

# 2026年5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！

5月の連絡先 栄  
6月の連絡先 山田(修)  
7月の連絡先 平野



- ◆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。

## 神話の舞台を訪ねて

### ■5月11日（月）☆ 淡路島は日本の始まり？！

集 合：板宿、名谷ロータリー 8：00

C L：島村 SL：山田(富)

コース：板宿、名谷～淡路鳴門自動車道～西淡三原IC～土生港～沼島～土生港～県道76～28～洲本IC～津名一宮IC～県道88号～伊弉諾神宮～県道31号～五斗長垣内遺跡～北淡IC～神戸

下山予定時間 16：30

装 備：ハイキング用品・昼食

\*自家用車利用のため定員10名とします。

\*五斗長垣内遺跡は弥生時代の鉄器の生産を見る事ができる貴重な遺跡で、プラタモリでも紹介されています。

ちくさ湿原クリンソウ群生地と山間にひっそりと咲くヤマシャクヤク

### ■5月18日（月）☆☆ 駒の尾山&ちくさ湿原

集 合：板宿・名谷駅ロータリー 8：00 【距離8km・歩行5Hr】

C L：小谷 SL：平野

コース：神戸＝中国道＝山崎IC～駒の尾山登山口～大海里峠～駒の尾山～大海里峠～駒の尾山登山口～山崎IC＝国道＝神戸

装 備：ハイキング用品 ストック

◆ちくさ高原とヤマシャクヤクの散策コースもあり

自家用車利用のため定員あり10名

## ■5月25日（月） ☆ アンネのバラ教会と北山植物園

集 合：阪急三宮駅東改札口 9：00

C L：金岡 SL：杉山

コース：阪急三宮駅～阪急甲陽園～アンネのバラ教会～神呪寺仁王門前  
さくら茶屋付近（昼食）～神呪寺～北山貯水池～北山公園～  
北山緑化植物園解散

装 備：ハイキング用品

## ■5月30日（土） ☆ 高 取 山

ちょこっと歩き ちょっぴり岩稜

集 合：地下鉄妙法寺駅 9：00 【距離 5km・歩行 2.5Hr】

C L：勝 SL：中村

コース：妙法寺駅～ 口の川～ 禅昌寺西尾根～ 荒熊神社～ 高取神社～  
安井茶屋～ 高神の滝～ 板宿へ

装 備：ハイキング用品 行動食

◆ お昼に解散予定（弁当不要）

主催 兵庫県勤労者山岳連盟

## 兵庫労山60周年記念 氷ノ山登山大会

2026年5月30日（土）～31日（日）1泊2日

登山集会の目的

自然保護活動をはじめとして兵庫労山と深い関わりのある氷ノ山において、登山、交流会（懇親会）を通じて各会と兵庫労山のこれからの発展を誓い合う場とする

※ 参加者決定しましたのでお知らせします

黒田、金増、堀、北村の4名が参加します

※ 大会参加者は、160名を超えました。

## 初夏の里山散策（大賀ハス・ササユリ）

### ■6月3日（水）☆ やしろの森公園

集 合：西神中央駅 板宿駅 9：00 → ひまわりの丘公園 10：00

C L：川島 SL：藪下

コース：ひまわりの丘公園 10：00～平池公園～やしろの森公園 11：00

～やしろの森公園出発 14：00～ひまわりの丘公園 14：30～

※ 装 備：ハイキング用品一式 双眼鏡があれば持ってきてください

※ 西神中央から車2台、板宿から1台は出せます。

※ 現地集合可。申込時、ひまわり公園か、やしろの森公園か伝えて下さい。

## 予 告

### ■6月20日（土）第53回定期総会

場 所：長田区文化センター講習室1

時 間：10：00～15：00

昼食後、午後から懇親会の予定

※詳細は6月号に掲載予定です。

※万障お繰り合わせの上、ご参加くださいますようお願いいたします。