



2022 年 10 月 2 日 (日)

登山初級、登山初心者、登山久しぶりの方向け 神戸市立森林植物園と人気の弓削牧場直営店でランチ

JR 新神戸駅から神戸市立森林植物園を経由して谷上駅まで歩きます。途中、六甲の河童橋を渡ったり、植物園内の人気の弓削牧場直営店「森のカフェル・ピック」でランチタイムをとりながら歩きましょう。

【開催日】 2022 年 10 月 2 日 (日)

【開催地】 兵庫県神戸市(最高標高 450m ぐらい、距離 10km ぐらい、行動時間 5-6 時間)

【ガイド】 武藤 直 (公益社団法人 日本山岳ガイド協会認定 登山ガイド)

【集 合】 JR 新神戸駅 1F 付近 9:30 (解散は谷上駅 or 新神戸駅 17:00 ごろ)

【日 程】 新神戸→布引の滝→市ヶ原→ツェンティクロス→森林植物園→谷上駅(縦走) →電車で新神戸駅へ
カフェは屋内、屋外のテーブル、ベンチ等あり

【参加費】 6,000 円(ガイド料・協力金) 当日現金にてお願いします。PayPay も可です。

(金額の中に含まないもの：集合場所までの交通費、食事代、保険代、谷上/新神戸 280 円、森林植物園入場料 300 円)

参加者のご都合により参加を取り消される場合は、下記のキャンセル料がかかります。

出発の 1 週間前まで・キャンセル料は発生しません。	出発の 2 日前まで・ガイド料の 30 %
出発の前日まで・ガイド料の 50 %	当日不参加の場合・ガイド料の 100 %

【レベル】 登山初心者、山歩きが初めての方でもご参加いただけます。

【定 員】 10 名 (最小催行 6 名) 定員になり次第締切 (先着順)

【締 切】 9/25(日)

【申 込】 LINE ID mutonao

(ガイド) へ直接申込みください。※申込後グループ LINE へ招待します。

「氏名、生年月日、年齢、性別、TEL、住所、緊急連絡先 (氏名 (関係、TEL))」をお知らせください。

【その他】天候、コンディションが悪い場合で、目的の山行が不可能な場合、代替コースをご提案、中止する場合があります
保険（救援者費用等）は各自でご加入をお願いします。

【保険一例】1DAYレジャー保険（1日500円から入れるレジャー・スポーツ向け保険）セブンイレブンで入る保険（三井住友海上）

ハイキング 軽登山向け	プレミアム おすすめ	ベーシック
傷害死亡保険金	250万円	200万円
傷害入院時一時保険金	15万円	10万円
骨折時一時保険金	10万円	7万円
日常生活賠償保険金	3億円	1億円
救援者費用等保険金	450万円	300万円
保険料（1名・1日あたり）	700円	500円

<https://ehokenstore.com/1dayleisure>



【集合場所 JR 新神戸駅へのアクセス】

- 電車の場合
- ・京都、大阪からは JR 三宮駅から地下鉄で一駅
 - ・新幹線の場合、東京、名古屋、博多からも JR 新神戸駅 9:30 に到着可能です。
 - ・下山後、谷上駅から新神戸まで電車で戻ります(運賃 280 円)

【持ち物一例】

◎ は必ずそろえてほしいもの。△はあると便利なもの。

登山靴	歩きやすい靴、防水のものが望ましい	◎
ザック	25 リットル程度	◎
雨 具	上下セパレートタイプ	◎
ヘッドランプ	予備電池、電球も含め必携	◎
地 図	登山地図、ガイドブックのコピーなど	◎
ズボン（タイツ）	伸縮性、速乾素材のもの	◎
シャツ（長袖）	伸縮性、速乾素材のもの	◎
靴 下	伸縮性、速乾素材のもの	◎
下 着	伸縮性、速乾素材のもの	◎
帽 子	速乾素材のもの	◎
手 袋	トレッキング用（あればレイン用のものも）	◎
防寒着	フリース、ウィンドブレイカーなど。。	◎
スパッツ	靴への雨、小石の侵入防止に便利	△
ザックカバー	ザックへの雨の侵入、汚れ防止	△
ストック	バランスの保持	△
サングラス	紫外線等から目を守る	△
食 料	カフェで軽食 or おにぎり、パンなど持参	◎
水 筒	最低 1.0 リットル以上(山行による) スポーツドリンク、水	◎
行動食	チョコ、飴、ナッツ、果物など簡素で食べやすいもの	◎
救急品	キズ薬、湿布などの常備薬	◎
その他	保険証、タオル、トイレットペーパー、携帯電話、ビニール袋、笛	◎
その他	除菌シート、マスクなどコロナ対策用グッズ	◎
その他	カメラなど個人で必要なもの	△