

モットー「楽しき中にも規律あり」 トップより先に歩かない。間隔を開けない。アンカーより後にならない。

健脚組

2015年 12月 5日

各 位

松愛会 兵庫東歩こう会

### 第226回例会 「北摂(三田)の霊峰 羽 東 山」ご案内

今月は北摂の霊峰、兵庫百名山の羽東山です。北摂の山々のなかで、ひときわ目をひく特徴ある姿は、ランドマークとして広く市民に親しまれています。

#### 記

**集合日時：** 2016年 1月 12日 (火) **9時10分** 受付：8:50

**集合場所：** JR 福知山線「JR三田駅」改札口 三田駅北口BS 9:25発波豆川行に乗車

**雨天対応：** 気象庁のホームページ (URL：<http://www.jma.go.jp/jma/index.html>) または NTT の天気予報 (078+177)で、兵庫県南部地方の例会前日の 17 時に発表される、翌日の予報で 06-12 時、12-18 時のいずれかの降水確率が 50%以上のときは中止とします。

**コース：** JR三田駅＝天満神社前BS(180m)～野外活動C(180m)～登山口(260m)～羽東山頂(524m)岩場展望所～西鞍部(410m)～宰相ヶ岳(500.5m)～香下寺(280m)～志手原～福島大池(200m)～JR新三田駅

歩行距離：12.6 km、所用時間：6 時間 10分、標高差：360m、難易度：★★★★☆

**服 装：** 長袖シャツ、長ズボン、手袋、帽子、トレッキング・シューズ、※寒さ対策をお願いします

**持 参 物：** 弁当、おやつ、飲料水、敷物、タオル、雨具、ダブル・ストック

**費 用：** 500円 (参加費) バス代は自己負担、ICカードは利用可 [行き 460円]

**保 険：** 歩こう会で発生した事故については会として一切責任は負えません。各自の責任のもとに対応をお考えください。万一のことを考えまして団体傷害保険には加入しています。

**電車案内：** JR福知山線

| JR福知山線    |      |      |      |      | (阪急)今津線 |      |
|-----------|------|------|------|------|---------|------|
|           | 尼崎   | 川西池田 | 宝塚   | 三田   | 西宮北口    | 宝塚   |
| <b>快速</b> | 8:27 | 8:39 | 8:46 | 9:00 | 8:23    | 8:38 |
| <b>普通</b> | 8:29 | 8:44 | 8:52 | 9:08 | 8:27    | 8:42 |

**みどころ：** 今回は、北側の伊丹野外活動センターから山頂を目指す急峻なチャレンジルートに登り、下りは3等三角点のある隣の宰相ヶ岳(500.5m)から里山の中を香下寺へ下る、変化に富んだコースです。あまり知られていないコースですが、絶景ポイントが随所にあり、アカマツ、コナラの生育する里山を存分に楽しんでみてください。市内の南西部からはお椀を伏せた姿、北の羽東川流域からは峻しい山容、そして有馬富士公園からはその姿から『くじら山』として、見る方向によりさまざまな姿を楽しめます。羽東山(524m)の山頂には、千手観音を本尊とする香下寺奥の院の観音堂があります。

**連絡事項：** コース途中からの参加、途中からの帰宅、コースを外れた個人行動は一切お断りします。

**受け付け：** 当日、現地で参加の受付、参加費をいただきます。

[問合せ先] 仲、西