

第 4742 回		例 会 案 内		大阪青雲会	
予定日	2026年9月13日（日）				
目的地	三草山（北摂）		締切日	なし	
形 式	ハイキング	グレード	体力：3 技術：初級		
地形図	北摂・京都西山(山と高原地図) 妙見山・木津(1/2.5)				
集 合	能勢電鉄 山下駅 7：30				
コース	阪急大阪梅田駅(6:48)⇒(7:09)川西能勢口(7:14)⇒(7:30)能勢電鉄山下駅(7:40)⇒(7:58)森上→(2:00)[棚田散策]→サイノカミ峠(0:20)→三草山→(0:15)サイノカミ峠→(0:30)仁部→(1:05)屏風岩(12:56)⇒(13:10)日生中央（解散）				
	コースタイム：4：10 標高差： 上り約350m 下り460m				
装 備	ザック・ザックカバー・傘・カップ・夕食・行動食・水筒・タオル・ティッシュ・帽子・手袋(軍手)・ビニル袋(大・小)・保険証・時計・地図・磁石・筆記具・ヘッドランプ(懐中電灯) ※この装備は初心者の方の最低限の装備です。 ※担当者は「緊急時対応マニュアル」を携行します。				
費 用	2020円（交通費のみ。阪急大阪梅田駅発着）				
担当者	白 神				
担当者からのメッセージ： この時期の登山、どこに行くのか迷います。多少は涼しくなっているでしょうけど、まだ暑さは厳しく。紅葉の時期はまだまだ先。 というわけで、登山には直接関係ありませんが、実りの秋を感じに行くことにしました。 登り始めの長谷の棚田は、日本の棚田百選にも選ばれています。ちょうど「実るほどに頭を垂れる稲穂かな」の景色を見に行きましょう。早い田んぼではもう稲の刈り入れをしているかも。 彼岸花は夏が暑かろうが寒かろうが関係なくお彼岸頃に咲くのでまだ少し早いかな。 仁部から先は長い車道歩きとなりますが、数年前歩いた時の記憶では、まるで日本昔話のような景色だった様な気がします。 出発が早いので、帰りのバスは12:56 となっていますが、次のバスは3時間後です。当日のペースとも相談しながら、バスの時間やタクシー等を選択したいと思います。					
山行計画担当記入欄：26/07/22 に確認済					
大阪青雲会					