

# 2022年11月・12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

例会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！

11月の連絡先 栄  
12月の連絡先 山田  
10月の連絡先 平野



## 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。
- ◆定員制限がある場合がありますので、ご注意ください。

中山駅から中山山頂へ、清荒神さんのお参りもしよう!

### ■ 11月6日(日) ☆☆ 『中山寺～奥の院～清荒神』

集 合：阪急中山観音駅10:00 【距離12km・4時間】

C L：福島 SL：高取

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

参加者の状態を見てコース変更をする場合があります

装備：ハイキング用品・防寒具・マスク

申し込みは高取までショートメールをお願いします

※阪急三宮駅の集合ではありません

### 初心者のための岩登り講習会

### ■ 11月11日(金) ★ 芦屋ロックガーデン・A 懸垂岩

集 合：阪急芦屋川駅 9:00

C L：山田(修) SL：金増(和)

受講生：5名 初心者の参加を優先します

スタッフ募集します

装 備：ハイキング用品・マスク 安全環付きカラビナ・ヘルメット  
ハーネス カラビナ2枚 シュリング3本

人とあまり遭遇しない道をいきましょう♪ 少し岩場あり

## ■ 11月19日(土) ☆☆ ゴロゴロ岳から観音山

集 合：阪急芦屋川駅 8:00 時間厳守 【阪急バス8:09に乗車】

コース：芦屋川（阪急バス）～前山公園下車～ゴロゴロ岳～観音山～奥池  
～（阪急バス）芦屋川 【距離：8.7 km・歩行時間：5 Hr】

C L：藪下 SL：金岡

装 備：ハイキング用品一式・マスク・虫よけスプレー・手袋(岩あり)  
申し込みは藪下までショートメールか電話で。

1～2日返信がない場合は電話で確認をお願いします。

源平合戦の舞台『三草山』今年も眺望を楽しみながら歩こう！

## ■ 11月21日(月) ☆☆ 三草山

集 合：名谷駅ロータリー 9:00 【距離7km・4Hr】

C L：小谷(修) SL：三好

コース：名谷駅～三草山山口駐車場～三草山～天狗岩～昭和池～山口駐車場  
～名谷駅

装 備：ハイキング用品・マスク

※ 車使用のため12名限定 現地集合可（山口駐車場）

## ■ 11月23日(水・祝) FRS秋のウォーキング

Aコース；須磨区役所～板宿の森～離宮公園～須磨寺～須磨海岸

Bコース；須磨浦公園駅～旗振山～柁尾山～離宮公園～須磨海岸

Cコース；名谷駅～ボンボン山～奥須磨公園～須磨寺～須磨海岸

◆ 各コースとも受付8:45から、出発9:30

ゴールはJR須磨駅南海岸15:00頃、  
海岸清掃と全体集会をして16:00解散

※ 参加無料、弁当持参、清掃用具は用意あり。

※ 詳細については 担当者；山田(恒)、折登に問い合わせ下さい

◆ 雨天など中止の場合 <予備日；26日(土)>

分割で六甲縦走にチャレンジしてみませんか！

紅葉が美しい季節 六甲山縦走パート2

■11月27日(日) ☆☆ 鶴越駅～摩耶山

集 合：鶴越駅 8：30 【距離：16 km・歩行時間8 Hr】

C L：横山(幸) SL：小谷(修)

コース：鶴越駅～菊水山～鍋蓋山～市ヶ原～摩耶山～新神戸駅

装 備：ハイキング用品一式・集合時マスク

全10分割の⑧区間；高雄の紅葉は如何に？京都トレイル(3)

■11月30日(水)☆☆ (京見峠南～高雄橋)

【距離：A(2.8k) + ⑧8.0k・時間：(1H) + 4H】

集 合：阪急神戸三宮東改札口 7：35 (7：45 発特急に乗車)

C L：折登

コース：三宮⇒大宮・四条大宮=(バス)=鷹峰源光庵前～(A)～京見峠南～  
《⑧区間》～高雄橋～【神護寺】～\*高雄=(バス)=四条大宮・  
大宮⇒三宮(19:00 予定) \*下山予定時刻；17:00

装 備：ハイキング用品、移動時マスク

※ 大宮～京見峠間はタクシー利用(+1,000円程度)も考慮します。

※ 到着後に神護寺の拝観(オプション；600円)を予定。

※ 当日中止の場合は参加者と相談をして、1週間以内に実施します。

※ 交通費1,720円(阪急区間はお得な特殊切符あり)



## 2DAY 登山教室 《座学》

### ■12月3日(土) 13:00~16:00

場所 長田区文化センター 3階 第2会議室

内容 ① 山の歩き方とマナー 講師・小谷(修)

② 登山の服装と装備 講師・平野

③ 地図の見方 講師・勝

\*各50分(質問時間10分含む)×3講座(休憩10分)

申し込みは勝まで

紅葉がまだ見られるかも！今年一年間の総まとめ、多くの参加を！

### ■12月4日(日) 『納山祭&クリーンハイク』

場所：烏原貯水池 ※参加者は、各運営委員に連絡下さい

集合：神戸電鉄ひよどり越駅 10:00 現地集合 10:30

C L：山田(恒) SL：折登

◆豚汁・おでんを作りますので会費は実費500円くらいです！

食器持参・弁当(おにぎりくらい) ※お酒等は、各自で用意ください

◆食材などの買い出し要請があれば、協力をお願いします

## 読図山行 2DAY 登山教室 《実技編》

### ■12月10日(土) ☆☆ 摩耶山

集合：阪急王子公園駅・西口 9:00 【距離：10km・時間：6Hr】

C L：勝

コース：王子公園駅・西口～青谷道～行者堂跡～摩耶史跡公園～掬星台・

摩耶山頂～天狗道～学校林道分岐点～学校林道～東山～

旧摩耶道～新神戸駅

装備：ハイキング用品一式、マスク、シルバコンパス、地図

地図は用意します