

し

## 2023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！

1月の連絡先 平野  
2月の連絡先 栄  
3月の連絡先 山田(修)



## 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。

### 2023年 新年のごあいさつ・足慣らしをしましょう

#### ■1月3日(火) ☆ 三社詣 高取山

集 合：高速長田駅鳥居前 10:00

C L：横山(幸) SL：太田

コース：高速長田駅鳥居前～長田神社～高取神社～荒熊神社～妙法寺～  
板宿八幡神社～板宿

装 備：ハイキング用品・マスク・防寒具

新しい年を迎え、みなさんが健康と幸せでありますように！！  
大好きな山登り、安全に楽しく歩きましょう！

### 酒蔵風情と楽しいランチ 今年新酒の出来栄は？

#### ■1月6日(金) ☆ 神戸灘酒蔵めぐり

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～  
こうべ甲南武庫の郷～阪神新在家駅

装 備：防寒着・マスク・おやつ

※ 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 4 日までに、山田(恒)にお願いします

## 2023年 新春岩開き

### ■ 1月14日(土) ★ 百丈岩

集 合：JR 福知山線 道場駅 9:00

C L：山田(修) S L：金増(和)

コース：道場駅～やまびこ茶屋～百丈岩ピストン～やまびこ茶屋

装 備：ハイキング用品・ヘルメット・食器 ビール等は各自

※ やまびこ茶屋にて鍋料理をします。

※ 定員は10名とします。

全10分割の⑥区間；歴史に彩られた山里をつなぐ峠道を歩く

### ■ 1月18日(水) ☆☆ 京都トレイル(5)

大原・戸寺バス停～二ノ瀬 【距離：8.1k 時間：3.5H】

集 合：阪急神戸三宮駅東改札口 8:00 (8:10 発通勤特急に乗車)

C L：折登 下山\*予定時刻；16:00

コース：三宮⇒河原町・四条河原町 BS=戸寺 BS…《⑥区間》…【鞍馬寺】  
…二ノ瀬\* ⇒出町柳⇒祇園四条…河原町⇒三宮(18:20 予定)

装 備：ハイキング用品・マスク、防寒着、軽アイゼン

※ 希望があれば、鞍馬寺に立ち寄ります。(拝観料；300円)

※ 交通費 2,350円(阪急区間はお得な特殊切符あり)

ガイド図用意します。



新年をみんなで楽しく語り合いましょう！

■ 1月21日(土) 『2023年・新春の集い』

会 場：板宿イオンビル 「ビバタウン会議室」(板宿ビル4階)

時 間：14:00～16:00

会創立50周年記念行事・春のバスハイク・新年の抱負等  
茶話会で、山の話に花を咲かせましょう

会 費：300円 (ケーキ等、コーヒー、紅茶、緑茶、色々あります)

◆参加は、各運営委員会ルートで連絡下さい

担 当：折登

たくさんの参加お待ちしております！

※ 板宿イオンビルの北出入口 トイレの東側にあるエレベーターを使用して  
4階へ。わかりにくいので連れ立って来てください

雪山でアイゼンワークと樹氷を楽しむ

■ 1月22日(日) ☆☆ 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～金剛山往復

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発に乗車

## 冬鳥を探そう！

### ■ 1月28日(土) ☆ 池めぐりとバードウォッチング

集 合： 西神中央駅 8：50 時間厳守 【距離5km・歩行時間4Hr】

C L： 水取 SL： 藪下

コース： 西神中央駅～神姫バス43系統7番のりば9：05発～出合橋バス停  
下車～大池～黒星池～野々池貯水池～神姫バス～西神中央駅

装 備： ハイキング用品一式・マスク・双眼鏡・防寒具

注 意： ① 雨天の場合は双眼鏡が使用できないので中止します

② ほとんど高低差のない歩きですが、時々止まって鳥を観察するので寒くないよう準備して下さい。

③ 鳥がいない場合もありますが、運がよければコウノトリが見られるかも。

寒い季節ですが、いろいろな野鳥に出会うかも

### ■ 2月5日(日) ☆☆ クリーンハイク

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

温かい飲み物用意しますので、テルモスにお湯を入れ、コップも持参下さい

※ 参加申し込みは平野までお願いします

## 六甲山アイスガーデン氷瀑巡り

### ■2月10日（金） ★ 有馬四十八滝

集 合：神鉄有馬温泉駅 9：00 【距離 4km・歩行時間 4Hr】

C L：勝 SL：金増(和)

コース：有馬温泉駅～紅葉谷～七曲滝他～百間滝～似位滝～白石滝～紅葉谷  
～有馬温泉駅

装 備：ハイキング用品・ヘルメット・簡易ハーネス・  
軽アイゼン又はチェーンアイゼン・防寒着

※ 寒い時です。お湯・食器を持参してコーンスープ、みそ汁、  
コーヒーを作しましょう（各自）

◆定員は 10 名とします。

## 自然環境サミット2023 須磨FRS ネット主催

### ■2月25日（日）

### 『須磨の自然を次世代に～SDGs と私たちの活動』

場 所：須磨区役所 2F 13：30～16：00

問い合わせは 山田恒男・栄 和美まで

詳細は 2 月号にチラシを折り込む予定です