２０１９年４月山歩案内

芦屋の総合山岳会
アルペン芦山（ろさん）
TEL＆FAX　0797-31-6311
〒659-0072 芦屋市川西町 2-37
アシヤサウザンドビル 205

＜運営委員会開催日時＞
４月３日(水)　１７日(水)　２４日(水)
19：00～21：00

・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。
・会員はハイキングなど山行の際、**長さ 120～150cm、幅 20mm 程度のテープスリング、安全環付きカラビナ、ヘッドランプ および コンパスを携帯**してください。
いざというときの備えです。

☆花見とお茶会

申込み要　会員限定　体力 ハイキング初級　技術 基礎

と　き：４月６日（土）（雨天中止）
集　合：阪急岡本駅南改札前　午前 10：00
Ｃ　Ｌ：古田　　ＳＬ：当日選任
コース：岡本駅～保久良神社（梅林でお茶会）～風吹岩途中分岐～
薬大方面途中桜の下で昼食～薬大前（解散）
持ち物：弁当、飲み物、雨具
参加費：300 円（お茶代）
申込先：古田まで PC メールまたは携帯ショートメール
申込締切日　４月４日（お茶の用意があるため）

（概況）昨年と同じコースです。岡本からの登山道とは別の保久良神社東から登り、時期が良ければ桜並木を通って保久良神社の桜と神社上の桜回廊を歩き、向いの桜並木も歩いて桜の下のテーブルで昼食します。桜が開花し天気が良ければ楽しく過ごせると思います。２時間半位の歩行です。
　帰りの近隣駅は JR 摂津本山、阪急岡本、JR 甲南山手です。時間があれば岡本桜の園へ。

☆芦屋ロックガーデンからゴミをなくそう “地獄谷”清掃ハイク

会員限定　体力 ハイキング初級　技術 中級

と　き：４月７日（日）（雨天中止）
集　合：阪急芦屋川駅北側広場　午前９：00
Ｃ　Ｌ：竹内　　ＳＬ：尾村
コース：芦屋川駅～高座滝～芦屋地獄谷～風吹岩～横池（昼食・解散）
持ち物：ヘルメット（必携）、弁当、飲み物、雨具、ゴミ袋、手袋
（概況）近代登山発祥の地ロックガーデンは岩場、ガレ場、沢筋の滝とスリルと展望のあるコースです。コースの清掃（ゴミ拾い）を行います。危険を伴うコースを通過しますので、参加者によってはお断りするか、別コースにお願いする場合があります。
　横池で解散して、希望者は一緒に荒地山～芦屋ゲート～弁天岩～ナマズ石を経由して芦屋川駅に戻ります。地図：昭文社「六甲・摩耶」
事前申し込みは不要です。会員の多くの参加をお待ちしております。

☆天ぷらハイク

会員限定（家族・友達の参加は OK です）

と　き：４月１３日（土）（雨天決行；雨が降ったら烏帽子岩のハング下でします）
集　合：JR 道場駅改札前　午前 10：00
Ｃ　Ｌ：鬼塚　（携帯へメールしてください）
コース：道場駅～(歩く時間は短いです)～やぐら前～河原(往復)
持ち物：天ぷらの材料１０切れ分を２種類（こんなもの天ぷらにしたことないでしょうみたいなものも OKです）、食器、箸、コップ、折りたたみ椅子、自分の飲み物（アルコールなど）
参加費：200 円（ガス、油、天ぷら粉などの代金）
（概況）会員と家族・友達で、おしゃべりと山の歌で楽しみましょう。

☆歩荷訓練④（上級）

申込み要　会員限定　体力 山行上級　技術 基礎

と　き：４月１３日（土）（小雨決行）
集　合：阪急芦屋川駅北側広場　午前７：45
Ｃ　Ｌ：池田　　ＳＬ：当日選任
コース：芦屋川駅～山芦屋公園～ロックガーデン中央稜～雨ヶ峠～七曲り～一軒茶屋～

六甲最高峰～魚屋道～東屋～一軒茶屋～（往路を下山）～山芦屋公園
持ち物：弁当、飲み物、雨具、ヘッドランプ、その他ハイキング装備
申込先：池田まで携帯ショートメール　　**申込締切日　４月６日**

（概況）新しく策定した「山行のグレーディング（体力）」を目安にした訓練です。標準コースを変形して、魚屋道の東屋から登り返した後は往路を引き返し、山芦屋公園に戻ります。休憩込み８時間５０分です。
　標準コース（終点塩尾寺）に比べて距離は１km 余り短いものの、降りが３００m 以上増えるので、登降差が大きくなり、先月中止となった伊吹山の標高差とほぼ同じ１２００m となります。
　ザックは標準１２kg ですが、個人の設定で構いません。奮ってご参加ください。

☆カタクリ　小塩山（おしおやま）

申込み要　会員限定　体力 ハイキング初級～中級　技術 基礎

と　き：４月１４日（日）（雨天中止）
集　合：JR 向日町駅前バスのりば　午前８：50
（JR 三ノ宮７：37＝住吉７：45＝芦屋７：50＝尼崎８：00＝大阪８：08＝高槻８：28＝向日町８：42 着の快速野洲行きが便利。向日町駅９：05 発の阪急バス６３系統洛西バスターミナル行きに乗車）
Ｃ　Ｌ：尾村　　ＳＬ：張本
コース：向日町駅…南春日町下車～大原野神社～勝持寺(花の寺)～小塩山～カタクリ自生地～淳和天皇陵～大原野森林公園～東海自然歩道～善峯寺バス停(解散)
持ち物：弁当、飲み物、雨具
申込先：尾村まで PC メール、状況に応じて携帯ショートメール
申込締切日　４月７日

小塩山

（概況）カタクリの開花を期待して、小塩山（標高 642m）山頂付近の、西山自然保護ネットワークが保全活動をしているカタクリ自生地「炭の谷」、「N の谷」および「御陵の谷」を訪ねます。晴天ならギフチョウに会えるかもしれません。
　道中の名所に立ち寄る予定です。善峯寺からはバスで阪急東向日駅を経由して JR 向日町駅に行くことができます。歩行約１０キロ。

☆岩例会“蓬莱峡”

申込み要　会員限定　岩登り初級

と　き：４月２１日（日）（雨天中止）
集　合：阪急バス宝塚駅２番のりば　午前９：10　（9：20 発のバスに乗車）
Ｃ　Ｌ：中西　　ＳＬ：池田、竹内
コース：宝塚駅…座頭谷バス停～蓬莱峡（各ルート）～徒歩にて宝塚駅
持ち物：岩登り用具一式（ロープ、ヌンチャク５本、支点セット含む）、一般登山用具、行動食、水分
参加費：200 円
申込先：中西まで PC メール　　**４名限定**　　**申込締切日　４月７日**

（概況）今期の岩例会は例会リーダーの育成を目指し少人数で実施します。従来の登攀だけではなく、システムの理解や支点構築、岩登りの危険性、岩場でのマナーといったクライマーとして知っておきたいことも参加者で共有していきたいと思います。
　具体的には、トップロープの支点構築及びビレイ、３級ルートのリード＆フォローにおけるシステムの理解と登攀、岩場や登攀における危険性の理解など。

☆暗峠（くらがり）～信貴山ロングハイキング

申込み要　会員限定　体力 ハイキング中級　技術 基礎

と　き：４月２７日（土）（雨天中止）
集　合：近鉄奈良線枚岡駅改札前（１番ホーム側）　午前９：00
（近鉄鶴橋駅８：21 発準急奈良行きに乗車＝東花園駅８：33 着、８：37 発普通奈良行きに乗換え＝枚岡駅８：42 着、または、８：33 発普通奈良行きに乗車＝枚岡駅８：58 着）
Ｃ　Ｌ：辻本　　ＳＬ：尾村
コース：枚岡駅～暗峠～府民の森～鳴川峠～十三峠～高安山～信貴山～朝護孫子寺（ちょうごそんじ）～近鉄信貴山下駅（解散）
持ち物：弁当、飲み物、雨具
申込先：辻本まで携帯ショートメール、電話 または
「伝助」https://densuke.biz/list?cd=f4gkFAmMxFfSgvrm などで。
申込締切日　４月２４日

朝護孫子寺

（概況）生駒山系の代表的な峠である暗峠から信貴山まで縦走する約１６キロのロングトレイルです。標高は府民の森の 522m が最高地点で、緩やかなアップダウンが続き、特に難しい箇所はありません。縦走路から両側に大阪平野、奈良盆地の眺望を楽しめます。
　エスケープルートは、高安山から西信貴ケーブルで近鉄信貴山口駅、信貴山から奈良交通バスで近鉄信貴山下駅へ行くルートがあります。必要に応じて利用頂けます。

☆穂高岳（雪山）

申込み要　会員限定　体力 山行中級　技術 雪山上級

と　き：４月２７日（土）～5月１日（水・祝）（天気予報により出発日を遅らせることが有り得ます。前日までに連絡します。）
集　合：阪急梅田三番街高速バスターミナル　４月２７日　21：00
Ｃ　Ｌ：戸田　　ＳＬ：池田
コース：４月２７日 阪急梅田…（夜行バス）…
４月２８日 …松本…上高地～横尾～涸沢ヒュッテ（泊）
４月２９日 涸沢ヒュッテ～穂高岳山荘　Ａパーティー：穂高岳山荘～奥穂高岳(往復)
Ｂパーティー：穂高岳山荘～涸沢岳(往復)
穂高岳山荘～涸沢ヒュッテ（泊）
４月３０日 涸沢ヒュッテー～北穂高岳(往復)～明神～嘉門次小屋（泊）
５月　１日 嘉門次小屋～徳本峠(往復)～上高地…松本経由帰宅
持ち物：アイゼン 12 本爪、ピッケル、ヘルメット、その他冬山用装備　（詳細は別途連絡します）
申込先：戸田まで PC メール　　**申込締切日　4月2日 24：00 まで　　定員：１０名まで**

（概況）現在の当会の雪山では最高のレベルなので、申込者は原則として現在まで何回かあった訓練山行に参加された方に限らせていただきます。特に穂高岳山荘から奥穂高岳への登攀はしっかりした雪上技術が必要なので、訓練山行の様子や経験などを参考にＡパーティーを選抜させて頂きます。
　Ｂパーティーの涸沢岳は比較的簡単です。事前に選抜は行いますが、現地での体調などで、組み換えをすることもあります。この事から、ご希望に沿わないこともあり得ますが、そのことをご理解の上で申し込んでください。
　Ａパーティーの参加希望者は事前にアイゼンを履いた岩登りのトレーニングを別途行います。

☆第５０回歴史ハイキング“黒井”

一般参加可

と　き：4月２８日（日）（小雨決行）
集　合：JR 福知山線黒井駅改札前　午前 10：10
（JR 尼崎駅８：01 発丹波路快速篠山口行き乗車＝篠山口駅９：28 発福知山行きに乗換え＝10：01 黒井駅着、
Ｃ　Ｌ：東郷　滋　072-692-7441　　ＳＬ：前田、大石
（携帯 090-3990-7441　メール togo863@ezweb.ne.jp　PC togo863@neko.zaq.jp）
コース：黒井駅～歴史民俗資料館・郷土資料館（見学 200 円）～興禅寺～黒井城跡登山口～石踏の段跡～三の丸～二の丸～黒井城本丸跡（標高 356m）（昼食）～黒井城跡登山口兵主神社～JR 黒井駅乗車（福知山行き 14：08 発）～電車（200 円）～JR 市島駅下車～～（タクシー相乗り 約 1740 円、４人乗れば１人当り 435 円）～白毫寺（見学 300 円）～（タクシー相乗り）～16：00 JR 市島駅（解散、篠山口駅行き 16：15 に乗車、尼崎駅着 18：10）
持ち物：弁当、飲み物、雨具、履き慣れた登山靴（ハイキングシューズ以上）
参加費：一般 400 円（交通費、見学・拝観料別）別に資料（先着２０名限り）代 600 円

（概況）天空の城・竹田城跡に劣らない黒井城跡、春日局生誕の地・興禅寺、太鼓橋と九尺ふじの寺・白毫寺。来年のＮＨＫ大河ドラマ「麒麟がくる」を見据えた先取りハイキングに是非お越しください。歩行約６キロ。

☆ノルディックウォーキング“高野山森林浴”

申込み要　会員限定　体力 ハイキング初級　技術 基礎

と　き：４月２９日（月・祝）（雨天中止：前日 17 時時点で、当日午前６時～12 時の和歌山県北部の降水確率が 50%以上の場合）
集　合：南海なんば駅改札口前　午前８：00
（なんば駅８：13 発南海高野線橋本行き（４番線）に乗車＝高野山駅 10：10 着…南海りんかいバス「奥の院口」10：26 着）
Ｃ　Ｌ：川島
コース：奥の院口～一の橋～奥之院参道～弘法大師御廟～隠谷入口～摩尼山～黒河（くろこ）峠～金剛峯寺苗畑～奥の院前バス停
持ち物：弁当、飲み物、雨具、ダブルストック
申込先：川島まで PC メールまたは携帯　　**申込締切日　４月 24 日**

（概況）一の橋から御廟までの約２キロの道のりには、およそ２０万基を超えるお墓の数々が歴代の武将たちのオールスター勢揃いで、階級や宗派に関係なく眠っています。森林セラピー基地に選定された高野山を女人道巡りと癒し体験を満喫する８キロのコースを歩きます。

☆残雪期の火打山と妙高山

申込み要　会員限定　体力 山行中級　技術 雪山中級

と　き：6月１５日（土）～１８日（火）（天気予報により出発日を遅らせることが有り得ます。前日までに連絡します。）
集　合：JR 芦屋駅　6月１５日 午前８：00
Ｃ　Ｌ：戸田
コース：6月１５日 芦屋駅…（自家用車）…妙高笹ヶ峰（民宿泊）
6月１６日 民宿～高谷池ヒュッテ～火打山～高谷池ヒュッテ（泊）
6月１７日 高谷池ヒュッテ…黒沢池ヒュッテ～妙高山(往復)～富士見平～笹ヶ峰(民宿泊)
6月１８日 笹ヶ峰…芦屋駅
持ち物：アイゼン 12 本爪、ピッケル、ヘルメット、その他冬山用装備　（詳細は別途連絡します）
申込先：戸田まで PC メール　　**申込締切日　5月１０日**

（概況）火打山は簡単に登れますが、妙高山はしっかりした雪上技術が必要です。またこの時期の妙高山はトレースが付いていない可能性が高く、ルートファインディングの力も求められます。総合的な登山力が求められる興味あるコースです。車の運転ができる人の参加を期待します。

☆北海道の日本百名山４座

申込み要　会員限定　体力 山行初級　技術 中級

と　き：7月9日（火）～１８日（木）（異常気象で台風の接近がある場合は日程をずらします。）
集　合：JR 芦屋駅　7月9日 19：00
Ｃ　Ｌ：戸田
コース：7月　９日 芦屋駅…（自家用車）…敦賀⇒新日本海フェリー（船中泊）
7月１０日 新日本海フェリー⇒苫小牧東港…苫小牧（泊）
7月１１日 苫小牧…稚内⇒（フェリー）⇒鴛泊（民宿泊）
7月１２日 鴛泊…（タクシー）…利尻北麓野営場…利尻岳(往復)…（タクシー）…鴛泊⇒（フェリー）⇒稚内（泊）
7月１３日 稚内…宗谷岬…網走…斜里岳麓静岳荘（無人小屋泊）
7月１４日 清岳荘…斜里岳(往復)…岩尾別木下小屋（素泊まりのみ可、温泉有）
7月１５日 木下小屋…羅臼岳(往復)…雌阿寒温泉（国民宿舎泊）
7月１６日 雌阿寒温泉…雌阿寒岳(往復)…苫小牧東港⇒新日本海フェリー（船中泊）
7月１７日 新日本海フェリー⇒敦賀…芦屋
7月１８日 予備日
持ち物：通常の夏山登山の装備、無人小屋宿泊のシュラフ、マットなど　（詳細は別途連絡します）
費　用：人数によって変わりますが、１人１０万円程度です。
申込先：戸田まで PC メール　　**申込締切日　5月１５日**

（概況）本州は梅雨のシーズンですが、北海道は晴天が続きます。しかし最近の異常気象によって変わるかもしれません。基本的には麓の小屋からサブザックで往復するので体力的には楽です。ただそれが毎日続くので持久力が要ります。バテれば麓の小屋で待っていることもできます。また天候や休養のために１日予備日を取ってあります。順調に行けば、予備日を使わずに帰宅します。あるいは予備日に寝ていても良いし、観光に行く手もあります。

その他：
イ：車の運転ができる人の参加を期待します。
ロ：人数によっては飛行機+レンタカーにするかもしれません。
ハ：出発日の変更とか、１０日間は無理だがもう少し短ければ参加できるという人は相談してください。部分参加の可能性も検討します。
ニ：新日本海フェリーは２段ベッドでプライバシーも確保できます。お風呂や映画もあって快適。ほとんど揺れもないので、船酔いの心配もありません。
ホ：宿は参加者をみて決めます。差し当たり人数を把握したいので、可能性のある人はとりあえず申し込んでください。

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）参加についてのご注意

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。山行については当会ならびに当山行リーダーの都合、判断によって変更や中止の場合もあります。また当山歩案内に記載通りのコース、目的地を歩行するとは限りません。会員及び一般参加者は協力して安全な楽しい山行をしましょう。

山行中の事故（アルペン芦山主催の行事全てを含む）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、担当者は責任を負いません。山行中の事故は参加者自身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（アルペン芦山主催の行事全てを含む）に参加するにあたり、万一、山行中の事故によって、怪我、死亡、障害等が発生した場合は、いかなる場合も、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いたしません。またリーダーの判断による歩行ルートを承諾します。以上、同意のうえ、当山行に参加を申し込みます。