

- 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。

2024年3月山歩案内 2月23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 雪山初級 荒島岳		実施日：3/2(土)-3(日)	
山名/山域	荒島岳		
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	荒川
集合時間	14:00	参加費	-
集合場所	JR 九頭竜線下唯野駅 (青春18切符利用の場合、大阪駅 9:15 発の新快速に乗車、敦賀駅および越前花堂駅で乗り換え、13:59 下唯野駅着)	雨天時	荒天時中止
申込締切日	2月17(土)		
申込先	「伝助」又は神田までショートメール https://densuke.biz/list?cd=BfxGPwCnTBMLSeDx		
持ち物	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	3月2日：大阪、芦屋など…(電車移動)…下唯野駅…(徒歩又は送迎)…民宿ねこばやし 3月3日：民宿ねこばやし…(送迎)…中出コース駐車場(347m)～小荒島岳(1186m)～シャクナゲ平(1,204m)～山頂(1,523m)～シャクナゲ平～小荒島岳～中出コース駐車場…(送迎またはタクシー)…JR越前大野駅…(電車移動)…大阪、芦屋 ※青春18切符利用として越前大野発(15:08 or 17:09)→大阪駅着(20:13 or 22:17)		
概況	麓の民宿で宿泊(夕食は自炊)する一泊二日の山行になります。登山口の駐車場から山頂のピストンで標高差は1,177mになります。山頂手前の「もちがかべ」ではピッケル、アイゼンをうまく使った急斜面の登り下りの練習になります。天気が良ければ山頂付近から白山、御嶽山、北アルプスまで望む素晴らしい景色が楽しめます。行動時間7～8時間の予定(昨年の実績は8時間)。 ※宿泊費3,850円(一泊素泊まり)、交通費約4,800円(JR青春18切符2日分)		

山行名：高御位山(たかみくらやま)		実施日：3月3日(日)	
山名/山域	高御位山		
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：初級	サブリーダー	江澤(恭)
集合時間	9時35分	参加費	-
集合場所	JR 曾根駅 改札口を出て右側に見える神姫バス乗り場(9時44分発のバスに乗車・交通系IC使用可能230円)	雨天時	中止
申込締切日	2月25日(日)		
申込先	伝助または小坂まで https://densuke.biz/list?cd=tBL4cBvHMGVxX7rW		
持ち物	飲み物、お弁当、雨具		
コース	JR 曾根駅(バス)～鹿島神社一別所奥山一鷹ノ巣山一長尾奥山一高御位山一中塚山一北山奥山一魚橋登山口一宝殿駅		

概況	コースのほとんどから眺望が楽しめ、あちこちに岩場の登り下りがあり、変化に富んだ山歩きです。山頂は、大パノラマが展開、かつ休憩場所もゆったりベンチ多数あり。鹿島神社と山頂にお手洗いあり。(歩行5時間程度) JR芦屋8時44分発(新快速)→加古川で9時26分発の普通電車に乗換→曾根9時33分着
----	--

山行名：六甲全山縦走		実施日：3月10日(日)	
参 照	県連六甲全山縦走ページ https://rokkozenjyu.official.jp/		

山行名：第103回歴史ハイキング「京都御苑」			実施日：3月10日(日)	
山名/山域	京都御苑			
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	京都市営地下鉄烏丸線丸太町駅北改札口前	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			
申込締切日	3月3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、防寒具、シート他			
コース	丸太町駅9:00～堺町御門～鷹司邸跡～黒木の梅～巖島神社～九条邸跡九条家遺構拾翠亭～花山院邸跡～花山稲荷大明神～宗像神社～旧二条城石垣～下立売御門～有栖川宮旧邸(平安女学院大学有栖館)～日本聖公会聖アグネス教会聖堂(見学)～菅原院天満宮神社(菅原道真生誕の地)～第15代将軍足利義昭の居城二条城跡～斯波氏武衛陣跡～第13代将軍足利義輝邸跡～明治天皇御駐蹕所合衆會社跡～京都守護職上屋敷跡～明治天皇行幸所京都府庁碑～京都慶応義塾跡～茶屋四郎次郎邸跡～仙台藩邸跡～天璋院篤子養父近衛忠熙邸跡～水戸藩邸跡～土御門内裏跡～護王神社～蛤御門～長州藩来島又兵衛討死の地・清水谷家の椋～枇杷殿跡～12:00 昼食 12:30～西園寺邸跡・白雲神社～私塾立命館～凝華洞跡～松平容保仮本陣跡～賀陽宮邸跡～閑院宮邸跡(見学)～15:00 地下鉄丸太町駅解散(歩く距離:約6km)			
概況	京都御苑は京都市内の中心部にあって深い緑に包まれ、東西約700m、南北1300mのほぼ長方形をしており、このうち京都御所や京都大宮・京都仙洞御所等を除いた約65haが「国民公園」として開放されています。 江戸時代には140程の宮家や公家の屋敷が立ち並んでいました。御苑が現在のような姿に整備されたのは明治以降のことです。			

山行名：雪山 木曾駒ヶ岳・宝剣岳			実施日：3/16(土)-17(日)	
山名/山域	木曾駒ヶ岳/中央アルプス			
対象	会員	リーダー	神田	
グレード	体力：山行初級 技術：雪山初級	サブリーダー	荒川	
集合時間	13:00(車ごとに別途調整)	参加費	-	
集合場所	事前の打ち合わせで、車ごとに集合場所を設定	雨天時	荒天時中止	
申込締切日	2月10日(土)			
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=W5mwfHzYMGTJWq6V			
持ち物	雪山山行の装備(装備は事前のミーティングなどで確認します。)			
コース	3月16日：大阪、西宮など(13:00発)…(自家用車、約4時間)…駒ヶ根ユースホテル(宿泊、夕食は自炊の予定) 3月17日：駒ヶ根ユースホテル～菅野台バスセンター…(バス、ロープウェイ)…千畳敷駅～八丁坂～乗越浄土～宝剣山荘～宝剣岳～宝剣山荘～中岳～木曾駒ヶ岳～中岳～乗越浄土～八丁坂～千畳敷駅…(バス、ロープウェイ)…菅野台バスセンター…(自家用車)…大阪、西宮など ※参加者の技術レベルによっては宝剣岳には登頂せずに宝剣山荘で他のメンバーを待機するケースも想定しています。			
概況	雪山でのアイゼン歩行の訓練を行います(基本歩行、急斜面の登下降、岩稜や雪と岩のミックスの個所の歩行)。夏道でのコースタイムは4.3時間です。想定の実行時間は6.5時			

	間とします。駒ヶ根ユースホステルの宿泊費は 3,800 円～4,000 円（部屋や人数で変動）、バス+ロープウェイの往復運賃は 3,690 円です。 （モンベル会員はロープウェイの割引あり）
--	--

山行名：小野アルプス縦走		実施日：3月17日（日）	
山名/山域	小野アルプス		
対象	会員	リーダー	丸山
グレード	体力：山行初級 / 技術：初級	サブリーダー	矢口
集合時間	9:40（9:33 着）	参加費	-
集合場所	JR 加古川線 小野町駅 改札口	雨天時	雨天中止
申込締切日	3/10(日)		
申込先	「伝助」又は矢口まで https://densuke.biz/list?cd=Bh99WuqrB4vqTktY		
持ち物	日帰り装備		
コース	JR 小野町駅 ～ 登山口まで徒歩約 1 時間～紅山～惣山～アンテナ山～総山～安場山～愛宕山～前山～高山（15 時下山予定）（全長 9km、上り 639m、下り 600m）		
概況	小野アルプスは標高が 100～200m の低山が連なるコースですが、アップダウンが結構あり登りごたえのあるコースです。また紅山のスリリングな岩尾根登りはこのコースの最大の魅力です。コース終了後にはゆびか温泉で一汗流す事も可能です（希望者のみ）		

山行名：妙見山・ミツマタ群生地をたずねる		実施日：3/20（水・祝）	
山名/山域	能勢妙見山		
対象	会員、会員の家族友人	リーダー	江澤（恭）
グレード	体力ゆっくり級 / 技術初級	サブリーダー	岸田
集合時間	9 時 3 0 分	参加費	一般 400 円
集合場所	能勢電鉄妙見口駅 改札前	雨天時	中止
申込締切日	3 月 15 日		
申込先	「伝助」又は江澤（恭）まで https://densuke.biz/list?cd=vWtHAbP6vukL7teN		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、防寒具		
コース	妙見口駅～吉川峠～イセコ谷～ヤシキ谷～吉川峠～初谷川いこいの広場～妙見口駅		
概況	妙見山のミツマタ群生地3か所をたずねます。ミツマタは和紙の原料となる植物で、香りのよい黄色の花を咲かせます。谷を埋めるようにミツマタが群生するさまは圧巻です。歩行約3時間半。（ルートその他、下見後に変更の可能性があります）		

山行名：烏帽子岩クライミング		実施日：3月24日（日）	
山名/山域	烏帽子岩（道場）		
対象	会員	リーダー	安藤
グレード	体力初級/技術中級	サブリーダー	橋本
集合時間	9:00	参加費	-
集合場所	道場駅	雨天時	中止
申込締切日	3 月 17 日		
申込先	「伝助」又は安藤まで https://densuke.biz/list?cd=CaEKTsKLNxH2VvuT		
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		
コース	JR 道場駅～徒歩約 30 分～烏帽子岩		
概況	初心者から上級者まで多くのクライマーが集まる人気のゲレンデです。自分のレベルに応じた多くのルートがあり楽しいですよ。多くのご参加をお待ちしています。		

山行名：京都トレイル⑨ 最終		実施日：3月23日（土）	
山名/山域	京都西山		
対象	会員、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	中村
集合時間	午前 9 時	参加費	一般 400 円

集合場所	阪急嵐山駅改札前	雨天時	中止
申込締切日	3月20日		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=dyCkMGfpJKcp7UrZ または辻本まで 会員以外は alpenrosan@gmail.com にメールでご連絡ください		
持ち物	飲み物、雨具、軽食（午前中で終了予定）		
コース	阪急嵐山～法輪寺～松尾山～苔寺谷～松尾大社(解散)		
概況	京都一周トレイルの最終回です。旧松尾街道の松尾山登山口から松尾山（275m）まではけっこうな登り。竹林や雑木林、展望スポットも多い楽しい道です。解散後は近くでランチの予定です(オプション)。		

山行名：ランチ de グルメ 7「山科2」		実施日：3月24日（日）	
山名/山域	山科		
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	瀬
集合場所	京都市営地下鉄東西線蹴上駅改札口前	雨天時	小雨決行
参加費	会員¥7000, 一般¥7400（ランチ・拝観料・イヤホンガイド・資料込み）。但し交通費・飲み物は別 おつりの無いように準備をお願いします。当日のキャンセルは100%チャージがかかります。		
申込締切日	3月10日（先着33名まで）		
申込先	東郷まで：072-692-7441 携帯：090-3990-7441（瀬090-3710-2794） 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、シート他		
コース	蹴上駅9:00～ねじりまんぼ～南禅寺水路閣・金地院（一般拝観¥500）～インクライン線路～田辺朔郎銅像～蹴上舟溜り～三条通～日ノ岡～疎水第三トンネル東口～永興寺～鶴巻邸（現栗原邸）～本國寺正嫡橋～天智天皇山科陵～安祥寺～12:00 料理処「長島」昼食14:00～14:30JR山科駅解散（時間の都合により省略するヶ所あり）（歩く距離：約5km）		
概況	桜満開の山科疎水のほとりをそぞろ歩き、お昼は昨年と同じく大正浪漫あふれるお屋敷の料理処「長島」で美味しい会席料理を堪能します。		

山行名：歩荷 六甲山		実施日：3月24日（日）	
山名/山域	六甲山		
対象	会員	リーダー	吉川（雅）
グレード	体力：初級 技術：初級・中級	サブリーダー	参加者から選任
集合時間	8:00	参加費	－
集合場所	阪急岡本駅南改札口	雨天時	雨天中止
申込締切日	3月17日（日）		
申込先	「伝助」又は吉川（雅）まで https://densuke.biz/list?cd=c6cVdABdzdpscXhc		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、ヘッドランプ		
コース	阪急岡本駅南改札口～打越峠～本庄橋跡～一軒茶屋～六甲最高峰～雨ヶ峠～中央綾～芦屋川駅		
概況	荷重は「初級8kg～10kg」「中級10kg～12kg」です。歩行時間:6時間35分		

山行名：榛原から室生古道		実施日：3月30日（土）	
山名/山域	奈良県宇陀市		
対象	会員、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	参加費	会員以外は400円
集合場所	近鉄榛原駅	雨天時	小雨実施
申込締切日	3月27日(水)		
申込先	「伝助」 https://densuke.biz/list?cd=LuZYvqwS5F53vBms または辻本まで。 会員以外は 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
コース	榛原駅～高井 BS～伊勢本街道分岐～仏隆寺～西光寺～室生寺(解散)自由拝観=バスで室生口大野駅
概況	榛原からたどる室生古道。唐戸峠近くからの眺望、仏隆寺の千年桜、西光寺の枝垂れ桜、そして室生寺と見どころ満載。室生寺で解散し、自由に拝観・散策(入山料600円)、バスで近鉄駅へ(440円)。時刻表は下記 URL。駅近くの「大野寺」でバスを降りれば枝垂れ桜、弥勒磨崖仏が見られます。歩行約12km、5時間半。地形図「大和大野」 https://www.navitime.co.jp/diagram/bus/00032421/00009786/0/?from=bus.timelist

山行名：花見ハイク 石清水八幡宮と背割堤(せわりてい)		実施日：3月31日(日)	
山名/山域	京都府八幡市		
対象	会員	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9：40	参加費	背割堤の入場料として100円
集合場所	京阪石清水八幡宮駅改札口	雨天時	中止
申込締切日	3月25日		
申込先	「伝助」または尾村までショートメール https://densuke.biz/list?cd=4KztQQzXmpQAmdqU		
持ち物	弁当、飲み物、雨具、マスク		
コース	石清水八幡宮駅～表参道～石清水八幡宮～男山山上展望台～裏参道～背割堤～石清水八幡宮駅(解散)		
概況	桜咲く時期に桜の名所を訪ねます。◇頓宮・極楽寺跡、高良明神を経て表参道から男山(標高約120m)に鎮座する石清水八幡宮を参詣します。石清水八幡宮は日本三大八幡宮のひとつ、本社は国宝。途中、パワースポットの「石清水社」、白熱電球誕生となった真竹の林、「エジソン記念碑」などがあります。男山山上展望台からの木津川、宇治川、桂川が合流する景観は雄大で、他に類を見ないスケールです。◇背割堤は宇治川と木津川を緩やかに合流させるために築かれた堤防です。その堤防に1978年、約1.4kmにわたって植えられた約250本のソメイヨシノは大木となり、桜のトンネルは空の青と堤の緑が相まって見事です。(晴れておれば)◇見物しながらゆっくり歩きます。歩行6～7km、約5時間。 (ご案内)京阪電車出町柳行き準急 淀屋橋8:32～京橋8:39～石清水八幡宮9:25		

山行名：健康長寿ハイキング 有馬富士山麓の道と武庫川堤の桜		実施日：4月6日(土)	
山名/山域	兵庫県 三田		
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	リーダー	福富
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	午前10時	参加費	一般400円
集合場所	JR三田駅 改札口前	雨天時	中止
申込締切日	4月3日まで		
申込先	「伝助」または福富まで090-2114-4832 電話又はショートメールまたはSL前田まで https://densuke.biz/list?cd=2THwtvM33cczaGgx		
持ち物	弁当、水筒、雨具		
コース	JR三田駅北口神姫バス(10:10発 高平小学校行き乗車200円)～中央病院前(10:15下車)～遊びの王国～福島大池～かやぶき民家～有馬富士山麓周遊道～芝生公園～福島大池～流紋岩の露頭～大池川～武庫川堤の桜～JR新三田駅(歩行約3時間)		
概況	春の芽吹きがはじまった草花を愛でながら有馬富士の山麓の森を周遊します。なだらかな道をゆっくり歩きます。武庫川堤の桜も楽しみです。		

山行名：地図読み(中級)		実施日：4月6日(土)	
山名/山域	虚空蔵山(596m) / 丹波篠山		
対象	会員	リーダー	江澤紳
グレード	体力：ハイキング中級、技術：中級	サブリーダー	尾村
集合時間	午前9:00	参加費	-
集合場所	JR藍本駅 *8:20 JR宝塚発丹波路快速8:50着	雨天時	中止

申込締切日	3月24日(日)
申込先	下記伝助または江澤紳あてメール https://densuke.biz/list?cd=KkLTHBDVfzfCRZ6
持ち物	コンパス、クリップボード、弁当、飲み物、雨具、マスク
コース	藍本駅—旧公民館—酒滴神社—酒垂岩—中参道経由—虚空蔵堂—虚空蔵山(592m)—滝谷分岐—滝谷へ下る—滝谷池—藍本駅
概況	①藍本駅からほど近く、魅力的な名前の酒滴神社(サカダレジンジャ)を詣でた後、地図にはない道を虚空蔵堂まで歩き、虚空蔵山山頂を目指します。山頂は広くはないですが、眺めがよく山座同定を実施します。山頂からは八王子山に向かう尾根道を歩きますが、途中滝谷分岐から地図を頼りに滝谷を下り、滝谷池を経由して藍本駅に戻ります。 ②コンパスが使用できる方の参加を想定。クリップボードは山座同定に使用。 ③約7km、5時間、累計上り・下りとも約540m、地図読みしながらゆっくり歩きます。 ④地図は参加者に事前メール送信予定。

山行名：地獄谷清掃ハイク		実施日：4月7日(日)	
山名/山域	六甲		
対象	会員	リーダー	村井
グレード	体力:ハイキング:初級、技術:中級	サブリーダー	張本
集合時間	午前9:00	参加費	-
集合場所	阪急芦屋川駅北川広場	雨天時	中止
申込締切日	3/29(金)		
申込先	「伝助」または村井まで https://densuke.biz/list?cd=qEeS34x5vn2ySbRu		
持ち物	ゴミ袋・ヘルメット・弁当・飲み物・雨具		
コース	芦屋川駅～高座の滝～地獄谷(清掃)～横池(昼食)解散		
概況	恒例のアルペン担当の芦屋地獄谷清掃ハイキングです。滝や岩場の有るコースを清掃します。横池で昼食後解散です。 その後希望者は、薬大桜道へお花見ハイクとします。		

山行名：雪山初級 十石山		実施日：4/13(土)-14(日)	
山名/山域	十石山/北アルプス 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	10:00(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9(土)		
申込先	「伝助」または神田までショートメール https://densuke.biz/list?cd=CJBMg2EXdYDu3a2Z		
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	4/13: 芦屋、西宮…(車)…(高山～白骨温泉間で宿泊) 4/14: 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104回歴史ハイキング「長浜」		実施日：4月14日(日)	
山名/山域	長浜		
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	JR長浜駅改札前 (JR大阪駅発7:30新快速米原経由近江塩津行～9:09着・長浜駅)	雨天時	小雨決行
参加費	会員¥2210、一般2610円(但し拝観料・資料代含む、バス代別) お釣りの無いように準備をお願いします。		

申込締切日	4月7日（一般参加の方はフルネーム・住所・携帯電話番号を東郷まで）
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	長浜駅9:20発～湖国バス（¥350）～国友鉄砲ミュージアム（¥300）～バス停11:06発～湖国バス（¥350）～11:20着・JR長浜駅～長浜城歴史博物館（¥410）～長浜城本丸跡碑～噴水～12:30豊公園（昼食）13:00～慶雲館（明治天皇行在所）（¥300）～長浜鉄道スクエア～北国道道標～旧開知学校～北国街道安藤家～黒壁ガラス館～曳山博物館（¥600）～長浜別院大通寺～豊国神社～長浜城家臣団屋敷跡碑～15:00長浜駅解散（歩く距離：約6km）
概況	中心市街は羽柴秀吉によって長浜城の城下町として整備された。長浜城の廃城後は大通寺（長浜御坊）の門前町、北国街道や琵琶湖水運の要衝として発展し、湖北地方の中心地とされている。姉川古戦場など戦国時代の史跡が多く、国友は近世に国内有数の鉄砲生産拠点として栄えた。

山行名：L企画 生駒山（枚岡公園・なるかわ園地）		実施日：4月20日（土）	
山名/山域	生駒山系		
対象	会員	リーダー	富田
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	9:30	参加費	—
集合場所	枚岡神社鳥居（近鉄奈良線枚岡駅山側すぐ）	雨天時	小雨決行
申込締切日	2024年4月19日		
申込先	伝助または富田まで https://densuke.biz/list?cd=eTW9Q562w3RdnNB3		
持ち物	弁当、雨具、双眼鏡（あれば便利）		
コース	枚岡神社鳥居 0930>>>0940 枚岡梅林>>>枚岡神社門>>>1020 枚岡展望台 1030>>>▲神津嶽（315m）>>>1040 ふれあい広場（トイレ）>>>1100 なるかわ休憩所（トイレ）1110>>>1120 ぼくらの広場（昼食、トイレ）1150>>>▲大原山（522m）>>>1210 暗峠 1215>>>1235 パノラマ駐車場 1240>>>1250 生駒山テレビ塔 1300>>>1320 鶴林寺分岐>>>1345 ケーブル霞ヶ丘>>>1415 宝山寺門（解散）>>>近鉄宝山寺駅===近鉄生駒===難波・芦屋方面		
概況	※時々立ち止まり鳥のさえずりを聴きながらゆっくりと登ります。大阪側の枚岡公園から鳴川園地を登り、生駒山のテレビ塔から奈良側の宝山寺へ下山します。 ※集合場所は、近鉄枚岡駅の改札を出て、線路をくぐって山側へ出ると鳥居が見えます。すぐそばに綺麗なトイレがあります。 ※ぼくらの広場で風が強ければ、大原山の東屋で昼食します。 ※観察できる可能性のある鳥：コゲラ、メジロ、シジュウカラ、ヤマガラ、エナガ、ヒヨドリ、ウグイス、ジョウビタキ、ホオジロ、ツグミ、ソウシチョウ。もし、電波が受信できれば鳥の声から鳥名を推測してくれるアプリ「BirdNET」が使えます。		

山行名：ダイヤモンドトレールから杉尾の巨石と Kusati でお茶		実施日：4月21日（日）	
山名/山域	金剛山系		
対象	会員と一般	リーダー	瀬
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時18分 (南海線難波駅発8:36分橋本行急行に乗車)	参加費	一般:400円 ケーキとお茶 800円
集合場所	南海高野線紀見峠駅	雨天時	4月22日（月）に延期 (4月20日12時決定)
申込締切日	4月14日(日)		
申込先	瀬までメールで mamekiyo1@gmail.com (携帯：090-3710-2794)		
持ち物	雨具、飲み物、弁当、マスク、ストック(高低差がある階段が続くので)		
コース	天見峠駅～紀見峠～ダイヤモンドトレール（山の神～西の行者～行者杉）～杉尾の巨石～Kusati～橋本市民病院～(バス)～南海高野線林間田園都市		
概況	3回目の企画。行者も歩いたダイヤモンドトレールを辿り、行者杉の手前で日本の音百選の不動山の巨石に下山。巨石の穴から聞こえるのは、“あの世の音”か“紀の川のせせらぎ”か？杉尾の山里に635段の階段を一気に下り、ヤギさん、猫さんがお出迎えのオーガニックファームの Kusati さんでケーキとお茶で休憩後、橋本市民病院まで約30分歩いてバスに乗ります。		

山行名：なるかわ園地ツツジ			実施日：4月27日(土)
山名/山域	生駒山		
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9:30	参加費	一般400円
集合場所	近鉄枚岡駅	雨天時	中止
申込締切日	4月24日		
申込先	伝助または岸田までショートメールにて(090-4281-1531) https://densuke.biz/list?cd=wrrAANFQTqW2sXVM 一般の方は alpenrosan@gmail.com までメールにて		
持ち物	弁当 飲み物 雨具		
コース	枚岡神社～枚岡展望台～ふれあい広場～山頂(ぼくらの広場)～ツツジの広場～赤トンネル～近鉄瓢箪山駅		
概況	展望台、山頂は見晴らし良く大阪平野が見渡せます。登山道にも多くのツツジが咲き、ツツジ園のツツジは圧巻です。		

山行名：金勝アルプス			実施日：4月29日(月)
山名/山域	湖東		
対象	会員・一般	リーダー	西川
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	8:55 (芦屋 7:44～大阪 8:00～京都 8:30～ 草津 8:52 着) *9:05 発「上桐生」行に乘ります。	参加費	一般参加の方：400円 バスは交通系カード使用不可(現金のみ)440円
集合場所	JR 草津駅東口バス④乗場	雨天時	中止
申込締切日	4月24日(水)		
申込先	伝助または西川までショートメールにて(090-8380-6995) https://densuke.biz/list?cd=GZ6YnRD4CHBsZfAn 一般の方は alpenrosan@gmail.com までメールにて		
持ち物	日帰り装備、弁当、行動食、飲み物、雨具		
コース	上桐生バス停→キャンプ場→落ヶ滝→鶏冠山→天狗岩→竜王山→狛坂摩崖仏→上桐生バス停(歩行時間4時間半 休憩除く)		
概況	滝、奇岩、摩崖仏など見どころ満載の変化にとんだハイキングコースです。稜線や天狗岩からは琵琶湖を望む大展望が開けています。*途中、渡渉箇所や滑りやすい岩場があります。		

山行名：第105回歴史ハイキング「ならきたまち」			実施日：4/29(月) 祝日
山名/山域	奈良		
対象	会員と一般	リーダー	東郷
集合時間	午前9時30分	サブリーダー	前田
集合場所	近鉄奈良駅行基像前	雨天時	小雨決行
参加費	会員600円・一般1000円(参加費+資料代込み。但し拝観料別)		
申込締切日	4月20日(一般参加の方はフルネーム・住所・携帯電話番号を東郷まで)		
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、水筒、雨具、履き慣れた靴、シート他		
コース	奈良駅9:30～初宮神社～旧鍋屋交番・きたまち案内所～奈良女子大学(奈良奉行所跡)記念館(見学)～普光院～聖武天皇陵～光明皇后陵～多聞城跡(現・若草中学)～佐保川沿い(昼食)～旧奈良監獄(旧奈良少年刑務所)～般若寺楼門～旧京街道～夕日地蔵～旧奈良市水道計量器室～北山十八間戸～転害門～戒壇堂～吉城園～奈良県庁～15:00 近鉄奈良駅解散(歩く距離：約6km)		
概況	近鉄奈良駅の北側に広がるエリア。奈良女子大学記念館、天皇陵、多聞城跡や旧少年刑務所(現在ホテルに改修工事中)など見どころたくさん。		

山行名：L企画 「蘇武岳」 －加藤文太郎と植村直己が愛した故郷の山－ (オーベルジュでフランス料理&天体観測)		実施日：5月4日(土) ～5日(日) 【4連休中2日】	
山名/山域	中国山地東部(神鍋高原)		
対象	会員(最大9名)*部屋の関係で人数・男女調整します。	リーダー	江澤(紳)
グレード	体力：ハイキング中級、技術：初級	サブリーダー	江澤(恭)
集合時間	参加者にて決定	参加費	宿泊費約14,000円+交通費など
集合場所	参加者にて決定	雨天時	決行
申込締切日	3月31日 *定員充足時点で締切		
申込先	下記伝助又は江澤(紳)までショートメール https://densuke.biz/list?cd=9MWAHdQwSpzpTexf		
持ち物	登山装備一式、弁当(1日目昼食)		
コース	<p>5/4(土) 芦屋(JR北ロータリー・ホテル竹園前)⇒植村直己冒険館(見学、クライミングウォールなど)⇒神鍋道の駅 神鍋高原…分岐…分岐…神鍋山…分岐…分岐…道の駅 神鍋高原⇒オーベルジュ アルビデオ天文台(宿泊：フランス料理&天体観測) *1時間 3km 上り/下り 140m</p> <p>5/5(日) 宿⇒蘇武岳登山駐車場…蘇武岳・大杉山 万場登山口…分岐…標高619m 地点…蘇武岳登山口…分岐… 蘇武岳(1074m)…分岐…金山(一ツ山)…ニツ山…三ツ山…四ツ山…大杉山…分岐…蘇武岳・大杉山 万場登山口…駐車場⇒村岡温泉⇒芦屋 *5時間 8km 上り/下り900m</p>		
概況	<p>1日目はゴールデンウィーク4連休中日につきゆっくり神鍋高原を目指します。途中植村直己冒険館に立ち寄り見学、またはクライミング体験、その後近畿で唯一噴火口が残る、きれいなおわん型の神鍋山に登ります。宿泊する「オーベルジュ アルビデオ天文台」ではフランス料理と天体観測を楽しみます。</p> <p>2日目はメインの蘇武岳を周回。山頂からは360度の眺望が得られ展望デッキからは、麓の阿瀬溪谷から氷ノ山、鉢伏山、瀬川山、陣鉢山、扇ノ山といった但馬と因幡の山々、遠く日本海まで見渡すことができるはずです。</p> <p>下山後温泉で汗を流し、ゆっくり、安全運転で芦屋に戻ります。</p>		

山行名：L企画 九州百名山(2座)		実施日：5/18(土)-19(日)	
山名/山域	韓国岳(霧島山系最高峰)・開聞岳(薩摩富士)		
対象	会員6名	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	木下
集合時間	鹿児島空港5/18(土)9:00 ※鹿児島空港までの往復航空券は各自手配	参加費	20,000円 ※航空券別途(自己手配)
集合場所	鹿児島空港到着ゲート前	雨天時	悪天候中止
申込締切日	3月15日(金) 定員に達しましたので申込を締め切りました。		
申込先	「伝助」又は寺田まで https://densuke.biz/list?cd=wJXPkuy5qLaHhpB5		
持ち物	山行一式(参加者確定後、事前ミーティングにて決定)		
コース	<p>18日(土)： 鹿児島空港9:00(ワンボックスタイプレンタカー手配)⇒えびのエコミュージアムセンター～3合目下分岐～5合目～韓国岳1700m～ピストン～エコミュージアムセンター～下山後、指宿へ移動～指宿休暇村泊</p> <p>19日(日)： 指宿休暇村8:00⇒開聞岳登山口～2合目～5合目～開聞岳922.2mピストン～登山口⇒鹿児島空港(解散18:00)</p>		
概況	<p>初日はミヤマキリシマが開花の時期を迎えつつある、日本百名山・霧島連山の最高峰韓国岳の登頂を目指します。</p> <p>2日目は、天皇陛下が皇太子時代に登頂された開聞岳(別名：薩摩富士)に登ります。緩やかならせん状の登山道ですが、一部梯子やロープ箇所があります。</p>		

◆5月の山行予定◆

5/3-5	春山【槍ヶ岳】	5/19	生駒山系（村井/江澤恭）
5/6	矢田丘陵(矢口)	5/25	唐櫃越（辻本）
5/12	六甲クリンソウ(尾村)	5/25	クライミング（安藤）
5/18	岩稜（山崎）	5/25-26	高島トレイル1（神田）
5/19	歴史105「ならきたまち」	5/26	健康長寿・三木水辺の学校コース（福富）



- ★ 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>

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。