 | 阪急嵐山線嵐山駅改札前 | 雨天時 | 小雨決行 |
| 参加費 | 会員 500 円、一般 900 円（天龍寺庭園拝観料込）お釣りの無いように準備をお願いします。 | | |
| 申込締切日 | 12 月 8 日 | | |
| 申込先 | 東郷まで：072-692-7441 携帯：090-3990-7441（前田 090-8143-1697） 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、シート他 | | |
| コース | 阪急嵐山駅前 9：00～渡月橋～9：30 天龍寺（庭園 ¥500.-）10：30～竹林の道～嵐山公園（角倉了以像・周恩来詩碑）～大堰川嵐山通船のりば～渡月橋～長慶天皇陵・安倍晴明の墓（時間がある時）～11：30 花のいえ解散（歩く距離：約 4 km） | | |
| 概況 | いつも大勢の修学旅行生や外国人客で賑わう嵐山嵯峨周辺を散策します。午後は歴史ハイキング 100 回記念（別案内）として花のいえへと繋ぎます。 | | |

| | | | |
|---------------------|---|----------------------|----|
| 山行名：地獄谷清掃ハイク | | 実施日：12月17日（日） | |
| 山名/山域 | 芦屋地獄谷 | | |
| 対象 | 会員 | リーダー | 小坂 |
| グレード | 体力：ハイキング初級、技術：中級 | サブリーダー | 神田 |
| 集合時間 | 地獄谷清掃：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 | 12月10日 | | |
| 申込先 | 「伝助」又は小坂まで連絡 https://densuke.biz/list?cd=EVkVWhRZt6eGCQTt | | |
| 持ち物 | ゴミ袋 ヘルメット 飲み物 雨具 | | |
| コース | 清掃ハイク：芦屋川駅～高座の滝～芦屋地獄谷(清掃)～地獄谷堰堤 | | |
| 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。 下山後納山祭（昼食）です。 | | |

| | | | |
|---------------------------|--|----------------------|----|
| 山行名：芦屋城山（鷹尾山）ハイキング | | 実施日：12月17日（日） | |
| 山名/山域 | 六甲山系 | | |
| 対象 | 会員 | リーダー | 福富 |
| 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10時30分 | 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 | 12月10日 | | |
| 申込先 | 「伝助」又は福富まで（09021144832） https://densuke.biz/list?cd=xXMhuukpWFZdVmJr | | |
| 持ち物 | 飲み物、雨具、ストック | | |
| コース | 芦屋川駅～城山登山口～城山（鷹尾山）～高座の滝（または城山登山口に戻り高座の滝へ）納山祭参加者は会場へ | | |
| 概況 | 同日実施の地獄谷清掃ハイキングに参加が難しい人のために実施するものです。 納山祭につなげます。 | | |

| | | | |
|---------------------------|---|----------------------|--|
| 納山祭（芦屋大悲閣）＋新入会員歓迎会 | | 実施日：12月17日（日） | |
| 集合時間 | 13時開始（受付12時30分） | リーダー/ 幹事 | 吉川（直） 吉川（雅）・香西・三木 |
| 会場 | 芦屋大悲閣(芦屋ロックガーデン入口横) 兵庫県芦屋市奥山一番地 TEL 0797-22-9206 HP: https://dai hikaku.jimdo free.com/ アクセス：阪急芦屋川駅から タクシーで5分（徒歩25分）/JR芦屋駅から タクシーで10分 | 参加費 | 5,000円 2023年入会者3,000円 （※人数により変更あり） |
| 申込締切日 | 12月3日（日）迄 ※全員出欠を下記申し込み先まで連絡お願い致します。 | | |
| 申込先 | 「伝助」又は吉川・香西・三木まで https://densuke.biz/list?cd=ug3vhN5bDKp7yP3a | | |
| 内容 | <p>コロナ禍でしばらくお休みしていた芦屋の大悲閣での納山祭が今年復活します！良質な国産和牛のすき焼きやアルコール・ソフトドリンクも充実、座りやすい座敷の椅子席をご用意しています。</p> <p>☆差し入れ大歓迎です☆</p> <p>差し入れの受け取りについてはメーリングリストでお知らせします。</p> <p>※12月13日(水)以降のキャンセルは全額負担になります。</p> <p>【追記】納山祭のお食事(お鍋)について すき焼き鍋は4人で一つのお鍋になります。大悲閣さんには再度相談をいたしました。お鍋具材を取る用のお箸等用意は可能ですが、一人鍋の用意は難しいのとはご回答でした。お鍋用のお箸と個人で食べるお箸を使い分けていただけますと幸いです。</p> | | |

| | |
|--|--|
| | 幹事一同、年に一度の会食を皆さんに楽しんで頂きたい想いで準備しております。皆様ご理解の上奮ってご参加、またご協力いただきます様、何卒宜しくお願いします。山が大好きなみなさんが集まり、様々なお話しができる良い機会です。ベテラン会員の方、新規入会の会員方々、双方に親睦も深めていただきたく、幹事もはりきっています！奮ってのご参加よろしくお願いたします。 |
|--|--|

| | | | |
|---------------------|--|----------------------|---------|
| 山行名：藍那古道～丹生山 | | 実施日：12月23日（土） | |
| 山名/山域 | 六甲山系 | | |
| 対象 | 会員、一般 | リーダー | 矢口 |
| グレード | 体力ハイキング初級／技術初級 | サブリーダー | 中村 |
| 集合時間 | 午前9時 | 参加費 | 一般 400円 |
| 集合場所 | 神鉄藍那駅改札口 | 雨天時 | 中止 |
| 申込締切日 | 12月20日 | | |
| 申込先 | 矢口ショートメール 090-8389-9769 または伝助 https://densuke.biz/list?cd=GnVtdR4h5BtCbTeE | | |
| 持ち物 | 昼食、飲み物、雨具、（マスク） | | |
| コース | 神鉄藍那駅～藍那歴史散策～藍那道～丹生神社前～丹生山～丹生神社前（解散）～箕谷駅 | | |
| 概況 | 六甲山の北方にたたずむ歴史の山系である。ルートのひとつが自然のままの山道である。義経が一の谷の合戦に向かう時に通った古道として知られている藍那道を歩き、丹生神社をめざして一気に丹生山を登ります。約5時間弱。 | | |

| | | | |
|---------------------------|--|--------------------|---|
| 山行名：六甲集中登山&芋煮会 | | 実施日：1月7日（日） | |
| 山名/山域 | 六甲山 | | |
| 対象 | 会員 | リーダー | A:香西、B:辻本、C:岸田、芋煮：富田 |
| グレード | A：体力ハイキング中級／技術 初級 B・C：体力ハイキング初級／技術 初級 | サブリーダー | A:三木、B Cは参加者から選任、芋煮:江澤恭 |
| 集合時間 集合場所 | Aチーム 8:00 神戸電鉄鶴越駅東側改札口 Bチーム 9:00 JR元町駅西改札口 Cチーム 10:30 新神戸駅 1Fトレイルステーション前 芋煮チーム 9:30 同上 | 参加費 | 芋煮材料費として 500～1000円 *当日までにMLでお知らせします |
| | | 雨天時 | 中止 |
| 申込締切日 | 12月25日（月） | | |
| 申込先 | 「伝助」または江澤（恭）まで A： https://densuke.biz/list?cd=CQNMVXckvYQZfhpD B： https://densuke.biz/list?cd=hbaBR6BRMbxzLYvV C： https://densuke.biz/list?cd=7cyMwt3ZKxPBT3f6 | | |
| 持ち物 | 飲み物、雨具、軽食（おにぎりなど）、レジャーシート又は折り畳み椅子、食器・箸（ゴミ減量のため使い捨てではないもの）、食器を拭き取る紙など | | |
| コース | Aチーム 鶴越駅～六甲縦走路（菊水山、鍋蓋山、大竜寺）～市ヶ原 * Aチームはコースタイム3時間50分の距離を、休憩を含めてほぼ同タイムで歩きます Bチーム 元町駅～大師道～大竜寺～市ヶ原 Cチーム/芋煮チーム 新神戸駅～市ヶ原 | | |
| 概況 | 3チームに分かれて12:00市ヶ原到着を目指して行動します。市ヶ原では芋煮チーム（富田、濱中、矢口、岡島、藤原、江澤恭）が芋煮鍋を用意して皆さんの到着をお待ちしています。 | | |

| | | | |
|-----------------------------|--|---------------------|---------|
| 山行名：六甲全山縦走トレーニング 西半縦 | | 実施日：1月20日（土） | |
| 山名/山域 | 六甲山系 | | |
| 対象 | 会員、一般 | リーダー | 寺田 |
| グレード | 体力:ハイキング中級 技術:初級 | サブリーダー | 三木 |
| 集合時間 | 午前8時 | 参加費 | 一般 400円 |
| 集合場所 | 山陽電車須磨浦公園駅前 | 雨天時 | 雨天中止 |
| 申込締切日 | 1月13日（土） | | |
| 申込先 | 「伝助」又は寺田まで https://densuke.biz/list?cd=NEUCcLkzMUFasPEu 会員以外は alpenrosan@gmail.com までメールで連絡ください | | |

| | |
|-----|---|
| 持ち物 | 行動食（座らないで食べられるもの）、飲み物、雨具、ストック（あれば）、ヘッドランプ（必携） |
| コース | 須磨浦公園～鉢伏山～旗振山～鉄拐山～梅尾山～横尾山～馬の背～高取山～鶴越駅～菊水山～鍋蓋山～大竜寺～市ヶ原～新神戸駅（解散） |
| 概況 | 兵庫労山六甲全縦走大会（3/10）のためのトレーニングです。 自己の体力の限界に挑戦し、可能性を確かめる良いチャンスです。身体はヘトヘト、心はウキウキ・・・22Km |

| | | | |
|----------------------|---|---------------------|--------------|
| 山行名：雪山入門 蛇谷ヶ峰 | | 実施日：1月28日（日） | |
| 山名/山域 | 蛇谷ヶ峰/比良山系 | | |
| 対象 | 会員 | リーダー | 神田 |
| グレード | 体力：山行初級 技術：雪山基礎 | サブリーダー | 参加者から選出 |
| 集合時間 | 8:00（安曇川駅前 8:30 発のバスに乗りします。指定の一本後の電車利用の方は事前にご連絡下さい。） | 参加費 | － |
| 集合場所 | JR 安曇川駅改札口 （JR 大阪駅 6:21 発の快速に乗り、京都乗り換えで 7:00 発の普通に乗車、安曇川駅 7:55 着。一本後の大阪駅 6:39 発の快速に乗車の場合は安曇川駅 8:24 着で、バスの乗り継ぎ時間がかかり短くなります。） | 雨天時 | 中止（予備日 1/20） |
| 申込締切日 | 1月7日（日） | | |
| 申込先 | 「伝助」又は神田までショートメール https://densuke.biz/list?cd=5Egvr6Y5tqKsqNH | | |
| 持ち物 | 日帰りの近郊雪山山行の装備（装備は事前のミーティングで確認します。ワカンやスノーシューを持っていない方は会員からの貸出し対応を考えます。） | | |
| コース | JR 安曇川駅前（8:30 発）－＜江若バス＞－朽木学校前（9:05 着）－道の駅くつき新本陣－＜シャトルバス＞－グリーンパーク思い出の森（標高 270m）－蛇谷ヶ峰（標高 902m）－グリーンパーク思い出の森～JR 安曇川駅前 | | |
| 概況 | 雪山での基本的な歩行訓練（ツボ足、アイゼンやワカンを装着）を行います。夏道でのコースタイムは往復 5 時間です。天気がよければ山頂から 360° の眺望が楽しめ、「白蛇」の模様も見えるかもしれません。1/21（日）の悪天候が事前に予想される場合は前日の 1/20（土）への変更を考慮します。参加者の状況により、自家用車やタクシーの利用に変更する可能性があります。 | | |

| | | | |
|----------------------|--|---------------------|---------|
| 山行名：湖南アルプス・堂山 | | 実施日：1月28日（日） | |
| 山名/山域 | 湖南アルプス | | |
| 対象 | 会員 | リーダー | 江澤（恭） |
| 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 | 午前 9 時 25 分 | 参加費 | － |
| 集合場所 | J R 石山駅南出口 3 番乗場 アルプス登山口 行きバスの列（9 時 35 分発に乗車/400 円 交通系カード使用不可） | 雨天時 | 中止 |
| 申込締切日 | 1月24日（水） | | |
| 申込先 | 「伝助」または江澤（恭）まで https://densuke.biz/list?cd=K mre6nv6kpDfkMyH | | |
| 持ち物 | 弁当、飲み物、雨具、ヘルメット、行動食 | | |
| コース | アルプス登山口バス停－堂山－鎧堰堤－迎不動－アルプス登山口バス停（解散） 14 時 55 分発の石山駅行きバスに乗車予定 | | |
| 概況 | 湖南アルプスの中でも人気の高い堂山を歩きます。400m 足らずの低山ですが、稜線からの眺望は抜群。堂山からの下りは岩場が連続し、鎖場の下降や渡渉もあって、変化に富んだルートです。1800 年代に造られた砂防ダム「鎧堰堤」も見どころ。登山口近くのトイレは一つしかないので、新快速車内や石山駅のトイレ利用がおすすめです。 歩行 4 時間程度 JR 芦屋 8：14 発新快速－大阪 8：30－JR 石山 9：14 着 | | |



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。