

2022年1月・2月 例会行事案内

● ハイキング用品一覧表

登山靴・雨具・水筒・ザック・弁当・帽子・手袋・地図・時計・筆記具・保険証・タオル・携帯電話・ゴミ袋・ティッシュペーパー・救急医薬品セット・ヘッドライト・非常食・ザックカバー・磁石・ライター・新聞紙

日帰り山行は、2日前までにリーダーまたは、サブリーダーに連絡をお願いします。リーダーは、前日までに計画書を連絡先にFAXまたは、メールでお願いします 山行指導部より

例会、山行ランク

☆	歩行が3～4時間前後、登山道も整備されている。
☆☆	一般向き歩行が4～6時間前後、登山道も整備されている。
☆☆☆	中級向き歩行が5時間以上、急な登下降がある。
★	健脚向きで急な登下降や岩稜、沢歩きあり。岩登り

◇ 初心者向きの岩登り例会は、別途表示します。◇ 会員はどの例会にも参加できます。直接リーダーに申し込んで下さい。
(但し中級向き、健脚向きの例会についてはリーダーと相談して下さい)

例会山行のリーダーの方へ

例會計画書と下山報告を下記「連絡先」に提出願います。

下山報告はTEL又はメールで願います。例会中止の場合も必ず連絡を！

1月の連絡先	平野
2月の連絡先	栄
3月の連絡先	山田(修)



※ 定員制限のある例会がありますのでご注意ください
コロナ対策のため下記の事項を守ってください

- ◆ 集合時はソーシャルディスタンスを守り、必ずマスクを着用して下さい。
- ◆ 例会参加は、実施日の2日前までに CL、又は SL に連絡ください
- ◆ 参加者が10人以上の場合は、グループ分けを行います。

新年のご挨拶を兼ねて、楽しく足慣らし

■ 1月3日(月) ☆ 『初詣・高取山三社詣り』

集 合：高速長田駅鳥居前 10:00

C L：横山(幸) SL：太田

コース：長田神社～高取神社～妙法寺～十時会広場～板宿八幡～板宿

装 備：ハイキング用品・防寒具・マスク



ワード入門から中級

■ 1月8日(土) 第6回パソコン教室のご案内

時 間：10:00～12:00

会 場：板宿自治会館 <会場は昨年12月号参照>

(板宿ダイエーの北側を板宿小学校方向に東に進む。滝川高校グラウンド南側道路沿いにあります)

募集人数：会場を広くしました。今のところ最大10名以内です。

ノートパソコン・マスク着用でお願いします。

参加希望者は金増(和)まで

主催 機関誌部 担当 金増(和)



中山寺から中山山頂へ、清荒神さんのお参りもしよう！

■1月10日(月) ☆☆ 『中山寺～奥の院～清荒神』

集 合：阪急中山観音駅 10:00 【距離 12km・歩行時間 4Hr】

C L：木下 SL：藪下

コース：阪急中山観音駅～中山寺～夫婦岩コース～中山山頂上～奥の院～
清荒神～阪急清荒神駅 下山予定時刻: 15:00

装 備：ハイキング用品・防寒具・マスク

◆ 前年、清荒神で5円玉をいただいた方はご持参下さい

※ 阪急三宮駅の集合はありません

七福神参りで今年の多くの福を祈願！

■1月15日(土) ☆ 兵庫七福神巡り

集 合：JR兵庫駅改札前 13:30 【距離6km・歩行時間2Hr】

C L：折登 SL：西(正)

コース：兵庫駅…(七福神の神社と近隣の史跡&兵庫津ミュージアム)
…中央市場前 解散予定 16:30

装 備：ハイキング用品・マスク・防寒具

岩溝登りでロープワークを学ぼう【岩稜登攀】

■1月15日(土) ★ 新春の初岩登り 菊水ルンゼ

集 合：神鉄鈴蘭台駅改札口 9:00 【距離 5 km・歩行時間 3Hr】

C L：金増(和) SL：山田(修)

コース：鈴蘭台駅～菊水ルンゼ～菊水山西尾根～石井ダム～神鉄鶉越駅

装 備：ハイキング用品・お湯・食器・ヘルメット・簡易ハーネス

例会新年会ー豚汁を準備します。昼食はおにぎり程度、飲み物は各自

※ 募集定員10名に達したので締め切りました。

※ 現地参加OK(石井ダム12:00頃)CLに申し込んでください。

冬山登山体験

■ 1月17日(月)～1月18日(火)☆☆岡山県 那岐山

集 合：地下鉄名谷駅ロータリー12:00 【距離5km・歩行時間5Hr】

C L：山田(恒)

コース：17日 名谷駅=中国自動車道～那岐山麓 山の駅コテージ（泊）
18日 コテージ～Cコース那岐山往復～コテージ

装 備：ハイキング用品・防寒具・ワカン・アイゼン

（4本爪・チェーンスパイク可） スキーストック・サングラス等

※ ワカン・アイゼンについてはご相談ください

※ 車利用のため、募集10名以内とします

※ 事前打ち合わせは、1月11日（火）14:30～15:30 会事務所にて

雪山でアイゼンワークと樹氷を楽しむ

■ 1月22日(土) ☆☆ 金剛山【距離5km・歩行時間5Hr】

集 合：阪神三宮駅 ホーム内先頭車両前 7:25

C L：太田 SL：勝

コース：阪神三宮駅～尼崎～大阪難波～南海河内長野駅～バス～金剛山登
山口～山頂広場～千早本道往復

装 備：ハイキング用品・防寒具・アイゼン(4本爪・チェーンスパイク可)
ストック・サングラス等・テルモスにお湯をご用意ください
山頂は寒いので暖かい食べ物をご用意ください(カップ麺など)

※ 交通費 約3,000円程度

※ 集合場所は阪神三宮駅、構内ホーム内先頭車両前です。
7:30に乗車

※ 予備日 1月23日(日)

※ 事前打ち合わせは、1月11日（火）13:00～ 会事務所にて

酒蔵風情と楽しいランチ 今年の新酒はどんな出来かな？

■ 1月28日（金）☆ 酒蔵めぐり

集 合：阪神魚崎駅南側 10：00

C L：山田(恒)

コース：阪神魚崎駅～菊政宗酒造記念館～白鶴酒造資料館～神戸酒心館～

装 備：防寒着・マスク・おやつ・ こうべ江南武庫の郷～阪神新在家駅

※ 酒心館近くの食堂で食事 予算は約1,000円（飲み物代別）

※ 申し込み1月10日までに山田(恒)にお願いします。

冬鳥を探そう！

■2月5日（土）☆ バードウォッチングと古刹「如意寺」

集 合：地下鉄西神中央駅 9：00 【距離12km・歩行時間5Hr】

C L：水取 SL：藪下

コース：地下鉄西神中央駅～高塚公園～西神中央公園～樫谷川沿い～如意寺
～井吹台谷口公園～地下鉄西神南駅 （14時頃解散）

装 備：ハイキング用品・防寒具・双眼鏡・マスク

※ ほとんど高低差がない街歩きです。

バードウォッチングですが、鳥がいない場合もあります。

クリーンハイク・多くの野鳥に出会うかも

■2月6日(日)☆☆歩きやすい山麓ハイキング・須磨アルプスを迂回

集 合：山陽塩屋駅 9：30 【距離 10km・歩行時間5Hr】

C L：平野 SL：栄

コース：山陽塩屋～須磨浦山上公園～旗振茶屋～おらが山～のじぎくの丘
～横尾道～東山～八幡神社～板宿 下山予定 15：00
途中下山も可（高倉台&妙法寺駅へ下山等）

参加者が多い場合 別分割コース（須磨アルプス経由）も検討

装 備：ハイキング用品、マスク、ストック、防寒具、双眼鏡

※ 参加申し込みは平野までお願いします

