７月２３日　夏山訓練登山六甲②コース　　森本　竜二

山　名	夏山訓練登山六甲②コース	山行名	例会
ルート	JR 芦屋駅→高座の滝→ロックガーデン→風吹岩→七兵衛山→金鳥山→摂津本山駅		
山行日	2023 年 7 月 23 日（日）	天　候	晴れ
参加者	リーダー：　森本　　サブリーダー：仲野 男性：藤村、小川、若林、廣瀬、永井、宮内、山田、吉川 女性：上田、大林、玉置、川田（真）、多田、森田、山内　　合計：　17 名		

ルート概略図

コースタイム

地名		時：分	地名		時：分
芦屋駅	集		摂津本山駅	着	12：50
	発	07：30		発	
高座の滝	着	08：23		着	
	発	08：31		発	
風吹岩	着	09：39		着	
	発	09：47		発	
七兵衛山	着	10：19		着	
	発	11：02		発	
金鳥山	着	11：37		着	
	発	11：52		発	

＜活動データ＞合計時間 5 時間 17 分（休憩 1 時間 44 分）距離 8.5ｋｍ上り 590ｍ下り 577ｍ

梅雨明けから好天が続き日増しに気温が上昇、まさしく大暑の日になり熱中症とマダニ対策での訓練になる。芦屋駅からはアスファルト道移動で、高座の滝で一時の涼を得る。ここから風吹岩までは日影のない岩場続きで小休止を取りながらゆっくり登る。風吹岩で①コースと会う可能性があったが地獄谷は難コースで時間がかかったようだ。山中にモネの睡蓮の絵画のような横池が現れ集合写真を撮影する。樹林帯の日影と時折吹く風に生き返り進んでいく。

展望良く休憩場所として整備された七兵衛山山頂で早めの昼食タイム。雉に遭遇した金鳥山を経て下山。摂津本山駅で解散。

休養明けの会員、新会員の参加の中、軽い熱中症とつまずきによる転倒（怪我なし）があったが無事に訓練終了できた。立山登山に向けて体調を整えて挑みましょう。

※６月の大雨で通行不能の個所もあり、綿密に下見をし計画を立て直した。また六甲は登山道脇道分かれ道が多く YAMAP 登山計画を共有することで道間違いすることなく訓練登山が出来た。お疲れさまでした。