

5月ハイキング・行事予定表(1)

日程	タイトル・山城・コース・地図	担当者・連絡先 集合場所・時刻	グ レ ード
2日 (木)	風吹岩・七兵衛山(芦屋川駅～岡本駅) 阪急芦屋川駅9:30→山芦屋公園→登山口→城山→鷹 尾山ルート別れ→キャッスルウォール分岐→風吹岩→横 池南東分岐→七兵衛山→金鳥山→展望広場→保久良 神社分岐→登山口公園→15:00阪急岡本駅 歩行時間:3時間45分、歩行距離:9km	L:久保 阪急芦屋川駅北側 9時00分	B
3日 (金祝) T例会	花とブナの横山岳 ～春の花の競演と新緑のブナ林を楽しむ～ 白谷登山口～太鼓橋～経の滝～五銚子の滝～横山岳 西峰～横山岳東峰～東尾根登山口～夜這いの滝～白 谷登山口 歩行時間:5時間50分、歩行距離:7.9km	L:樋野 JR大阪駅 6時30分	C
3日 (金祝) ～ 6日 (月)	ゴールデンウィークを遊ぼう！！ 『長野県安曇野の古民家を拠点に、新緑の風に吹かれ て高原ハイキングと青空に映える北アルプスの雄姿を眺 める♪』 5/3: JR松本駅=(レンタカー)=ユーロ安曇野ベース 5/4: 奥裾花自然公園(国内有数のミズバショウの群生と ブナ原生林)&奥裾花渓谷ハイキング 5/5: ハイキング 5/6: 美ヶ原ハイキング(王ヶ頭ホテルでランチ・お茶?)	L:蟹沢 JR松本駅 15時00分頃	
5日 (日祝) T例会	七種三山縦走 七種槍から七種山、薬師峰を周回するコース 変化に富んだ岩尾根歩きを楽しむ 青少年野外活動センター～七種槍山頂～小滝林道・七 種山分岐～七種山・薬師峰分岐～七種山山頂～笠岩～ 七種山山頂～薬師峰～青少年野外活動センター 歩行時間:約7時間、歩行距離:11km、定員:8名	L:樋野 JR宝塚駅市民トイレ前 6時30分	C
6日 (月休)	五助山～紅葉谷～有馬温泉 阪急岡本駅9:00→八幡谷入口→山の神→打越峠→住吉 道出合→12:00五助山→縦走路出合縦走路出合→Gテラ ス→極楽茶屋→百間滝分岐→紅葉谷出合→炭屋道分 岐→有馬温泉駅→15:45太閤橋BS 歩行時間:6時間、歩行距離:12.1km	L:久保 阪急岡本駅南改札口 9時00分	C

5月ハイキング・行事予定表(2)

日程	タイトル・山城・コース・地図	担当者・連絡先 集合場所・時刻	グレード
11日 (土)	体験ハイク「修法ヶ原」 元町駅～諏訪山公園～狸ヶ池～大龍寺～修法ヶ原～ 市ヶ原～布引の滝～新神戸駅 定員:一般8名、会員12名	L:太田 JR元町駅東改札口 南側駅前広場 9時00分	A
11日 (土)	日本百名山八経ヶ岳に登る 国道309号トンネル西口登山口9:00 → 奥駈道出合 → 弥山小屋にて昼食→弥山→弥山小屋→13:13八経ヶ岳 → 弥山小屋 → 奥駈道出合 → 15:58国道309号トンネル 西口登山口 歩行時間:7時間、歩行距離:10km、	L:村上 大阪梅田グランフロント くまの前 6時00分	C
11日 (土)	いいね！関西百名山「伯母子岳・護摩壇山」 出発地=(マイカー)=9:45奥千丈林道登山口→牛首山 →伯母子岳→牛首山→奥千丈林道登山口=(マイカー) =15:30ごまさんスカイタワー→護摩壇山→16:30ごまさん スカイタワー駐車場=(マイカー)=出発地 歩行時間:5.5時間、歩行距離:12km	L:阪上 参加者と調整	B
12日 (日)	ブナ林観察ハイク 阪急六甲駅(9:00)～六甲ケーブル下(タクシー移動)～バス 停留所～油コブシ～クラブハウス～ガーデン展望台～ 下草刈りの現場～六甲ケーブル下駅 タクシーで六甲ケーブル下駅まで移動(小銭を用意) 持ち物:草刈り用のカマ	L:鈴木 阪急六甲駅 9時00分	B
12日 (日)	楽しく歩く読図ハイク 池田駅9:00－駅前公園(体操等)9:25－9:45 呉服橋西詰 －10:20八皇子神社－11:10北雲雀きずきの森入口－ 11:30みはらし台(昼食)12:10－12:40石切山－13:30満願 寺(コーヒータイム)14:10－14:50最明寺滝－15:30山本駅 歩行時間:約4時間15分、約11km	L:深山 阪急池田駅北改札口 9時00分	B
12日 (日) T例会	神戸の秘境といわれる丹生山系縦走 神鉄箕谷駅→衝原バス停→丹生山→帝釈山→稚子ヶ墓 山→花折山→神鉄谷上駅 歩行時間:7時間、歩行距離:14km、定員:10名	L:樋野 神鉄箕谷駅 8時30分	C

5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
12日 (日)	夏山セミナー④歩荷トレーニング 芦屋川駅9:10→会下山遺跡→蛙岩→薬大尾根分岐→ 金烏山分岐→風吹岩→雨ヶ峠にて昼食→七曲分岐→ 一軒茶屋→14:20六甲山→筆谷道分岐→炭谷道分岐 →16:11有馬温泉 歩行時間:7時間、歩行距離:12km	L:村上 阪急芦屋川駅 9時00分	C
12日 (日) ～ 13日 (月)	新緑の蒜山を楽しむ 5/12:西宮北口7:00=中蒜山登山口10:30～中蒜山～上 蒜山～オリンピアロッジ16:30～蒜山荘泊 5/13:蒜山荘8:30=仏ヶ仙登山口～仏ヶ仙～三平山登山 口～三平山～登山口13:10=温泉=西宮北口18:00 歩行時間:5.5時間、歩行距離:11km	L:桐原 西宮北口 6時50分	B
15日 (水)	ハイキングの汗のあとに工場ビールを味わおう JR山崎駅10:20→水無瀬の滝→十方山(昼食)→小倉山 →小倉神社分岐→小倉神社→西山天王山 駅13:40→サントリービール京都工場14:00 歩行時間:3時間20分、歩行距離:7km	L:円成寺 JR山崎駅前広場 10時15分	A
17日 (金) ～ 18日 (土)	大杉谷～大台ヶ原 5/17:近鉄榛原駅8:20=(タクシー)=10:20大杉谷登山口 10:30→猪ヶ淵→15:20桃ノ木山の家(1泊) 5/18:桃ノ木山の家6:30→堂倉滝吊橋→粟谷小屋→日 出ヶ岳→14:50大台ヶ原ビジターセンター15:00=(バス) =大和八木駅 5/17:4.5時間・6km・↑377m、5/18:8時間・9km・↑1410m	L:阪上 近鉄榛原駅 8時10分	C
18日 (土)	岩稜に守られた鋭鋒を周回する 白髭岳(奈良県川上村) 東谷出合～神之谷分岐～小白髭岳～一峰・二峰・三峰・ 四峰～白髭岳～切原～ショウジ山～東谷出合 歩行時間:約7時間、歩行距離:8km、定員:12名	L:蟹沢 事務所 7時00分(仮)	C
18日 (土) ～ 19日 (日)	山菜ハイク 5/18:西宮北口=鉢伏高原10:00～鉢伏高原で山菜採り ～鉢伏高原駐車場15:00=福定公園テント泊 5/19:福定公園8:30=大段ヶ平9:30～氷ノ山～神大 ヒュッテ～大段ヶ平14:40=温泉=西宮北口19:00 5/18:3時間・6km、5/19:4時間・8km	L:桐原 阪急西宮北口駅 7時00分	B

5月ハイキング・行事予定表(4)

日程	タイトル・山城・コース・地図	担当者・連絡先 集合場所・時刻	グ レ ード
19日 (日)	京都一周トレイル①伏見桃山～泉湧寺 8:50京阪伏見桃山駅出発～大岩山展望所～伏見稲荷大社(昼食)～泉湧寺～東福寺～15:15京阪東福寺駅 登り467mと降り458m	L:久泉 京阪伏見桃山駅 8時40分	B
19日 (日)	公開ハイク「葛城山」 大阪阿部野橋駅＝近鉄御所駅＝葛城山登山口→葛城山新登山道→葛城山山頂→櫛羅の滝→葛城山登山口＝近鉄御所駅 定員:12名(会員)	L:西脇 近鉄大阪阿部野橋駅 西改札口 7時30分	B
19日 (日) T例会	新緑の白髪岳の岩場・鎖場を楽しむ 古市駅8:30→白髪岳登山口10:30→白髪岳11:30→松尾山12:30昼食13:00→音羽山14:00→火とぼし山14:20→登山口15:20→篠山口駅16:00 歩行時間:7時間、歩行距離:11.5km、定員:10名	L:浅井 JR古市駅 8時30分	C
23日 (木)	観音山・ゴロゴロ岳の山道でささゆりを観賞しよう 甲山高校BS10:00→鷲林寺→(直登コース)→観音山→ごろごろ岳→ごろごろ橋→12:15奥池貯水池→せせらぎコース分岐→鷲林寺→13:50甲山高校BS 歩行時間:3時間、歩行距離:8.4km 「さくらやまなみバス」に乗車願います。	L:久保 西宮北口駅BS 9:10発 夙川駅南側BS 9:30発	A
25日 (土) T例会	山トレ企画&山の学校「実技・レスキュー」 芦屋川駅8:30～地獄谷入口～15:45芦屋川駅 地獄谷入口広場にて、基本ロープワークの演習。 簡易チェストハーネスとフリクションノットの登攀演習。 カラビナで確保してトラバース。ムンターヒッチで懸垂下降 各種ロープワークを使用してツェルトの設営。	L:泉 阪急芦屋川駅 北側広場 8時15分	F
25日 (土)	友ヶ島	L:松尾	

5月ハイキング・行事予定表(5)

日程	タイトル・山城・コース・地図	担当者・連絡先 集合場所・時刻	グレード
26日 (日)	夏山セミナー⑤岩場通過 8:30芦屋川駅-8:40山芦屋公園(体操等)9:00-9:25高座の滝-奥高座の滝分岐-11:05奥高座の滝-キャッスルウォール-城山分岐-テーブルロック-1255テーブルロック上部(昼食)13:20-14:45城山-15:15山芦屋公園	L: 折原 阪急芦屋川駅 北側公園 8時30分	B
26日 (日) T例会	回峰行の道(横川行者道)を歩いて三千院へ 比叡山坂本駅8:20→牛尾宮遥拝所→三石山→11:45横川中堂(昼食)→仰木峠→梶山→三千院→15:50大原バス停 帰路:バスで国際会館前 又は京都駅 歩行時間:7.5時間、歩行距離13.1km、定員:10名	L: 中根 JR比叡山坂本駅 8時15分	C
26日 (日) T例会	クライミング実技～初級者編&練習会～ 生瀬駅7:30-8:30蓬莱峡・大屏風前広場～装備装着&事前説明～9:00演習～15:00撤収完了～16:00生瀬駅 ハイキング部:参加条件有り、定員:4名程度 山行部:参加条件なし、定員なし	L: 泉 JR生瀬駅 7時30分	F
29日 (水)	ゆりのガーデンから甲山八十八ヶ所巡り 阪急仁川駅9:35～ゆりのガーデン～甲山森林公園～11:30甲山(昼食)～甲山八十八ヶ所巡り～阪急甲陽園14:20解散 歩行時間:5時間、歩行距離:9km	L: 井上 阪急仁川駅改札 9時30	A
31日 (金) ～ 2日 (日) T例会	関西最難関・弥山川双門ルート 5/31:西宮北口20:00=22:00みたらい休憩所-仮眠 6/1:出発4:00=熊渡-白川八丁-釜滝-一ノ滝-仙人岨前のテラス-桶ノ谷出合-空中回廊-狼平避難小屋 6/2:狼平避難小屋8:00-頂仙岳-高崎横手-ナベの耳-カナビキ尾根分岐-金引橋-11:00熊渡=入浴=15:00帰宅 歩行時間:11時間、歩行距離:13km、定員:5名	L: 泉 阪急西宮北口駅 南口ロータリー 20時00分 マイカー	D