

## 山仲間のみなさま

酷暑が続き、with コロナの中、皆さまいかがお過ごしでしょうか？

テレビや天気予報では、熱中症に注意、不要な外出は避けましょうと言われておりますが、色々と工夫を凝らして、私たちは山に行っております。

この時期は、保冷剤として、ジェル飲料を凍らして登り、暑さに耐えられなくなったら、火照った体にあて乍ら、溶けては飲みを繰り返すといいですね。では、会の活動記録と今後の計画をご案内します。

## 【活動記録】

《 槍ヶ岳縦走 ・ 飛騨沢ルート ・ 8月8日～8月10日 》

コロナ禍のため、グレードダウンの山行計画としました。いつもなら、みんなで鍋料理をするのですが、各自個食でのソロテント泊での山行です。1日目・2日目共に雨降りからのスタートでしたが、要所では雨は止み難儀することはありませんでしたが、良景には恵まれませんでしたね。秋には、リベンジで、劔岳縦走を計画中です！！



《 公開ハイク ・ るり溪 ・ 8月16日 》



大阪と京都の境にある、るり溪に行ってきました。今年一番の暑さの都会を避け、涼しいハイキングが出来ました。小学校2年生の親子を含む一般の方5名にご参加を頂きました。

予想外に涼しかったこともあり、とても楽しんで頂いた様子でした。下山後は、るり溪温泉でさっぱりして帰ることが出来ました。次回のご参加をお待ちしております。



## 【活動計画】

日時	企画	行先	おすすめポイント
9/5	体験ハイク	七兵衛山	六甲山をゆっくり
9/5	沢ハイク	丹生山系屏風岩川	沢歩きを楽しむ
9/6	例会	京都・妙法、船形、左大文字	五山送り火 火床巡り②
9/9	平日例会	中山最高峰・中山寺	スタンプ集め
9/13	例会	氷ノ山	関西百名山
9/27	公開ハイク	高取山（奈良県）	日本一の山城の遺構
9/30	平日ハイク	トゥエンティークロス	六甲山・林道を進みます
10/3	体験ハイク	北山ダム	六甲山をゆっくり
10/7	平日ハイク	アドベンチャーコース	六甲山を歩きます
10/11	黒豆ハイク	白髪岳	黒豆を収穫します
10/18	公開ハイク	高野山町石道	町石道を歩きませんか？
10/24	例会	笠形山	播州平野を見下ろします

## 【新規入会、絶賛募集中!!】

個人山行やガイドツアーでは、体験できない山行に行きませんか？

セミナーや例会で、更に色んな体験が出来ます。また、多くの仲間に出会うことで、日常生活では体験できない感動を味わうことが出来ます。

当会では、山仲間を絶賛募集中です!!9月からは体験ハイキングも計画しています。

詳しくは、ホームページをご確認ください。

【住所】 〒662-0971 兵庫県西宮市和上町1-12

【TEL/FAX】 0798-36-4040（第1月・水、第2水・木、第3水曜日の19~21時は在室）

【Web】 [nishinomiya-sangakukai.com](http://nishinomiya-sangakukai.com)

【問合せ先】 泉 竹明 Tel:090-3577-0682 E-Mail:bamboo\_izumi@yahoo.co.jp