4月ハイキング・行事予定表(1)

日程	タイトル・山域・コース・地図	担当者・連絡先 集合場所・時刻	グレード
2日 (火)	**摂津峡で花見(ちょっと山と城跡)** 塚脇バス停10:17→桜公園→芥川城跡入口11:15→三好山(芥川城跡)11:40→桜公園12:20(花見昼食)→塚脇バス停14:20→高槻駅14:41 歩行時間:2時間、歩行距離:5.5km、定員:10名程度 花見の名所の桜公園で花見を予定しています。	L:円成寺 JR高槻駅 北バス停②乗り場 9時55分	A
3日 (水)	**桜とこぶしを楽しむ** 阪急夙川駅9:00～銀水橋～北山植物園～北山貯水池～鷲林寺～観音山～奥池～ゴロゴロ岳～水車谷～阪急芦屋川16:10 歩行時間:3.5時間、歩行距離:9km	L:桐原 阪急夙川駅 9時00分	B
4日 (木)	**桜の花の下、古道をたどって吉野山へ** 大阪阿部野橋駅7:50→〈近鉄〉→9:17大和上市駅9:25→〈やまぶきバス〉→9:38宮滝バス停10:00～桜木神社～高滝～吉野山(花矢倉展望台・吉野水分神社)【昼食】～吉水神社～金峯山寺～15:40吉野駅16:07→〈近鉄〉→17:46大阪阿部野橋駅 歩行時間:4時間、歩行距離:11km	L:大野 近鉄 大阪阿部野橋駅 東改札口 7時35分	B
4日 (木)	**天狗道尾根の天狗岩の展望とガーデンテラスの展望を楽しみ、五助山を通って下山する** 阪急岡本駅8:50→(歩)→JR本山駅前BS 9:10→(バス)→9:24渦森台4丁目BS9:30→寒天橋→天狗岩→みよし観音→ガーデンテラス→五助山→エクセル東BS14:35→14:45渦森橋BS→(バス)→阪急岡本駅 歩行時間:4.4時間、歩行距離:8.5km	L:久保 阪急岡本駅、8時50分 渦森台4丁目バス停 9時30分	B
4日 (木)	**伊丹緑道～たんたん小道～昆陽池公園を1周ウオーキング** 阪急伊丹駅10:00～猪名野神社～伊丹緑地～緑ヶ丘公園～伊丹廃寺跡～瑞ヶ池公園(昼)～昆陽池公園1周～昆陽池公園前バス停14:41～阪急伊丹駅15:00 歩行時間:3.5時間、歩行距離:9km	L:菊田 阪急伊丹駅 10時00分	A
6日 (土)	**ツツジに桜に春を満喫しに行こう** 阪急山本駅8:40－最明寺－万願寺西山－中山山頂(昼食)－兵庫自然歩道－大峰山－桜の園(ティタイム)－大峰山登山口－武田尾駅15:20解散 歩行時間:5.7時間、歩行距離:13km、定員:15名	L:嶋村 阪急山本駅 8時30分	B+

4月ハイキング・行事予定表(2)

日程	タイトル・山域・コース・地図	担当者・連絡先 集合場所・時刻	グレード
6日 (土)	**体験ハイク「甲山」** 阪急夙川駅9:00～銀水橋～北山緑化植物園～北山ダム～甲山(昼食)～甲山森林公園～13:50阪急甲陽園駅 歩行時間:4.5時間、歩行距離:9km、会員定員:12名	L:吉岡 阪急夙川駅 南改札口 9時00分	A
6日 (土)	**備中松山城と猫城主さんじゅーろー** 備中高梁駅10:40－松山城登山口－ふいご峠駐車場－松山城天守－(散策・昼食)－ふいご峠駐車場－松山城登山口－備中高梁駅14:40 歩行時間:3時間、歩行距離:6km	L:福田 JR備中高梁駅 (JR 伯備線) 10時30分	B
6日 (土)	**夏山セミナ①夏山の知識(座学)** ①夏山セミナー概要説明:9:30～ ②夏山の知識1(装備、服装、計画、読図基礎):9:45～ ③夏山のリスク(天候、ケガ病気):13:00～ ④その他:14:00～15:00	L:金谷 西宮勤労会館 9時30分	―
7日 (日)	**青春切符を使って山旅。 桜の季節に賤ヶ岳から山本山の縦走** JR余呉駅9:30～湖畔散策～大岩山～賤ヶ岳山頂(昼食)～山本山山頂～山本山登山口バス停16:46＝JR河毛駅 歩行時間:約7時間、歩行距離:約13km	L:蟹沢 JR大阪駅中央改札口 7時15分	B
7日 (日)	**クリーンハイク** 阪急夙川駅～北山貯水池～鷲林寺～奥池広場(昼食・解散)～東お多福山バス停 持ち物:金バサミ、ゴミ袋	受付:鈴木 阪急電車夙川駅 9時00分	A
7日 (日)	**さくらフォトロゲイニング in 八尾・柏原** 【チーム制】1班2～5人。4チームは申込済み 【使用地図】大会から支給されたもののみを使用 【最寄駅】JR志紀駅or柏原駅、近鉄法善寺駅	L:泉 新田ゼラチン本社 8時00分	A
7日 (日)	**西滝ヶ谷～水晶谷** エクセル東バス停9:00 – 五助堰堤 – 西滝ヶ谷分岐 – 極楽茶屋跡 – 六甲ビューパレス – 六甲山頂駅 – 六甲ガーデンテラス – 石切道登山口 – 15:19エクセル東バス停 歩行時間:6時間30分、歩行距離:11km、定員:8名 参加条件あり、ヘルメット、スリング、カラビナ	受付:阪上 JR住吉駅改札 8時30分	C

4月ハイキング・行事予定表(3)

日程	タイトル・山域・コース・地図	担当者・連絡先 集合場所・時刻	グレード
10日 (水)	**蜻蛉の滝から吉野山最高峰「青根ケ峰」を歩く** 大阪阿部野橋駅7:50→〈近鉄〉→9:18大和上市駅9:25→〈やまぶきバス〉→9:43西河BS～蜻蛉の滝～吉野古道分岐〈昼食〉～青根ケ峰～金峰神社～吉野水分神社～花矢倉展望台～金峯山寺～16:15吉野駅16:37→〈近鉄〉→大阪阿部野橋駅 歩行時間:5時間、歩行距離:12km	L:大野 近鉄大阪阿部野橋駅 東改札口 7時35分	B
10日 (水)	**ヒカゲツツジと向山連山を楽しむ** 観音堂登山口(9:30)～二の山～三の山～四の山～深坂北峰～向山～五の山～蛙子峰～珪石山～清水山～剣爾山～鳳翔寺登山口(15:40)	L:桐原 JR石生駅 福知山線 9時15分	B
11日 (木)	**社家郷山周回のアドベンチャーコースと 西宮にもあるアルプスで楽しもう!** 阪急西宮北口駅9:10(阪急夙川駅9:30)→(バス)→9:51六甲保養荘10:00→社家郷大滝→小笠峰→(岩場アルプス)→焼石ヶ原→馬の背→樫ヶ峰→15:20六甲保養荘15:42→(バス)→阪急夙川駅 歩行時間:3.6時間、歩行距離:5.9km	L:久保 阪急西宮駅南側BS 9時00分	B
13日 (土)	**三輪山登山と山辺の道散策** 桜井駅9:10→三輪山平等寺→大神神社→三輪山登山口→三輪山→三輪山登山口→八大竜王大弁天分岐付近にて昼食→桧原神社→景行天皇陵→崇神天皇陵→長岳寺入口→14:56柳本駅 歩行時間:5.5時間、歩行距離:12km	L:村上 近鉄桜井駅改札口 9時00分	A
13日 (土)	**すき焼きハイク** 阪急神戸三宮駅9:00－諏訪山公園－大龍寺－再度公園11:30(食事)15:00再度公園バス停15:18－三宮16:07 歩行時間:2時間30分、歩行距離:7km	L:森 阪急神戸三宮駅 西改札口 9時00分	A
13日 (土)	**春山トレーニング** **(芦屋川～黒岩谷西尾根～六甲山～有馬)** 阪急芦屋川駅8:00→滝の茶屋→風吹岩→雨ヶ峠→東おたふく山→土樋割峠→一軒茶屋(昼食)→六甲山頂→15:50有馬温泉 歩行時間:7.5時間、歩行距離:12.8km	L:阪上 阪急芦屋川駅 8時00分	C
14日 (日)	**山の学校「岩場を登る」** **岩稜帯の歩き方、三点支持での岩場登り技術取得** アプローチシューズまたは登山靴、登攀用具(ヘルメット)、スリング(60㎝・120㎝各1本)安全環付きカラビナ2個) ※ハーネスをお持ちの方は持ってきてください。	L:望月 宝塚駅前バス停 8時15分	C

4月ハイキング・行事予定表(4)

日程	タイトル・山域・コース・地図	担当者・連絡先 集合場所・時刻	グレード
14日 (日)	**谷上駅～石楠花山～長峰山～六甲駅** 神鉄谷上駅9:00→花山南登山口→烏帽子岩分岐→石楠花山→天狗岩→烏帽子岩分岐→シェール道出合→穂高湖北西出合→(シェール槍)→12:10穂高湖畔→杣谷峠→長峰山→篠原大住宅入口→15:00阪急六甲駅 歩行時間:4.8時間、歩行距離:12km	L:久保 神鉄谷上駅 改札口 9時00分	B
14日 (日)	**春の近江八幡を味わう** 9:15近江八幡駅→八幡山公園→出丸登り口→鶴翼山(見学・昼休憩など1h)→北ノ庄城址→望西峰→1310百之神社(解散) 歩行時間:4時間以内、歩行距離:6.5km	L:下平 JR近江八幡駅改札口 9時20分	A
18日 (木)	**摩耶山 地蔵谷～摩耶山～旧摩耶道～雷声寺** JR三ノ宮駅9:00→JR新神戸駅→布引貯水池→市ケ原→地蔵谷出合→地点A_渡渉→地点B_堰堤→縦走路出合→12:30掬星台→山門下→行者堂跡→東山→雷声寺跡→JR新神戸駅東→15:20JR三ノ宮駅 歩行時間:5時間35分、歩行距離:13.8km	L:久保 JR三ノ宮駅 中央改札口 9時00分	B
20日 (土)	**カトラ谷ニリンソウと金剛山** 金剛登山口バス停9:00～タカハタ谷分岐～カトラ谷分岐～山頂広場～一の鳥居～ちはや園地展望台～金剛山ロープウェイ金剛山駅～細尾谷分岐～14:40金剛山ロープウェイバス停 歩行時間:5時間40分、歩行距離:約10km	L:田中 南海河内長野駅前BS 3番乗り場付近 8時00分	B
20日 (土)	**山の学校「読図(実技)」** 仁川駅9:00→弁天池→地すべり資料館→甲山森林公園→北山ダム→北山緑化植物園→銀水橋→16:20夙川駅 歩行時間:6時間、歩行距離:10㎞ 持ち物:地図、シルバーコンパス、バインダー、筆記用具	L:阪上 阪急仁川駅東改札口 8時45分	A
21日 (日)	**公開ハイク「小野アルプス」** 9:00市場駅→白雲谷温泉ゆぴか→愛宕山 →安場山→アダメ峠→惣山→アンテナ山→惣山→紅山→紅山登山口→女池→15:00小野町駅 歩行時間:約6時間、歩行距離:約9.5km	L:井上 JR市場駅 8時40分	B

4月ハイキング・行事予定表(5)

日程	タイトル・山域・コース・地図	担当者・連絡先 集合場所・時刻	グレード
21日 (日)	**バリエーションルート** 西谷公園8:50 – 寒天橋 – 天狗橋 – 凌雲台/昼食 –五助山 –打越峠 – 山ノ神 – 16:00岡本駅 ※天狗橋到着が13:30以降の場合はルート変更します。 歩行時間:7時間、歩行距離:11km、定員:健脚の方8名	L:泉 渦森橋バス停 8時30分	C
21日 (日)	**夏山セミナー②体力確認** 芦屋川7:40－ 高座の滝－ 風吹岩－ 雨ヶ峠－ 七曲り－一軒茶屋－12:15六甲山頂－一軒茶屋(昼食)－ 七曲り－ 雨ヶ峠－風吹岩－ 保久良神社－ 16:00岡本駅 歩行距離:14.8km	L:金谷 阪急芦屋川駅 北側公園 7時30分	B
27日 (土)	**夏山セミナー③岩場通過** 王子公園8:45～行者堂跡～<行者尾根>～行者尾根下山点～摩耶山～11:35掬星台(昼食)～穂高湖～シェール槍～杣谷峠～長峰山(天狗塚)～15:30六甲ケーブル下 歩行時間:5時間30分、歩行距離:14km	L:大野 阪急王子公園駅 東改札口 8時30分	C
27日 (土)	**天ヶ森(ナッチョ)・天ヶ岳** **京都「大原の里10名山」の2座に登った後、シャクナゲ尾根に立寄り、シャクナゲを観賞する。** 国際会館駅8:40→(バス)→9:10小出石BS9:15→天ヶ森→天ヶ岳→分岐C→(シャクナゲ観賞)→分岐C→翠黛山分岐→16:20大原バスセンター16:52→17:42阪急河原町駅 歩行時間:6.2時間、歩行距離:15.4km	L:久保 京都地下鉄 国際会館駅改札口 8時30分	C
27日 (土) ～ 29日 (月)	**四国の山肌に咲くアケボノツツジを見に行こう** 4/27　大阪南港22:00＝(フェリー)＝ 4/28　6:00東予港6:30＝(マイカー)＝日浦登山口7:45→西赤石山→東赤石山→16:05筏津登山口＝東予港22:00 4/29　(フェリー)＝6:00大阪南港	受付:阪上 大阪南港ﾌｪﾘｰﾀｰﾐﾅﾙ 20時30分	B
28日 (日)	**狸谷山のんびりハイク** 一乗寺駅9:40 – 狸谷山自動車祈祷所 – 狸谷 – 瓜生山 – 延暦寺山城跡12:05 – てんこ山 – 修学院山 – 一乗寺中谷 – 一乗寺駅15:30 歩行時間:4.2時間、歩行距離:約10km	L:久泉 叡山電鉄 一乗寺駅 9時30分	A
29日 (月祝) T例会	**琵琶湖ブルーの絶景を楽しみながら、1000メートルの登り下りでトレーニング** 9:10蓬莱駅出発→薬師の滝→小女郎峠→蓬莱山→打見山(ガーデンテラス)天狗杉→志賀駅16:00 歩行時間:7時間、歩行距離:12km、定員:8名	L:寺内 JR蓬莱駅 8時50分	C