

第 4633 回			例 会 案 内		大阪青雲会
予定日	2025年9月14日（日）～15日（月）				
目的地	三上山・山城町森林公園（冒険の道コース）	締切日・定員	9月5日 25名（2コース合計）		
形 式	コテージ泊・集中登山	グレード	体力：3 技術：初級		
地形図	田辺(1/2.5)				
集 合	JR加茂駅 10：10				
コース	9/14 JR 関西線加茂駅→(30) 恭仁宮跡→(1:00) 海住山寺→冒険の道経由(1:30) 三上山→長寿の道経由(50) 山城町森林公園（15 時頃到着予定） 【コースタイム 3 時間 50 分 標高差約 450m】 往路電車 天王寺 9：15 発 加茂着 10:04				
	9/15 山城町森林公園→(1:20) JR 奈良線棚倉駅[解散] 【コースタイム 1 時間 20 分 標高差約 130m】 復路電車 奈良天王寺方面 毎時 26 分 56 分				
装 備	個人：ザック・ザックカバー・傘（日傘）・カップ・弁当・水筒・食器・箸・コップ タオル・ティッシュ・帽子・手袋(軍手)・ビニル袋(大・小)・保険証・防寒具・時計・地図・磁石・筆記具・ヘッドランプ(懐中電灯)・着替え・温泉セット				
	共同：救急セット・非常水・熊鈴・熊撃退スプレー・共同食材・ガスカートリッジ・コッヘル 緊急時対応マニュアル・共同食料などについては参加者確定後調整				
費 用	電車代 1850 円（JR 天王寺駅発着） 参加費 3000 円 海住山寺入山料 200 円				
担当者	白神				
今年の集中登山は山城町森林公園の東側にそびえる三上山。山頂は木を伐採して眺望も良くなっているとか。コースは JR 加茂駅から海住山寺を経て三上山へ至るこのコースと、JR 棚倉駅から三上山へ至るコース。コース的にはこちらのコースの方が傾斜はきついです。 宿泊は森林公園内のコテージを予約しています。25 人収容の綺麗な施設です。コテージ内では火器の使用はできませんので、食事は施設の玄関先か向かいの川の河川敷を予定しています。施設には寝具は準備されており、トイレとシャワーもあります。 翌日は、朝食後歩いて JR 棚倉駅へ下山の予定です。 14 日雨天の場合、直接森林公園に入り、翌日三上山へ登る場合もあります。 当日の食料や飲み物の歩荷につきましては、参加者確定後に調整します。 ※この例会は山岳共済会「登山コース」加入者が対象です。 山行計画担当記入欄：確認済（25/7/19）					
大阪青雲会					