

2026 年 1 月・2 月例会案内

● 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 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 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)



- ◆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。

新年のごあいさつ・足慣らしをしましょう

■1月3日（土） ☆ 三社詣 高取山

集 合：高速長田駅鳥居前 10:00

C L：堀 SL：横山(幸)

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・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 「新酒」今年の出来栄えは？

■1月5日（月） ☆ 神戸灘酒蔵めぐり

※ 日程変更しました

集 合：阪神魚崎駅改札口 10:00

C L：山田(富) SL：栄

コース：魚崎駅～菊正宗酒造～東屋～浜福鶴酒造～桜政宗酒造～櫻宴(ランチ)
～魚崎駅

装 備：防寒着・マスク

※ 櫻宴でランチの予定。

※ 予算は約2,500円程度（飲み物代別）

ランチの事前予約の為、人数10名限定とさせていただきます。

新年をみんなで楽しく語り合いましょう！

受付時間が変更になりました

■ 1 月 18 日（日） 2026 年 新春の集い

会 場：板宿イオンビル 4 階「ビバタウン会議室」

11：30（受付） 12：00～15：00

内 容：今年の抱負、会活動など想いを語りましょう

会 費：1,000円 （弁当、お茶、乾杯ビール含む）

担 当：運営委員会

※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で 4 階へ
わかりにくいので連れ立って来てください

*たくさんの参加をお待ちしています！

新春岩開き・鍋料理

■1月25日（日） ☆☆ 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：山田(修) SL:金増

コース：鈴蘭台駅～菊水ルンゼ～石井ダム～鍋料理～神鉄鶉越駅

装 備：ハイキング用品・お湯500ml・食器・ハーネス・ヘルメット・
シュリング2～3本・カラビナ2～3枚

寄せ鍋を準備します。料理代800円程度 飲み物は各自

※ 募集人数は10名とします

須磨 FRS ネット

自由参加

■2月1日（土）『須磨の自然の未来を語ろう会』

基調講演：布川雅典氏 （吉備国際大学農学部教授）

『須磨の森・川・海のつながりを生物から見てみよう』

場 所：須磨区役所 多目的会議室 13：30～16：00

定 員：200名

参加希望者は、直接 web フォーム（神戸市イベントフォーム）まで

◆ 申込期間 12月8日～2026年1月26日

※詳細は折込チラシをご覧ください